



SALUD MENTAL
Aranda

MEMORIA DE SERVICIOS 2023



SALUD MENTAL

Aranda

INDICE

1.- INTRODUCCIÓN

2.- SERVICIOS

2.1 INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y
ASESORAMIENTO

2.2 PROMOCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

2.3 CENTRO DE DÍA, CENTRO OCUPACIONAL

2.4 SEPAP (PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA
PERSONAL)

2.5 APOYO FAMILIAR

2.6 APOYO PSICOLÓGICO

2.7 EMPLEO

2.8 VIVIENDAS SUPERVISADAS

2.9 ATENCIÓN INTEGRAL

2.10 ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

2.11 ASISTENTE PERSONAL

2.12 OCIO

2.13 MUJER

2.14 VOLUNTARIADO

2.15 INFANTO JUVENIL

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. Valorando la experiencia de otras entidades similares, decidieron fundar una asociación que cubriese esas necesidades a las que la administración no llegaba. Somos 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. Pertenece al movimiento asociativo Salud Mental, formando parte de la Federación Salud Mental Castilla y León, y la Confederación Salud Mental España.

En 2023 hemos atendido a 280 personas con problemas de salud mental (160 mujeres y 120 hombres), más 122 familiares (81 mujeres y 41 hombres), y en el proyecto de infancia a 10 niños/as (7 niñas y 3 niños), 45 jóvenes (37 chicas y 8 chicos) y 34 familiares (25 mujeres y 9 hombres). Con respecto a 2022 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, humanos y sobre todo por falta de instalaciones.

Nuestros objetivos en 2023 en cuanto a los servicios que prestamos, han sido:

- Apertura de una nueva vivienda, denominada "Lavanda", con 3 plazas. En total tenemos 4 viviendas con 14 plazas.
- Proyecto Viviendo en Red, un proyecto financiado por los Fondos Next Generation, a través de nuestra Federación Salud Mental Castilla y León. Hemos mejorado la eficiencia energética de nuestras viviendas, y su seguridad, con detectores de gas y humo. También se han formado los participantes en el uso de tecnología, y hemos implantado el uso del programa Grador a través de tablets en las viviendas, hemos puesto internet en todas las viviendas.
- Digitalización: a lo largo de 2023, hemos implantado varias herramientas digitales en la gestión del trabajo.
 - Sesame: Herramienta de Recursos Humanos
 - Ekon: Herramienta de gestión de los expedientes de los participantes y familiares, y de control de los servicios.
 - Microsoft 365: nos ha permitido trabajar de forma online, desde cualquier lugar y dispositivo con internet.
- Nueva sede en Huerta de Rey: el ayuntamiento nos ha cedido unas nuevas instalaciones mucho más amplias, que nos ha permitido incrementar las plazas y servicios. Hay 2 trabajadoras de la localidad, que nos permite abrir la sede de lunes a viernes en horario de mañana y tarde.
- Lerma, Proyecto Julia: hemos realizado un nuevo taller Julia en la localidad de Lerma, iniciando así los primeros pasos para trasladar más servicios a esta localidad.
- Suicidio: gracias a la financiación de Fundación La Caixa, hemos desarrollado durante todo 2023, un proyecto denominado "Like a la vida: prevención del suicidio y promoción de la salud mental"
- Ampliar plazas en Centro Ocupacional y SEPAP: hemos pasado de 132 plazas en 2022 a acabar 2023 con 149 plazas
- Mantener el proyecto de apoyo psicológico en infancia y juventud, consiguiendo financiación por parte del Iltre. Ayuntamiento de Aranda de Duero durante 2023, y con continuidad en 2024.
- Instalaciones en Aranda: sigue siendo un objetivo pendiente, conseguir unas instalaciones suficientemente amplias para abarcar la demanda que tenemos en nuestros servicios de Aranda. Hemos tenido que implantar el teletrabajo, como medida para dejar despachos libres para la atención individual, pero seguimos sin poder incrementar las plazas y contratar a más profesionales.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS



Participantes

280

120
hombres

160
mujeres

Familiares

156

50
hombres

106
mujeres

Niñ@s y jóvenes

55

11
chicos

44
chicas

COMUNICACIÓN

PÁGINA WEB: www.saludmentalaranda.org

Instagram



1203
seguidores

Facebook



1400
seguidores

LinkedIn



132
seguidores

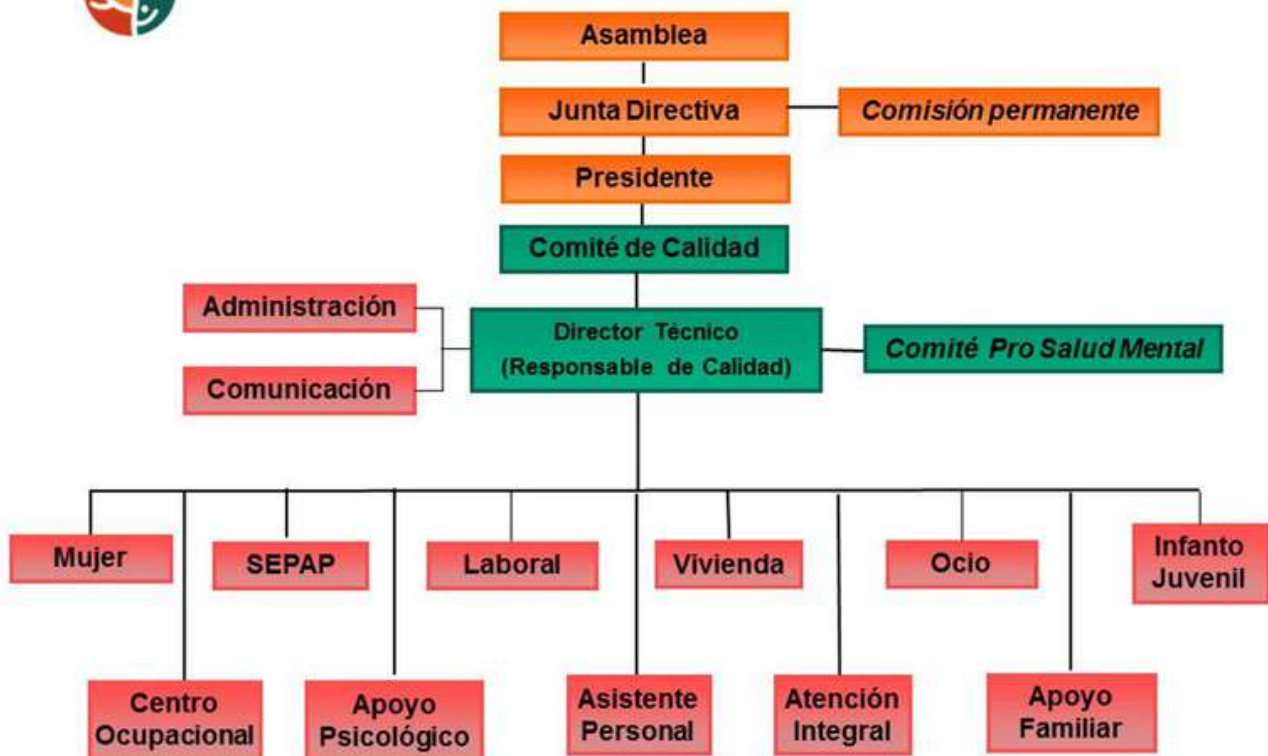
BUENAS PRÁCTICAS Y CALIDAD

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 2023, 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.



ORGANIGRAMA DE SALUD MENTAL ARANDA



La Asamblea de Socios es el máximo órgano de gobierno de la asociación. En ella se elige a la Junta Directiva, que actualmente está formada por:

- Presidenta: Elena Briongos Rica
- Vicepresidenta: Yolanda Palacios Ruiz
- Secretaria: Sara Alcalde Rojo
- Tesorera: 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. 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.

