



AFENES
SALUD MENTAL

Declarada de utilidad pública O.M. 31-07-02

MEMORIA
2023

INDICE

Indice	página 2
Distinciones de Afenes	página 4
Carta del presidente	página 5
Datos de identificación de la Asociación	página 6
Órganos e instituciones a los que pertenece la Asociación	página 7
Entidades Colaboradoras	página 8
Memorias de Actividades llevadas a cabo por la Asociación	página 9
1. Programa de "Acompañamiento Integral a Personas con Problemas de Salud Mental en Andalucía"	página 10
2. Programa de "Intervención Psicoeducativa con Familiares de Personas con Problemas de Salud Mental. Fomento del Respiro de Cuidadores/as Familiares".	página 11
3. Programa de "Reincorporación y Reinserción Social de Personas con Problemas Sometidas a Medidas Alternativas Judicializados"	Página 13
4. Programa de "Apoyo Psicosocial, Formación e Inclusión de Mujeres con Problemas de Salud Mental"	página 15
5. Programa de "Apoyo Psicosocial a Personas con Patología Dual y sus Familiares"	página 15
6. Programa de "Prevención de Adicciones y Problemas de Salud Mental en Jóvenes"	página 17
7. Programa de "Acompañándonos en la Recuperación"	página 18
8. Programa de "Grupos de Psicoeducación para Personas con Problemas de Salud Mental"	página 19
9. Programa de "Apoyo Psicosocial a Mujeres Cuidadoras en Salud Mental"	Página 21
10. Programa de "Mediación Comunitaria para la Recuperación Sanitaria y Social de las Personas con Problemas de Salud Mental"	página 23
11. Programa de "Rompiendo Mitos en Salud Mental"	página 27
12. Programa de "Arteterapia: emociónARTE de Forma Sostenible"	página 28
13. Programa de "Fomento del Asociacionismo para la Participación y el Voluntariado en Salud Mental"	página 29
14. Programa de "Apoyo a la Rehabilitación de Personas con Problemas de Salud Mental Internas en Centros Penitenciarios. Apoyo a la Rehabilitación Psiquiátrica"	página 30
15. Programa de "Reincorporación Social de Personas con Problemas de Salud Mental Judicializadas"	página 31
16. Programa de "Promoción de la Salud y Prevención del Deterioro: Salud Física y Autonomías Personal de las Personas con Problemas de Salud Mental. Apoyo a Familiares y Cuidadores/as. Comarca del Guadalhorce y Sierra de las Nieves.	página 33
17. Programa de "Reincorporación Social de Personas Internas en las Unidades de Hospitalización de Salud Mental"	página 34
18. Programa Municipal de "Apoyo en el Tratamiento a Pacientes de Salud Mental y Apoyo Familiar"	página 35

19. Programa de “Intervención con Familiares de Personas con Problemas de Salud Mental”	página 36
20. Programa de “Nuevos Abordajes en la Salud Mental Rural”	página 37
21. Programa de “Apoyo Socio-Digital como garantía para la Inclusión Social de Personas con Problemas de Salud Mental”	página 38
22. Programa de “Quedadas: encuentros para compartir, sostenerNOS y acompañarNOS en la Recuperación”	página 39
23. Programa “Escuchándonos. Desmitificación, Prevención y Atención en Salud Mental para Jóvenes de la Provincia de Málaga”	página 39
24. “Campaña de Concienciación para el Movimiento Asociativo y Fomento de la Participación del Voluntariado” (Programa de Divulgación y Sensibilización	página 40
25. Programa de “Atención Telefónica”	página 41
26. Programa de "Sostenimiento Telefónico”	página 41
27. Programa de “Información, Orientación y Asesoramiento a Personas con Problemas de Salud Mental y sus Familiares”	página 41
28. Programa de "Promoción de la Autonomía y Atención a Personas con Dependencia”	página 43
29. Programa de “Deportes” Fomento de la Salud Mental a través del Deporte.	página 43
30. Programa de “Club Social y Ocupación del Tiempo Libre”	Página 45
31. Programa de “Ocio y Tiempo Libre”	página 47
32. Programa de “Huerto Urbano”	página 48
33. Plataforma Contra el Estigma de la Enfermedad Mental	página 49
34. Campaña de Sensibilización y Desestigmatización Social de los Problemas de Salud Mental. Medios de Comunicación	página 50
35. Celebración del Día Mundial de la Salud Mental	página 51
36. Gala Benéfica Pro Salud Mental	página 51
37. Nuestra labor Reivindicativa	página 52
38. Mesas de trabajo con entidades públicas	página 52
39. Pacto Andaluz por la Salud Mental	página 52

DISTINCIONES DE AFENES

DECLARADA DE UTILIDAD PUBLICA O.M. 31-07-02

PREMIO GALARDON DIA DE ANDALUCIA 2005

**PREMIO MALAGA VOLUNTARIA 2005
DEL AYTO DE MALAGA**

PREMIO CRUZ DE MALTA 2006

**ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA MUNICIPAL
(Ayuntamiento de Málaga)**

PREMIO TODA UNA VIDA PARA MEJORAR 2008

**PREMIO DIPUTACIÓN DE MÁLAGA
A LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA 2008**

**PREMIO MALAGA VOLUNTARIA 2009
DEL AYTO DE MALAGA**

**PREMIO MALAGA VOLUNTARIA 2011
DEL AYTO DE MALAGA**

**CRUZ AL MÉRITO POLICIAL CON
DISTINTIVO BLANCO 2017**

**PREMIO SIEMPRE FUERTE 2021
FUNDACION MALAGA C.F.**

**PREMIO PROMOCION DE LA SALUD 2022
COLEGIO OFICIAL DE MEDICOS DE MALAGA**

SALUDO DE LA JUNTA DIRECTIVA

Estimados soci@s

En primer lugar agradeceremos vuestra presencia hoy aquí, y como años anteriores presentaros las cuentas, el plan de acción, la memoria y los presupuestos.

Comentamos que este año se ha consolidado el espacio que tenemos concedido por el Ayuntamiento en calle Bolivia, donde se vienen realizando atenciones individuales, grupos de ayuda mutua, actividades de ocio, e incluso la Federación hizo un mentoring para las técnicas de toda Andalucía, por lo que estamos muy contentos de que se haya materializado este espacio por el que llevamos tantos años luchando.

Hace pocas semanas que nos reunimos con el distrito de la Carretera de Cádiz para ver si conseguimos otro espacio por aquella zona, ya que tenemos muchas personas que atendemos y que nos vendría muy bien contar con él.

Queríamos contaros que el año pasado, como algunos ya sabéis, abrimos un nuevo espacio en el antiguo local de Afenes, situado en la Plaza de Mariscal, es para los fines de semana (sábados y domingos) y está abierto de 10 a 20 horas, está funcionando muy bien, siendo un referente en toda Andalucía, como nueva forma de intervención en salud mental, por allí han pasado, desde el Secretario General de Humanización, La Gerente de Faisem, el Delegado de Salud de Málaga etc. de hecho se quiere copiar para implementarlo en toda la Comunidad Autónoma. Este recurso está financiado por La Caixa.

Y muchas más novedades que encontrareis detallado en la Memoria de actividades que se adjunta.

Se ha conseguido, a través de la Consejería de Inclusión Social, que se realice un proyecto piloto sobre el “Asistente Personal”, figura que está contemplada en la Ley de la Dependencia, pero que en Andalucía no se había desarrollado, y ahora con los Fondos Europeos se ha podido llevar a cabo este reto, que desde la Federación llevamos mucho tiempo reivindicando, ya que daría la oportunidad que las personas recuperadas que tengan un empleo, y con ello culminar su recuperación.

En cuanto a lo económico ha sido un año complicado, porque después de haber realizado dos programas, con el consiguiente gasto en personal, material etc., por distintos motivos no nos lo han pagado, y eso ha conllevado problemas a la hora del cuadro económico. Este año queremos hacer una campaña potente de captación de socios para intentar coger un colchón que nos permita no tener estos problemas.

Como podéis comprobar ha sido un año muy intenso y que una vez mas hemos podido terminar con éxito gracias a nuestro personal. Vaya desde aquí nuestro mas sincero agradecimiento.

