SALUD MENTAL
Aranda

MEMORIA
2022

INDICE

1.- INTRODUCCIÓN

2.- SERVICIOS

2.1 INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO

2.2 PROMOCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

2.3 CENTRO OCUPACIONAL

2.4 PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

2.5 APOYO FAMILIAR

2.6 APOYO PSICOLÓGICO

2.7 EMPLEO

2.8 VIVIENDA SUPERVISADA

2.9 ATENCIÓN INTEGRAL

2.10 ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

2.11 ASISTENTE PERSONAL

2.12 OCIO

2.13 MUJER

2.14 COMUNICACIÓN

2.15 VOLUNTARIADO

2.16 INFANTO JUVENIL

3.- FINANCIADORES

INTRODUCCIÓN

La Asociación Salud Mental Aranda, se creó en el año 2000, a iniciativa de familiares y personas con problemas de salud mental de Aranda de Duero y la Comarca que detectaron que sólo con la atención de los profesionales sanitarios, no era suficiente para que la persona con problemas de salud mental mejorase. Valorando la experiencia de otras entidades similares, decidieron fundar una asociación que cubriese esas necesidades a las que la administración no llegaba. Esta entidad es un referente en salud mental en la localidad y comarca, no existiendo otra entidad sin ánimo de lucro que atienda a este colectivo de manera específica y especializada. Salud Mental Aranda es una entidad declarada de utilidad pública y sin ánimo de lucro.

En 2022 hemos atendido a 251 personas con problemas de salud mental, más 123 familiares, y en el proyecto de infancia a 42 niños/as y jóvenes. Con respecto a 2021 vemos un incremento en el volumen total de personas, y sobre todo, observamos un incremento en la lista de espera para acceder a algunos de nuestros servicios, de tal forma que el número de atendidos podría haber sido mayor, pero se ve limitado por la falta de recursos económicos y humanos.

Nuestros objetivos en 2022 en cuanto a los servicios que prestamos, han sido:

- ✓ Afianzar el proyecto de apoyo psicológico en infancia y juventud, consiguiendo financiación por parte del Iltre. Ayuntamiento de Aranda de Duero, para darle continuidad desde octubre de 2022, y durante 2023. Contamos con una psicóloga en dedicación a este programa, y en 2022, como indicábamos, pudo atender a 42 niños/as y jóvenes, más otras personas en una primera cita pero que finalmente no se incorporaron al programa.
- ✓ Mantener la atención en la zona rural, continuando con el servicio de empleo para personas en riesgo de exclusión social en Huerta de Rey por segundo año, junto con 3 talleres semanales en la sede de Roa y 3 talleres en la sede de Huerta. Además, todos los servicios de Asistente Personal, que en la zona rural en 2022 atendimos a 14 personas.
- ✓ Grupo de supervivientes del suicidio, se puso en marcha en noviembre de 2022, tras un proceso de difusión e información. Nunca habíamos abordado este tema, y es muy necesario, trabajar no sólo en la ayuda y apoyo a los supervivientes, sino también la prevención, a través de todos nuestros servicios.
- ✓ Proyecto Viviendo en Red, un proyecto financiado por los Fondos Next Generation, a través de nuestra Federación Salud Mental Castilla y León. Es un proyecto de digitación y mejora energética de nuestras viviendas, ofreciendo por un lado tecnología para ayudarnos a tener un consumo más eficiente, pero por otro implantar tecnología que ayude a las personas residentes, ofreciendo una tecnología acorde a sus necesidades con el programa GRADIOR de rehabilitación cognitiva. Comenzó en 2022 y su implantación será en 2023.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

251
PERSONAS ATENDIDAS

122
MUJERES

129
HOMBRES

123
FAMILIARES ATENDIDOS

85
MUJERES

38
HOMBRES

42
NIÑOS/AS Y JÓVENES

26
CHICAS

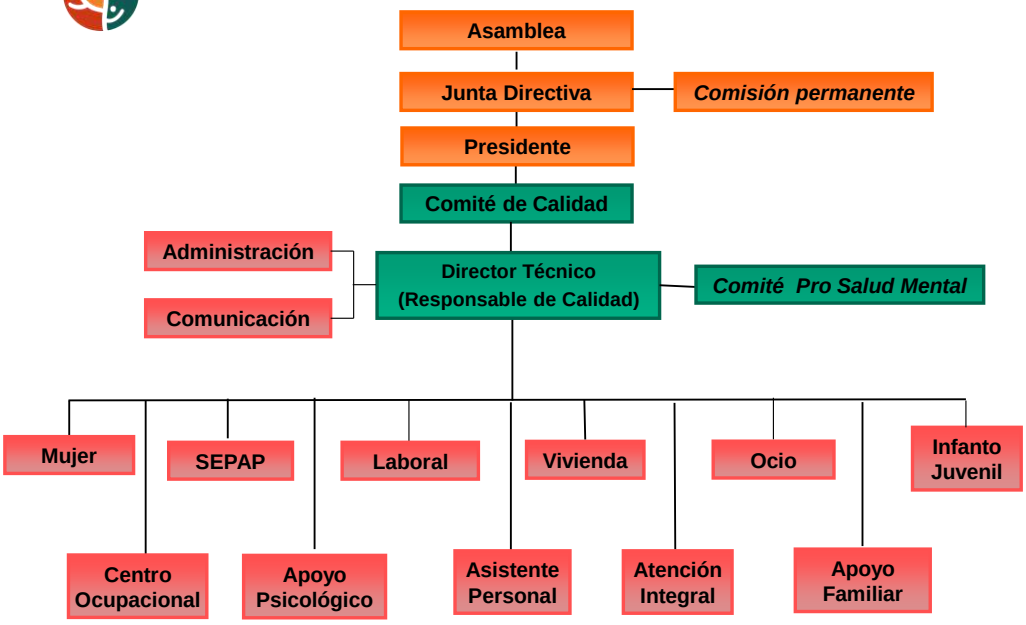
16
CHICOS

RESULTADOS OBTENIDOS

Las valoraciones de cada servicio, se recogen en el apartado específico de cada uno de ellos con los gráficos y valoraciones.

No realizamos un cuestionario general, porque el volumen de personas es demasiado amplio, y porque no resulta del todo efectivo. Es mucho más interesante ver las valoraciones que cada persona aporta en un servicio concreto y que nos ayuda a mejorar, y a realizar los cambios que sean necesarios. La mejora en el servicio es a través de la evaluación continua que permite ir adaptando el servicio a las necesidades que van apareciendo.

ORGANIGRAMA DE SALUD MENTAL ARANDA



Fecha: 01/09/2021
Fdo. Gerencia

En la máxima dirección está la **Asamblea de Socios**, de la cual se elige la **Junta Directiva**, formada actualmente por 5 cargos:

Presidente: Elena Briongos Rica

Vicepresidente: Yolanda Palacios Ruiz

Secretario: Sara Alcalde Rojo

Tesorero: Nuria Heras Escudero

Vocal: Isabel Candela Fernández Lázaro

A continuación, está el **Comité de Calidad**, formado por la Junta Directiva, la Dirección y los Responsables de Servicios.

A nivel Técnico, la entidad está dirigida por la **Directora Técnico**, que es a su vez Responsable de Calidad.

El **Comité Pro Salud Mental**, se reúnen el último viernes de mes, y es coordinado por un técnico de la asociación. Un representante del Comité de Aranda, acude a las reuniones regionales en Valladolid, y de este comité de nombra un representante para acudir a las reuniones nacionales. Tiene un peso muy importante en la organización de la entidad.

<u>El equipo técnico está formado por:</u>

Dirección: Eva Fernández Aylagas

Psicóloga, Responsable de Apoyo a Familias, Viviendas y Mujer: Alba Ortiz Juez

Administración. Noelia Contreras Oreca

Servicio de Empleo:

- Responsable del Servicio de Empleo: Patricia Muñoz Ribate

- Técnicos de Integración Laboral:

  Celia Mínguez Sebastián

  Natividad Póveda Vidal

  Alba Redondo Redondo

  Inmaculada Molinero Portillo

Servicios:

- Responsable de Servicios (Centro Ocupacional y SEPAP): Belén Nebreda Acero
- Responsable de Servicios (Servicio de Atención Integral y Servicio Asistente Personal): Cristina Pérez González
- Técnicos de Servicios:

  Mª Teresa Sanz Martín

  Marta Sanz Picón

  Alexandre Matos Herrera

  Juan José Zapponi Rojas

  Celia Górriz Sanz

  Cristina Muñoz Ribate

  Félix Esteban Herrero

  Mª del Carmen Cerezo Bustos

  Cristina Hoya Gonzalo

  Ana Claudia Mancini

  Alicia Benito Guerrero
- Servicio Infanto Juvenil: Blanca Esther Cuesta Sanz

Desarrollo de buenas prácticas e implantación de sistemas de gestión de calidad

Desde abril de 2011 se trabajó en la implantación de un Sistema de Calidad basado en la norma ISO 9001/2008, con el consiguiente resultado de conseguir la Certificación de Calidad en 2012 para Centro de Día y Programas, que se ha mantenido en los años sucesivos, y en 2015, se amplió el alcance a las Viviendas Supervisadas. En 2015, con motivo del 15º Aniversario de la Asociación, y siguiendo la trayectoria del movimiento asociativo al que se pertenece, se hizo el cambio de nombre de FEAFES ARANDA FESMA, por un nombre nuevo, SALUD MENTAL ARANDA. En 2017, se trabajó por una imagen más renovada y actual, lanzando una nueva página web: www.saludmentalaranda.org, más moderna y accesible. En 2020, se apostó por la presencia en redes sociales, con publicaciones diarias en Facebook y Twitter, y en octubre de ese mismo año creamos nueva cuenta en Instagram. En el apartado de Comunicación se detalla este punto.

En 2022, se ha mantenido la certificación de calidad bajo la norma ISO 9001/2015, para Centro de Día, Programas y Viviendas Supervisadas. Se mantienen las líneas de actuación trabajadas en los años anteriores en cuanto a la imagen y visibilidad de la entidad.

INFORMACIÓN. ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO

DESCRIPCIÓN

Es la puerta de entrada a los servicios de la asociación. Se da información y orientación a todas aquellas personas que lo demandan, así como asesoramiento en trámites, solicitudes, acceso a recursos, etc., relacionado con salud mental.

