



MEMÒRIA D'ACTIVITATS

-ANUALITAT

2024



**ASSOCIACIÓ
SALUT
MENTAL
ONDARA-SIÓ**

**EQUIP TÈCNIC:**

Treballadora social, 20 hores/setmanals

Educadora Social, 10 hores/setmanals

Psicòloga, 18 hores/setmanals

Treballadora social i Monitora Club Social, 30 hores/setmanals

Coordinadora Projectes i Coordinadora Club Social, 25 hores/setmanals

ADMINISTRACIÓ:

Administrativa, 24 hores/setmanals

Administrativa en pràctiques, Institut Segarra. 12h/setmanals

JUNTA DIRECTIVA:

Presidenta: Anna Saumell

Vicepresidenta: Rosa Hernández

Secretària: Dolors Torrentó

Tresorer: Jaume Rossich

Membres vocals: Joan Miquel Camacho, Jaume Azcona, Jaume Miret, Jaume Martorell, Roser Riera i Isabel Dongil

0. PRESENTACIÓ DE L'ENTITAT

Associació Salut Mental Ondara Sió és una organització sense ànim de lucre i d'iniciativa social que dona cobertura a les comarques de la Segarra i l'Urgell. L'entitat es crea l'any 2006 amb l'objectiu i voluntat d'acollir i donar suport als familiars o entorn proper de persones afectades d'algun trastorn mental, i a aquestes mateixes, per proporcionar-los informació, assessorament, atenció social i suport emocional i psicològic.

A més, l'Associació promou activitats de sensibilització pública i reivindicació dels drets de les persones amb problemes de salut mental, a la vegada que crea i gestiona recursos i serveis per a aquestes persones i les seves famílies.

- **Missió**

L'objectiu de l'Associació és contribuir a la millora de la qualitat de vida de les persones amb problemàtica de salut mental i de les seves famílies, a la defensa de l'exercici dels seus drets i l'apoderament a totes les etapes de la vida. Oferim recursos i serveis per a plena inclusió comunitària.

- **Visió**

L'Associació Salut Mental Ondara Sió és una entitat de salut mental de referència del territori, buscant la igualtat d'oportunitats en totes les etapes de la vida.

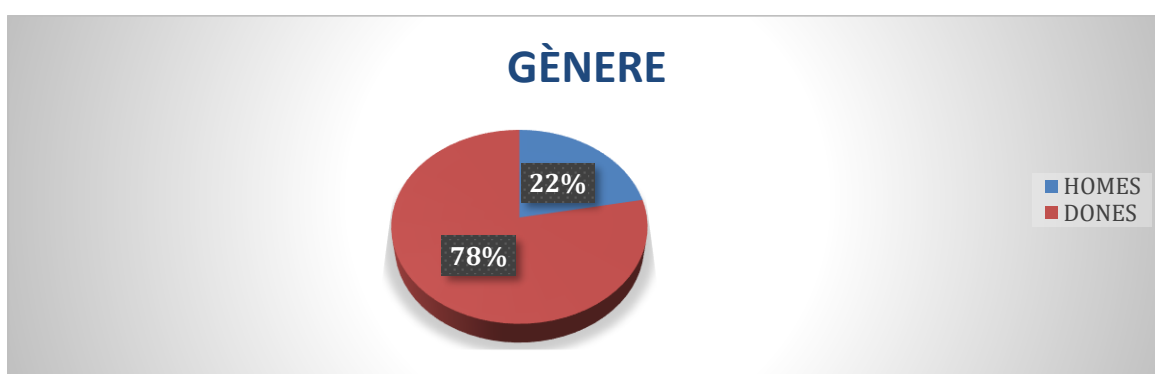
- **Valors**

Compromís per aconseguir una societat més justa, treballant per a la igualtat i la justícia social, millorant els drets de les persones amb problemes de Salut mental i les seves famílies.

Promoure el reconeixement de les capacitats del col·lectiu que atenem, dirigint les nostres accions cap a la capacitat i autonomia de la persona.