MUCHAS GRACIAS

Carmen Sibaja Rico
Presidente

DATOS DE IDENTIFICACIÓN DE NUESTRA ASOCIACIÓN

Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (A.F.E.N.E.S.)

Domicilio Social: C/ Juan Benet, 8 (Colonia Santa Inés) 29010, Málaga

C.I.F.: G-29.555.471

Teléfonos: 952 217779 y 952 228609 Fax: 951 107223

Correo electrónico: afenes@hotmail.com

Página web: www.afenes.org

Sede en C/ Mariscal s/n 29008 Málaga, teléfono 952211176

Sede en Antequera: C/ Lucena Nº 20, 29200 Antequera-Málaga, teléfono 663854849

Sede en la Comarca del Guadalhorce: C/ Castillo nº 15, 29570 Cártama-Málaga, teléfono 663854849

Sede en la Comarca de la Axarquía: C/ Lomas de los Almendros nº 40, 29700 Vélez-Málaga, teléfono 682694407

Fecha de Constitución: 6 de noviembre de 1991

Forma jurídica: Asociación de carácter benéfico social sin ánimo de lucro.

Declarada de Utilidad Pública O.M. 31-07-02

Declarada de Utilidad Pública Municipal por el Excmo. Ayuntamiento de Málaga Resolución 12-02-08

Estatutos adaptados a la nueva ley de asociaciones (Ley Orgánica 1/2002 de 22 de marzo).

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Consejería de Gobernación de la Junta de Andalucía con el nº 2.402 secc. 1ª.

Inscrita en el Registro de Entidades del Instituto Andaluz de Servicios Sociales con el nº 1.641.

Inscrita en el Registro de Asociaciones de Ayuda Mutua de la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía con el nº 1844.

Inscrita en el Registro Municipal de Asociaciones y Entidades del Excmo. Ayuntamiento de Málaga con el nº 424.

Inscrita en el Registro Municipal de Asociaciones del Excmo. Ayuntamiento de Antequera con el nº 2/2008

Inscrita en el Registro Municipal de Asociaciones del Excmo. Ayuntamiento de Vélez-Málaga con el nº 409

Inscrita en el Registro Municipal de Asociaciones del Excmo. Ayuntamiento de Alhaurín de la Torre con el nº 03 sección B tipología social.

Inscrita en el Registro General de Entidades de Voluntariado de Andalucía con el número 1335

Inscrita en el Registro Municipal de Entidades Ciudadanas del Ayuntamiento de Antequera con el nº 13/2009.

ÓRGANOS E INSTITUCIONES A LOS QUE PERTENECE
NUESTRA ASOCIACIÓN

- AFENES pertenece a la Comisión Sectorial de Discapacitados del Área de Bienestar Social, Participación Ciudadana, Accesibilidad Universal y Distrito nº 11 del Excmo. Ayuntamiento de Málaga.
- A la Plataforma del Voluntariado de Málaga.
- Somos miembros de la Federación de Salud Mental Andalucía.
- Así mismo, pertenecemos a la Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y de Personas con Enfermedad Mental
- Estamos integrados, en calidad de patronos fundadores, en la Fundación Malagueña de Curatela y Apoyo.
- Somos miembros del Comité de Entidades Representantes de Minusválidos de Andalucía (C.E.R.M.I.).
- Pertenecemos a la Plataforma del Voluntariado de Antequera.

ENTIDADES COLABORADORAS

- Ministerio de Sanidad y Política Social (Imserso).
- Consejería para la Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación de la Junta de Andalucía.
- Consejería de Salud y Familias de la Junta de Andalucía
- FAISEM.
- Diputación Provincial de Málaga. Area de Ciudadanía y Atención al Desplazamiento del Territorio. Innovación Social y Desplazamiento
- Diputación Provincial de Málaga. Area de Ciudadanía y Atención al Desplazamiento del Territorio. Mayores, Tercer Sector y Cooperación Internacional
- Centro de Innovación Social La Noria
- Ayuntamiento de Málaga. Area de Accesibilidad.
- Ayuntamiento de Málaga. Area de Derechos Sociales
- Ayuntamiento de Málaga. Area de Participación Ciudadana, Inmigración y Cooperación al Desarrollo.
- Ayuntamiento de Málaga. Area de Igualdad de Oportunidades.
- Ayuntamiento de Málaga. Delegación de Distrito 11-Teatinos-Universidad.
- Ayuntamiento de Málaga. Area de Cultura
- Málaga Deportes y Eventos
- Empresa Municipal de Transportes
- Ayuntamiento de Antequera.
- Ayuntamiento de Alhaurín de la Torre
- Ayuntamiento de Cabra
- Ayuntamiento de Vélez Málaga
- Universidad de Málaga.
- Teatro Cervantes.
- Instituto de Estudios Portuarios de Málaga.
- Málaga CF
- Fundación Málaga CF
- Fundación Soles de Málaga
- Conservatorio Profesional de Danza Pepa Flores
- Inagua
- Palacio de Deportes José María Martín Carpena
- Laboratorios Johnson & Johnson.
- Fundación La Caixa.
- Canal Málaga TV
- Tapicenter Costasol S.L.
- E.U. Instalaciones S.L.
- Deportes Estadio
- Restaurante-Venta José Carlos.
- Toldos y luminosos Hnos. González.
- Club de Leones “Málaga-Limonar”
- Bodegas El Pimpi
- Joven Orquesta Provincial de Málaga (JOPMA)
- Ocasur 2010 S.L. Málaga
- Electro Remacli S.L.

**MEMORIA DE ACTIVIDADES
LLEVADAS A CABO
POR LA ASOCIACIÓN
AÑO 2023**

Nota. En todos los programas que se desarrollan, se lleva a cabo la planificación, seguimiento y evaluación final de los mismos.

EJECUCIÓN DE PROGRAMAS

1.- PROGRAMA DE "ACOMPañAMIENTO INTEGRAL A PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN ANDALUCIA".

A lo largo del año la Asociación de Familiares y Personas con Problemas de Salud Mental (AFENES) ha continuado desarrollando en la provincia de Málaga el programa de Atención a Domicilio. Este programa surgió al detectar nuestra asociación que actualmente existe un alto número de personas con problemas de salud mental que por falta de recursos, sintomatología más severa, excesivo retraimiento social, abandono personal o falta de motivaciones no están vinculados con los recursos sociosanitarios existentes. Lo que busca este programa es proporcionar la ayuda necesaria en el entorno más próximo a la persona para facilitar su vinculación con los servicios existentes en la comunidad e intervenir de forma más activa y directamente en la consecución de una vida más autónoma y normalizada posible.

El perfil de usuarios al que se dirige el programa es el de personas con algún trastorno mental grave que no acuden habitualmente a dispositivos sanitarios y/o sociales adecuados y a sus familias.

El objetivo general del programa es el de mejorar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental grave y duradera y sus familiares y allegados.

Los objetivos específicos del programa son los siguientes:

1. Reducir la sintomatología de los usuarios.
2. Aumentar las actividades sanas y autónomas de estas personas.
3. Aumentar el grado de autonomía y las habilidades de los usuarios.
4. Mejorar la convivencia familiar.

Evaluación del programa.

Para evaluar la eficacia del programa se han realizado dos tipos de evaluación una cuantitativa de los resultados esperados y los indicadores expuestos en el programa y una cualitativa mediante la valoración de los profesionales encargados de llevarlo a cabo, de profesionales de los Equipos de Salud Mental de Distrito, y de los propios usuarios y sus familiares.

Respecto a la evaluación cuantitativa, hemos obtenido los siguientes resultados conforme a los objetivos del programa:

1. Reducir la sintomatología de los usuarios.
2. Aumentar las actividades sanas y autónomas de los usuarios.
3. Aumentar el grado de autonomía y las habilidades de los usuarios.

4. Mejorar la convivencia familiar.

Respecto a la evaluación cualitativa del proyecto todos los entrevistados (profesionales de los equipos de salud mental, usuarios y familiares) mostraron una alta satisfacción con los resultados del mismo y coincidieron en la necesidad de continuar el mismo.