ACTIVIDADES

SEDES Y DELEGACIONES

Plaza San Esteban nº8 Bajo

Aranda de Duero (Burgos)

Calle Juan Bravo nº 2 Bajo

Aranda de Duero (Burgos)

C/ Cardenal Cisneros, 9
Roa de Duero (Burgos)

C/ Rodríguez Valcárcel, 4 (antiguo CEAS)
Huerta de Rey (Burgos)

PROMOCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

DESCRIPCIÓN

Nuestro objetivo es difundir una imagen positiva de la Salud Mental, a través de Campañas Informativas, Charlas, u otras actividades de repercusión en la sociedad.

ACTOS BENÉFICOS

IX Comida solidaria en Huerta
El 16 de abril

Artedán Actuación de fin de curso
El 17 y 23 de junio

INVERNAFEST
Concierto organizado por la Asociación Cultural El Invernadero", el 18 de junio

Triatlón
El 24 de julio

Novillada de Jarocho en Huerta
El 6 de agosto

Recital de Cultural Abismo "El mundo está muy muy loco"
El 4 de noviembre

Desayuno solidario, IES Ribera del Duero de Roa
El 22 de diciembre

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

El 10 de Octubre, se celebra el Día Mundial de la Salud Mental, en 2022 con el lema "Dale Like a la Salud Mental. Por el derecho a crecer en bienestar". Tras la pandemia, se retoma la celebración conjunta de todas las asociaciones, en 2022 en León juntando a más de 800 personas. El día 6 de octubre, tuvo lugar un acto institucional en el salón de plenos del Iltre. Ayuntamiento de Aranda de Duero, con la lectura del Manifiesto del Día Mundial, por parte de representantes del Comité Pro Salud Mental, junto con las reivindicaciones desde nuestro movimiento. Ese mismo día se inauguró la exposición de pintura en la Casa de Cultura, contando en ambos eventos con la presencia de la alcaldesa, Dña. Raquel González y la concejala de Acción Social, Dña. Cristina Valderas. Se colocó una pancarta en el balcón del ayuntamiento, y se iluminó de naranja la Casa del Deporte.

CENTRO OCUPACIONAL

DESCRIPCIÓN

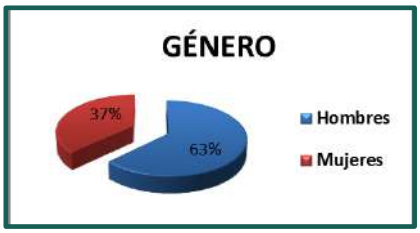
Centro de atención de lunes a viernes, en horario de mañana y tarde, que ofrece apoyos especializados e integrales para personas con problemas de salud mental. Se pretende potenciar la autonomía personal y la promoción de la vida activa, teniendo como finalidad su inclusión social y/o laboral en la comunidad.

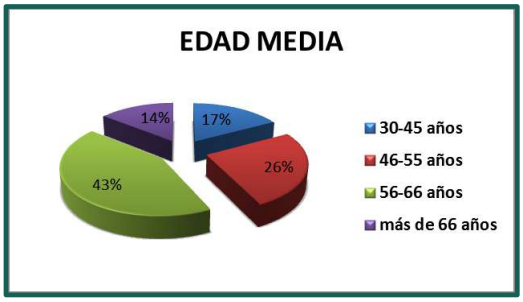
PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

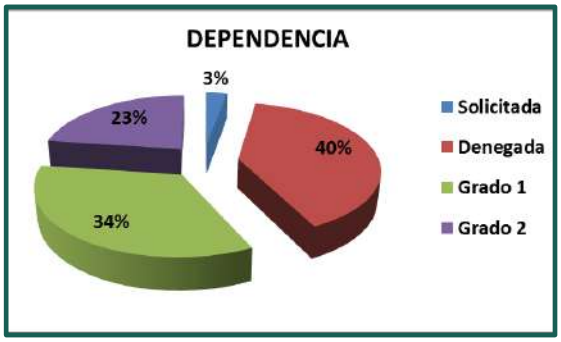
35 PERSONAS ATENDIDAS

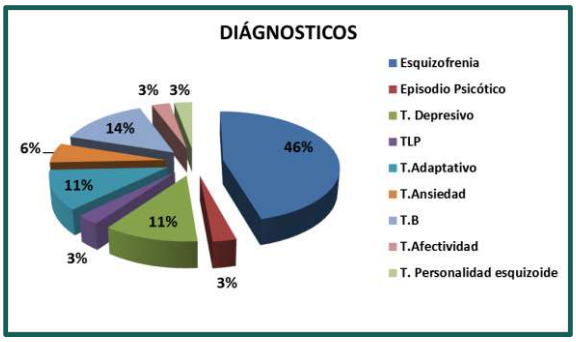
4 ALTAS

6 BAJAS









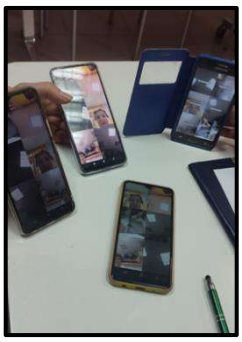
ACTIVIDADES REALIZADAS

Promoción de la vida activa

- Taller
- Dibujo y Pintura
- Emociones
- Costura
- Salud musical
- Juegos de mesa
- Informática y Nuevas Tecnologías
- Ingeni@
- Bajando al cuerpo
- Crea y Elabora
- Atención Individualizada

Integración en la comunidad

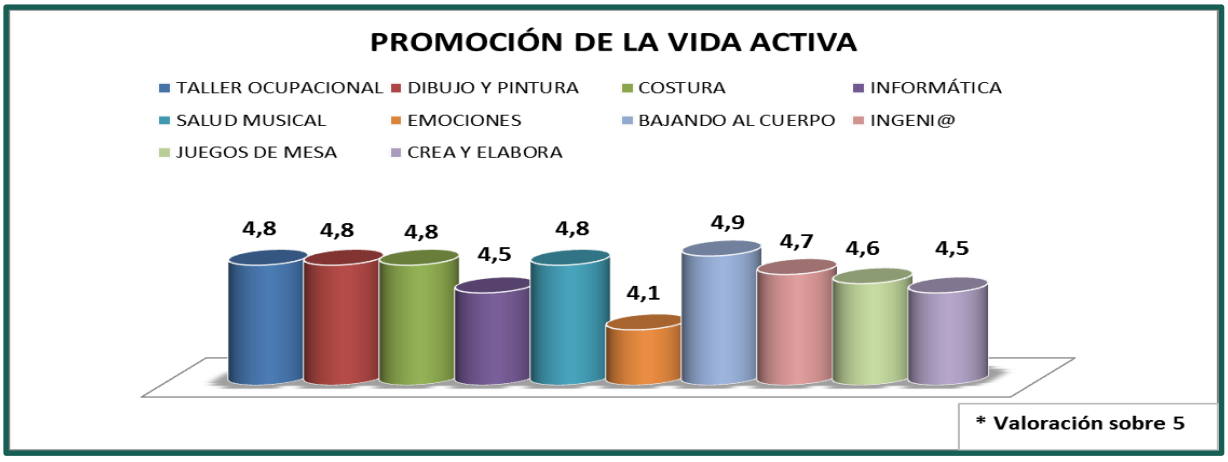
- Huerto Ecológico
- Fútbol
- Piscina
- Yoga
- Senderismo
- Activ-T
- Tenis

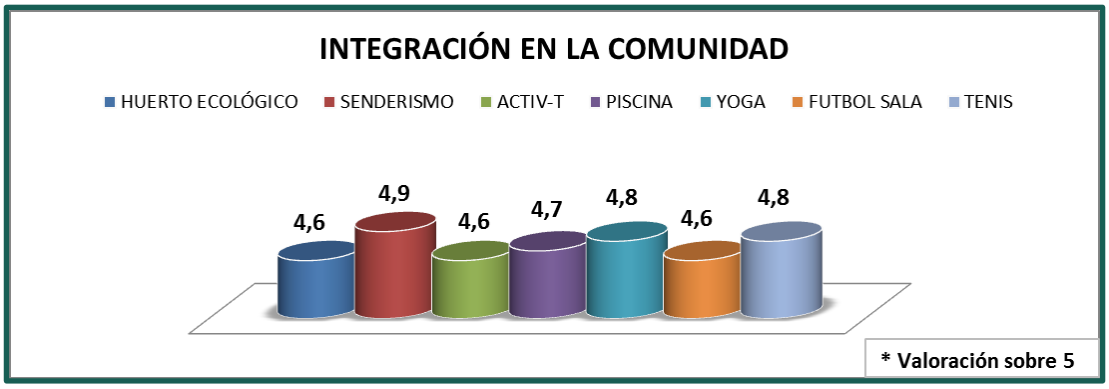


RESULTADOS OBTENIDOS

SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

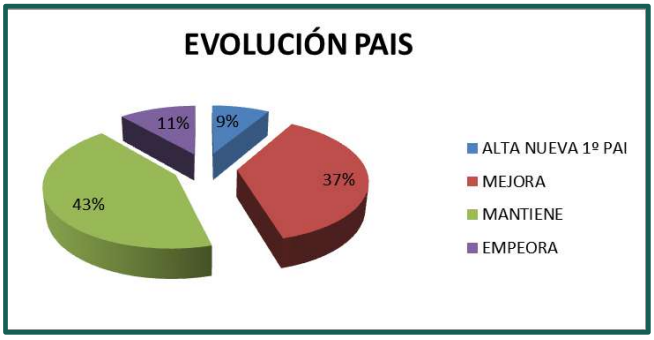
Las puntuaciones son del 1 al 5. Siendo el 1 la puntación más baja y el 5 lo más alto.





EVOLUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

PLAN DE APOYOS INTEGRADO (PAI). Se trata del conjunto de apoyos y actuaciones de facilitación que la persona necesita para poder activar y/o desarrollar su proyecto de vida y disfrutar de una vida con significado. Se revisa cada seis meses.



SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

DESCRIPCIÓN

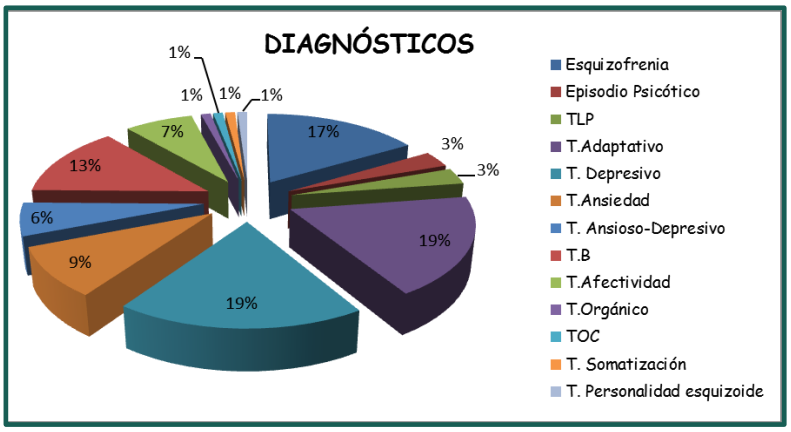
Los Servicios de Promoción de la Autonomía Personal tienen por finalidad desarrollar y mantener la capacidad personal de controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias, para que las personas puedan desarrollar su proyecto de vida en su propia comunidad.

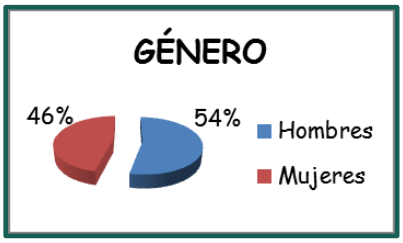
PERFIL Y PERSONAS TENDIDAS

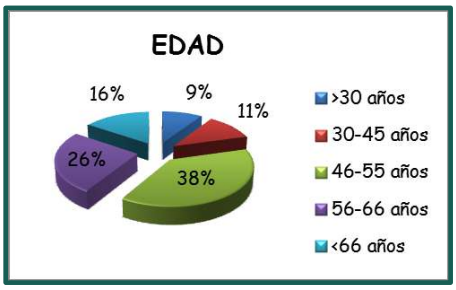
97 PERSONAS ATENDIDAS

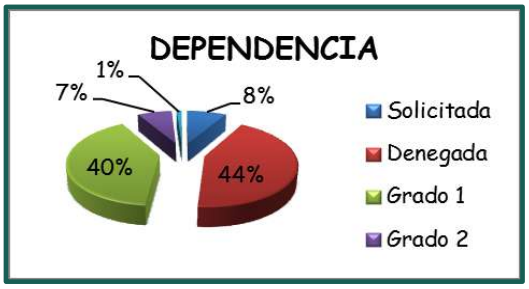
34 ALTAS

20 BAJAS









ACTIVIDADES REALIZADAS

Promoción, mantenimiento y recuperación de la autonomía personal (PMR)

- Baile
- Futbol
- Tenis
- Informática y Nuevas Tecnologías
- Piscina
- Movimiento y relajación
- Pilatess
- Bicicleta
- Actíva-T
- Senderismo
- Juegos de mesa

Habilitación Psicosocial (HP)

- Atención Individualizada
- Diversión con Diversidad
- Emociones
- Grupos de Apoyo
- Divergentes
- Bajando al cuerpo
- Autoestima
- Sumando Voces Femeninas

Estimulación cognitiva (EC)

- Ingeni@

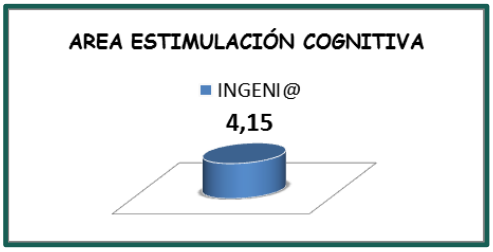
Habilitación y Terapia Ocupacional (HTO)

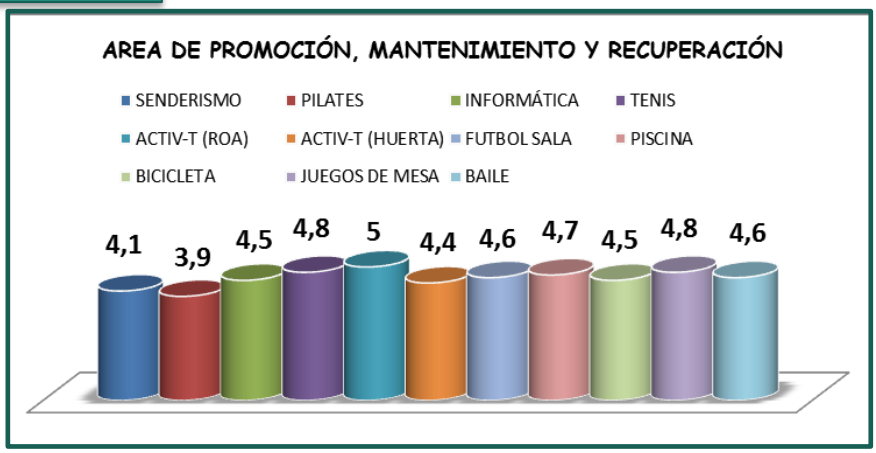
- Ideas Creativas
- Costura
- Dibujo y Pintura

RESULTADOS OBTENIDOS

SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

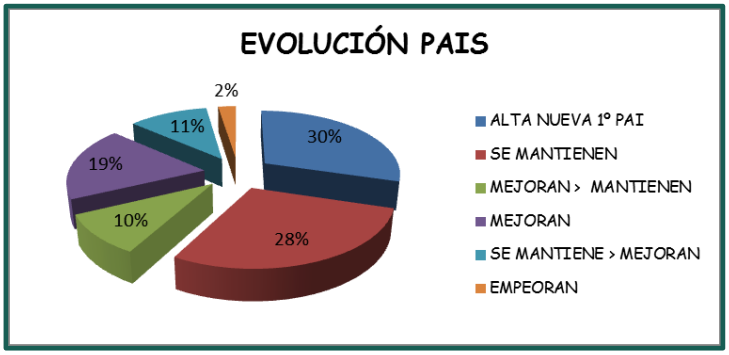
Las puntuaciones son del 1 al 5. Siendo el 1 la puntación más baja y el 5 lo más alto.





EVOLUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

PLAN DE APOYOS INTEGRADO (PAI). Se trata del conjunto de apoyos y actuaciones de facilitación que la persona necesita para poder activar y/o desarrollar su proyecto de vida y disfrutar de una vida con significado. Se revisa cada seis meses.



APOYO FAMILIAR

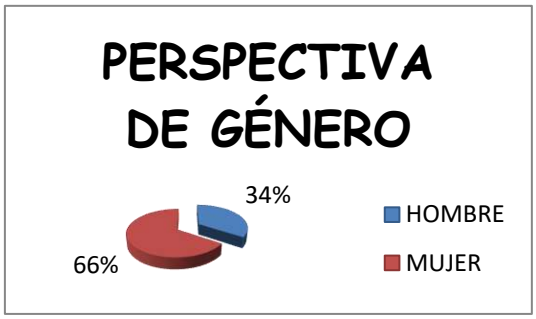
DESCRIPCIÓN

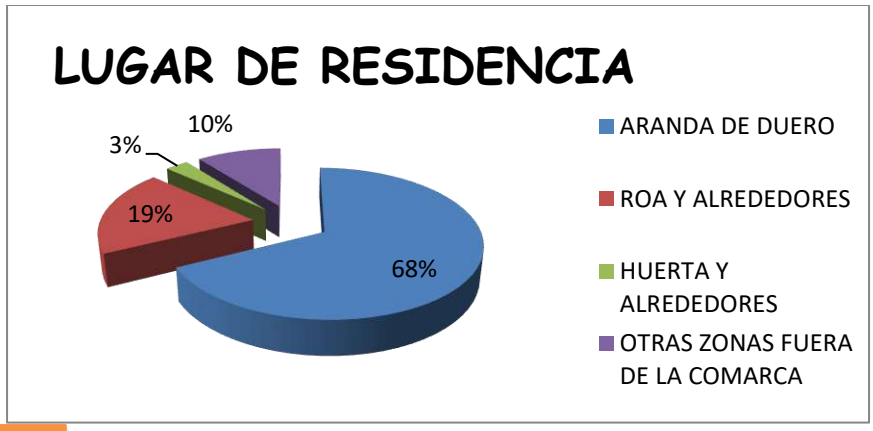
El apoyo familiar se centra en prestar orientación a la unidad de convivencia familiar, en especial a los miembros que lo demanden, estableciendo pautas para que las familias sean facilitadoras y copartícipes del proyecto de vida de las personas con problemas de salud mental.

Se proporciona información sobre temas relacionados con los problemas de salud mental que sufre su familiar y todo lo que concierne al desarrollo de su convivencia.