Treballar amb coherència, transparència, fomentant la participació i buscant sempre la màxima eficiència.

SOCIS/IES: 150, ↑ 6 altes, 9 baixes ↓



33 homes, 117 dones

1- PROJECTES

1.1.- SAF (Servei d'Atenció a Famílies)

Projecte subvencionat per la Diputació de Lleida. Servei que dona cobertura a les comarques de l'Urgell i Segarra. L'Ajuntament de Tàrraga subvenciona part de les activitats realitzades a Tàrraga. Servei d'informació, orientació i assessorament social a les persones que contacten per primera vegada amb l'entitat, a fi i efecte d'orientar a les persones amb problemàtica de salut mental i/o als familiars.

- Atencions per informació i orientació de serveis, 40 persones ateses.
- Atencions psicològiques (teràpia cognitiva-conductual):

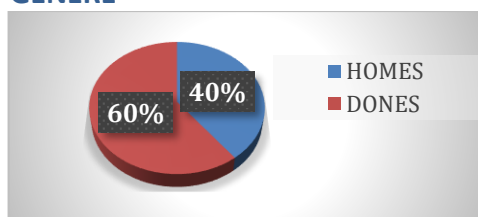
FAMILIARS:

- Segarra: 40 atencions psicològiques a 22 a familiars de persones amb problemàtica de salut mental (14 dones i 8 homes).
- Urgell: 60 atencions psicològiques a 24 familiars de persones amb trastorn mental (20 dones i 4 homes).

USUARIS/ÀRIES:

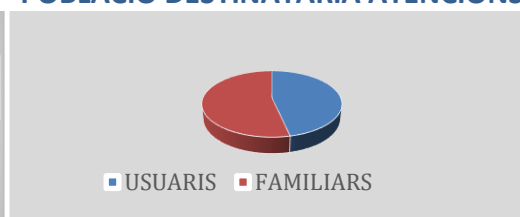
- Segarra: 271 atencions psicològiques a 32 persones (15 dones i 17 homes).
- Urgell: 40 atencions psicològiques a 8 persones (3 dones i 5 homes).

GÈNERE



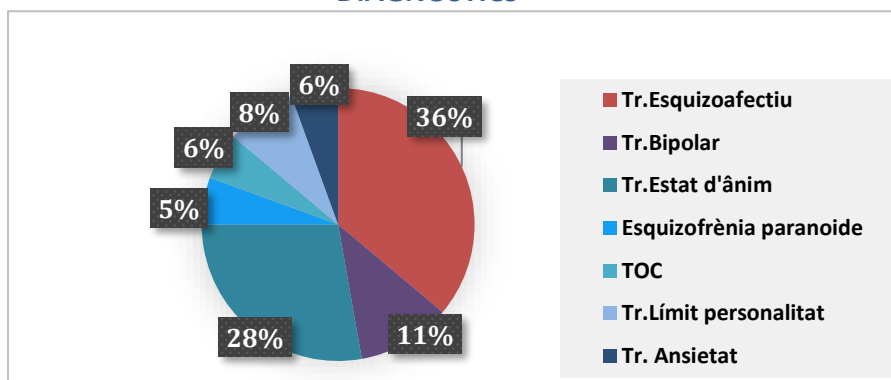
Persones ateses: 86, 52 dones, 34 homes

POBLACIÓ DESTINATÀRIA ATENCIONS



Usuaris/àries: 40, familiars: 46

DIAGNÒSTICS



1.1.1 TALLERS PSICOEDUCATIUS

14 MARÇ, 17h: Resolució de conflictes. Taller destinat a usuaris/àries. Impartit per Gemma Sala, psicòloga d'ASMOS. Seu ASMOS. 8 assistents.