Como conclusión final vemos que el programa es una herramienta eficaz a la hora de conseguir los objetivos que nos marcamos desde AFENES y conseguir un cambio a mejor en la realidad de las personas que padecen alguna enfermedad mental y sus familias. Creemos que es necesario continuar e incluso ampliar el programa para continuar en esa línea.

Dentro de la Atención a Domicilio se llevan cuatro líneas:

1. A personas con Trastorno Mental Grave TMG
2. A personas con Patología Dual
3. A personas con Trastorno Límite de la Personalidad TLP
4. A personas que se encuentran en El Limbo de la Dependencia

2.- PROGRAMA DE “INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA CON FAMILIARES DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL. FOMENTO DEL RESPIRO DE CUIDADORES/AS FAMILIARES”.

A lo largo del año se han venido desarrollando una serie de actividades encaminadas a mejorar el grado de información y formación de los familiares y allegados de personas con problemas de salud mental, y por tanto mejorar la calidad de vida de los usuarios diagnosticados de TMG y a sus familias.

Los objetivos de este programa son los siguientes:

- Identificar las necesidades de la familia, asesorarla y orientarla en las mismas.
- Favorecer y cimentar la relación entre las familias y los profesionales de la salud mental.
- Asesorar sobre los problemas de salud mental y los tratamientos actuales.
- Educar a la familia en el manejo de la enfermedad.
- Informar sobre posibles recursos (centros de día, viviendas supervisadas, casa hogar, etc.).
- Entrenar a la familia en técnicas de afrontamiento y competencia social.
- Manejar las crisis.
- Afrontar las pérdidas.

Las actividades desarrolladas, en este sentido se engloban en tres grandes grupos: Terapia de familias con grupos de auto-ayuda, creación de un nuevo grupo de psicoeducación.

GRUPOS DE PSICOEDUCACIÓN.

A lo largo del año, se han realizado dos grupos de psicoeducación. El perfil de los participantes ha sido el de familiares, padres y madres, por lo general, de usuarios que llevan poco tiempo con la enfermedad, por lo que el grado de información sobre recursos y desconocimiento de la enfermedad es mucho mayor que en el grupo de auto-ayuda.

Como indicamos existen dos grupos de psicoeducación uno para familiares de personas que sufren esquizofrenia y otro para los familiares de personas que sufren TLP (Trastorno Límite de Personalidad).

Las sesiones del grupo sobre esquizofrenia se han ido desarrollando los martes por la tarde de 17.00 a 19.00 horas, de enero a junio y de septiembre a diciembre. En el contenido de las sesiones se iban intercalando aspectos formativos e informativos con discusiones sobre situaciones concretas de los familiares allí presentes.

Los contenidos del grupo se han dividido en cuatro bloques:

1. Conocimiento de la enfermedad (qué es, síntomas, causas, diagnóstico diferencial, etc...).
2. Los tratamientos (Farmacológicos y no farmacológicos)
3. Los recursos Sociales y Sanitarios (centrándose en la provincia de Málaga).
4. Las prestaciones asociadas al trastorno (Minusvalía, PNC, Ley de dependencia e incapacitación)
5. El papel de la familia. (Comunicación, cómo hacer frente a los síntomas, el cuidado del cuidador)

El grupo de psicoeducación dirigido a familiares de personas diagnosticadas de TLP se celebra los jueves de 17.00 a 19.00 horas de enero a junio y de septiembre a diciembre.

El trastorno de personalidad tipo límite requiere de una psicoeducación más centrada en la resolución de situaciones explosivas de impulsividad y el manejo de las emociones, lo que hace que la metodología a desarrollar sea más participativa y dinámica que los grupos de psicoeducación de familiares de personas con Esquizofrenia.

Los contenidos del grupo se han dividido en varios bloques:

- 1.- Qué le pasa a mi familiar (definición de personalidad y trastornos del comportamiento, descripción del problema y diagnósticos diferenciales).
- 2.- Causas y tratamientos (Teorías sobre el origen y tratamientos disponibles en la actualidad).
- 3.- Descripción de los recursos sociales y sanitarios.
- 4.- La emoción (características emocionales de las personas con trastorno límite de personalidad, los pensamientos automáticos negativos asociados a los estados emocionales límites y su relación comportamental).

- 5.- La comunicación asertiva.
- 6.- Hacer frente a los comportamientos explosivos y establecer límites.
- 7.- El cuidado del cuidador.

Conclusión:

En vista del feedback recibido por parte de los familiares, así como, el seguimiento necesario posterior y la implicación de algunos de los familiares en actividades posteriores, se nos plantea la necesidad de continuar con él en el futuro, e incluso, se considera la necesidad de ampliarlo, ya que la satisfacción de los usuarios de este servicio ha sido muy alta. Además, el nivel de conocimientos adquiridos que se refleja en las entrevistas posteriores de evaluación han repercutido directamente en una mejor relación con su familiar afectado, la mejora de la relación familiar y de la evolución de las personas que sufren TMG.

TERAPIA DE FAMILIA. GRUPO DE AUTOAYUDA.

Seguimos teniendo nuestra habitual Terapia de Familia todos los jueves a las 19'00 horas, dirigida por un Psicólogo, abierta a todos nuestros socios y familiares que lo necesiten. El grupo de auto-ayuda se basa en la experiencia de los familiares más que en el saber de los profesionales.

El número de familiares que han asistido al grupo, lo ha hecho de forma estable y continuada, cumpliendo los distintos puntos del programa. Se ha realizado una sesión semanal de dos horas de duración aproximada.

Resultados obtenidos:

- Se van cumpliendo satisfactoriamente los objetivos.
- Se ha conseguido un alto grado de cohesión grupal, y un ambiente que propicia la confianza y el trabajo.

Igualmente en la Comarca de Antequera y Vélez-Málaga se han creado grupos de psicoeducación.

3.- PROGRAMA "RECUPERACION Y REINSERCIÓN SOCIAL DE PERSONAS SOMETIDAS A MEDIDAS ALTERNATIVAS JUDICIALIZADOS".

Centra su intervención en el proceso de salida de prisión de las personas con problemas de salud mental, facilitando su integración en la vida social y comunitaria.

Las **personas** que se **beneficiarán** de las actuaciones de este programa son:

- Personas afectadas por problemas de salud mental que hayan estado internas o estén próximas a finalizar la condena en Centros Penitenciarios, Centros de Inserción Social o en el Hospital Psiquiátrico Penitenciario.

Se **seleccionarán** a las y los participantes atendiendo a los siguientes criterios:

- Personas afectadas por un problema de salud mental grave judicializadas.
- Estar psicopatológicamente estabilizado.
- Estar próximo a finalizar o haber finalizado la condena.
- Presenta voluntariedad de participar en el programa.

Esta selección de las beneficiarias y los beneficiarios se realizará en los Equipos Multidisciplinares de las Instituciones Penitenciarias, dando prioridad a personas con escaso apego familiar, situación económica precaria y mayor riesgo de exclusión social.

Los objetivos son:

- Objetivo General:
Facilitar la inclusión social de las personas afectadas por problemas de salud mental que han concluido o están punto de concluir el proceso de judicialización del territorio andaluz, contribuyendo a la prevención de la exclusión y mejora de la calidad de vida.
- Objetivos Específicos:
 - 1.- Favorecer el acompañamiento psicosocial a personas con enfermedad mental, para promover una reincorporación social de calidad en su entorno.
 - 2.- Promover la creación de redes a nivel local que favorezcan la coordinación comunitaria para una mejor atención de las personas con enfermedad mental que han estado en el ámbito penitenciario.
 - 3.- Sensibilizar a agentes relacionados con el ámbito judicial en salud mental y lucha contra el estigma.

La evaluación del impacto de las actuaciones del presente programa se realizará mediante los siguientes instrumentos:

- ✓ Registro actividades.
- ✓ Registro control asistencia a las acciones formativas.
- ✓ Diario de campo de los diferentes profesionales responsables de la ejecución del proyecto.
- ✓ Observación de los diferentes profesionales responsables de la ejecución del proyecto.
- ✓ Cuestionarios que miden la satisfacción de las personas beneficiarias (personas afectadas por un problema de salud mental y sus familiares o allegados/as) de las actividades del programa.