Durante el intercambio de información, se valora el caso particular y en función de las necesidades que precise se le ofrecen los distintos apoyos (apoyo especializado, grupo de ayuda mutua (GAM), grupo de supervivientes del suicidio, ocio, voluntariado…)

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS → 105 BENEFICIARIOS





ACTIVIDADES REALIZADAS

INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN

- Asesoramiento inicial sobre el caso
- Resolver sus dudas
- Conocer la Asociación y sus servicios

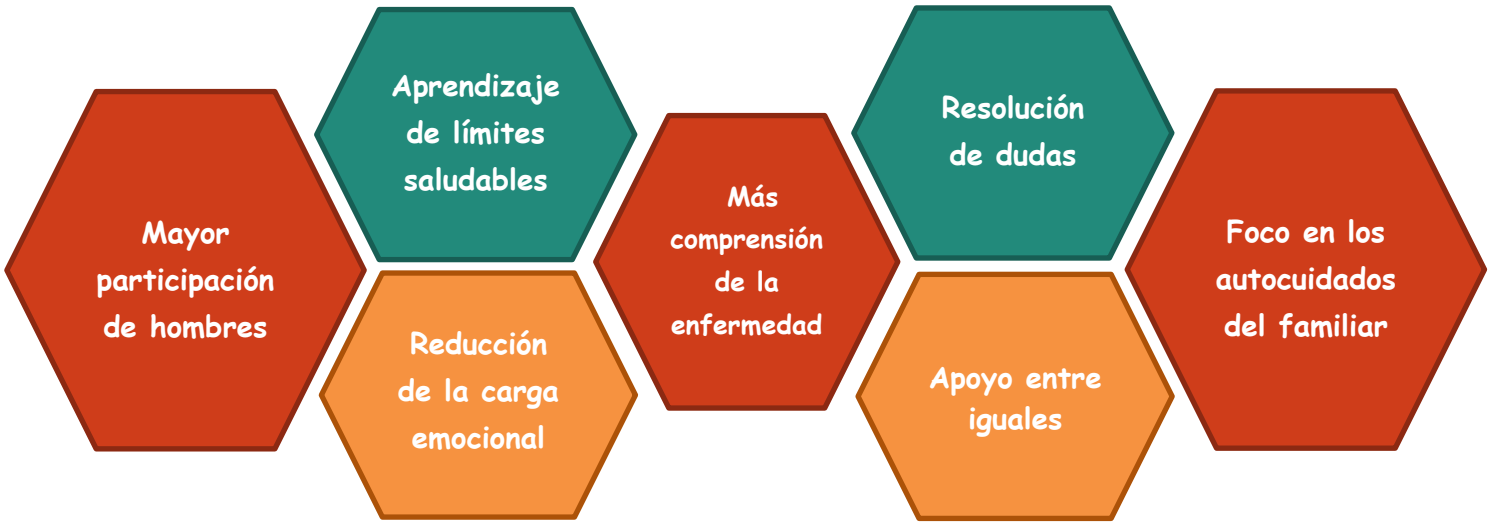
APOYO PSICOLÓGICO

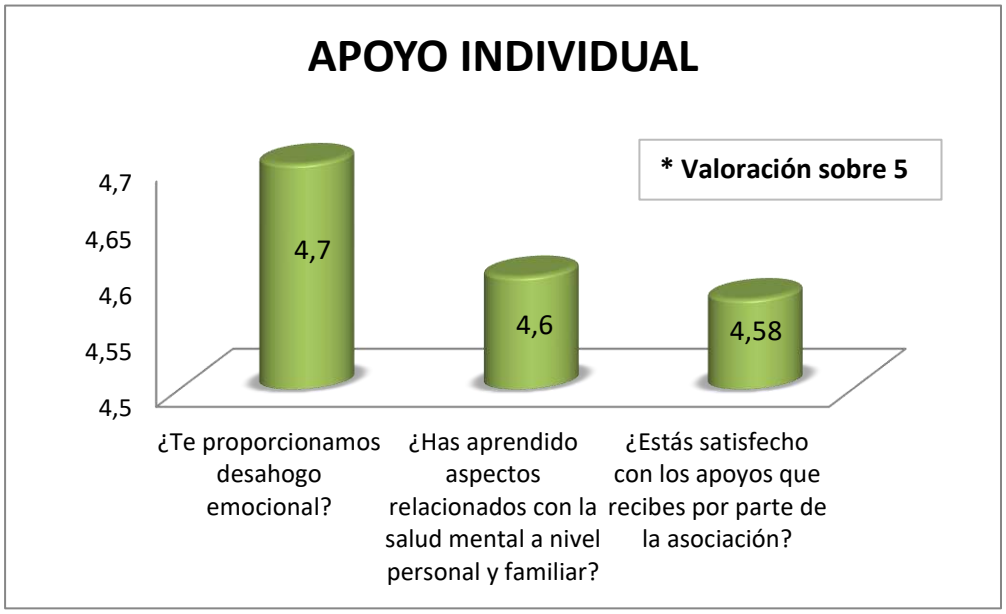
- Entrevistas individuales
- Encuentros de mediación familiar

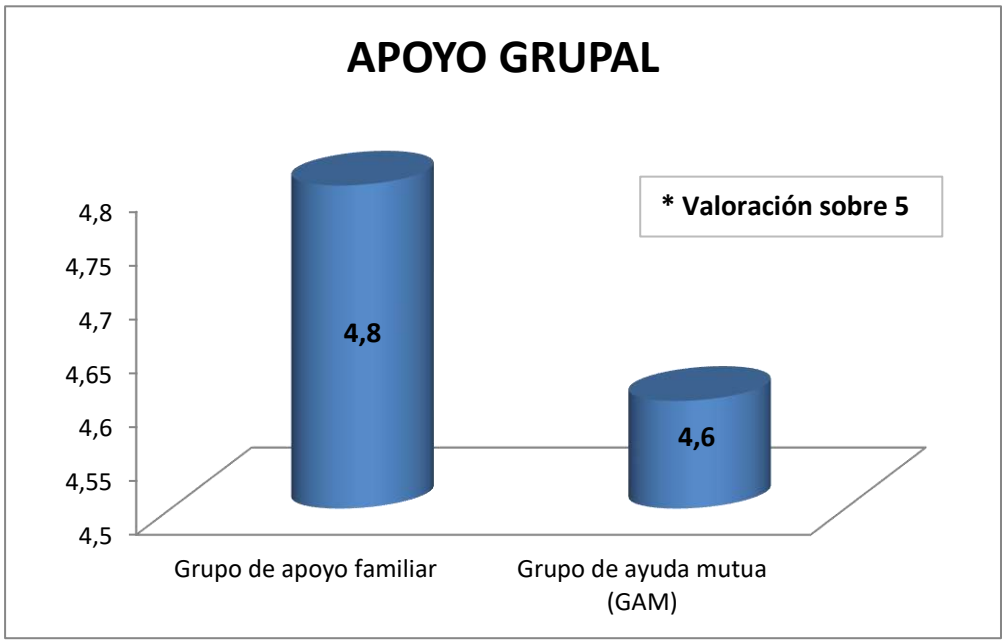
GRUPOS DE APOYO FAMILIAR

- Inicial
- Avanzado (GAM)
- Grupo de supervivientes del suicidio

RESULTADOS OBTENIDOS







SERVICIO DE APOYO PSICOLÓGICO

DESCRIPCIÓN

Prestamos apoyo psicoterapéutico para facilitar la expresión de pensamientos, la gestión de emociones, y la adquisición de habilidades que fomenten las capacidades y fortalezas.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

Proporcionamos apoyo psicológico a todas las personas que están participando en los diferentes servicios de la entidad y precisan temporalmente trabajar su malestar mental.

Por otro lado, facilitamos este acompañamiento emocional a personas que no se encuentren en disposición de participar en nuestras actividades y precisan prioritariamente un trabajo psicológico individual.

ACTIVIDADES REALIZADAS

MODALIDAD

Formas de llevar a cabo la atención: presencial, telefónica, domicilio, exterior de las instalaciones

Clima de confianza, escucha y diálogo

Espacio libre de juicios

RESULTADOS OBTENIDOS

Estabilización de crisis

(reducción de ingresos, colaboración con el equipo de sdalud mental público)

Interés y demanda de otros servicios

(solicitud de dependecia y discapcidad como requisitos de entrada)

Aumenta la participación de familias

(se ha intentado que al menos un familiar por partipante cause alta)

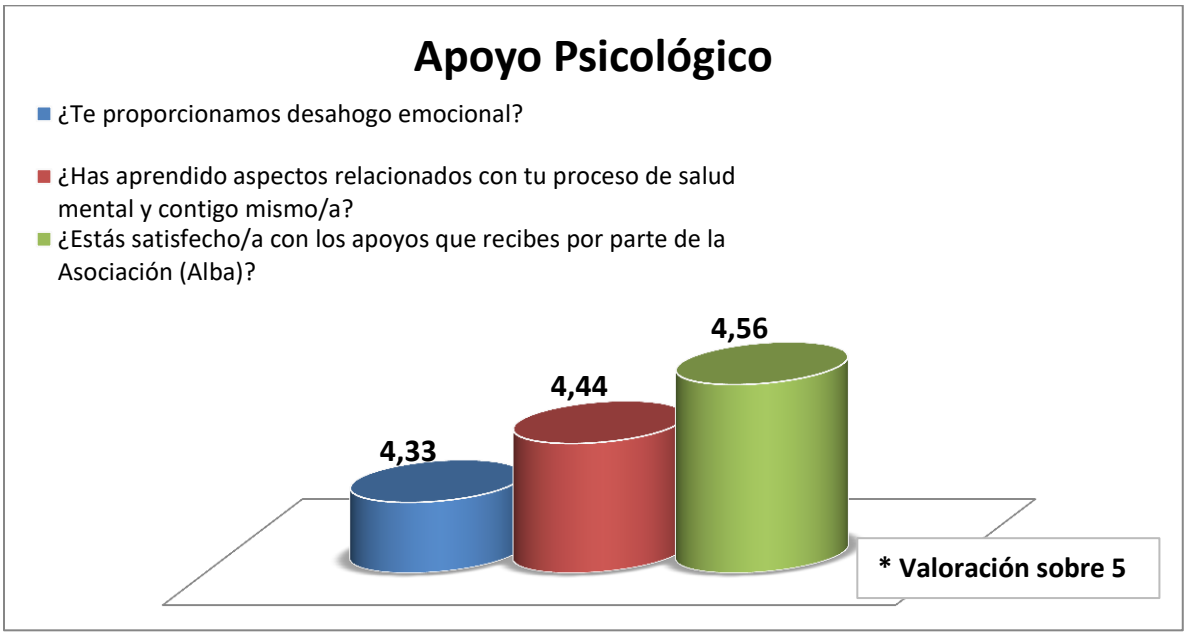
Fomento de campañas de sensibilizaión social

(prevención del suicidio y la depresión en redes y medios de comunicación)

EVOLUCIÓN Y SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

Se han realizado 202 intervenciones a lo largo del año, un 10% más que en 2021.

Recalcan el buen aporte en su salud emocional, pues van cogiendo con el paso del tiempo seguridad y confianza en sí mismos. También se destaca la profesionalidad, la seriedad y la confidencialidad; pues hay situaciones vitales que solo pueden contar en este espacio.