13 NOVEMBRE, 10h: Prevenció del Suïcidi. Destinat a GAM familiar. Impartit per Gemma Sala. Seu ASMOS. 6 assistents.

1.1.2 GRUPS D'AJUDA MÚTUA - FAMILIAR

GAM TÀRREGA: 6 familiars (5 dones i 1 home). Dijous amb periodicitat quinzenal, duració 1h, Centre d'Entitats de Tàrrega

GAM CERVERA: 9 familiars (8 dones i 1 home). Dimecres amb periodicitat quinzenal, duració 1h, Seu ASMOS

ACTIVITATS GAM – LLEURE FAMILIAR:

22 MAIG: Sortida Cultural GAM (Cervera i Tàrrega). Visita de la Torre de Vallferosa, Monestir del Miracle, visita guiada i dinar. 12 familiars.

28 SETEMBRE: Sortida RESPIR Vilanova de Meià. 4 familiars.

1.2.- SENSIBILITZACIÓ I LLUITA CONTRA L'ESTIGMA

Projecte subvencionat per la Diputació de Lleida.

Activitats diverses obertes al públic però amb l'objectiu d'arribar a les famílies, amics i l'entorn significatiu de persones afectades per un problema de salut mental, que sovint són oblidades pel sistema general i no compten amb els recursos públics de suport d'acompanyament adequats. **19 Accions de sensibilització. 4 Accions a la Comarca d'Urgell.**

14 ACCIONS DE SENSIBILITZACIÓ:

15 FEBRER, 18h: Dona i alimentació. Luís Inocente (dietista i nutricionista CAP Cervera, Guissona i Agramunt). 25 assistents.

28 FEBRER, 11h: Son, insomni i SM , Andrei Nanu (psicòleg comunitari CAP Cervera). 38 assistents.

21 MARÇ, 18h: Puc deixar de fumar? Perquè fumo i consells per fumar menys. A càrrec de Sara Ribera, infermera CAP Cervera, i Andrei Nanu, Rebec CAP Cervera. Seu ASMOS. 10 assistents.

5 ABRIL, 18h: Taller de respiració conscient i salut emocional. Impartit per Pili Buxeda. Seu ASMOS. 17 assistents.

19 ABRIL, 19h: Acte cultural o literari St. Jordi. Les emocions a través dels llibre. A càrrec de Laura García, Creadora de Booklife. Biblioteràpia i prescripció literària. 33 assistents.

8 MAIG: Presentació de l'entitat a l'espai Online del PROENFA. Una tècnica i un membre vocal de la Junta Directiva.

15 MAIG, 17:30h: Un pas més cap a la recuperació. Apoderament d'usuaris/àries en primera persona. Entitat Obertament (Comitè 1ª persona). 20 assistents.

7 JUNY: Tècnica de sanació emocional (Creixement personal Ho'oponopono). Impartit per Pilar Buixeda. 35 assistents.

27 SETEMBRE, 18h: Mindfulness, meditació i respiració conscient. A càrrec de Pilar Buixeda. Seu ASMOS. 20 assistents.

12 OCTUBRE: DMSM2024. Fundació Horitzó del Berguedà. Recollida de Premis SMC, projecte musicoteràpia, línia de projectes col·laboratius. Hi assisteixen 15 persones de l'entitat.

25 OCTUBRE, 18h: Mindfulness, meditació i respiració conscient. a càrrec de Pilar Buixeda. Seu ASMOS. 13 assistents.

22 NOVEMBRE, 18h: Mindfulness, meditació i respiració conscient. A càrrec de Pilar Buixeda. Centre d'Entitats de Tàrraga. 35 assistents.

6 DESEMBRE, 18h: Concert Gòspel i Nades a l'Església de Santa Maria. 208 Assistents.

16 DESEMBRE, 11:30h: Concert taller de Música i Torronada. Hi assisteixen 10 usuaris/ies, 2 tècniques, 2 membres de la Junta Directiva i familiars.