4.- PROGRAMA “APOYO PSICOSOCIAL, FORMACIÓN E INCLUSIÓN DE MUJERES CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL”.

Se presenta un programa que tiene como eje transversal la Perspectiva de Género. Está dirigido a mujeres con discapacidad. Se pretenden atender dificultades en áreas básicas de la vida diaria, en el seguimiento de tratamientos, en la continuidad de la atención social y sanitaria, en el acceso a los dispositivos y recursos para la integración social, en la participación de actividades en la comunidad, o con grave riesgo de padecer estas dificultades a corto o medio plazo.

Promover el empoderamiento de las mujeres con discapacidad mediante la gestión emocional y la autoayuda.

Potenciar el bienestar emocional y social de las mujeres con problemas de salud mental, reduciendo el nivel de estrés y ansiedad.

Fomentar las capacidades, competencias y habilidades para facilitar el afrontamiento y la sobrecarga de las mujeres.

Crear un espacio de intercambio de reflexión, experiencias y aprendizaje entre mujeres que participan en el programa, sobre el hecho de ser mujer, los factores psicosociales que condicionan el malestar y el bienestar de las mujeres, prevención de la salud integral y promoción del bienestar, apoyo mutuo.

Apoyo y asesoramiento de mujeres con discapacidad para la prevención de la desigualdad y la violencia de género.

5.- PROGRAMA DE “APOYO PSICOSOCIAL A PERSONAS CON PATOLOGÍA DUAL Y SUS FAMILIARES”.

La patología dual es una situación clínica en la que la persona está afectada por un problema de salud mental y un problema de adicciones, por lo tanto el abordaje integral de ambos se convierte en un proceso complejo. Esto se debe a que este tipo de personas se encuentran en medio de dos redes de atención: Adicciones y Salud Mental, lo que dificulta su intervención, conocimiento de necesidades, características, dificultades y retos de la misma.

En la actualidad, nos encontramos con que siete de cada diez pacientes que están en un centro de adicciones presentan un problema de salud mental asociado, por lo que supone un aspecto de gran transcendencia que debe ser abordado.

Otra necesidad detectada, es la falta de formación de los profesionales de los diferentes dispositivos y la escasez de recursos en los que se abordan este tipo de casos integralmente. Por lo tanto, se hace imprescindible que todo el personal sanitario esté implicado para hacer más efectiva la detección y coordinación en estos casos. A esto, cabe añadirle la dificultad existente en el abordaje integral de las enfermedades:

- La existencia de dos patologías en una misma persona dificulta la realización del diagnóstico, debido principalmente al consumo encubierto de consumo de

sustancias. Por lo que el profesional debe adquirir las herramientas o capacidad para poder detectar esta situación de manera correcta.

- La persona afectada debe tener conciencia de ambas patologías, lo que permite su participación e implicación en el tratamiento, facilitando así el proceso de recuperación. Sin embargo, el estar afectado por dos patologías incrementan el fracaso en esta recuperación.
- La posible falta de redes de apoyo también dificultan la recuperación, especialmente la familia representan un papel determinante.
- Escasa formación de los profesionales, falta de herramientas, duplicidad de profesionales de referencias...
- En lo referente a los recursos, existe una escasa coordinación, dispositivos de intervención no integrados, y criterios de exclusión que impiden que la persona se beneficie de los servicios de los recursos.

Por todo esto, desde el movimiento asociativo, entendemos que el tratamiento de estos casos es de difícil abordaje, y por ello, las entidades pueden complementar los servicios prestados por las entidades públicas en lo referente a:

- Facilitar la coordinación entre los sistemas de atención a la salud mental y acciones.
- Actividades de sensibilización y formación a profesionales de salud mental y adicciones.
- Actividades de prevención dirigidas a personas con patología dual: hábitos de vida saludable, prevención del consumo, manejo de la presión social, habilidades sociales...
- Psicoeducación de familias o allegados/as de personas con patología dual.
- Apoyo psicosocial grupal e individual de personas con patología dual.

Colectivo de atención:

- Personas con trastorno mental grave que presentan algún tipo de adicción, incluyendo a las personas con Trastorno Límite de la Personalidad.
- Familiares de personas con patología dual.
- Personas con un problema de adicción a sustancias tóxicas que presentan síntomas como ansiedad, impulsividad, tristeza generalizada, conductas explosivas, etc.
- Personas que padecen un trastorno mental a causa del consumo de tóxicos.
- Personas en las que la enfermedad mental ha aparecido una vez abandonado el consumo de tóxicos.

Los objetivos son:

* Objetivo General: Facilitar los apoyos necesarios para la recuperación, integración y acceso de las personas con patología dual y sus familiares a los

recursos socio-comunitarios con el fin de mejorar su calidad de vida y alcanzar su integración social.

* Objetivos específicos:

- 1. Favorecer el apoyo psicosocial a personas con patología dual, para promover una reincorporación social en su entorno y facilitar el proceso de recuperación.
- 2. Mejorar la coordinación con los recursos de atención a la salud mental y adicciones con la finalidad de potenciar la utilización por parte de la persona con afectada de estos recursos mediante la promoción de su autonomía.
- 3. Potenciar el papel de la familia en el acompañamiento durante todo el proceso de recuperación de las personas con patología dual.
- 4. Favorecer la adquisición de hábitos saludables, de autocuidados y ocupacionales de las personas con patología dual, y potenciar la capacidad de autocontrol, autonomía personal, motivación y adherencia al tratamiento.
- 5. Formar a profesionales de los recursos sanitarios y sociales de la comunidad en materia de salud mental y adicciones.

• FASE DE EVALUACIÓN:

La evaluación del impacto de las actuaciones del presente programa se realizará mediante los siguientes instrumentos:

- ✓ Registro actividades.
- ✓ Registro control asistencia a las acciones formativas.
- ✓ Diario de campo de los diferentes profesionales responsables de la ejecución del proyecto.
- ✓ Observación de los diferentes profesionales responsables de la ejecución del proyecto.
- ✓ Cuestionarios que miden la satisfacción de las personas beneficiarias (personas afectadas por un problema de salud mental y sus familiares o allegados/as) de las actividades del programa.

6.- PROGRAMA “PREVENCION DE ADICCIONES Y PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN JOVENES”.

La población prioritaria de este programa son las personas jóvenes y adolescentes que se encuentren cursando secundaria o bachillerato. El consumo de sustancias psicoactivas se inicia, según indican las encuestas y estudios, en la etapa adolescente y se concentran durante la juventud.

Estamos ante una población especialmente vulnerable en la que los problemas de salud mental van a condicionar su futuro, disminuyendo la posibilidad de completar su

aprendizaje escolar y su posterior capacitación para tener un trabajo digno y una integración social satisfactoria. A esto se añade que la aparición de trastornos disociales, delincuencia, drogadicción, conductas de riesgo está estrechamente relacionada con los primeros signos de psicopatología, siendo el tratamiento precoz la mejor manera de prevenir la cronicidad de estas problemáticas.

Los objetivos específicos son:

1. Informar en materia de sustancias adictivas y sus consecuencias en la salud mental de los adolescentes-jóvenes, sus familiares y profesorado de la Comunidad Autónoma Andaluza.
2. Orientar en materia de hábitos de vida saludable y valores a la población adolescentes-jóvenes, sus familiares y profesorado de la Comunidad Autónoma Andaluza
3. Favorecer la integración y aceptación de los jóvenes con problemas de salud mental en todos los ámbitos de la vida
4. Dar visibilidad al colectivo de Salud Mental con el objeto de erradicar el estigma social en las personas con un trastorno mental y sus familiares.

Se dieron charlas informativas, formativas y de sensibilización a alumnos/as, familiares y allegados/as y profesores.

7.- PROGRAMA “ACOMPAÑANDONOS EN LA RECUPERACION”.