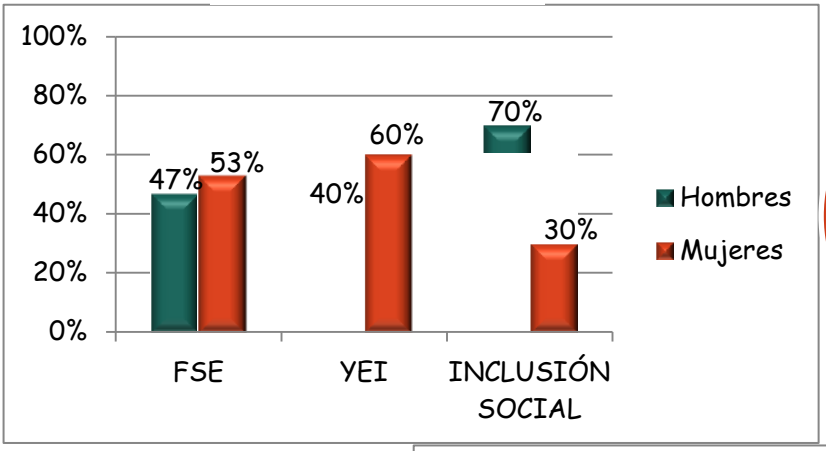
EMPLEO

DESCRIPCIÓN

El modelo de Itinerarios Personalizados de Inserción Socio-Laboral, nos permite trabajar de forma integral con la persona, trabajando sobre aspectos personales y sociales que mejoren su empleabilidad. Nos permite prestar una atención individualizada durante todo el proceso de inserción socio-laboral así como la puesta en marcha de diferentes acciones que atiendan a las necesidades concretas en cada momento y conformes a su proyecto de vida, deseos y aspiraciones laborales.

PERFIL

GÉNERO

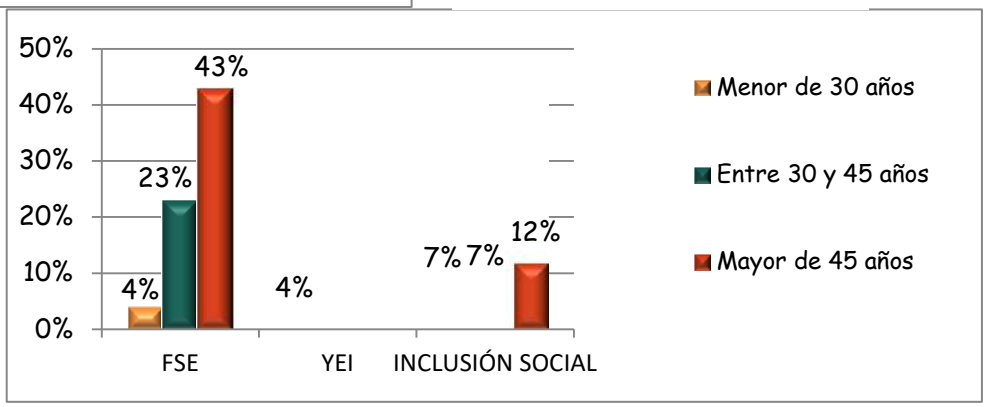


39%
Persona con discapacidad asociada a Salud Mental

70%
Personas desempleadas o inactivas

53%
Formación en E. Primaria, Secundaria hasta 3º ESO

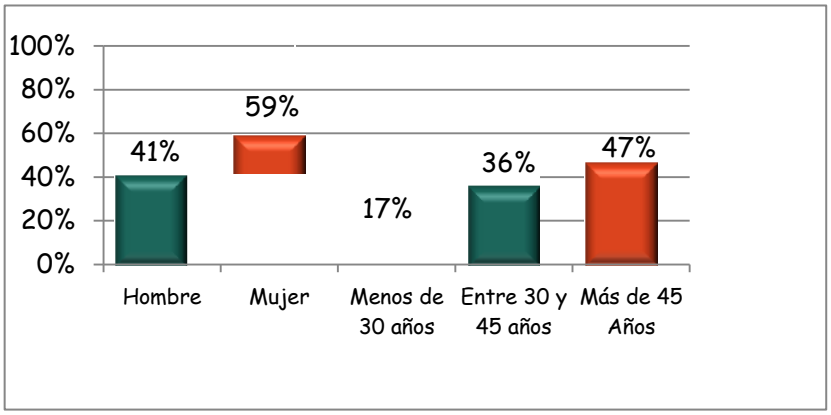
EDAD



ACTIVIDADES

RESULTADOS

Personas contratadas según género y edad:



107 Personas atendidas

27 Formaciones

36 Personas contratadas

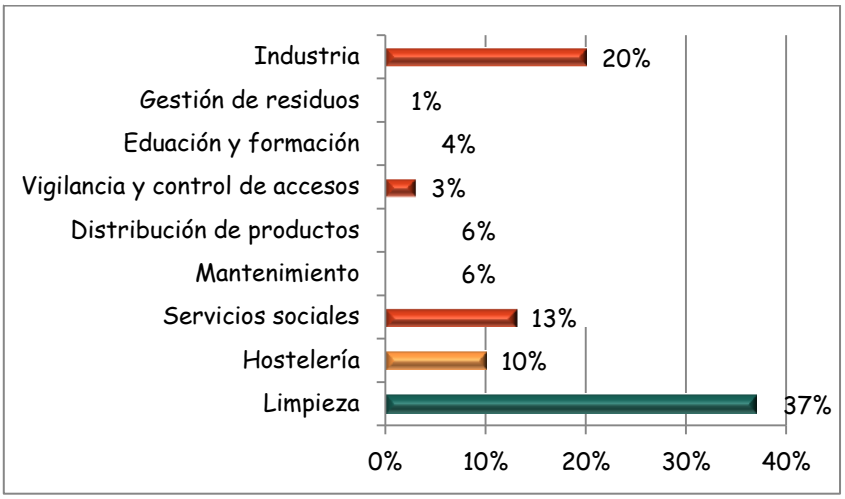
89 Contratos

72 Ofertas Gestionadas

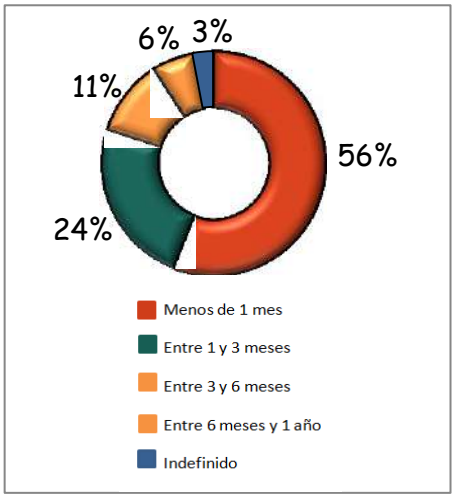
68 Empresas Contactadas

25 Visitas a Empresas

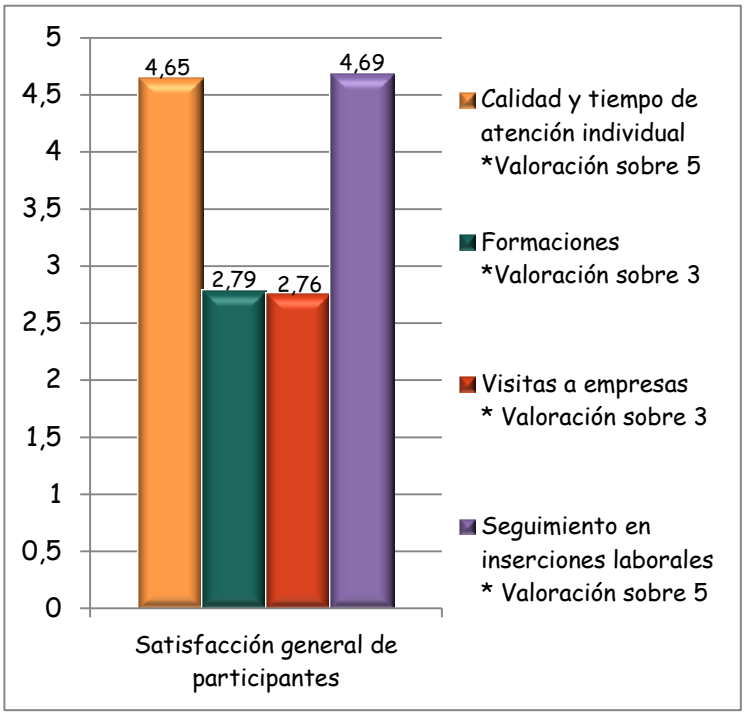
Contrataciones según sector:



Duración de los contratos:



SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES



"Me siento apoyado y orientado en el proceso de selección de empleo. Valoro mucho que me estén apoyando a nivel personal"

"Los cursos de formación en los que he participado, como el de entrevistas, simula situaciones que pueden darse en la vida laboral y así saber defenderme"

"Valoro la ayuda con correo y cuentas de empleo online. La organización de horarios y tiempos de las rutinas. Conocer empleos de la zona. Me he sentido cómodo en un grupo"

VIVIENDAS SUPERVISADAS

DESCRIPCIÓN

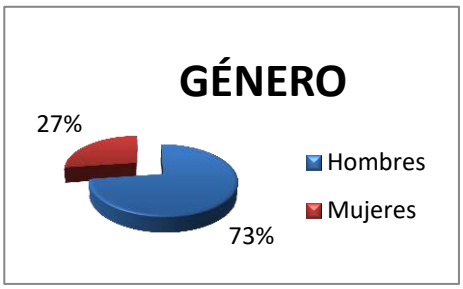
Es un servicio que ofrece alojamiento, manutención y apoyo de manera temporal o indefinida, para que la persona pueda adquirir o recuperar las habilidades y capacidades necesarias para lograr el máximo nivel de autonomía e inclusión social. Actualmente contamos con tres viviendas, ofreciendo 11 plazas en total

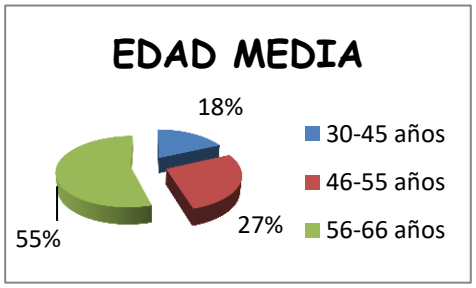
PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

