

MEMÒRIA 2021

PROJECTES

SAF (Servei d'atenció a famílies)

És realitza a les comarques de l'Urgell i la Segarra

El Projecte està subvencionat per la Diputació de Lleida. L'Ajuntament de Tàrrega subvenciona part de les activitats que es realitzen a la població de Tàrrega.

- S'han realitzat 14 atencions personals, donant informació, orientació i assessorament (6 homes i 8 homes).
- Entrevistes psicològiques individuals a familiars : 137 , realitzades a 27 familiars (6 homes i 21 dones)
- Entrevistes psicològiques individuals a persones amb trastorn mental : 244, s'ha realitzat a 24 persones (11 homes i 13 dones).
- GAM (Grups d'ajuda mútua)

Les reunions quinzenals del Grup de Suport GAM a Cervera i Tàrrega moltes es van realitzar amb videoconferència per seguretat i seguint les normes de prevenció per la Covid-19. Aquest any en moltes de les reunions un dels seus membres es preparava la sessió amb un tema escollit, i després es comentava entre tots, d'aquesta manera s'aprofundia més en el tema tractat.

GAM CERVERA: grup de 15 familiars.

GAM TÀRREGA: grup de 7 familiars.

Sensibilització i lluita contra l'estigma

Durant aquest any, també amb pandèmia, no s'ha fet sensibilització als pobles pels protocols i mesures establertes. En el seu lloc hem volgut arribar a la població infantojuvenil, per mitjà de les Associacions de mares i pares, professors i educadors. S'han realitzat diferents reunions per informar de l'Associació i com podíem ajudar a les famílies:

- 1/07/2021. Reunió amb la directora del CEIP Les Savines de Cervera..
- 6/07/2021. Reunió amb el Director de l'Ins. Antoni Torroja.
- 6/07/2021. Reunió amb el director del CEIP Arques.
- 9/07/2021. Reunió amb l'equip directiu del CEIP Jaume Balmes de Cervera.

- 13/07/2021. Reunió amb l'AMPA de l'Ins. Antoni Torroja. Sols assisteix la presidenta.
- 15/07/2021. Reunió amb l'AMPA del CEIP Jaume Balmes de Cervera.
- 15/07/2021. Reunió amb la Coordinadora Pedagògica de l'Institut. La Segarra de Cervera.
- 15/07/2021. Reunió amb l'equip directiu de l'Ins. Manuel de Pedrolo i del president de l'AMPA de Tàrrega.
- 15/07/2021. Reunió a l'Ins. Alfons Costafreda de Tàrrega, amb la directora, la coordinadora pedagògica i la presidenta de l'AMPA.
- 15/07/2021. Reunió amb la directora dels Serveis Educatius de l'Urgell a Tàrrega.
- 16/07/2021. Reunió amb la directora i la secretària de l'Escola d'Arts i Oficis de Tàrrega.
- 19/07/2021. Reunió amb l'EAP, Equip d'Assessorament Pedagògic de Cervera.
- 2/09/2021. Reunió amb el Centre de Recursos Pedagògics de Cervera.
- 29/09/2021. Reunió amb l'AMPA del CEIP Arques de Cervera.
- 30/09/2021. Reunió de la treballadora social al Grup de Treball "Implicació de les Famílies de la Comissió de Salut Mental en Joves, a Cervera.
- 4/10/2021. Reunió amb la professora d'Educació Especial del CEIP Les Savines.
- 5/10/2021. Presentació del GAM a la Comissió Famílies del Pla Educatiu d'Entorn de Cervera.
- 21/10/2021. Reunió amb el Regidor d'Educació a la Paeria de Cervera.
- 22/10/2021. Reunió amb la Junta de l'AMPA de les Savines.
- 5/11/2021. Reunió amb les psicopedagogues de l'Ins. La Segarra de Cervera.