Este programa general engloba algunos de los programas que se realizan en AFENES Salud Mental Málaga dirigidos a personas con problemas de salud mental y sus familias. A continuación exponemos las necesidades que justifican la ejecución de los diferentes programas:

Las personas con problemas de salud mental se enfrentan a una doble dificultad, por un lado a las características propias de la enfermedad, y por otro lado, al estigma social que recae sobre el colectivo incrementando la vulnerabilidad de caer en exclusión social. Estas dificultades obstaculizan en la persona la creación de un proyecto de vida en la comunidad.

En referencia a las características propias de las personas con problemas de salud mental, la sintomatología y aspectos como la falta de conciencia de enfermedad, escaso vínculo terapéutico, falta de adherencia al tratamiento, negativa de acudir al recurso, el retraimiento social... dificultan el proceso de recuperación, de inclusión social, el acceso a los dispositivos de atención sanitaria y social y originan unas necesidades intensivas de apoyo en el entorno comunitario a través de abordajes integrales. Todo esto resulta más dificultoso si la persona reside en municipios de las Comarcas de Málaga donde la dispersión geográfica obstaculiza el acceso de la persona a los diferentes recursos de atención a la salud mental.

Pretendemos diversificar nuestros servicios de forma que los programas se desarrollen en diferentes puntos de la ciudad de Málaga (Distrito Este, Carretera de Cádiz y Teatinos-Universidad), y en las Comarcas del Valle del Guadalhorce, Antequera y Axarquía. En concreto los programas que se desarrollarán son: Apoyo social intensivo en la comunidad, Apoyo a familiares y/o allegados de personas con problemas de salud mental, Fomento de la autonomía y actividad social (Club social y programas vacacionales), Fomento de la actividad física en la salud mental y Redes de apoyo entre iguales.

Los objetivos son:

El objetivo general de los programas que se recogen en este documento es mejorar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y sus familiares de Málaga capital y las Comarcas de Antequera y la Axarquía.

Los objetivos específicos que se pretenden alcanzar con la ejecución de los programas son:

1. Facilitar el proceso de recuperación e inclusión social de las personas con problemas de salud mental mediante un apoyo social intensivo.
2. Apoyar a las familias o allegados/as de personas con problemas de salud mental, contribuyendo al bienestar familiar y social de la persona con problemas de salud mental mediante el enfoque comunitario, el fomento de la autonomía la independencia y la recuperación.
3. Potenciar la autonomía personal de las personas con problemas de salud mental como forma de inclusión social y facilitación del proceso de recuperación a través de actividades de ocio y tiempo libre y deporte.
4. Fortalecer redes de apoyo mutuo en primera persona para facilitar la inclusión social y recuperación, empoderamiento y eliminación del estigma social.

8.- GRUPOS DE PSICOEDUCACION PARA LAS PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL: Taller de Habilidades Sociales/autoestima. Grupos de ayuda mutua en primera persona.

Ante la necesidad expresada por algunos usuarios de aprender a manejar situaciones que le generaban ansiedad en las que querían expresar sus puntos de vista a la familia, o el médico, en AFENES se planteó la posibilidad de realizar un taller que mejorara su capacidad de resolver conflictos y aprender técnicas que permitan mejorar la comunicación y la estima.

Los objetivos son: Fomentar el conocimiento de las emociones básicas y sus funciones, así como el reconocimiento de las emociones propias y de sus aspectos fisiológicos, cognitivos y comportamentales asociados.

1. Desarrollar competencias para el conocimiento de la comunicación digital o no verbal, tanto los aspectos para -verbales como prosémicas. Desarrollo de la empatía y escucha activa.
2. Promover conocimientos sobre asertividad y competencias en habilidades asertivas básicas como decir no, hacer frente al enfado de otros, hacer y recibir peticiones, establecer relaciones nuevas, mantener una conversación, etc.
3. Desarrollar conocimientos sobre las situaciones de la vida cotidiana y en especial aquellas que generan conflictos intra e interpersonal y las formas de afrontamiento, así como estrategias de resolución ganador/ ganador.

El grupo se ha desarrollado de forma dinámica y adaptada a las características específicas de la población a la que va dirigida. Los contenidos del grupo se han dividido en varios bloques:

- 1.- Las emociones. El manejo de las propias emociones.
- 2.- La comunicación verbal y no verbal.
- 3.- La empatía.
- 4.- La comunicación asertiva.
- 5.- Técnicas específicas asertivas.
- 6.- Resolución de conflictos y toma de decisiones.

El grupo ha quedado muy contento de las actividades realizadas, especialmente de aquellas actividades y dinámicas grupales de las técnicas específicas de comunicación asertiva y los ejercicios dinámicos de comunicación.

GRUPOS DE AYUDA MUTUA EN PRIMERA PERSONA

Este grupo se ha reunido dos veces por semana en las tardes y es un recurso elaborado por, y orientado a, las propias personas que han vivido la experiencia de un trastorno mental, resaltando el valor de la experiencia y la capacidad de las personas para la recuperación, superando dificultades y aprendiendo de las experiencias vitales siendo apoyo y conocimiento para otras personas. Se siguen los mismos criterios que para el grupo de psicoeducación.

GRUPOS DE EMPODERAMIENTO DE MUJERES EN PRIMERA PERSONA

Se han llevado a cabo una vez en semana creemos que es de vital importancia potenciar metodologías propositivas, a través de las cuales posibilitar espacios para la reflexión y la toma conciencia, creando un proceso de empoderamiento individual y grupal, a través del reconocimiento de la experiencia y voz propia. Es específicamente necesario trabajar con grupos de mujeres, para **dotarse de voz y de visibilidad**.

9.- PROGRAMA DE "APOYO PSICOSOCIAL A MUJERES CUIDADORAS EN SALUD MENTAL".

Este Plan nació con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas cuidadoras, ya que la atención de la persona con problemas de salud mental influye de forma negativa en la salud física, mental y emocional de éstas. Por lo tanto, puede observarse la necesidad de ofrecer servicios y acciones destinadas a mujeres cuidadoras, debido al fuerte desgaste físico y emocional que supone estar al cuidado de una persona.

La vida de estas mujeres suele girar en torno a la enfermedad, perdiendo vínculos sociales incluso con otros familiares. Además las consecuencias en su salud biopsicosocial son tan notables que las constituye en un grupo de riesgo que debe ser atendido y cuidado especialmente. En muchos casos, la convivencia puede suponer dificultades y conflictos, las mujeres cuidadoras pueden sentirse desbordadas y con escasos recursos para hacer frente a dichos problemas. En ocasiones, la relación y el apoyo en el tratamiento y rehabilitación que realizan estas mujeres de forma continuada, si no están bien asesoradas y formadas, puede generar, en las familias y en las personas afectadas, situaciones de importante tensión y sobrecarga.

Entendemos esencial apoyar a aquellas mujeres que conviven “al lado” de las personas con problemas de salud mental o que requieren un cuidado, para facilitar la erradicación de sus las dificultades y necesidades de este colectivo para el empoderamiento e integración efectivo en la comunidad.

Las líneas de actuación prioritarias son:

- ❖ Promover la participación de las asociaciones de familiares y allegados en el desarrollo de grupos de ayuda mutua y escuelas de familias.
- ❖ Continuar con el proceso iniciado de búsqueda de expectativas de las personas afectadas y sus familias, a través del desarrollo de grupos focales, que permita ir adaptando los objetivos a las verdaderas necesidades.
- ❖ Impulsar, junto a las asociaciones, un plan de comunicación y sensibilización de la población y los profesionales del Sistema Sanitario Público de Andalucía.
- ❖ Facilitar la participación y la integración social del colectivo mediante acciones promovidas tanto por el movimiento asociativo de salud mental como por la Administración Pública, siendo actuaciones complementarias que favorecen el proceso de recuperación.
- ❖ Estimular el voluntariado social comprometido con la ayuda a las personas con enfermedad mental.
- ❖ Promover la recuperación del proyecto de vida, garantizar el acceso a las herramientas que les facilite la inclusión y la inserción laboral.
- ❖ Facilitar el empoderamiento, la conciencia y dignidad del colectivo promoviendo el conocimiento de sus derechos y obligaciones así como el acceso a los mecanismos de defensa de los mismos.