Dirección: Eva Fernández Aylagas

Responsable de Administración: Noelia Contreras Orega

Servicios:

- Responsable de Apoyo Psicológico, Familias y Mujer: Alba Ortiz Juez
 - Psicóloga: Sara García Panero
 - Servicio Infanto Juvenil: Blanca Esther Cuesta Sanz
- Responsable del Servicio de Empleo: Patricia Muñoz Ribate
 - Técnicos de Integración Laboral:
 - Celia Mínguez Sebastián
 - Natividad Póveda Vidal
 - Alba Redondo Redondo
 - Ruth Tordable Granado
- Responsable de Servicios (Centro de Día: Centro Ocupacional y SEPAP): Belén Nebreda Acero
- Trabajadora Social y Responsable de Servicios (Servicio de Atención Integral y Servicio Asistente Personal): Cristina Pérez González
- Responsable de Viviendas: Celia Górriz Sanz
- Responsable de Ocio y Tiempo Libre, y Promoción: Juan José Zapponi Rojas
- Técnicos de Servicios:
 - M^a Teresa Sanz Martín
 - Marta Sanz Picón
 - Alexandre Matos Herrera
 - Cristina Muñoz Ribate
 - Félix Esteban Herrero
 - M^a del Carmen Cerezo Bustos
 - Inmaculada Molinero Portillo
 - Cristina Hoya Gonzalo
 - María Rojas Puente
 - Alicia Benito Guerrero
 - Sandra Salinero Aguilera
 - Ana Rodríguez Aguilera
 - M^a Angeles González Boyero

INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO



SALUD MENTAL
Aranda

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.

QUE HACEMOS

Recepción de
todas las
personas que
demanden
información

Asesoramiento
en trámites

Atención
especial a
personas con
mayores
dificultades

SEDES Y DELEGACIONES

Aranda



Aranda



Roa



Huerta



PROMOCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN



SALUD MENTAL
Aranda

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. Anualmente, la celebración el 10 de octubre, del Día Mundial de la Salud Mental.

ACTOS BENÉFICOS

Subasta
solidaria bar
el Cuco
04/03/2023

Concierto Solidario
Trovatunos
Sociedad la Tertulia
22/06/2023

Concierto
solidario Inacua
(Arandiver)
07/07/2023

Mercado Romano
de Baños de
Valdearados
26-27/08/2023

Higuero
Running
Festival
30/09/2023

Club Balonmano
Villa de Aranda
rifa Solidaria
14/10/2023

Wichizuly,
carrera
solidaria
25/12/2023

Llaveros
solidarios, del
IES de Roa
de Duero

ACTO INSTITUCIONAL

El 9 de octubre, en el Salón de Plenos del Ayuntamiento, con la presencia del Alcalde y el Concejal de Acción Social Lectura del Manifiesto con motivo del Día Mundial de la Salud Mental

EXPOSICIÓN DE DIBUJO Y PINTURA

Sala de Exposiciones de la Casa de Cultura, del 9 al 13 de octubre

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL EN MIRANDA DE EBRO

El 10 de octubre, reunión de más de 500 personas del movimiento asociativo de Salud Mental en Castilla y León

ILUMINACIÓN DE MONUMENTOS Y EDIFICIOS, CON EL COLOR NARANJA

Puente de Aranda
Casa del Deporte

SERVICIO DE CENTRO DE DÍA CENTRO OCUPACIONAL



SALUD MENTAL
Aranda

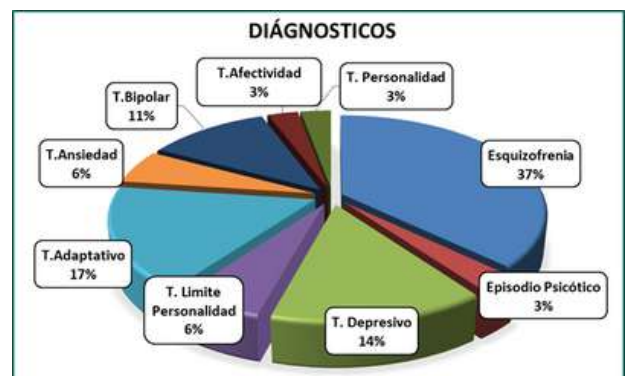
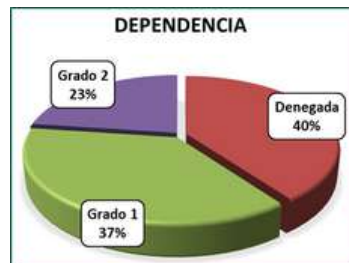
DESCRIPCIÓN

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.

PERSONAS ATENDIDAS



PERFIL



AREAS DESDE LAS QUE SE INTERVIENE

ÁREA DE INTEGRACIÓN EN LA COMUNIDAD

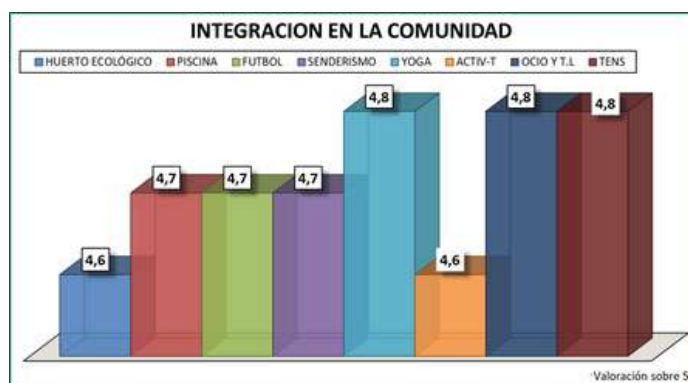
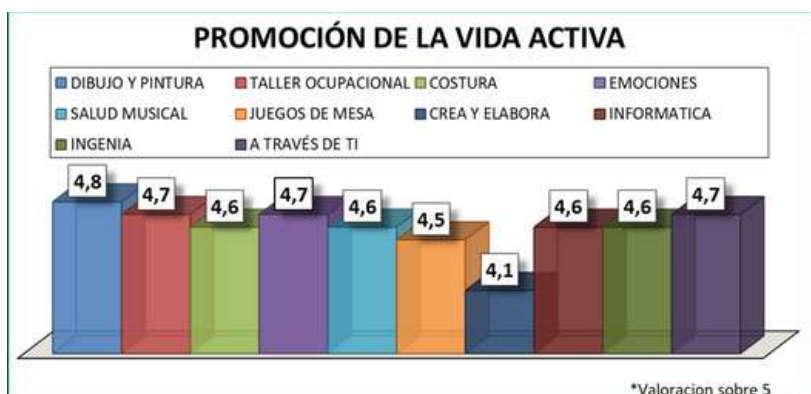


AREA DE PROMOCIÓN DE LA VIDA ACTIVA



RESULTADOS

SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

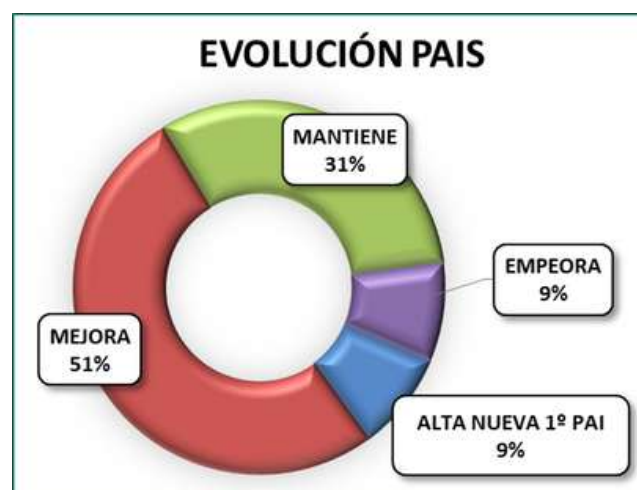


EVOLUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

PROYECTO DE VIDA Y PLAN DE ACTIVIDADES INDIVIDUALIZADO (PAI).

Se trata del conjunto de apoyos y actuaciones que la persona necesita para poder activar y/o desarrollar su proyecto de vida y disfrutar de una vida con significado en base a sus valores.

Acompañamos a la persona en su día a día y se analiza, revisa y evalúa de manera mas profunda una vez al año.



SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMIA PERSONAL (SEPAp)



SALUD MENTAL
Aranda

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.