2 ACCIONS - PROJECTE ARRIBAR A LES COMUNITATS EDUCATIVES:

11 GENER: Un membre de la Junta Directiva es reuneix amb un membre de l'AFA Escola Les Savines.

10 OCTUBRE: 2ª Jornada de Portes Obertes, Seu ASMOS. Visitat l'alumnat i professorat dels dos cursos del cicle formatiu de grau mitjà d'Atenció a Persones en Situació de Dependència (TAPSD) de l'Ins. Segarra. Hi assisteixen 30 alumnes. Sensibilització en l'entorn educatiu per arribar a les famílies.

3 ACCIONS - PROJECTE ARRIBAR ALS MUNICIPIS DE LES COMARQUES DE LA SEGARRA I L'URGELL:

21 MARÇ i 24 OCTUBRE: Assistència d'un membre de la Junta Directiva a les Jornades "Salut en xarxa", (5^{ena} i 6^{ena} trobades).

18 JUNY: Local social St. Ramón, presentació d'ASMOS per 2 membres de la Junta Directiva. 5 Assistents.

13 SETEMBRE: Vilagrassa, Reunió d'un membre de la Junta Directiva amb regidoria serveis socials.

En aquestes presentacions es reparteixen díptics i altres materials de difusió, per tal de donar a conèixer l'entitat i els seus serveis i coordinar-se amb aquestes entitats de referència.

1.3.- VOLUNTARIAT

Col·laboren a l'entitat 24 voluntaris que ens ajuden a coordinar activitats: xerrades, "Dia Mundial de la Salut Mental", Fira de Nadal i altres activitats puntuals. 4 accions:

13 ABRIL, 17- 21h: Mostra entitats Tàrraga. 6 voluntaris/es.

23 ABRIL: Mercat de Sant Jordi. Paradeta amb venda de manualitats, llibres etc. Participació de 13 voluntaris paradeta de Sant Jordi, carrer Guinedilda. 13 voluntaris/es.

7 DESEMBRE, 11-14h: Fira entitats Cervera. Plaça Santa Anna. 10 voluntaris/es.

7 DESEMBRE: Mercat de Nadal a la Plaça Major. Venda de detalls de Nadal fetes pel taller de manualitats. Participació de 13 voluntaris/es.

2 voluntaris/es fent acompanyament a les residències de Gent Gran, regularment cada dimecres d'11 a 13h.

1.3.1 .- FENT COSTAT ENTRE FAMÍLIES

Projecte que ofereix a través de persones voluntàries familiars l'acompanyament des de l'experiència personal i el suport mutu, com un acte de solidaritat envers aquelles famílies que estan passant per una experiència similar, amb la finalitat de fer-los-hi el procés més lleuger.

S'han realitzat per part de dos voluntaris un total de 2 coordinacions amb familiars i a més una reunió tècnica amb la Coordinadora de Lleida.

23 MAIG: UB Màster en SM Comunitària. Hi assisteixen dues persones membres de la Junta, a explicar la seva pròpia experiència amb el projecte FCEF.

1.4. ACOMPANYAMENT INTEGRAL

Projecte subvencionat per Drets Socials, presentat com a projecte agrupat SMC.

Recolzament professional que ajuda a millorar la qualitat de vida tant a la llar com en l'entorn comunitari.

. 202 atencions socials a 9 persones de la Segarra (5 homes, 4 dones).

2.- ACREDITACIONS

2.1.- LLAR AMB SUPORT ONDARA SIÓ

Servei del Departament de Drets Socials. Habitatge on conviuen tres o quatre persones amb suport extern eventual. Pis integrat que acull persones amb trastorn mental que gaudeixen d'un bon nivell d'autonomia i que necessiten suport extern en el procés d'inclusió social.

4 persones amb trastorn mental estable (2 dones i 2 homes). 4 Març, alta.