Colectivo de atención:

Las actividades de este programa van dirigidas a:

- Mujeres que se encarguen del cuidado formal e informal de personas con enfermedad mental.
- Mujeres con enfermedad mental que estén al cuidado de una persona con necesidades de cuidados.

Los objetivos son:

- Objetivo General:

Mejorar la calidad de vida de las mujeres con o sin enfermedad mental que se encuentran al cuidado de una persona con necesidades de cuidados.

- Objetivos específicos:

1. Promover el empoderamiento de las mujeres cuidadoras mediante la gestión emocional y la autoayuda.
2. Potenciar el bienestar emocional y social de las mujeres cuidadoras, reduciendo el nivel de estrés y ansiedad.
3. Fomentar las capacidades, competencias y habilidades para facilitar el afrontamiento y la sobrecarga del cuidado.
4. Crear un espacio de intercambio de reflexión, experiencias y aprendizaje entre mujeres que participan en el programa, sobre el hecho de ser mujer, los factores psicosociales que condicionan el malestar y el bienestar de las mujeres, prevención de la salud integral y promoción del bienestar apoyo mutuo.
5. Informar y asesorar a las mujeres cuidadoras en materia de salud mental (enfermedad, recursos, actividades...).

La evaluación del impacto de las actuaciones de este programa se realizará mediante los siguientes instrumentos:

- ✓ Ficha personal y Plan Individualizado de Intervención.
- ✓ Hoja de seguimiento de casos.
- ✓ Diario de campo de los diferentes profesionales responsables de la ejecución del proyecto.
- ✓ Observación de los diferentes profesionales responsables de la ejecución del proyecto.
- ✓ Cuestionarios que miden la satisfacción de las personas beneficiarias que participan en el programa.
- ✓ Registro de Medición del número de personas beneficiarias del programa y de recursos que reciben información sobre éste.

10.- MEDIACION COMUNITARIA PARA LA RECUPERACIÓN SANITARIA Y SOCIAL DE LAS PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

Las personas con diagnósticos en salud mental se enfrentan a una doble dificultad, por un lado a las características propias de la enfermedad, y por otro lado, al estigma social que recae sobre el colectivo incrementando la vulnerabilidad de caer en exclusión social. Estas dificultades obstaculizan en la persona los procesos de recuperación e inclusión social y como consecuencia el desarrollo de un proyecto de vida en la comunidad.

En referencia a las características propias de las personas que participan en este proyecto, la sintomatología y aspectos como la falta de conciencia de enfermedad, escaso vínculo terapéutico, falta de adherencia al tratamiento, negativa de acudir al recurso, el retraimiento social... dificultan el proceso de recuperación, de inclusión social, el acceso a los dispositivos de atención sanitaria y social y originan unas necesidades intensivas de apoyo en el entorno comunitario a través de abordajes integrales.

Desde la experiencia de AFENES, más de 30 años de recorrido, hemos observado la importancia de un abordaje integral teniendo en cuenta los aspectos sanitarios y sociales de la persona como forma de alcanzar una recuperación efectiva. Asimismo la recuperación no finaliza con la desaparición de los síntomas si no cuando la persona puede desarrollar su proyecto de vida en la comunidad en igualdad de condiciones que el resto de la ciudadanía. En muchas ocasiones, la persona requiere de un acompañamiento y mediación comunitaria social y sanitaria que le garantice el acceso y la atención de los diferentes recursos públicos y privados.

El modelo comunitario de atención a la salud mental aboga por la recuperación e inclusión de la persona en su entorno, donde desarrolla su día a día mediante un abordaje integral que potencie los aspectos sociales y sanitarios. Tanto es así que una de las áreas principales del III Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (2016-2020) “Mejora en la calidad de las intervenciones para optimizar la detección, atención y recuperación de las personas afectadas por trastornos mentales, preferentemente en poblaciones en situación de mayor vulnerabilidad. Se precisa incrementar las intervenciones en el ámbito comunitario, cercanas a las personas afectadas, con un trabajo interdisciplinar e intersectorial que desarrolle una auténtica red de atención integral”. El alcanzar este hecho implica por un lado la coordinación efectiva entre los sistemas sanitarios y sociales de atención a la salud mental, y por otro lado la adaptación de los recursos a las nuevas necesidades (personas sin red social, con ausencia de apoyos, sin adherencia al tratamiento, sin vínculo terapéutico, sin conciencia de enfermedad, personas judicializadas...) y patologías (Patología Dual, Trastornos Límites de Personalidad...) para ofrecer a la persona una respuesta efectiva.

En muchas ocasiones el papel del profesional de AFENES se basa en ser el nexo entre la persona y los diferentes sistemas de atención (social y sanitario) con la finalidad de garantizar el acceso a los diferentes recursos y la atención. Por ello, la gran parte de las

acciones de los profesionales se basan en acompañar y apoyar a la persona, y mediar en la comunidad con el objetivo de potenciar su incorporación social.

Por otro lado, las personas con diagnósticos en salud mental se enfrentan diariamente al estigma derivado de la desinformación presente en la sociedad sobre la salud mental. De este estigma, se origina una de las consecuencias más graves para este colectivo, los problemas sociales, que los conducen y generan situaciones de estigmatización y exclusión.

El estigma es un obstáculo que dificulta el proceso de búsqueda terapéutica, contribuyendo al sufrimiento personal y colectivo, agudizando la evolución y el pronóstico de la enfermedad, y por lo tanto, dificultando una efectiva inclusión social. Este dificulta el acceso por parte de la persona a una vivienda, empleo, sistemas sociales y sanitarios, siendo necesario un cambio de conocimientos de la población en general y una mediación comunitaria por parte del profesional de AFENES.

Una parte de los colectivos a los que se dirigen las acciones enmarcadas en los subplanes coinciden con el perfil de participantes a los que van destinadas las actividades de este proyecto:

- Personas con problemas de salud mental que se le haya reconocido el Grado I de Dependencia; personas que no han sido valoradas o no se les ha asignado un servicio específico del SAAD; personas con un Grado II reconocido que necesitan un apoyo complementario.
- Personas con problemas de salud mental con ausencia de apoyos, en situación de aislamiento social o riesgo de exclusión.
- Personas con problemas de salud mental exreclusas.
- Personas con problemas de salud mental sin hogar.
- Personas con problemas de salud mental y adicciones (Patología Dual).
- Personas con problemas de salud mental sin adherencia al tratamiento, sin vínculo terapéutico, presentan la negativa de acudir a los recursos o con especiales dificultades de recuperación e inclusión.
- Personas con problemas de salud mental que no cuentan con un recurso adaptado a sus necesidades según diagnóstico: Patología Dual, Trastornos Límites de Personalidad...
- Personas con problemas de salud mental que no se encuentran en ningún recurso convirtiéndose AFENES en la puerta de entrada.

En este proyecto participan personas que residen en las zonas recogidas en el Plan Local de Zonas como por ejemplo en Dos Hermanas-Torcal-Nuevo San Andrés y Palma-Palmilla.

A esto cabe añadir que este proyecto se enmarca en las siguientes Líneas Estratégicas de dicho Plan con la finalidad de alcanzar los objetivos que se recogen y se exponen a continuación:

-Línea 1: Lograr el máximo grado de inclusión social promoviendo la autonomía de las personas con problemas de salud mental en la comunidad a través de acciones inclusivas:

Atención y coordinación con los Servicios Sociales y otras entidades de la comunidad para la cobertura de las necesidades básicas; complementar la atención de las necesidades derivadas de las situaciones de dependencia; proporcionar a la persona una intervención integral que aborde aspectos psicosociales en los planos individuales, familiares y comunitarios con el objetivo de que desarrolle su proyecto de vida en la comunidad; facilitar la inclusión social y prevenir situaciones de riesgo de exclusión social; sensibilizar a la comunidad en la lucha contra el estigma que recae sobre las personas con problemas de salud mental con el objetivo de mejorar la convivencia, respeto e igualdad eliminando discriminaciones.

-Línea 2: Garantizar y aproximar a las personas con problemas de salud mental y a sus familias el acceso al sistema público de Servicios Sociales. El profesional de AFENES se conforma como un nexo entre la persona y los recursos sociales de la comunidad (Servicios Sociales Comunitarios, Servicios Sociales Especializados, asociaciones, entidades sociales...), con la finalidad de garantizar el acceso al sistema.