PERSONAS ATENDIDAS

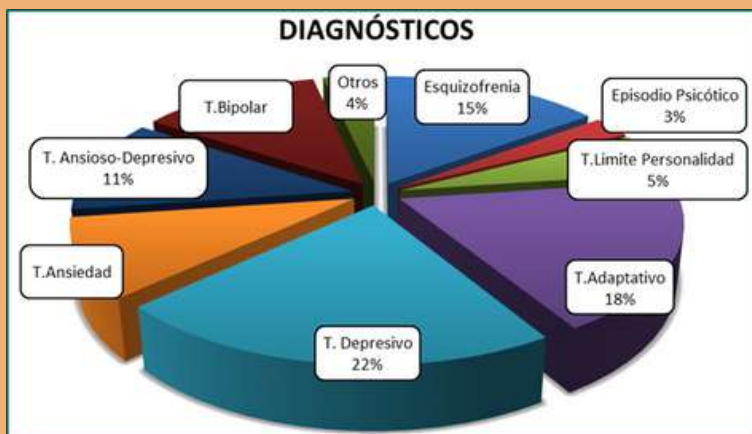


27
Altas

114
Personas
Atendidas

15
Bajas

PERFIL



SERVICIOS

PROMOCIÓN, MANTENIMIENTO Y RECUPERACIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL



HABILITACIÓN PSICOSOCIAL

ESTIMULACIÓN COGNITIVA



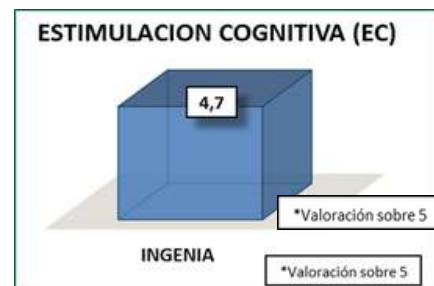
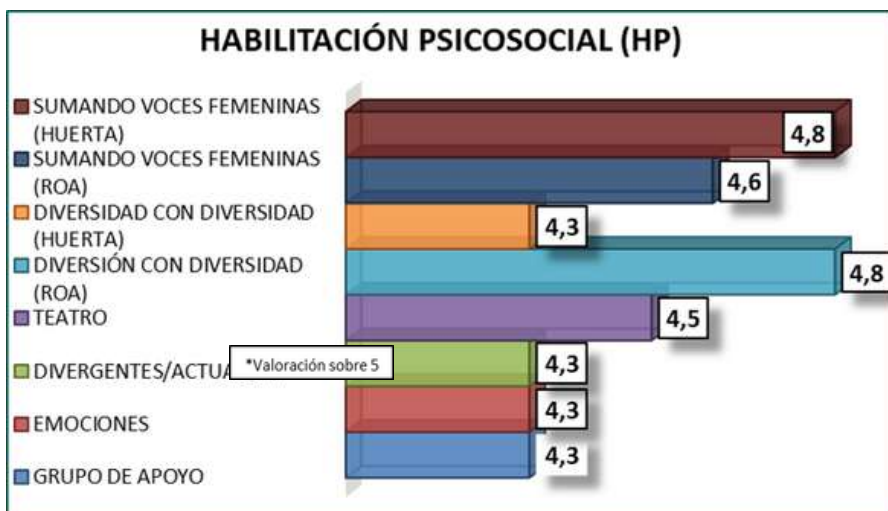
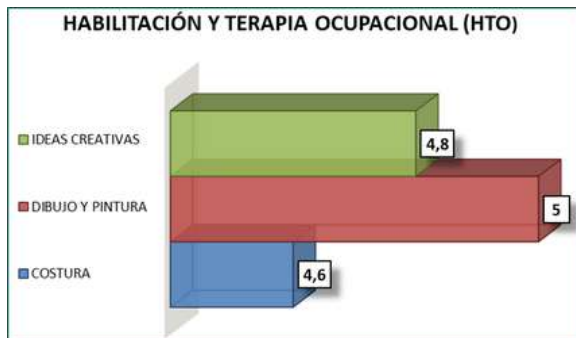
HABILITACIÓN Y TERAPIA OCUPACIONAL

ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA Y TRABAJO EN EQUIPO



RESULTADOS

SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES



EVOLUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

PROYECTO DE VIDA Y PLAN DE ACTIVIDADES INDIVIDUALIZADO (PAI).

Se trata del conjunto de apoyos y actuaciones que la persona necesita para poder activar y/o desarrollar su proyecto de vida y disfrutar de una vida con significado en base a sus valores.

Acompañamos a la persona en su día a día y se analiza, revisa y evalúa de manera mas profunda una vez al año.



APOYO FAMILIAR



SALUD MENTAL
Aranda

DESCRIPCIÓN

Prestamos orientación a la unidad de convivencia familiar, 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 individual, grupo de ayuda mutua (GAM), grupo de supervivientes del suicidio, ocio, voluntariado...)

PERSONAS ATENDIDAS

112
FAMILIARES

73
MUJERES

39
HOMBRES

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

ACTIVIDADES

GRUPOS DE APOYO FAMILIAR

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

Encuentro de Familias "RED-Conectando"

Jornada de la Federación de SM CyL para conocer los intereses y preocupaciones de las familias que forman parte del movimiento

RESULTADOS

Educación sobre la salud mental

Comunicación abierta y sin juicios

Participación en el tratamiento

Aprendizaje de límites saludables

Red de apoyo entre familiares

Foco en los autocuidados

Reducción de la carga emocional

Fomento de la empatía con su familiar



APOYO PSICOLÓGICO



SALUD MENTAL
Aranda

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.

Todo ello adaptándonos a las necesidades de cada persona y propiciando que los apoyos sean a través de diferentes vías: presenciales, domiciliarios, telefónicos, online, etc.

PERSONAS ATENDIDAS

51
PERSONAS

De los diferentes servicios que forman la entidad:

SEPAP: 58%

VIVIENDA: 10%

CO: 12%

SAP: 2%

EMPLEO: 11%

Ningún servicio: 5%

ACTIVIDADES

Atención
individual

Salud Mental Aranda • Tú
Asociación sin ánimo de lucro de Personas con problema
1 mes •

Las emociones básicas son como colores en el lienzo de la vida: cada una es esencial. Reconocerlas, comprender su papel y permitir su expresión nos brinda la paleta completa para pintar un camino emocional salud ...ver más

- 01 SON TEMPORALES
- 02 SON ADAPTATIVAS
- 03 SON UNIVERSALES
- 04 SON NECESARIAS

Atención
grupal

Salud Mental Aranda • Tú
Asociación sin ánimo de lucro de Personas con problema
1 mes •

Hace unas semanas tuvimos el placer de charlar con los jóvenes de la Residencia Universitaria Alfonso VIII (Valladolid) sobre salud mental y autocuidado. Su participación activa y concienciación hicieron qu...ver más

Sara Panero y 1 persona más • 1 vez compartido

Recomendar • Comentar • Compartir • Enviar

242 impresiones • Ver análisis

Sensibilización



Apoyo al equipo técnico

RESULTADOS

Desarrollo de habilidades de afrontamiento

Alivio de síntomas

Fortalecimiento de la resiliencia

Mejora de relaciones interpersonales

Incremento de la autoestima

Prevención de recaídas

Adaptación a cambios

Facilitación de la toma de decisiones

Reducción de conductas autolesivas

SERVICIO DE EMPLEO



SALUD MENTAL
Aranda

Itinerarios
Discapacidad
Enero -Diciembre
2023
85 Participantes

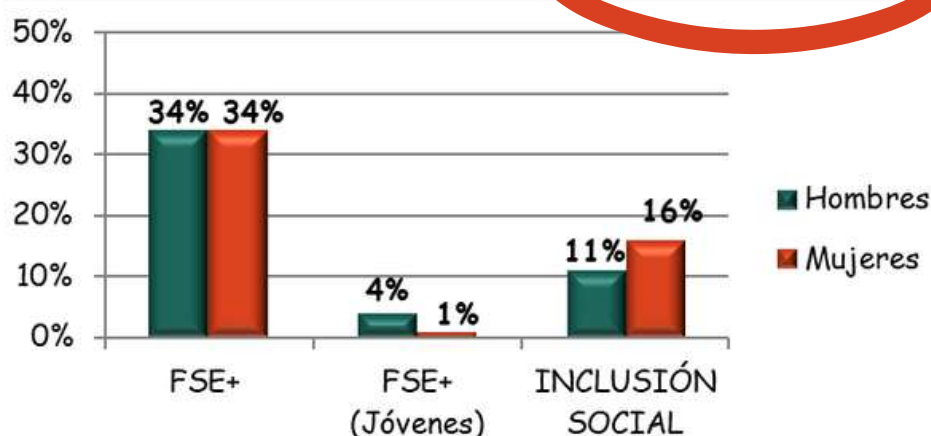
Itinerarios
Inclusión Social
Octubre 2022-
Mayo 2023
32 Participantes

DESCRIPCIÓN

El modelo de Itinerarios Personalizados de Inclusión 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.