- Coordinacions mensuals de l'equip tècnic multidisciplinari amb els usuaris/àries.
- 153 entrevistes psicològiques individuals
- 104 entrevistes socials

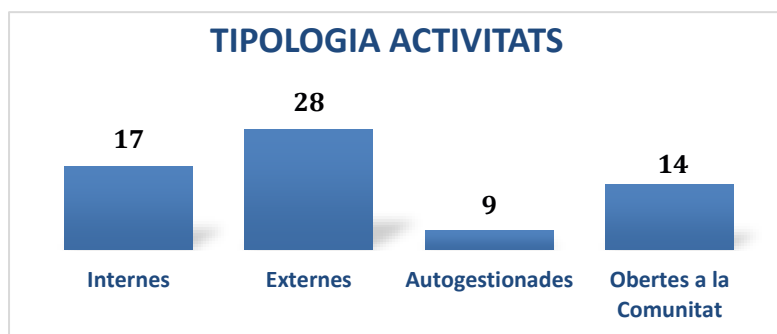
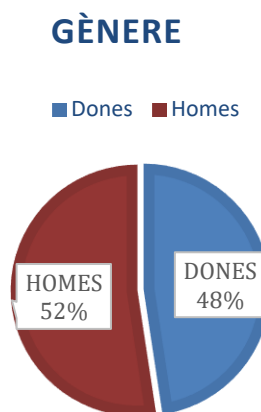
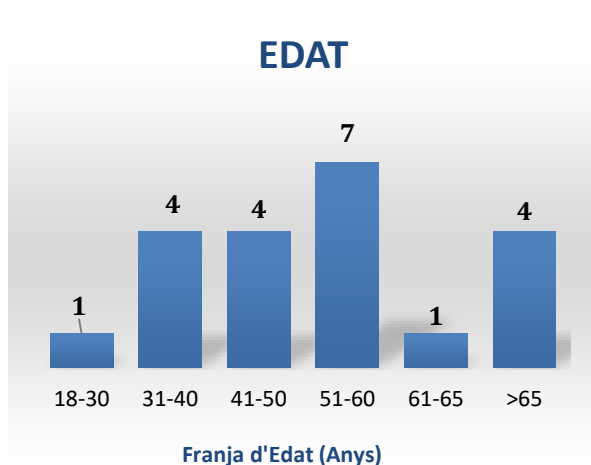
Acreditació: documentació 5 Agost. Pendent resolució.

2.2 CLUB SOCIAL L'ALZINA

Proporcionar un espai de trobada per a la realització d'activitats ocupacionals, de lleure, cultura i esports que faciliti la creació de vincles entre les primeres persones i fomenti la participació en espais normalitzats. Servei acreditat pel Departament de Drets Socials.

- Mòdul A (15-30 persones). Àmbit Comarcal. Servei inscrit al Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials del Departament de Drets Socials Generalitat de Catalunya amb el nº **S11055**.
- Obres inversió Local 5, ajut Projectes Socials Fundació "la Caixa".
- Constitució Consell Participació Club Social l'Alzina: **6 NOVEMBRE**.
 - Primera reunió ordinària: **21 NOVEMBRE**. Taula Rodona, Seu ASMOS. 14 assistents.
- Implementació software Gestor de Club Social (GCS).
- **21** usuaris/àries s'han donat d'alta (10 dones, 11 homes), cap baixa ni desvinculació.
- Implementació Assemblees mensuals d'usuaris/àries (últim dijous de cada mes). Primera assemblea més de febrer 2024. 10 assemblees.

- 20h setmanals, essent un 15% les activitats i/o tallers realitzats en cap de setmana i el 85% d'hores anuals d'activitats setmanals (activitats internes). Còmput anual aproximat: 1200 hores.



2.2.1. LLISTAT D'ACTIVITATS REALITZADES SEGONS TIPOLOGIA

- **17 ACTIVITATS INTERNES:**
 - . 9 Tallers
 - . 3 Concerts de Fundació Músicos por la Salud
 - . 2 Formacions on assisteixen usuaris/àries
 - . 1 Assemblea Mensual
 - . 1 Consell de Participació del CS l'Alzina
 - . Concert Nadal i torronada