-Línea 3: Adaptación de las políticas sociales y programas sociales a los continuos cambios y realidades emergentes. La coordinación entre AFENES y el Área de Derechos Sociales del Ayuntamiento de Málaga permite adaptar los recursos sociales públicos y privados a las necesidades reales que están apareciendo en el ámbito de la salud mental, y de estas reuniones surgió la idea del proyecto.

-Línea 4: Desarrollar un conjunto de acciones copartícipe en pos de canalizar sinergias desde todos los agentes sociales que redunden en el bienestar de las personas malagueñas con problemas de salud mental. La dinámica de AFENES desde su origen ha sido el trabajo en red y coordinación con los recursos sanitarios y sociales, poniendo en marcha programas que complementen aquellos recursos o lleguen donde la Administración Pública no cubre en su totalidad (zonas afectadas por la dispersión geográfica, zonas del Plan Local de Zonas, acompañamientos y mediaciones sociocomunitarias, seguimiento continuado, mediaciones familiares, urgencias sociales..).

-Línea 6: Impulsar cohesión social tan necesaria con y tras la pandemia. Los casos de personas con problemas de salud mental han aumentado debido a las nuevas situaciones y cambios generados tras la pandemia. Este proyecto se enfoca a complementar las prestaciones del sistema público dirigidas a colectivos como las personas sin hogar, con adicciones o mujeres con problemas de salud mental entre otros; y en general a facilitar la inclusión social de las personas con problemas de salud mental.

Respecto a esta última línea estratégica, la nueva situación en la que nos encontramos después de la pandemia, nos ha planteado el remodelarnos organizativamente para adaptarnos a las nuevas necesidades, ya que por ejemplo han aumentado los casos de personas con problemas de salud mental, a la vez que los servicios de atención a la salud mental se han visto con la necesidad de adaptarse a la situación. Por esto último, se han ido desarrollando actuaciones que conllevan menor riesgo para la salud, como por ejemplo atenciones telemáticas y telefónicas...

A esto cabe añadir otras variables motivadas por la pandemia, como por ejemplo el miedo, estrés, las restricciones, factores sociales y económicos, dificultad de acceso a los recursos y servicios... que han incrementado el número de casos de personas que deben tener una atención diferente adaptada a las nuevas necesidades, como por ejemplo

acompañamientos individualizados, abordajes personalizados y sociales en la comunidad y en el entorno próximo donde la persona se desenvuelve y lleva a cabo su día a día.

Las familias son parte fundamental en los procesos de recuperación y de inclusión de las personas con problemas de salud mental, necesitando apoyos y acompañamientos que faciliten dichos procesos. Asimismo, los problemas expuestos en el párrafo anterior también lo encuentran las familias.

Todos estos hechos si ya eran importantes que fuesen cubiertos mediante el modelo de atención comunitario público desarrollando programas de abordaje integral en la comunidad, que facilitan la recuperación y la inclusión social, resulta aún mucho más necesario en estos tiempos de pandemia implantar e implementar programas de acompañamiento, mediación y apoyo a las personas y sus familias en su entorno más próximo.

Ante esto, AFENES tras su propia experiencia en esta nueva situación, hemos detectado que si de por sí el colectivo de personas con problemas de salud mental ya era vulnerable, se ha agudizado este aspecto doblemente incrementando mayores situaciones de exclusión social y dificultando el acceso a los servicios públicos.

Desde AFENES entendemos que ante estos hechos resulta necesaria la reestructuración y diversificación de los recursos con los que contamos con las finalidades siguientes:

- Acercar a las personas con problemas de salud mental y sus familiares los recursos sociales y sanitarios de atención con la finalidad de garantizar y facilitar el acceso a los mismos, donde se realice un abordaje integral que permita a la persona desarrollar su proyecto de vida. En este caso, el papel de AFENES se basa en mediar entre los diferentes sistemas (social y sanitario), y entre la persona y los sistemas para garantizar la atención y facilitar los procesos de recuperación e inclusión social.

Existen diferentes factores como por ejemplo la falta de conciencia de enfermedad, falta de recursos económicos, lejanía de nuestro centro respecto al domicilio, escaso vínculo terapéutico... que obstaculizan este acceso a los diferentes recursos.

- Apoyar y acompañar a las personas con problemas de salud mental y sus familiares con la finalidad de facilitar el proceso de recuperación e inclusión social en su entorno más próximo haciendo efectivo el modelo comunitario, sobre todo en esta particular época en la que el COVID-19 ha incidido perniciosamente en la salud mental de la ciudadanía en general.

Asimismo, hemos diversificado nuestros servicios de forma que los programas se desarrollan en diferentes puntos de la ciudad de Málaga (Distrito Este, Carretera de Cádiz y Teatinos-Universidad), y las acciones de este proyecto se desarrollan en Málaga capital.

- Prevención de recaídas mediante un apoyo continuado en la comunidad, en coordinación con los profesionales referentes de las Unidades de Salud Mental Comunitaria, recursos sociales, y desarrollando actividades de apoyo psicosocial y de ocio y tiempo libre.

AFENES sigue manteniendo coordinación con las Unidades de Salud Mental Comunitaria y en la actualidad con los directores de las UGC de salud mental de Málaga manteniendo diferentes reuniones de trabajo para ver las líneas de actuación a seguir. Al igual que con los recursos sociales como FAISEM y los Servicios Sociales Comunitarios.

Por lo tanto, este proyecto basa sus acciones en promover la inclusión social de personas con problemas de salud mental que se encuentran en situación o riesgo de exclusión, hecho que incrementa su vulnerabilidad social, enfocando las mismas a proporcionar a la persona herramientas que garanticen su incorporación social, y en consecuencia el desarrollo de su proyecto de vida. Tal y como se refleja anteriormente, los procesos de recuperación e inclusión social de la persona requieren de una figura de acompañamiento, apoyo y mediación que ostenta el profesional de AFENES. Este basa su actividad en apoyar a la persona en la cobertura de las necesidades sociales mediante la coordinación con los Servicios Sociales Comunitarios y otras entidades realizando una mediación comunitaria con el objetivo de que la persona pueda desarrollar su proyecto de vida en la comunidad.

11.- PROGRAMA “ROMPIENDO MITOS EN SALUD MENTAL EN PRIMERA PERSONA”.

Las personas con problemas de salud mental se enfrentan a una doble dificultad, por un lado a la sintomatología de la enfermedad, y por otro, al estigma derivado de la desinformación presente en la sociedad sobre la salud mental. De este estigma, se origina una de las consecuencias más graves para este colectivo, los problemas sociales, que los conducen y generan situaciones de estigmatización y exclusión.

El estigma es un obstáculo que dificulta el proceso de búsqueda terapéutica, contribuyendo al sufrimiento personal y colectivo, agudizando la evolución y el pronóstico de la enfermedad, y por lo tanto, dificultando una efectiva inclusión social. Este dificulta el acceso a una vivienda, empleo y atención sanitaria de la persona, siendo necesario un cambio de conocimientos de la población en general

En la actualidad, existe una relevante preocupación por la salud mental de la población, hasta el punto que diversos estudios recogen que aproximadamente el 27% de los jóvenes tendrán o tienen algún problema de salud mental.

Ante el desconocimiento sobre la enfermedad mental de la sociedad, resulta necesaria la realización de acciones informativas y formativas dirigidas a colectivos específicos como la población joven, el sector sanitario, fuerzas y cuerpos de seguridad... En lo referente a la percepción y actitudes de los jóvenes sobre y ante la enfermedad mental, pueden destacarse las siguientes conclusiones:

□ Un 36% de los jóvenes que presentan enfermedad mental no reconoce tenerla, esto puede relacionarse con tres posibles explicaciones: desconocimiento sobre el concepto de salud mental, el estigma como forma de no aceptación de la enfermedad, y su percepción sobre la enfermedad mental.

♠□ El rango de edad hacia una actitud positiva para la enfermedad mental se encuentra entre los 20 y 24 años, considerando que las actitudes más estigmatizadoras se acentúan más con menor nivel de maduración.