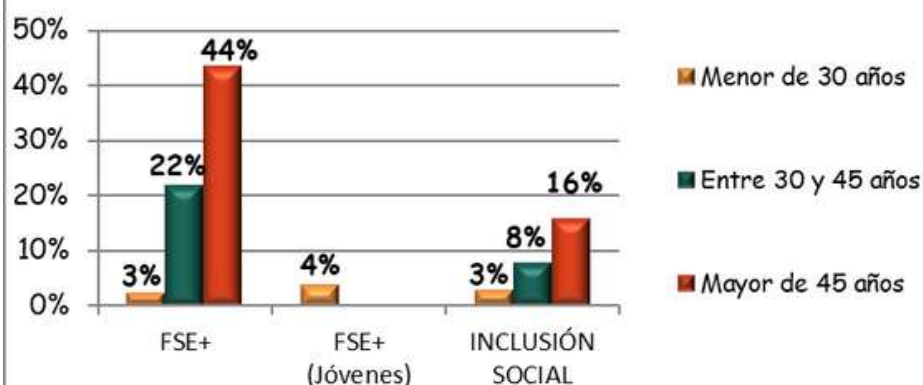
PERFIL

**117 Personas
atendidas**



47%
Formación en E.Primaria, Secundaria hasta 3° Eso

32%
Formación en E.Secundaria Bachillerato y FP



ACTIVIDADES

Orientación
laboral

Formación

Apoyo en
trámites

Visitas a
Empresas

Prospección
Empresas

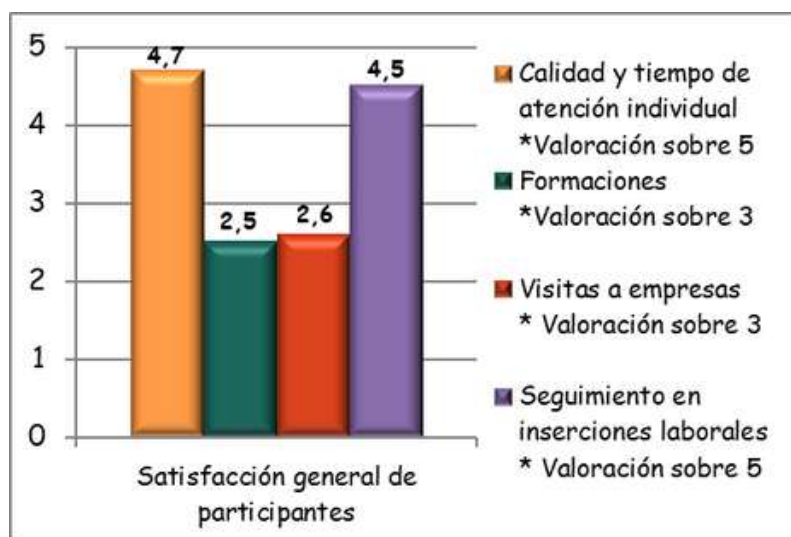
Gestión de
ofertas

Apoyo en el
puesto

Charlas
laborales



SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES



"Lo más positivo ha sido poder tener a una persona con la que poder hablar sin sentirme juzgado, que me aconseja y me apoya."

"Gracias a este servicio he logrado tener más confianza en mis habilidades."

RESULTADOS

125
contratos de
trabajo

50 Personas
contratadas

117 Personas atendidas

30 Formaciones

3 Formaciones específicas

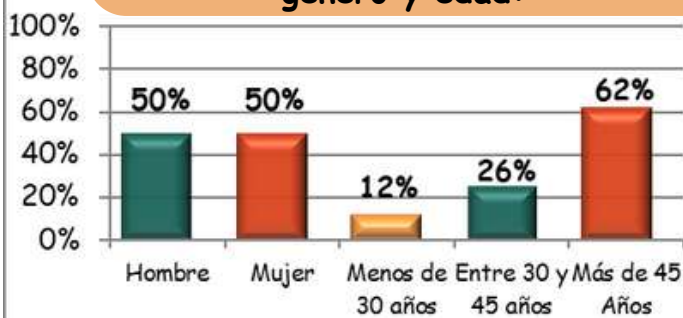
22 Carnet Carretilla Elevadora

346 Ofertas Gestionadas

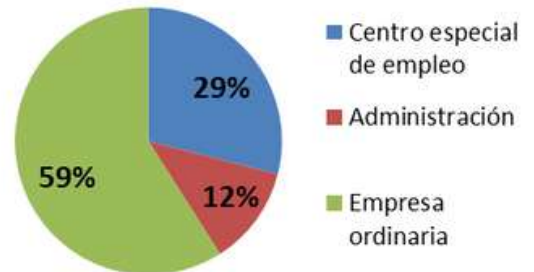
53 Empresas Contactadas

15 Visitas a Empresas

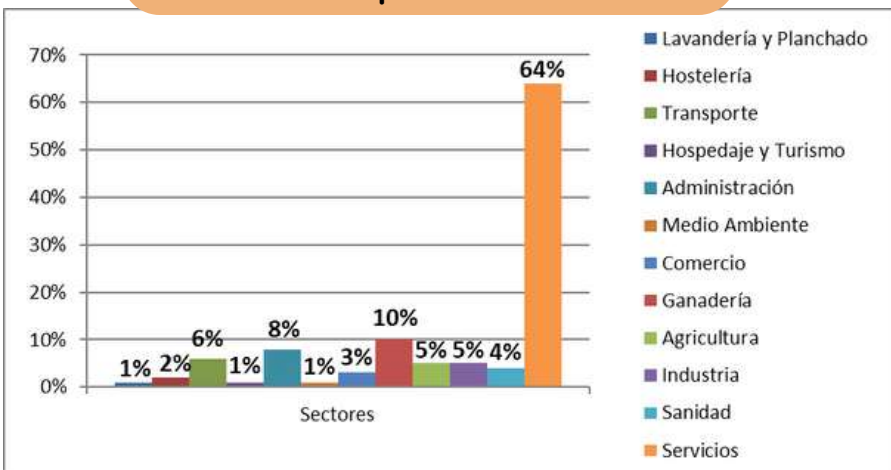
Personas contratadas según género y edad:



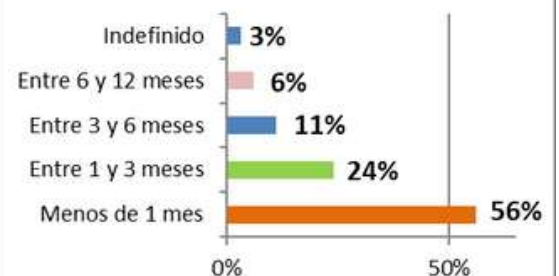
Contrataciones según el tipo de empresa:



Contrataciones según el sector empresarial:

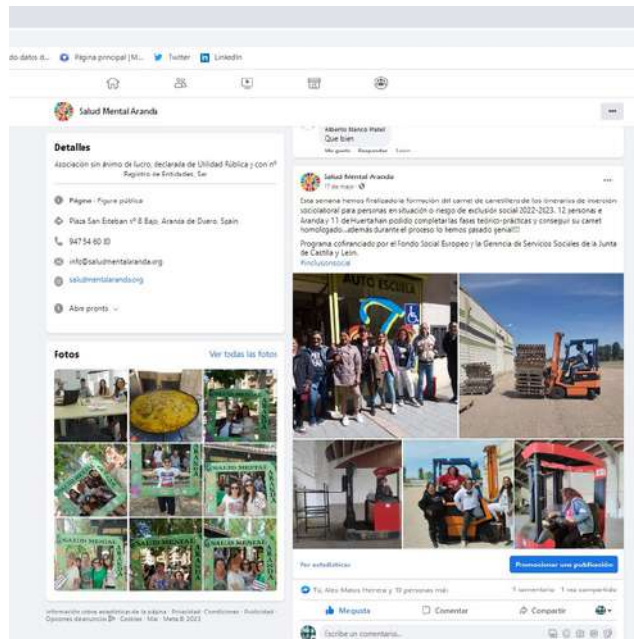
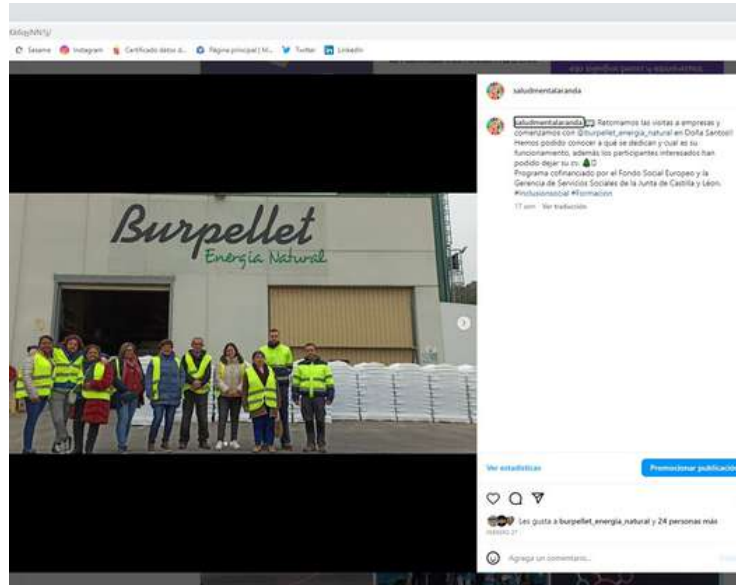