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MÚSICA de 11:30 a 12:30 Conservatori Aurora	INFORMÀTICA de 11:15 a 12:45 CC Segarra Josep Lluís	MARXA NÒRDICA de 11:00 a 12:00 Seu ASMOS Maria i Joan Miquel	RACÓ DE LECTURA de 11:30 a 12:30 Seu ASMOS Montse	YOGA de 10:45 a 11:45 Seu ASMOS Pili
ESPORTS de 17:00 a 18:00 Seu ASMOS Jaume	CREATIVITAT de 16:30 a 18:00 Seu ASMOS Alba	MANUALITATS de 16:45 a 17:45 Seu ASMOS Raquel i Maria	HORTICULTURA de 16:30 a 17:30 Seu ASMOS - Bosquet Joan Miquel i Jaume	CUINA de 12 a 13 Seu ASMOS Raquel
				BINGO CINEFÒRUM* de 17:00 a 18:00 Seu ASMOS Laia *Darrer div. de mes

Més informació a:

Av. de la Segarra, 8, baixos
973 531 673 / 696 159 132

csalzina@salutmentalondarasio.cat
www.salutmentalondarasio.cat

Salut Mental Ondara Sió
amos_ondarasio

• 28 ACTIVITATS EXTERNES (SORTIDES):

- 3 Tallers (Musicoteràpia, Informàtica i Cuina)
- 2 Concerts Festival de Pasqua
- Caçadors de Bolets
- Cerca d'Or al Riu Segre
- Concert Benèfic Ondara Gòspel
- Concert Orquestra de Cambra de la Catalunya Interior
- Dia Mundial de la Salut Mental a Berga
- Teràpia assistida amb cavalls
- Festa d'Estiu d'ASMOS
- Fira d'Entitats i Fira de Nadal de Cervera
- Fira de l'Ou de St. Guim de Freixenet
- Fira del Barber de Concabella
- La Passió de Cervera (veure l'espectacle)
- Maria Canals Porta Cua (piano de cua públic)
- Passejada pel mercat i beuret (activitat estival)
- Piscines (activitat estival)
- Jardí pels Sentits SensaSió, a Castellnou d'Oluges
- Sortida a la Formatgeria de Biosca "L'Aubagueta"
- Sortida Respir 1^a persona a Altafulla
- Teatre Musical L'Espill Encantat
- Un Matí D'Orquestra (Orquestra Julià Carbonell de Lleida)
- Visita a l'Alzina centenària de Suró
- Visita i Tast a Casa Dalmases
- Vistes Fisiomed

- **14 ACTIVITATS OBERTES A LA COMUNITAT:**

- . 14 de 28 les activitats externes (51%)

- **9 ACTIVITATS AUTOGESTIONADES:**

- . Piscina Municipal de Cervera a l'estiu
- . Tennis Taula a l'estiu
- . Ús lliure del club
- . Celebració de festivitats i aniversaris
- . Creació de material per les festivitats
- . Sopar a les piscines
- . Trobades setmanals a casa d'algun usuari
- . Concerts (Ressonàncies del silenci, etc)
- . Akelarre

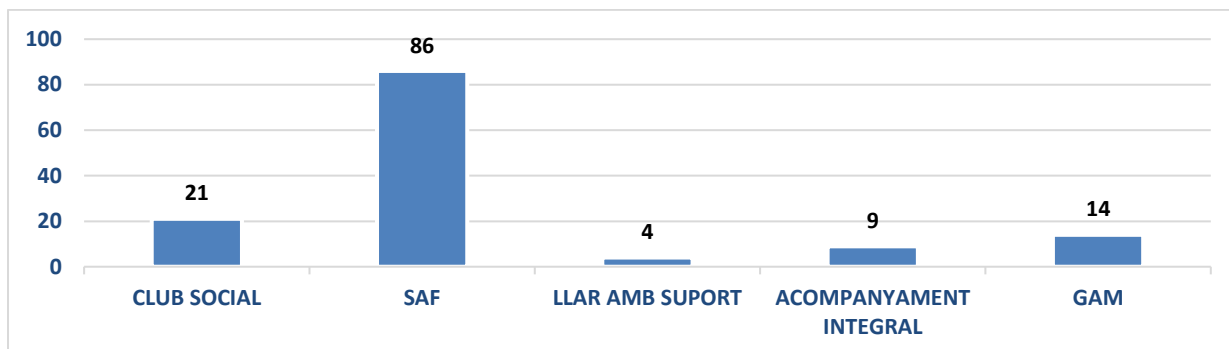
➤ **9** Coordinacions amb entitats del territori: 1 CMiA, 2 Quàlia, 1 F. Xavier Paules, 1 SRC Tàrrrega, 1 CAP Tàrrrega, 1 SM CAP Cervera, 1 amb REBEC CAP Cervera, 1 Creu Roja Cervera.