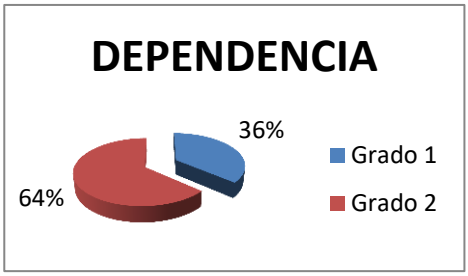
1
ALTA

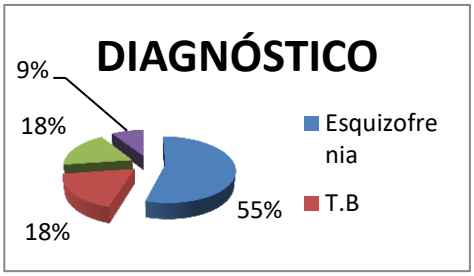
11
PERSONAS ATENDIDAS

0
BAJAS









APOYO EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE LA VIDA

- Actividades de la Vida Diaria
- Bienestar Emocional
- Salud
- Ocio y Tiempo Libre
- Inclusión Comunitaria
- Ocupacion y/o Formación
- Habilidades Sociales
- Convivencia
- Relaciones Familiares

RESULTADOS OBTENIDOS

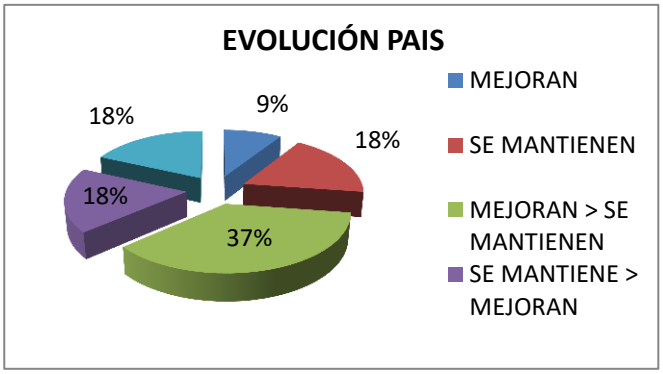
SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

COMENTARIOS:

- *"Me encuentro cómodo por regla general".*
- *"Desde que estoy aquí estoy mucho mejor porque estoy activo y ocupado".*
- *"Me gusta porque no me encuentro tan triste y cada vez soy más independiente".*

EVOLUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

PLAN DE APOYOS INTEGRADO (PAI). Conjunto de apoyos y actuaciones que la persona necesita para poder activar y/o desarrollar su proyecto de vida. Se revisa cada seis meses.

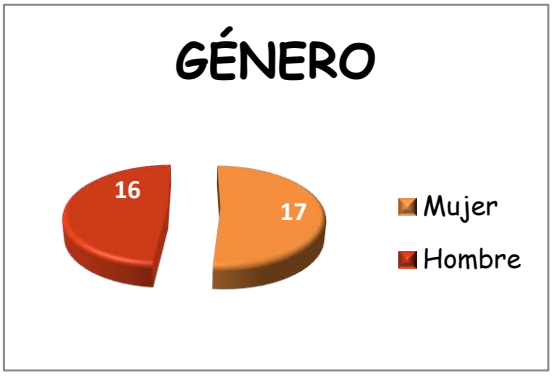


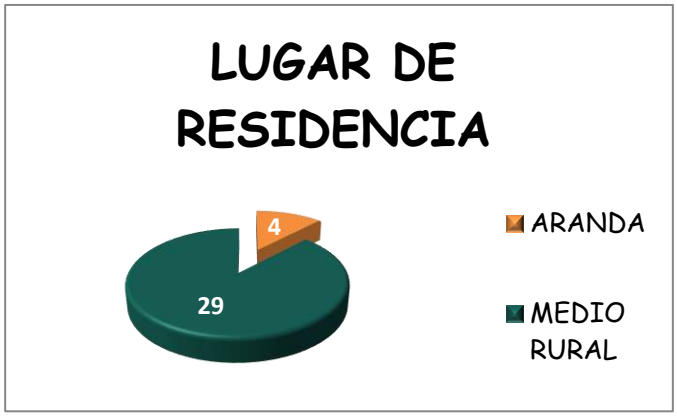
SERVICIO DE ATENCIÓN INTEGRAL

DESCRIPCIÓN

El Servicio de Atención Integral (SAI) se encarga de prestar los apoyos necesarios a las personas con problemas de salud mental de Aranda de Duero y especialmente de la Comarca, bajo el marco de la prevención y con el objetivo de la recuperación y autonomía personal, para que las personas puedan desarrollar su proyecto de vida en su propia comunidad. Al ser un servicio de atención integral, se interviene a nivel personal, a nivel familiar y a nivel social. La principal característica de este servicio es que acercamos los apoyos al entorno de la persona, evitando que tenga que desplazarse a núcleos urbanos con las dificultades que ello supone, para recibir atención especializada en salud mental. De esta forma, se apoya a la persona en su propia comunidad, dotándola de un recurso adaptado a sus necesidades, con el objetivo de que pueda desarrollar allí su proyecto de vida, fijando así población en la zona rural.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS





3 ALTAS

33 PERSONAS ATENDIDAS

18 FAMILIARES ATENDIDOS

17 BAJAS

ACTIVIDADES REALIZADAS

INTERVENCIÓN A NIVEL PERSONAL

- Información sobre salud mental: Factores de riesgo y protección, sintomatología, herramientas de afrontamiento, psicoeducación, resolución de dudas.
- Intervención específica: Desahogo y expresión de emociones, gestión emocional, pautas comunicativas, gestión de duelos, capacitación en actividades básicas de la vida diaria, gestión de una rutina saludable y del ocio y tiempo libre.
- Apoyo y acompañamiento en el acceso a recursos o en la realización de trámites.

INTERVENCIÓN A NIVEL FAMILIAR

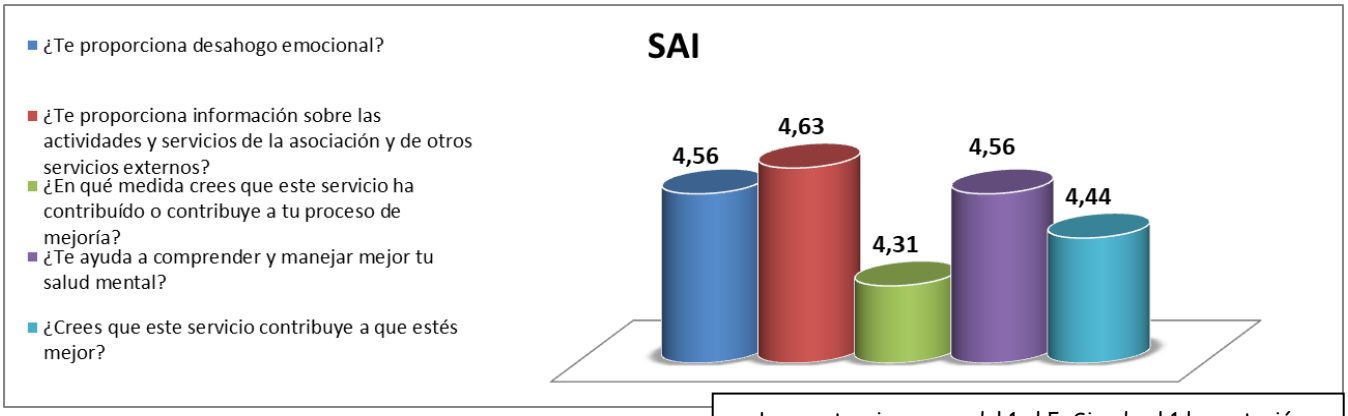
- Desahogo emocional, reducción de las cargas emocionales del rol del cuidador, resolución de conflictos, pautas comunicativas para mejorar la relación familiar.
- Encuentros de mediación familiar o citas individuales con el propio familiar

INTERVENCIÓN A NIVEL SOCIAL

- Sensibilización de la población en general para erradicar el estigma hacia las personas con problemas de salud mental, ofreciendo siempre una imagen positiva.
- Intervenciones coordinadas con otros recursos de la zona, fomentando la mejora de la calidad de la intervención y la inclusión de la persona con problemas de salud mental en su comunidad.

RESULTADOS OBTENIDOS

SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES



Las puntuaciones son del 1 al 5. Siendo el 1 la puntación más baja y el 5 lo más alto.

Valoran especialmente la cercanía del servicio y que se realice en su propio entorno; también valoran el espacio de desahogo individual desde la privacidad e individualidad, y la información y apoyo en trámites y acceso a recursos. Valoran la implicación profesional, destacando la capacidad de adaptación, empatía y preparación.