Contrataciones según la temporalidad:



PUBLICIDAD Y DIFUSIÓN

WEB



RRSS

TABLONES

INFORMACIÓN Y PUBLICIDAD DE LOS PROGRAMAS POFSE

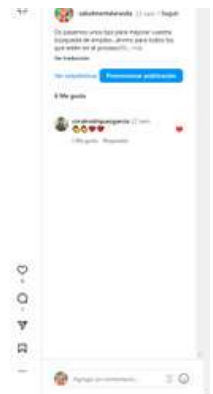
LOS ITINERARIOS DE INSERCIÓN SOCIOLABORAL DE PERSONAS EN SITUACIÓN O RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL DESARROLLADOS POR ESTA ENTIDAD DURANTE LAS ANUALIDADES 2022 Y 2023 HAN SIDO COFINANCIADOS POR EL FONDO SOCIAL EUROPEO Y LA GERENCIA DE SERVICIOS SOCIALES

ORDEN FAM/417/2018, DE 11 DE ABRIL, POR LA QUE SE APRUEBAN LAS BASES REGULADORAS PARA LA CONCESIÓN DE SUBVENCIONES COFINANCIADAS POR EL FSE A ENTIDADES PRIVADAS SIN ÁNIMO DE LUCRO PERTENECIENTES A LA RED DE PROTECCIÓN A LAS FAMILIAS DE CASTILLA Y LEÓN AFECTADAS POR LA CRISIS, DESTINADAS A LA FINANCIACIÓN DE ITINERARIOS INTEGRADOS Y PERSONALIZADOS DE INSERCIÓN SOCIOLABORAL DE PERSONAS EN SITUACIÓN O RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL

TIPS para buscar Empleo

- ✓ Tener un objetivo.
- ✓ Mejorar tu CV
- ✓ Organizar tu tiempo
- ✓ Buscar y Encontrar

Reservado © 2024. Todos los derechos reservados.



VIVIENDAS SUPERVISADAS



SALUD MENTAL

Aranda

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 4 viviendas, ofreciendo 14 plazas en total.

APOYO EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE LA VIDA

Actividades de la Vida Diaria

Bienestar Emocional

Salud

Ocio y Tiempo Libre

Inclusión Comunitaria

Relaciones Familiares

Convivencia

Habilidades Sociales

Ocupación y formación

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS



13 PERSONAS ATENDIDAS

**3 ALTAS
1 BAJA**

EDAD:
Media de edad
55 años

DEPENDENCIA:
46% grado 1
54% grado 2

GÉNERO:
5 mujeres
8 hombres



**Novedad 2023:
Digitalización viviendas
"PROYECTO VIVIENDO EN RED"**



Salud Mental Aranda • Tú
Asociación sin ánimo de lucro de Personas con problemas de S...
8 meses •

Desde las viviendas de Salud Mental Aranda estamos aprendiendo a utilizar la herramienta GRADIOR para trabajar la estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica.

Esta es una de las acciones del proyecto #viviendoenred que estamos desarrollando a través de Federación Salud Mental Castilla y León y Fundación INTRAS, financiado con los fondos del Plan de Recuperación Transformación y Resiliencia de la Unión Europea #nextgenerationeu #saludmental #aprenderesdivertido #digitalización

Salud Mental Aranda • Tú
Asociación sin ánimo de lucro de Personas con problemas de S...
7 meses •

La semana pasada finalizamos la formación online "Formación Básica en Nuevas Tecnologías". Durante estos dos meses hemos aprendido a manejar el correo electrónico, diferentes herramientas y aplicaciones de google y normas para un uso correcto de internet.

Iniciativa financiada por la Gerencia de Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León con cargo a los Fondos procedentes del «Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia» financiado por la Unión Europea - Next Generation EU.



EVOLUCIÓN Y SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

7 personas mejoran

4 personas mantienen

1 persona empeora

1 persona inicia objetivos

Se puntúa de 1 a 5

De las 13 personas atendidas valoran el servicio: 11 personas.
9 personas puntúan con un 4.
2 personas puntúan con un 5.



SERVICIO DE ATENCIÓN INTEGRAL

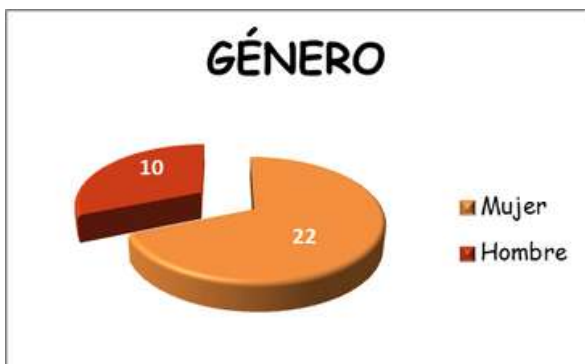


SALUD MENTAL
Aranda

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 la Comarca, para que puedan acceder a recursos que mejoren su calidad de vida y autonomía personal. Al ser un servicio de atención integral, se interviene a nivel personal, a nivel familiar y a nivel social. Desde este servicio acercamos los apoyos al entorno de la persona, fomentando que se mantenga en su propia comunidad, dotándola de recursos internos y externos adaptados a sus necesidades, para que pueda desarrollar allí su proyecto de vida. En muchos casos, este servicio se convierte en la puerta de entrada a otros servicios de la entidad.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS



PERFIL PRIORITARIO

- Mujeres, especialmente víctimas de VDG
- Residentes en la zona rural
- Dificultades en áreas básicas de la vida diaria y en el acceso a recursos de apoyo
- Aislamiento social y personas que viven solas
- Personas en riesgo de conducta suicida.



ACTIVIDADES

INTERVENCIÓN A NIVEL FAMILIAR

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

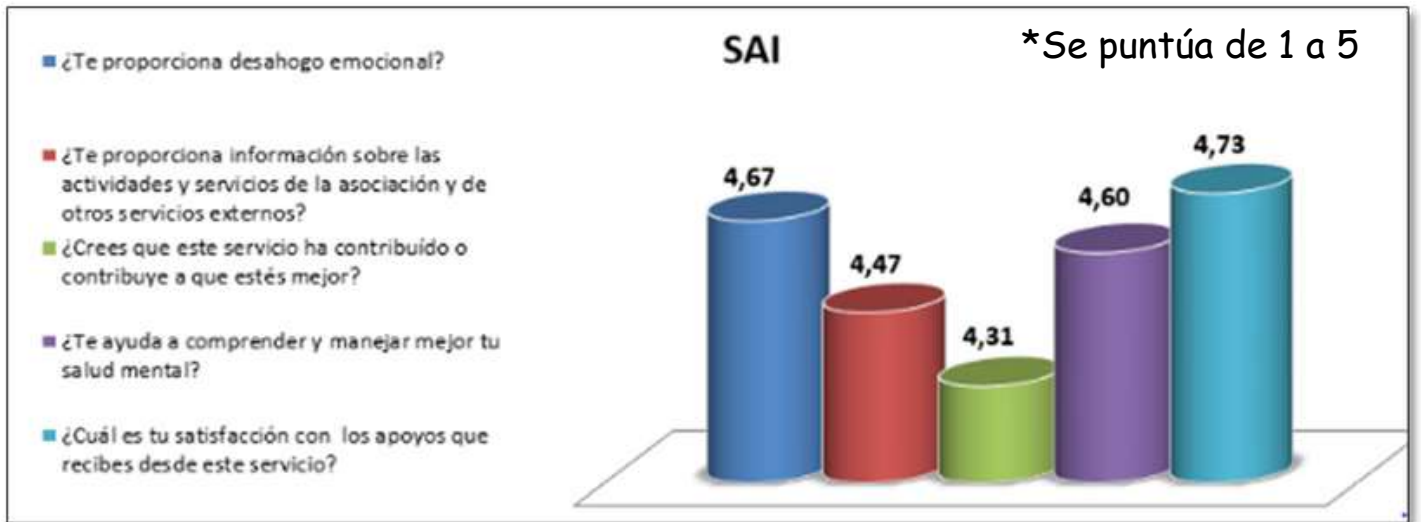
INTERVENCIÓN A NIVEL SOCIAL

- Intervenciones coordinadas con otros recursos de la zona, fomentando la mejora de la calidad de la intervención y la inclusión de la persona en su comunidad.
- Sensibilización de la población a través de una imagen positiva con nuestras intervenciones.