3. SERVEIS COMPLEMENTARIS COORDINATS AMB ALTRES ENTITATS

AMB ASSOCIACIÓ ALBA:

- . SASVI INDIVIDUAL: 4 PERSONES
- . SASVI FAMILIAR: 1 PERSONA

4. TOTAL BENEFICIARIS/ÀRIES I SERVEIS REBUTS



134 persones ateses (79 dones, 55 homes)

GÈNERE



5.- REUNIONS

-REUNIONS SOCIS:

- 20 JUNY, 18h: Convocatòria assemblea general ordinària.
- 16 OCTUBRE, 16:30h: Assemblea extraordinària de socis online.

-REUNIONS TRIMESTRALS TALLERISTES

-REUNIONS TRIMESTRALS COMISSIÓ HABITATGE SALUT MENTAL

-CONSELL DE PARTICIPACIÓ AMB FEDERACIÓ QUADRIMESTRALS I EXTRES

- REUNIONS TÈCNiques MENSUALS COORDINADORA SM TERRES DE LLEIDA

-REUNIONS MENSUALS JUNTA DIRECTIVA

-4 SESSIONS COMISSIÓ TÈCNICA ASMOS

- PRESIDENTA O ALTRES MEMBRES DE LA JUNTA DIRECTIVA ASSISTEIXEN A LES ASSEMBLEES DE SMC i COORDINADORA TERRES DE LLEIDA

-PREVINTEGRAL: Devolució resultats Previntegral avaluació psicosocial. Hi assisteixen 5 tècniques. Mateix dia reunió amb 6 membres Junta Directiva.

TROBADES:

- ✓ **28 JUNY, 17-22h:** Festa d'Estiu d'ASMOS. Hi assisteixen 5 tècniques, 8 membres de la Junta Directiva, 9 usuaris/àries i 15 familiars.
- ✓ **DESEMBRE, 13h:** Dinar de Nadal. Hi varen assistir 22 persones de la Junta i tècniques.
- ✓ **19 SETEMBRE, 11h:** 1ª Trobada Apropa Cultura a Lleida. Trobada entitats socials i programadors culturals, que va servir per a reflexionar sobre l'accessibilitat cultural i presentar la nova programació. Teatre de l'Escorxador. Hi assisteixen 2 tècniques.

3.1 TAULA DE SALUT MENTAL URGELL SEGARRA:

- ✓ **17 ABRIL, 12-14H:** 1^{era} Plenària. Antic escorxador de Tàrrega (C/Solana, 6). Hi assisteixen 2 membres de la Junta i 4 tècniques.
- ✓ **23 OCTUBRE:** 2ª plenària. Ajuntament de Guissona. Hi van assistir 3 tècniques.
- ✓ 4 reunions de coordinació Grup motor, format online.
- ✓ Eixos 1, 2 i 3 de treball en diagnosi SM. 3 tècniques i 1 membre de la Junta Directiva.

ALTRES:

- ✓ Reunions Taula sociosanitària (PAERIA) i ComSalut (CAP Cervera).
- ✓ Pla de Salut de Cervera (PAERIA).
- ✓ **19 JUNY:** Diagnosi de necessitats en salut mental a l'entorn rural. Organitza Federació SMC, Projecte pilot Som Rurals Som Muntanya. 9 usuaris/àries i 12 familiars, una tècnica.