Amb les 20 reunions que hem dut a terme durant l'any 2021 per tal de donar-nos a conèixer dins els col·lectius educatius: equips directius, coordinadors pedagògics, equips d'assessorament pedagògic, AMPES dels diferents centres, tant de primària, com de secundària, hem posat la llavor per conscienciar sobre la problemàtica de la salut mental i poder arribar a aquelles famílies que ho pateixen. Se'ls ha facilitat díptics informatius i informació de les activitats de l'Associació, tant de les que estem realitzant en el present, com de les que volem encetar en un futur, com és el fet de crear un GAM (Grup d'Ajuda Mútua) Infantojuvenil en un període de 2 anys.

Es realitzen dues xerrades:

- ✓ "Educació emocional a casa i gestió de conflictes" a càrrec de Laura Villaró
- ✓ "Els trastorns mentals dins la família. Com ho gestionem", a càrrec d'Alex Palau

Amb les xerrades i informació donada hem creat les bases en els membres relacionats amb infants i joves per a prevenir problemes de salut mental infantojuvenil. Hem fet participar a les famílies en esdeveniments que els puguin interessar per tal de prevenir els problemes en salut mental, tot això forma part del començament de descobrir la salut mental mitjançant el Projecte de Comunitats Educatives.

Projecte Compta amb mi

Subvencionat pel Departament de Treball, afers socials i famílies i la Paeria de Cervera.

Tallers per a viure autònomament amb l'assistència de 17 alumnes (9 homes i 8 dones).

- Taller de Creativitat

Aquest taller ajuda a que les persones afectades puguin desenvolupar la seva imaginació i habilitats en diferents manifestacions artístiques, orientades per una professional de Belles Arts.

El 16 de juny es fa una exposició de les diferents obres realitzades al taller. També es realitzen unes postals dels sentiments que ajudaran a recaptar diners per la Marató de TV3.

- Ioga

Considerem que és una activitat molt important, beneficiosa físicament i per la ment. El lloc on és portava a terme el taller era el Centre Cívic de Cervera però amb la pandèmia no s'hi pot fer activitats, ho realitzem a la Seu d'ASMOS.

- Informàtica

És realitza part pràctica i part d'entreteniment. El professor que imparteix les classes és el del Punt Òmia, les classes son setmanals i d'una hora i mitja.

- Taller de Cuina

Activitat culinària en la que a més d' aprendre a realitzar diferents menjars poden gaudir menjant-se'ls.

- Taller d'esports

L'activitat esportiva aporta molts beneficis, tant físicament com psicològicament. Aquesta activitat la realitza l'educadora amb ajuda de voluntaris. Els esports que fan són bitlles, dards i caminades.

- Francès

Realitza les classes una de les nostres usuàries, amb la col·laboració d'un membre de la Junta.

Projecte Ara em toca a mi

Subvencionat per la Paeria de Cervera.

Aquest projecte pretén crear oportunitats de participació en una activitat artística-musical. Hem aconseguit que la música fos una vivència significativa, aportant benestar i oci als alumnes i creant-se un ambient on es pugui experimentar, preguntar, opinar i crear.

El taller es realitza setmanalment amb una durada d'una hora.

El grup està format per 9 persones (5 homes i 4 dones).

El 13 d'octubre 7 persones del grup van participar amb "Un matí d'orquestra amb l'OJC". On es realitzava:

- ✓ Taller de musicoteràpia i Audició musical amb el quartet Teixidor
- ✓ Petit concert d'un grup de cambra amb músics de l'Orquestra Julià Carbonell de les Terres de Lleida - OJC.

Projecte de Voluntariat

Disposem d'un grup de 22 voluntaris que ens ajuden a coordinar activitats: xerrades, DMSM, Fira de Nadal.

Per l'Associació és molt important que les persones amb trastorn mental també puguin fer voluntariat, 5 d'ells han fet de voluntaris en diferents activitats.

Llar amb Suport Ondara Sió

Tenim el servei de Llar amb suport per a quatre persones amb malaltia mental.

En l'any 2021 hem tingut 2 persones vivint a la Llar amb suport.