INTERVENCIÓN A NIVEL PERSONAL

- Información sobre salud mental: Factores de riesgo y protección, sintomatología, herramientas de afrontamiento, psicoeducación, resolución de dudas.
- Información sobre recursos internos y externos adaptados a las necesidades de cada persona.
- Intervención específica: Primer contacto con la entidad, desahogo emocional y gestión emocional.
- Apoyo y acompañamiento en el acceso a servicios o en la realización de trámites.

SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES



Lo más valorado es el desahogo emocional, la escucha, la confianza y adaptación que permite este servicio. También se destaca la positividad de las profesionales, los apoyos en trámites y tareas del día a día y se valoran las acciones como método para paliar la soledad

También realizan propuestas de mejora, como son citas de forma más frecuente, no cambiar de profesional o tener el servicio de forma continua en el tiempo, no hasta incorporarse a otros servicios, ya sean internos o externos.



Salud Mental Aranda
Publicado por Juan José Zapponi · 4 de septiembre de 2023 ·

¿Conoces nuestro servicio de Acompañamiento Integral? Su principal característica es que ofrece soluciones adaptadas a las necesidades de las personas en su propio entorno, ¿quieres saber más? Servicio financiado por la Junta de Castilla y León a través del Programa "Acompañamiento Integral: Apoyo técnico a personas en situación de dependencia y/o discapacidad".

¿A quién se dirige?

Está dirigido a personas con problemas de salud mental, especialmente a aquellas con dificultades de acceso a la Asociación o residentes en la zona rural. En muchos casos, este servicio se constituye como la puerta de acceso a la entidad.

¿Qué se hace?

Se ofrece una atención integral, en los ámbitos personal, familiar, social y comunitario, con el fin de prestar los apoyos necesarios para que las personas con problemas de salud mental puedan mantenerse en su entorno comunitario, con una óptima calidad de vida.

¿Qué se hace?

A través de entrevistas individuales o familiares, preferentemente en su propio entorno, ofrecemos soluciones a las necesidades de las personas para que puedan desarrollar su proyecto de vida, acorde a las recursos y servicios que necesitan, ya sean de carácter interno o externo.

¿Puedes saber más en...?

www.saludmentalAranda.org
→ solicitar más información a través de... info@saludmentalAranda.org 947516050
→ y no olvides seguirnos en nuestras redes sociales!

Atención integral en salud mental
Resultados obtenidos

- HEMOS ATENDIDO A 14 PERSONAS EN SU ENTORNO COMUNITARIO
- EL 72% SON MUJERES, SIENDO PRIORITARIA SU ATENCIÓN DESDE ESTE PROYECTO
- HEMOS INTERVENIDO EN UN TOTAL DE 13 POBLACIONES DE NUESTRA COMARCA
- EL 86% DE LAS PERSONAS ATENDIDAS PERTENECEN A OTROS COLECTIVOS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN
- GRACIAS A ESTE PROYECTO, SE HA DADO RESPUESTA A 8 REGIONES DE LA LISTA DE ESPERA

ATENCIÓN INTEGRAL EN SALUD MENTAL

Diputación de Burgos SALUD MENTAL Aranda

ENVEJECIMIENTO ACTIVO



SALUD MENTAL
Aranda

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.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

12 mujeres

18 hombres

ARANDA
HUERTA
ROA

ACTIVIDADES

Estiramientos

Relajación y respiración

Meditación guiada

Senderismo

Gestión emocional

Estimulación cognitiva

Actividades artísticas

Participación comunitaria

RESULTADOS

Mejora en la salud física:

- Aumento de la movilidad y la flexibilidad.
- Mejora en la fuerza y resistencia.
- Reducción de los síntomas de dolencias físicas crónicas



Mejora en la salud mental:

- Reducción de síntomas de depresión y ansiedad.
- Mejora en el manejo del estrés y la regulación emocional.
- Aumento de la autoestima y el bienestar general

Mejora cognitiva:

- Mejora en funciones cognitivas como memoria, atención y concentración.
- Reducción del declive cognitivo relacionado con la edad



Aumento de la participación social:

- Fortalecimiento de las relaciones sociales y reducción del aislamiento.
- Mayor participación en actividades comunitarias.

Desarrollo de habilidades de afrontamiento:

- Mejora en las habilidades para enfrentar problemas de salud mental.
- Aumento de la resiliencia y adaptabilidad.



SERVICIO DE ASISTENCIA PERSONAL



SALUD MENTAL
Aranda

DESCRIPCIÓN

Un Asistente Personal es una herramienta humana que presta apoyo a otra persona para desarrollar su proyecto de vida. Es, por tanto, un profesional que interviene para apoyar en la realización de las actividades y tareas de la vida diaria a otra persona, que por su situación no puede realizarlas por sí misma. Desde este servicio se fomenta la autonomía personal, el desarrollo del proyecto de vida independiente y la inclusión sociolaboral, favoreciendo la vida activa a las personas que lo reciben. Estos apoyos se basan siempre en el derecho y la capacidad de decidir de la propia persona con problemas de salud mental, adaptándose a sus necesidades específicas y circunstancias personales.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

GÉNERO



LUGAR DE RESIDENCIA



8
NUEVAS
ALTAS

27
PERSONAS
ATENDIDAS

3
BAJAS

PERFIL

- Medio rural - aislamiento.
- Dificultades en áreas básicas de la vida diaria.
- Dificultad en acceso a recursos.
- Personas que viven solas.
- Escasa motivación personal.

ACTIVIDADES

Apoyo en la
gestión
emocional

Apoyo en
tareas básicas
del día a día

Apoyo en el
cuidado de la
salud

Apoyo en las
relaciones
personales

Apoyo en las
relaciones
sociales

Apoyo en
traslados -
conducción

Apoyo en la
administración
personal

Apoyo en el
empleo

Apoyo en la
inclusión
comunitaria

Apoyo en
trámites y
gestiones

Apoyo en la
gestión del
ocio

Apoyo en la
formación

EVOLUCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

12

personas
mejoran

10

personas
mantienen

1

persona
empeora

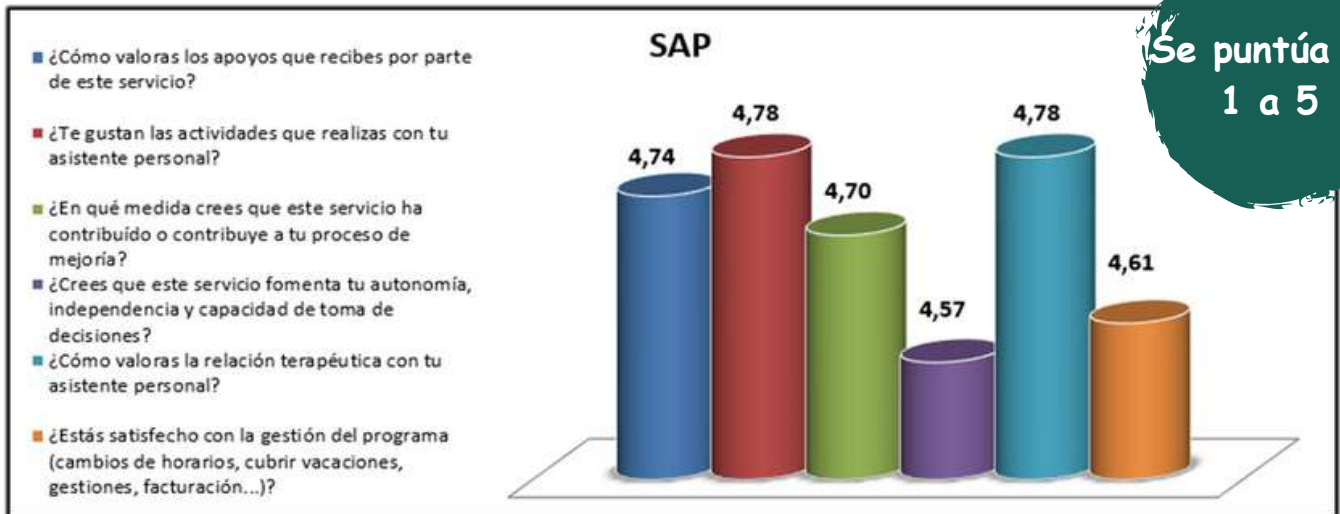
5

personas
inician
objetivos



SATISFACCIÓN

Se puntúa de
1 a 5



Las personas que participan en este servicio valoran especialmente:

- La relación de apoyo, escucha y comprensión con su asistente personal, en un espacio íntimo, seguro y libre de juicios que fomenta el desahogo y la expresión emocional.
- Las actividades que se realizan durante los servicios: gestión de trámites y documentos, traslados, acompañamientos, actividades básicas de la vida diaria, acciones en la comunidad, etc.
- La seguridad en sí mismos que les proporciona el servicio, que a su vez se traduce en autonomía personal.