6. FORMACIONS

TÈCNIQUES:

14 SETEMBRE: Formació en gestió col·laborativa de la medicació. 2 tècniques.

5 MAIG: Parlem de drets i deures en SM. Impartit per Coordinadora SM Terres de Lleida.

26 JUNY: Xerrada presa anticipada de decisions. Coordinadora SM Terres de Lleida.

7 DESEMBRE: Taller de formació en subvencions. Fundació Verge Blanca. 2 tècniques assistents.

Tècnica 1:

- Curs: "Prevenió i Intervenció en la conducta suïcida i autolesiva", SMC
- Formació: "Parlem de Drets i Deures en Salut Mental" (Xarxa de recursos en cas de vulneració de drets), Coordinadora SM Terres de Lleida.
- II Jornades de Formació: -Detecció i Prevenió del suïcidi en persones joves. II Jornades de Formació i treball, Ocell de Foc ponent
- Càpsula Formativa sobre Gestió col·laborativa de la medicació, SMC
- Curs: "Teràpies contextuals en l'abordatge de la conducta suïcida i auto lesiva", COPC
- Reunió SMC i Pla Director de SM i Addicions: Reorganització de la Mitjana i Llarga Estada (MILLE)
- II Jornada a Catalunya sobre el TOC. Abordatge multidisciplinar del tractament del TOC. - Tractament en nens, joves i adults. Investigació, teràpies i comorbiditat amb depressió, TEA,- TCA, trastorns d'ansietat i personalitat, addiccions, TDAH i tics/ Tourette, COPC
- Curs "Autocura del professional que intervé en situacions de violència", COPC
- Càpsula Formativa: "Acompanyament Emocional per a la prevenió del suïcidi", Federació SMC

Tècnica 2:

- Drets i Deures en Salut Menta, Coordinadora SM Terres de Lleida
- Prevenió i Detecció del Suïcidi, Ocell de Foc Ponent
- Presa de Decisions Anticipades, Coordinadora SM Terres de Lleida
- Gestió col·laborativa de la medicació, Federació SMC
- Animació Sociocultural, Fundació Pere Tarrés
- Comitè en 1ª persona, Federació SMC

Tècnica 3:

- Formació en Eines Digitals, Impartit per la Federació Catalana de Voluntariat Social
- Formació ISO i altres sistemes de qualitat, Federació SMC
- Eines per als programes de lluita contra l'estigma i sensibilització, Federació SMC
- Eines per al treball de les reunions telemàtiques, Federació SMC

Tècnica 4:

- Drets i Deures en Salut Mental, Coordinadora SM Terres de Lleida
- Presa de Decisions Anticipades, Coordinadora SM Terres de Lleida
- Prevenió i Detecció del Suïcidi, Ocell de Foc Ponent
- B2 Anglès, CFA Joan Comorera
- ACTIC nivell mitja, CFA Joan Comorera

FORMACIONS JUNTA DIRECTIVA

6 NOVEMBRE: Persones inscrites per a participar dels grups focals del projecte "Salut mental amb perspectiva d'edat: estudi sobre envelliment i benestar emocional". 1 Membre de la Junta Directiva.

18 SETEMBRE, 17h: FORMACIÓ ASSPLUS. 2 membres de la Junta Directiva.

FORMACIONS PRIMERA PERSONA

5 MAIG: Parlem de drets i deures en SM. Impartit per Coordinadora SM Terres de Lleida.

26 JUNY, 12-13H: Xerrada presa anticipada de decisions. Impartit per Coordinadora SM Terres de Lleida.

6 NOVEMBRE, 10-12H: Formació sexoafectivitat. Impartit per Associació Antisida de Lleida. Biblioteca de Tàrrrega (sala annexa). 1 Usuari.

6. FUTUR

- **Nou pla estratègic 2025-2029**
- **Implementació Sinèrgia CRM**

7. COL·LABORADORS