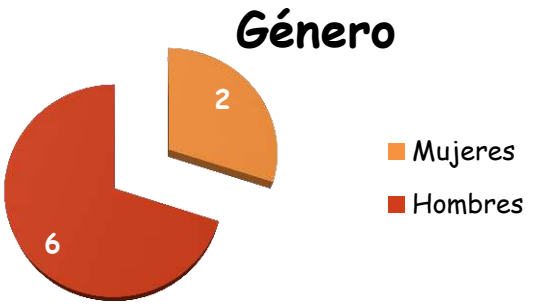
ENVEJECIMIENTO ACTIVO

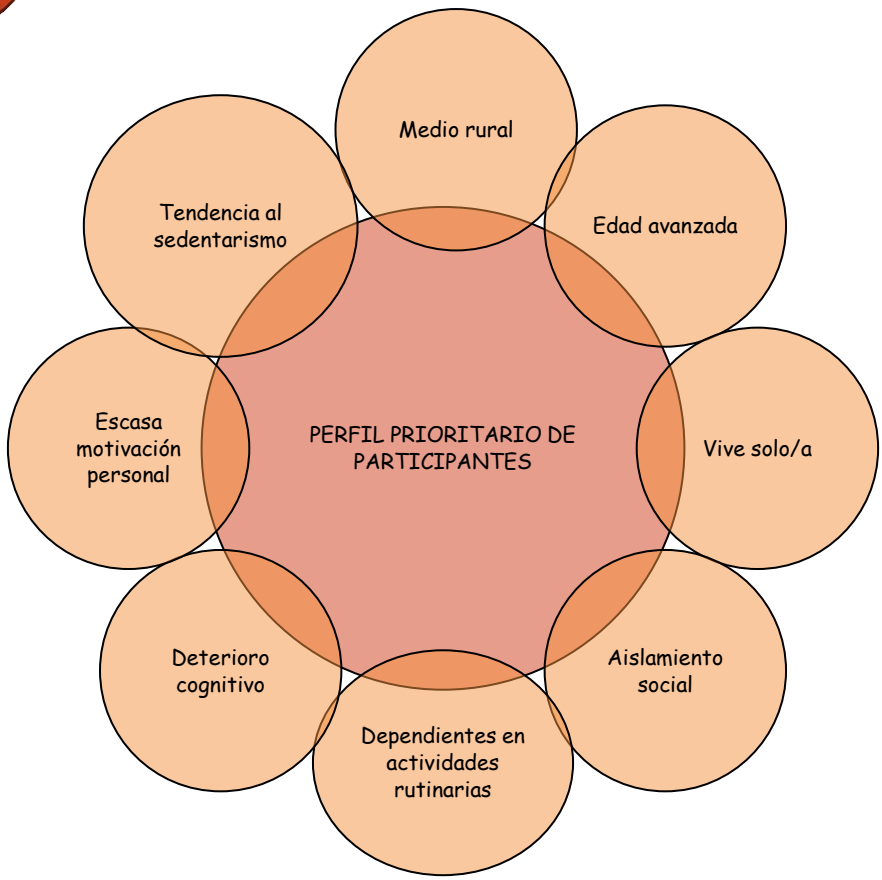
DESCRIPCIÓN

El programa de envejecimiento saludable implica mantener la salud de las personas con problemas de salud mental y conseguir que permanezcan autónomas e independientes el mayor tiempo posible. Para envejecer de forma saludable es necesario mantener un elevado nivel funcional, un compromiso activo con la vida y la máxima autonomía posible.

Para ello, es imprescindible trabajar desde una perspectiva preventiva y transversal, que se incorpore a todas las parcelas de la vida de las personas con problemas de salud mental. Mantenernos físicamente activos nos ayuda a envejecer saludablemente y a disfrutar de una existencia plena, y muy especialmente en el caso de las personas con problemas de salud mental.

PERFIL Y PERSONAS TENDIDAS





ACTIVIDADES REALIZADAS

APOYO INDIVIDUAL A NIVEL PSICOLÓGICO

Soledad no deseada

Relaciones afectivas y sexuales

Participación en sociedad

Autocuidados

RESULTADOS OBTENIDOS

1. **Se han adoptado medidas apropiadas para mejorar y mantener una calidad de vida** elevada por medio de la promoción de un estilo de vida saludable, de envejecimiento activo y participación en la vida comunitaria.

2. **Se ha puesto a su disposición espacios para vivir y ambientes que sean seguros**, convenientes y accesibles, que facilitan su participación, movilidad y autonomía.

3. **Hemos proporcionado medidas para fomentar la salud mental y el bienestar** entre las personas mayores.

4. **Hemos trabajado contra sus propios estereotipos negativos sobre la vejez**, que erosionan la auto-confianza en la capacidad, tanto mental como social.

SERVICIO DE ASISTENCIA PERSONAL

DESCRIPCIÓN

Un Asistente Personal es una herramienta humana que presta apoyo a otra persona para desarrollar su proyecto de vida. Es, por tanto, aquella persona que presta apoyo para realizar las tareas de la vida diaria a otra persona que por su situación no puede realizarlas por sí misma. El servicio de asistencia personal se constituye como un conjunto de apoyos de carácter personal, que fomentan la autonomía y el desarrollo del proyecto de vida independiente de las personas que lo reciben. Estos apoyos se basan siempre en el derecho a decidir de la propia persona con problemas de salud mental, adaptándose a sus necesidades y circunstancias personales.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

GÉNERO

LUGAR DE RESIDENCIA

5 ALTAS

6 BAJAS

25 PERSONAS ATENDIDAS

PERFIL PRIORITARIO DE ATENCIÓN

- Medio rural
- Dificultades en áreas básicas de la vida diaria
- Aislamiento social
- Personas que viven solas
- Dificultad en el acceso a los recursos
- Escasa motivación personal

ACTIVIDADES REALIZADAS

TAREAS DE APOYO EN GESTIONES: Gestión de trámites, resolución de dudas sobre cartas, facturas, trámites electrónicos, acompañamiento a recursos y apoyo en la gestión de documentación.

TAREAS BÁSICAS DE LA VIDA DIARIA: Tareas y trabajos del día a día. Elaboración de menú saludable, listas de la compra, ejecución de recetas saludables, realización de tareas domésticas, fomento de los autocuidados personales, gestión de rutina…

TAREAS PARA LA SALUD: Seguimiento de tratamientos médicos, psicoeducación, cuidados personales, adquisición de hábitos saludables, preparación de citas médicas…

TAREAS DE HABILITACIÓN PERSONAL Y SOCIAL: Rehabilitación cognitiva, apoyo en adquisición de habilidades sociales simples y complejas, afrontamiento del estrés y gestión emocional. Fomento de las relaciones sociales en su comunidad.

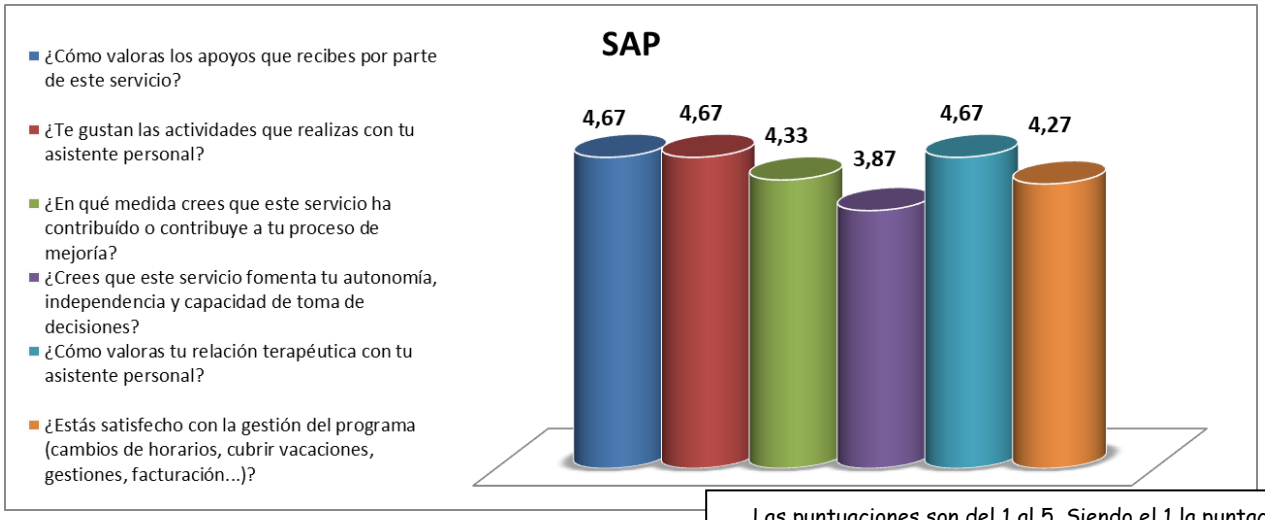
TAREAS DE APOYO EN LA ADMINISTRACIÓN: Administración de recursos económicos, administración o gestión del consumo de tabaco o cualquier otra administración que decida la persona.

TAREAS DE CONDUCCIÓN: Trasladar a la persona cuando precise.

TAREAS DE APOYO EN EL EMPLEO: Acompañamiento a recursos laborales y/o formativos. Búsqueda de empleo, organización de rutinas laborales.

RESULTADOS OBTENIDOS

SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES



Las puntuaciones son del 1 al 5. Siendo el 1 la puntación más baja y el 5 lo más alto.

OCIO Y TIEMPO LIBRE

DESCRIPCIÓN

El Programa de Ocio y Tiempo Libre sirve para facilitar a la persona con problemas de salud mental, la posibilidad de realizar varias actividades encaminadas a prestar el acceso a los recursos comunitarios y a dotar a la persona de herramientas que le permitan una mayor autonomía en la decisión del disfrute de su ocio y tiempo libre. Se promueve realizar un ocio que ayude a las personas a que salgan de su aislamiento y aumente la inclusión en su entorno comunitario.

PERFIL PARTICIPANTES

Cualquier persona con un problema de salud mental o familiares, que participen en el resto de servicios de la entidad, podrán participar en el servicio de ocio. No son necesarios unos requisitos específicos para acceder a este servicio, ya que se han cumplido para acceder a cualquiera del resto de servicios.

ACTIVIDADES REALIZADAS

CLUB DE OCIO: Viernes, de 16 a 19 h

El grupo suele ser de 8 personas, porque son las plazas de la furgoneta para las excursiones. Si la actividad es en Aranda las plazas dependen de la actividad

Excursiones por pueblos de la comarca: Vadocondes, Torresandino, Langa de Duero, Tubilla del Lago, Roa de Duero, Fresnillo de las Dueñas, Sotillo de la Ribera, Campillo, Adrada de Haza, Milagros, Fuentespina y el Burgo de Osma.

Otras actividades: Visita en Peñaranda el Mural Contra la Violencia de Género de la asociación A Cantaros. Visita del Museo del Comic en Solarana. Cine fórum

En verano: excursión al Pantano de Linares, y piscina al aire libre

RELAJACIÓN: Miércoles de 16 a 17 h

Es una actividad dirigida a familiares, donde ofrecer un espacio de relajación, pero también de evolución del cuerpo, generando mayor resistencia muscular y flexibilidad.

Participan 6 personas, y lo realizamos en una sala del Centro Cívico Virgen Viñas

RADIO: La Línea Intermedia, en Radio Iris 7 en el 100.0 FM

Taller los Viernes de 9:30 a 11 h / Emisión del programa el último jueves de mes de 21 a 22 h, y el domingo de 16 a 17 h. Programa de Radio "La Línea Intermedia, en la emisora local Radio Iris 7. Se realizan entrevistas, charlas-coloquio, noticias y temas de salud mental presentes en nuestra asociación y la sociedad, enfocando los temas desde un punto de vista crítico constructivo.