Salud Mental Aranda
 Publicado por Celia Minguez · 10 de julio de 2023 ·

"En los momentos simples, se esconden las mayores alegrías". Desde el Servicio de Asistencia Personal, compartimos lugares y momentos para vivir en el día a día, y cuidar nuestra salud mental.

#asistenciapersonal #saludmental #pequeñosplacere



Salud Mental Aranda
 Publicado por Celia Minguez · 9 de febrero de 2023 ·

¡EQUIPO SAP AL RESCATE!

Todos necesitamos ayuda en ciertos momentos, y contar con el apoyo de la asistencia personal, en ocasiones es la clave para fomentar nuestra propia autonomía. ¿Queréis saber más sobre este servicio y cómo lo viven las personas que lo reciben? Os dejamos el enlace a nuestro blog, en el que nos cuentan más los participantes con experiencia propia.

<https://www.saludmentalaranda.org/2022/07/>

#asistenciapersonal #saludmental #autonomía #vidaindependiente



¡¡Hola!! ¿Cómo va todo?

Muy bien, pero no entiendo estos papeles que me han llegado.



OCIO Y TIEMPO LIBRE



SALUD MENTAL

Aranda

DESCRIPCIÓN

Este programa dota a la persona con problemas de salud mental de herramientas para mayor autonomía y disfrute de su ocio y tiempo libre, así como refuerza a realizar actividades en su entorno comunitario favoreciendo la inclusión en la sociedad y previniendo el aislamiento.

TEMPORALIDAD Y PERFIL DE LAS PERSONAS ATENDIDAS

El servicio de ocio y tiempo libre se desarrolla entre los meses de Enero y Diciembre. Cualquier persona con un problema de salud mental, familiares o socios de la entidad, que participen en el resto de programas, pueden disfrutar del servicio de ocio y tiempo libre. No son necesarios unos requisitos específicos para su participación.

ACTIVIDADES

ACTIVIDADES CONTINUADAS

- **CLUB DE OCIO:** Viernes de 16-19h. Suele ser un grupo de 8 personas, pues se realizan visitas y excursiones a pueblos de la comarca: Huerta de Rey, Gumiel de Izán, Lerma, Santo domingo de Silos, Fuentidueña, Sacramenia, Fuentesoto y Milagros. De enero a junio.
- **RELAJACIÓN:** Lunes de 16-17h. En Octubre pasa a los martes de 16.30-17.50. Actividad dirigida a familiares, es un espacio de relajación, donde se combina la actividad física como método para la liberación de la carga mental, con ejercicios de estiramientos, coordinación, cooperación y generando sentimiento de grupo. Se realiza en las instalaciones del centro cívico.
- **RADIO:** Viernes de 9.30-11. En Octubre pasa a los jueves de 10-11.30. Emisión de La Línea Intermedia, el programa de radio de Salud Mental Aranda el último jueves de mes en horario de 21-22h en Radio Iris 7, en el dial 100.0 de la FM. Espacio donde se da voz y protagonismo a personas con experiencia propia en salud mental. Se realiza en la asociación y en las instalaciones del centro cívico.

OCIO PUNTUAL PROGRAMADO

- **LIGA MENTEGOLES:** Liga regional de fútbol sala de las asociaciones de Salud Mental Castilla y León tejiendo así lazos de unión entre asociaciones y sus participantes.
- **PROGRAMA VACACIONES. IMSERSO:** Del 1-8 de junio con destino a Palma de Mallorca. Acudieron 20 personas con discapacidad y 4 profesionales acompañando al grupo. el viaje se realizó con otra asociación de la red Salud Mental España, AMAFE (Asociación española de apoyo en psicosis)
- **FIESTAS Y CELEBRACIONES:** Carnaval- Participando 32 personas. Comida de verano- participando 83 personas en el parque El Barriles. Comida de navidad- participando 96 personas en el Hotel V Ciudad de Aranda
- **CASA RURAL:** Del 1-3 de diciembre en Martín Miguel (Segovia). Casa rural La Tarja. Acuden 10 personas con discapacidad y 2 técnicos como apoyo y acompañamiento.
- **OCIO PUNTUAL 1ª QUINCENA DE AGOSTO Y OCIO NAVIDEÑO:** Salidas y visitas a pueblos de la zona en la 1ª quincena de Agosto y salidas por Aranda en Navidad disfrutando de las actividades propias de la época.

EVOLUCIÓN Y SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

Si nos basamos en los cuestionarios de satisfacción de las actividades continuadas encontramos comentarios del tipo:

- **Radio:** Está bien todo lo que se habla en el programa. Así mismo consideran que debería haber una ampliación de horas dedicadas al taller de Radio ya que una hora y media a la semana, teniendo en cuenta que una semana es el día de grabación, es tiempo insuficiente. Además, la preparación de las diferentes secciones del programa, las realizan, normalmente los coordinadores, pues las horas de taller normalmente se dedican a elegir temas, organizar y sobre todo a ensayar el programa, que previamente han escrito los coordinadores fuera del horario de la actividad (si no sería muy complicado sacar el programa cada mes).
- **Relajación** destacan los siguientes comentarios: En general coinciden en que hay mucha variedad de ejercicios, algo positivo para ellos, ya que no da para aburrirse. Demandan más tiempo de actividad ya que una hora se les queda corto según dicen o ampliar la actividad a dos días en semana, algo complicado por organización del técnico que imparte el taller. Coinciden en salir renovadas de la actividad y con sensación de plenitud.

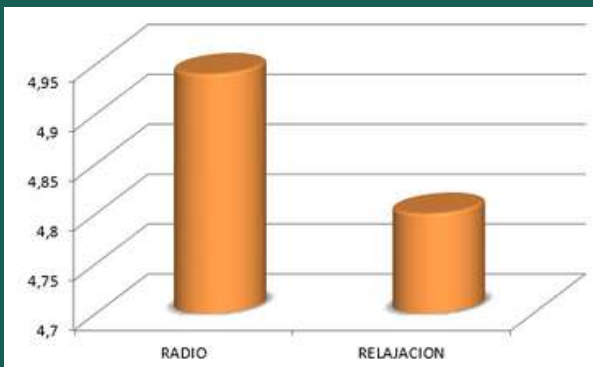
RESULTADOS

Durante el 2023 se han realizado todas las actividades previstas.

Se ha incrementado el número de participación de forma exponencial demostrando así que el programa funciona y que necesita de continuidad para dar respuesta a las demandas de los participantes de la asociación.

El club de ocio sufre un cambio en el 2023 y desde julio, pasa a ser una actividad de Centro de Día, para así contar con mayor financiación.

Actividades valoradas sobre 5



ÁREA DE MUJER



SALUD MENTAL
Aranda

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.

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.

Tiene un carácter transversal, por lo que incluye tanto a hombres como a mujeres, trabajando desde la perspectiva y conciencia de género, y cómo todo ello influye en la salud mental de las personas.

PERFIL Y PERSONAS ATENDIDAS

60 mujeres han participado en actividades de este Área

19 hombres han participado en actividades de este Área.

Es un servicio transversal, por lo que engloba a todas las personas de la entidad y se relaciona e influye en todos los servicios.