ACTIVITATS REALITZADES

- 24 de febrer – Assemblea General extraordinària de Socis per l'aprovació de :
 - Venda edifici Carrer Guinedilda i
 - Adquisició de 4 locals per a la nova Seu Social de l'Associació.
- 18 de març – Signatura de la compra de 4 locals a l'Avinguda la Segarra per la nova Seu social.
- 25 de març – La Diputació de Lleida signa un conveni de col·laboració i compromís en la lluita contra l'estigma social amb la Coordinadora Salut

Mental Terres de Lleida de la que forma part la nostra Associació. El nostre President assisteix a l'acte.

- 10 d'abril – Visita a la futura Nova Seu Social dels membres de la Junta i les tècniques d'ASMOS.
- 16 de juny – Inauguració d'Art. És una exposició de les obres fetes pels alumnes del taller de Creativitat d'Ondara Sió.
- 24 de setembre – la Paeria va realitzar un reconeixement a la nostra entitat durant el pregó de Festa Major. Dues voluntàries d'Ondara Sió van fer de Maceres durant l'acte.
- 26 de setembre – Dins els actes de la Festa Major dues voluntàries de la nostra entitat van tenir l'honor de portar la Senyera de la Ciutat durant el Seguici de Festa Major.
- 6 d'octubre – Presentació de l'Associació a l'espai Art Singular Santa Creu de Guissona.
- Actes del dia Mundial de la Salut Mental.

Vam fer difusió a les comarques de l'Urgell i la Segarra de diferents frases relacionades amb la Salut Mental, les vam penjar pels carrers. Les frases van ser escollides entre totes les Associacions de Salut Mental de les terres de Lleida :

La salut mental és cosa de tothom.
Avui soc jo i demà pots ser tu.
Demandar ajuda no és cap feblesa.
Les etiquetes son per a la roba.
La violència no és sinònim de trastorn mental.
No hi ha salut sense salut mental.

- 28 d'octubre - Assemblea General de socis i sòcies a la Nova Seu de l'Avinguda de la Segarra de Cervera.
- 11 de novembre - Es va firmar el conveni de col·laboració entre : la Coordinadora d'entitats de salut mental i addiccions de les Terres de Lleida, l'Associació Salut Mental Ondara Sió, l'Hospital Sant Joan de Déu Terres de Lleida i la Federació Salut Mental Catalunya pel Programa de Voluntariat "Fent costat entre famílies". Aquest programa contempla la persona voluntària com a un agent de salut que, des de la seva experiència viscuda, contribueix al benestar emocional de les persones a les quals acompanya, tot complementant, des de la vessant més humana i de proximitat, el treball dels professionals de la salut del centre, on realitza la tasca.
- 18 de novembre – Xerrada "Educació emocional a casa i gestió de conflictes" a càrrec de Laura Villaró pedagoga i formadora. Es realitza a la sala Francesc Buireau de Cervera amb una participació de 38 persones (9 homes i 29 dones).

- 24 de novembre – Xerrada “Els trastorns mentals dins la família. Com ho gestionem?”, sessió a càrrec de l'Àlex Palau, psicòleg especialitzat en salut mental. Es realitza a l'Auditori municipal de Cervera amb una participació de 47 persones (15 homes i 32 dones).
- 3 de desembre – Venda de manualitats solidàries al mercat municipal, per recollir diners per la Marató de TV3 dedicada a la Salut Mental
- 11 de Desembre parada a la Fira de Nadal per recollir diners per la Marató de TV3.
- 19 de desembre – Visita a la Seu d'ASMOS del Paer en Cap de la Ciutat de Cervera i diversos tècnics de la Paeria. Conjuntament amb ASMOS donen a conèixer el total de diners recaptats per les diferents activitats que s'han realitzat a Cervera per la Salut Mental: Un total de 2.451,79 € per la Marató de TV3.

FORMACIONS

-Durant el mes de Maig es realitza la formació Fent costat entre famílies, assisteix 1 persona de l'Associació.

-Formació Informàtica, Modalitat presencial, Acadèmia Madern, 7h impartides del maig al Juny per a les tècniques d'ASMOS.

PROGRAMA GARANTIA JUVENIL

L'Associació Salut Mental Ondara Sió es beneficiaria del Programa “Garantia Juvenil” per aquest any 2021/2022, i contractem una tècnica de comunicació per sis mesos.