OCIO PUNTUAL PROGRAMADO

LIGA MENTEGOLES

Liga regional de Fútbol Sala, de las asociaciones de Salud Mental de Castilla y León

En 2022, quedamos 4º en la Final

PROGRAMA VACACIONES. IMSERSO

Del 23 al 30 de junio, con destino a la Costa Brava. Acudieron 15 personas con discapacidad y 3 profesionales acompañando al grupo.

FIESTAS Y CELEBRACIONES

Tras el parón de la pandemia, este año se celebra

COMIDA DE NAVIDAD, el 22 de diciembre, acudiendo 85 personas, en el Hotel V Ciudad

VOLUNTARIADO DE SENSIBILIZACIÓN MEDIOAMBIENTAL Y LIMPIEZA DE ENTORNOS NATURALES EN EL PARQUE EL BARRILES

8 de septiembre, organizado por Fundación Eurofirms, participandovoluntarios de GSK y 8 personas de nuestra entidad

CICLO DE SEMINARIOS SOBRE "SALUD MENTAL"

De octubre a diciembre, 2 viernes al mes de 16 a 19 h. Han acudido 13 personas en cada sesión.

- Autoconcepto, ¿qué opinión tienes sobre ti mismo?: 14 octubre 2022

- Fortalezas, capacidades y estrategias de afrontamiento: 21 octubre 2022

- Autoestima: el amor hacia uno mismo: 11 noviembre 2022

- Aceptación: el respeto por uno mismo: 18 noviembre 2022

- Estrategias de comunicación / Aprender a decir no: la asertividad: (previsto en diciembre, pero se pospone para el 20 de enero de 2023

ÁREA DE MUJER

DESCRIPCIÓN

El área de mujer tiene como principal objetivo introducir la perspectiva de género en todas las intervenciones y actividades de la Asociación, además de visibilizar las necesidades, inquietudes y demandas de las mujeres con problemas de salud mental desde su propia experiencia y voz.

Por otro lado, se pretende fomentar e impulsar redes de mujeres que favorezcan su autoestima, empoderamiento y liderazgo, haciendo especial hincapié en alcanzar la igualdad real entre hombres y mujeres.

PERFIL DE LAS PERSONAS ATENDIDAS

CURSO EL EMPODERAMIENTO DE LA MUJER CON DISCAPACIDAD

- Se realiza esta formación con el objetivo de fomentar el empoderamiento, dotando a las mujeres con discapacidad de habilidades específicas para el desarrollo de un proyecto de vida a través de la toma de decisiones. Igualmente, se fomenta la mejora de la emplehabilidad y el refuerzo de competencias prelaborales.
- Se desarrolla de forma presencial, entre los meses de Mayo y Junio.
- Participan 10 mujeres con discapacidad.

ACTIVIDADES REALIZADAS

FORMACIÓN "FUNDAMENTOS AVANZADOS DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO"

- Formación para los técnicos de la entidad, con el objetivo de formar en la aplicación transversal de la perspectiva de género en todas las intervenciones, y la identificación de desigualdades y violencias.
- Reciben la formación 21 técnicos en dos sesiones de carácter presencial.
- Se complementa la formación con la lectura de varios manuales de aplicación práctica de la perspectiva de género en la intervención con mujeres con problemas de salud mental.

PROYECTO JULIA

Conjunto de talleres dirigidos a mujeres rurales con problemas emocionales en el que se desarrolla un itinerario a través de 5 módulos (Juntas, Únicas, Libres, Independientes y Activas) con el objetivo de fomentar su autonomía, mejorar su autoestima y su empoderamiento individual y colectivo, a la vez que tejen una red de apoyos entre ellas

- Se realizan dos Proyectos en el primer y último trimestre, en Roa y Huerta de Rey respectivamente.
- Participan un total de 13 mujeres, de 7 poblaciones diferentes
- Estos Proyectos están divididos en 10 sesiones de 2.5 horas de duración.

La satisfacción expresada por las mujeres participantes en Proyecto JULIA a través de las encuestas realizadas, pone de manifiesto su gran satisfacción, obteniendo una puntuación de 9,75 sobre 10 en cuanto a horarios, instalaciones, interés del tema, claridad expositiva, etc.

Valoran especialmente la buena relación entre las participantes, la cohesión y el sentimiento de pertenencia a un grupo, el apoyo recibido, los aprendizajes obtenidos y la alta participación.

HUB GENERA
ACELERADORA DE PROYECTOS

- Espacio de emprendimiento e innovación social para la generación de empleo de las mujeres rurales con problemas de salud mental, promoviendo propuestas colectivas, innovadoras, dinámicas y en red.
- La finalidad es es crear proyectos sostenibles de empleo en la zona rural, con perspectiva de génro.
- Aceleradora de Proyectos. Co-creación de Proyectos en red.
- Participación de una de las responsables del área.

JULIA SIGUE TEJIENDO

- Encuentro de mujeres que han realizado JULIA en anteriores ediciones.
- Participan 13 mujeres de Roa, Huerta de Rey, Condado de Treviño y Alar del Rey.
- La finalidad es es crear un espacio de formación, reflexión y empoderamiento personal y colectivo.

COMUNICACIÓN

DESCRIPCIÓN

El objetivo del área de comunicación es visibilizar la salud mental de manera positiva, dar a conocer el trabajo que se está desarrollando en la Asociación Salud Mental Aranda, y ofrecer una información real de la salud mental.

Nº DE SEGUIDORES

Facebook	1.374
Instagram	1.017
Twitter	941
YouTube	15 (nuevo en 2022)

La evolución en el número de seguidores, y las interacciones que recibimos en nuestros perfiles son positivas. Hemos alcanzado los 1.000 seguidores en Instagram siendo la red social que más tarde creamos.

En 2022, hemos abierto un canal en YouTube, con el propósito de publicar aquellos vídeos que hacemos. Hemos conseguido 15 suscriptores en 1 año, pero vemos que hay más visualizaciones, aunque la gente lo ve, no siempre opta por suscribirse.

PÁGINA WEB: www.saludmentalaranda.org

VOLUNTARIADO

DESCRIPCIÓN

El voluntariado se formula como una herramienta con un doble objetivo. Por un lado la experiencia del voluntario sobre las personas a las que dirige su actividad, y por otro la repercusión que tienen las personas con problemas de salud mental sobre el propio voluntario.

Este año hemos contado con la participación de 2 personas voluntarias, una que desempeña en Taller de Autoestima, otra que coordina el programa de radio "La Línea Intermedia"

ACTIVIDADES

Taller de Autoestima

Taller que se viene realizando desde que se creó la asociación. Se realizó los martes y miércoles en horario de 16 a 17 h. En octubre, se unifica a un grupo los miércoles. Participan 6 personas

Taller de reflexión donde se habla de diferentes temas y se expone la opinión de cada uno con el objetivo de mejorar poco a poco la autoestima de los participantes.

Programa de Radio "La Línea Intermedia"

La Línea Intermedia, en Radio Iris 7 en el 100.0 FM

La actividad de Radio, se incluye dentro del servicio de ocio, pero también en voluntariado, ya que una persona colabora como voluntaria en la coordinación del programa junto a un técnico de la entidad.

En 2022, se ha afianzado el grupo, y se ha ido generando el cambio que se buscaba, teniendo un taller semanal de preparación del programa, con un grupo de 4 personas que participan con regularidad, y buscando un nuevo enfoque, con entrevistas y temas de actualidad relacionados con la Salud Mental.

SERVICIO INFANTO JUVENIL

DESCRIPCIÓN

Acompañamiento psicológico y emocional dirigido a niños, jóvenes y sus familias. Atención individual y grupal en un espacio seguro y libre de prejuicios, favoreciendo el desarrollo de las habilidades socioemocionales necesarias para una vida feliz. Además de atención grupal para familiares cuyos menores participen en el programa, trabajando bajo el modelo de escuela de psicoeducación familiar.

TEMPORALIDAD

Enero – Mayo

11 adolescentes + 11 niños

FUNDACION Alcampo POR LA JUVENTUD

Junio – Septiembre

4 adolescentes

SALUD MENTAL Aranda

Octubre- Diciembre

17 adolescentes + 8 niños

AYUNTAMIENTO Aranda de Duero
Concejalía de Acción Social

ACTIVIDADES REALIZADAS

- Normas, pautas y límites en casa
- Ansiedad y sus efectos
- El arte y las emociones
- Prevención de acoso escolar
- Habilidades Sociales en clase
- Problemas con la alimentación
- Relación con los iguales
- Duelo por separación de padres
- Educación sexual
- Higiene del sueño
- Autoestima y Autoconcepto
- Salidas, gymkanas, en entorno normalizado
- Tiranía de las Redes Sociales
- Los miedos y cómo afrontarlos
- Orientación vocacional

Proyecto puesto en marcha gracias a la financiación de Fundación Alcampo por la Juventud, tomando el relevo el ayuntamiento de Aranda de Duero, consiguiendo otro año más de financiación para la continuidad del servicio. Buena respuesta por parte de la población, sobrepasando las plazas en el primer mes de implementación.

Los objetivos para 2023 son mantener el servicio y conseguir una financiación estable para mantener la atención y poder ampliar tanto en profesionales como en participantes.

FINANCIADORES

NOS IMPULSA

Junta de Castilla y León

AYUNTAMIENTO Aranda de Duero
Concejalía de Acción Social

Europa impulsa nuestro crecimiento

UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo
Iniciativa de Empleo Juvenil
El FSE invierte en tu futuro

ESTRATEGIA DE EMPRENDIMIENTO Y EMPLEO JOVEN
garantía juvenil

Subvencionado por la Junta de Castilla y León con cargo a la asignación tributaria del IRPF

Servicios Sociales de Castilla y León

Junta de Castilla y León

POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Con la colaboración de:

Fundación "la Caixa"

Juntos somos capaces

NOS IMPULSA

Sacyl

Junta de Castilla y León

Fundación MAPFRE

gutiérrez manrique FUNDACIÓN

ADMINISTRADA POR CAJADEBURGOS FUNDACIÓN

FUNDACION Alcampo POR LA JUVENTUD

Fundación ONCE

Inserta empleo POR TALENTO

Diputación de Burgos

RECICLOS

ecoembes