ACTIVIDADES



HUERTA
LERMA
VADOCONDES

Talleres dirigidos a mujeres rurales con problemas emocionales con un itinerario de 5 módulos (Juntas, Únicas, Libres, Independientes y Activas)





Salud Mental Aranda • Tú

Asociación sin ánimo de lucro de Personas con problemas de S...
10 meses •

El viernes celebramos las III Jornadas de Mujer y Salud Mental, un encuentro que nos ha permitido extraer objetivos y motivaciones grupales de las mujeres de Aranda y de nuestra Comarca.
"Solas llegaremos rápido, juntas llegaremos lejos." #mujerysaludmental #sumandovoces #juntasesmejor #juntassomosimparables



JORNADAS MUJER Y SALUD MENTAL: CAMINADO JUNTAS

Participan 27 MUJERES

Encuentro destinado a todas las mujeres que participan en el área donde se trabajan dinámicas de cohesión y evaluación de necesidades/recursos



Salud Mental Aranda • Tú

Asociación sin ánimo de lucro de Personas con problemas de S...
11 meses •

"Miradnos, lo vamos a conseguir. Porque un mundo sin mujeres no es más que un mundo vacío y a oscuras. Y nosotras estamos aquí para despertaros y encender la mecha" Elvira Sastre. Sabemos que juntas, somos imparables. #mujerysaludmental #sumandovoces #juntasesmejor #juntassomosimparables



LA MAGIA DE SER TÚ

Participan 25 MUJERES

HUERTA ARANDA

Conjuntos de 3 talleres para mujeres con problemas de salud mental; para mejorar su autoestima, con una metodología orientada a la introspección emocional



Salud Mental Aranda • Tú

Asociación sin ánimo de lucro de Personas con problemas de S...
2 meses •

Hace unos días, y de la mano de @fundaciononce e Inserta Innovación, desarrollamos un taller sobre corresponsabilidad y conciliación, dirigido a los hombres de nuestra entidad. Además de profundizar sobre los condicionantes de género a través de diferentes dinámicas, desarrollamos una práctica con la metodología Lego Serious Play, que nos gustó muchísimo. Esta actividad pertenece al Plan Formativo en Corresponsabilidad y Cuidados 2023, financiado por el Ministerio de Igualdad y gestionado por la Gerencia de Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León.



TALLER DE CORRESPONSABILIDAD Y CONCILIACIÓN PARA HOMBRES

Participan 19 HOMBRES

Concienciar en corresponsabilidad valorando posibles cambios de actitud en el entorno familiar y laboral, reforzando técnicas de gestión del tiempo, flexibilidad y planificación

**ENCUENTRO
"IGUALDAD,
DISCAPACIDAD
Y MEDIO
RURAL"**

Participan
17
MUJERES

CASTILLO DE ÍSCAR

Jornada dirigida a presentar las buenas prácticas de entidades del ámbito de la discapacidad, con la finalidad de prevenir la violencia de género y promover la igualdad de oportunidades en el medio rural



**ATENCIÓN
INDIVIDUAL**

Participan
60 MUJERES
19 HOMBRES

Prestamos apoyo personalizado (a mujeres y hombres con problemas de salud mental) de cara a capacitar en perspectiva de género y mejorar la igualdad de oportunidades en materia de bienestar emocional

RESULTADOS

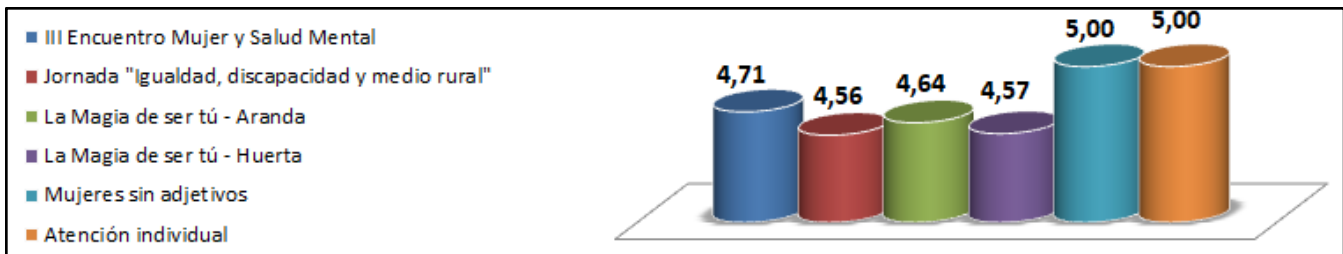
Reconocer como los roles y expectativas de género influyen en la salud mental

Adquisición de mayor autonomía y empoderamiento personal y colectivo

Creación de una red social de apoyo entre pares basada en la empatía y la sororidad

Mejora de la capacidad de resiliencia, toma de decisiones y crecimiento personal

SATISFACCIÓN



PROMOCIÓN DEL VOLUNTARIADO



SALUD MENTAL
Aranda

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 6 personas voluntarias

ACTIVIDADES

Taller de Autoestima

Radio, La Línea Intermedia

Arte urbano en Huerta

Apoyo psicológico

Centro de Día, con el taller "A través de tí"

Traducción de idioma, en el Servicio de Inclusión

Apoyo en actos benéficos



Radio



Autoestima



SERVICIO INFANTO JUVENIL



DESCRIPCIÓN

Acompañamiento 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 individual para familiares cuyos menores participen en el programa, trabajando bajo el modelo de escuela de psicoeducación familiar.

DESTINATARIOS



ACTIVIDADES

Normas, pautas y límites en el hogar

Habilidades Sociales en clase

Ansiedad y sus efectos

Prevención de acoso escolar

Problemas con la alimentación

Educación sexual

Redes Sociales

Orientación vocacional

Higiene del Sueño

Relación con los iguales

Autoestima y Autoconcepto

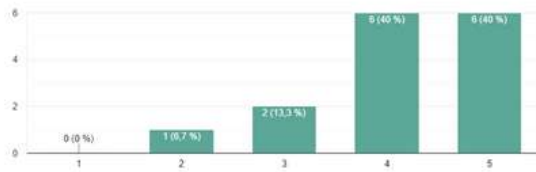
Separaciones complicadas

EVOLUCIÓN Y SATISFACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

Siento que estoy consiguiendo.... un lugar donde poder hablar de lo que me preocupa

Copiar

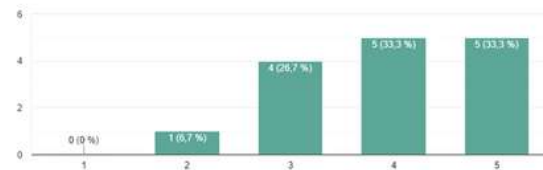
15 respuestas



Siento que estoy consiguiendo...consuelo para la tensión y emociones desagradables

Copiar

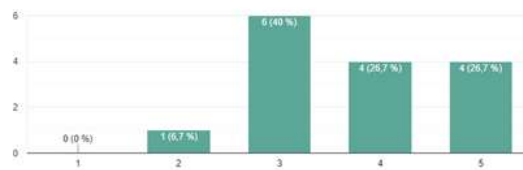
15 respuestas



Siento que estoy consiguiendo... mayor capacidad para sentir lo que siento y saber lo que quiero

Copiar

15 respuestas



Acudir al programa me hace sentir:

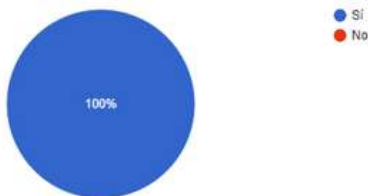
Copiar

15 respuestas



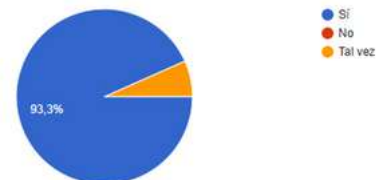
¿Te sientes a gusto en las sesiones individuales?

15 respuestas



¿Le recomendarías a un/a amigo/a que viniera?

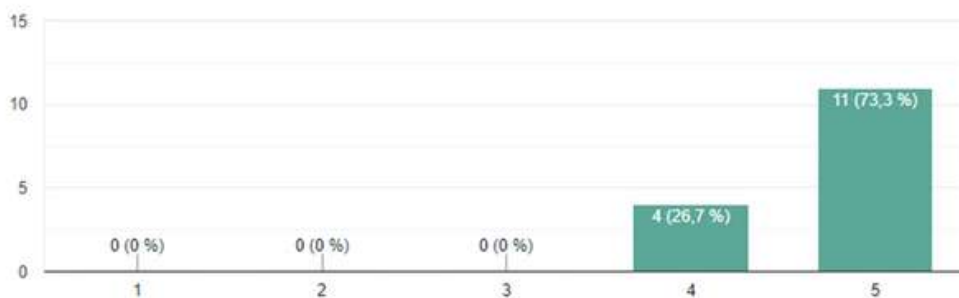
15 respuestas



Valoración global de la atención recibida

Copiar

15 respuestas



OTROS DATOS

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 2024 son mantener el servicio y conseguir una financiación estable para mantener la atención y poder ampliar tanto en profesionales como en participantes.

DOCUMENTACIÓN GRÁFICA