□□ Aproximadamente un 60% de los jóvenes manifestaron miedo a una persona con trastorno psicótico, y un 70% ellos/as expusieron lo mismo respecto a la peligrosidad de estas personas.

Asimismo, se producen situaciones en la que los niños y jóvenes son rechazados al manifestar algún problema o comportamiento derivado del problema de salud mental, afectando perniciosamente al curso de la enfermedad y generando actitudes de mayor rechazo.

Una forma de reducir el estigma en la población es mediante charlas de sensibilización de experiencias en primera persona, es decir, exponiendo el testimonio de la persona de su proceso de vida y recuperación. De forma que produce en la persona la eliminación de ideas y creencias erróneas sobre la salud mental contribuyendo a facilitar la inclusión social de la persona.

Otra de las formas que permiten reducir este estigma es mediante la visibilización de la salud mental como un elemento más que forma parte de nuestra vida diaria. Por lo que desde AFENES se realizan actividades que permiten a la población general participar en las mismas como la celebración del Día Mundial de la Salud Mental, la presencia en la agenda política y en los medios de comunicación...

Por todo lo expuesto, AFENES centra gran parte de su labor en informar sobre la verdadera realidad de la salud mental, rompiendo mitos y prejuicios implantados en la sociedad que obstaculizan los procesos de recuperación e inclusión social de las personas, dificultando el desarrollo de un proyecto de vida en igualdad de condiciones que el resto de la ciudadanía.

12.- PROGRAMA DE “ARTETERAPIA: emociónARTE DE FORMA SOSTENIBLE”.

El colectivo de personas con problemas de salud mental se encuentran con diversas problemas que dificultan la participación e inclusión social. Por un lado, la sintomatología propia de la enfermedad que genera aislamiento, por otro lado, el estigma social que recae sobre el colectivo fundado en las falsas creencias sobre la salud mental. Estos aspectos generan situaciones que incrementan la vulnerabilidad del colectivo ante la exclusión social y cumplimiento de sus derechos.

Este estigma social incide perniciosamente en aspectos como la conciencia de enfermedad, vínculo terapéutico, autoestima, confianza... de forma que la persona desarrolla una percepción sobre si mismo errónea que dificulta el desarrollo de su proyecto de vida en la comunidad en igualdad de condiciones que cualquier ciudadano.

El proceso de recuperación no finaliza con el alivio de los síntomas, si no con la plena inclusión de la persona en la comunidad, lugar en el que desarrolla su proyecto de vida. Por ello, desde AFENES tendemos a desarrollar acciones encaminadas a fomentar la participación social del colectivo mediante la creación de redes con los diferentes agentes de la comunidad en entornos ajenos a la salud mental considerados como espacios inclusivos.

A todo esto cabe añadir la especial situación en la que nos encontramos condicionada en nuestro día a día han incrementado los problemas de salud mental en la población, sobre todo problemas relacionados con el estrés y la ansiedad. Por todo ello, hemos detectado la necesidad de promover actividades abiertas a la comunidad en la que puedan participar los vecinos del Distrito, con la finalidad de proporcionar un espacio ocupacional, de ocio, de inclusión, de respiro y de apoyo emocional.

Se han seguido dos tipos de actuaciones:

- La arteterapia en nuestro centro
- La arteterapia en los Museos Thyssen y Museo de la Aduana

Asimismo, para AFENES resulta esencial la participación en los museos, debido a que esto permite por un lado acercar la verdadera realidad de la salud mental a la población en general, y por otro lado, establecer redes y cauces de participación que faciliten la inclusión social al colectivo.

13.- PROGRAMA DE “FOMENTO DEL ASOCIACIONISMO PARA LA PARTICIPACION Y EL VOLUNTARIADO EN SALUD MENTAL”.

En años anteriores, los voluntarios de AFENES han sido mayoritariamente socios que se encargaban de realizar sobre todo tareas de sensibilización (mesas informativas, preparación de charlas y jornadas, publicación del boletín “AFINES”...) y de búsqueda de recursos económicos (venta de lotería, organización de eventos culturales...). Sin embargo la participación de voluntarios en los programas de intervención social había sido mínima.

Hace ya un año que nos dimos cuenta de la necesidad de, además de mantener la colaboración de socios, era necesaria la incorporación de personas voluntarias. Esta necesidad se justifica en los siguientes hechos.

- El incremento de la demanda de nuestros servicios.
- La variabilidad en las actividades demandadas por los usuarios.
- La diversificación del trabajo.
- Las demandas de los propios voluntarios.
- La pertenencia a la Plataforma del voluntariado.

Nuestro proyecto consiste en varias actividades dirigidas a conseguir un aumento de los voluntarios que colaboran con nosotros, así como a hacer del mismo un

voluntariado de calidad, mediante la formación y el acompañamiento a las colaboraciones que realicen los usuarios participantes en el mismo.

Objetivo General.

- Fomentar la participación de los voluntarios en las actividades de la Asociación.

Los objetivos específicos serían los siguientes:

- Capacitar a los voluntarios para su participación en los distintos programas de la entidad.
- Crear una red de colaboración entre profesionales y voluntarios que posibilite a estos últimos finalmente desarrollar su labor de la forma más autónoma posible.
- Promover que el voluntariado use sus conocimientos, habilidades y actitudes en el desarrollo de su labor dentro de la asociación.

En general los resultados que se plantearon se han conseguido, lo que nos revela el programa como una herramienta eficaz en la consecución de los objetivos que nos planteamos.

14.- PROGRAMA DE “APOYO A LA REHABILITACIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL INTERNAS EN CENTROS PENITENCIARIOS. APOYO A LA REHABILITACIÓN PSIQUIÁTRICA”.

Este programa se encuentra en el momento de iniciación de la ejecución dentro Centro Penitenciario Málaga II- Archidona, las actividades que realizaremos son:

1. Servicios de Información, Orientación y Asesoramiento socio jurídico. En el que proporcionaremos información a las personas con problemas de salud mental sobre los derechos y recursos que existen. Proporcionando apoyo social ante situaciones de crisis. Este servicio se ofertará tanto a las personas internas, como a la familia y personas allegadas. Coordinación y actuación con la institución penitenciaria para la satisfacción de necesidades y resolución de problemáticas detectadas.
2. Rehabilitación psicosocial e inserción socio laboral. Apoyo psicosocial a las personas del colectivo que lo demanden y/o se derive desde los equipos multidisciplinares de la institución, atendiendo la demanda y fomentando la formación en habilidades, capacidades que faciliten su incorporación sociolaboral posterior. Se facilitará el acceso a programas de rehabilitación psicosocial y programas de acompañamiento integral que la entidad lleva a cabo y grupo de psicoeducación para usuarios/as.
3. Apoyo social y Psicoeducación de familiares y personas allegadas: Actividades encaminadas a mejorar el grado de información y formación de los familiares y allegados de personas con problemas de salud mental, y por tanto mejorar la calidad de vida de los

usuarios diagnosticados de TMG y a sus familias. A través de tres grandes actividades: Terapia de familias con grupos de auto-ayuda, Grupo de psicoeducación. Donde se asesora y orienta a las familias y personas allegadas ante la resolución de las necesidades. Favoreciendo las relaciones entre los recursos de salud mental y las familias. Educando a la familia y/o allegados en el manejo de la enfermedad. Informando sobre los recursos existentes. Entrenando a la familia y/o allegados en técnicas de afrontamiento y competencia social, en manejo de situaciones de y a afrontar las pérdidas.

4. **Coordinación Sociocomunitaria.** creación de redes a nivel local que favorezcan la coordinación comunitaria para una mejor atención de las personas con problemas de salud mental que se encuentran internas y/o que han estado en el ámbito penitenciario. Sensibilizando a agentes relacionados con el ámbito judicial en salud mental y lucha contra el estigma. La base de la intervención de nuestra entidad desde su origen, ha sido y es, el trabajo en red y la coordinación con los recursos sanitarios y sociales de salud mental, poniendo en marcha programas que complementen aquellos recursos o lleguen donde la Administración Pública no cubre en su totalidad. AFENES mantiene coordinación permanente con las Unidades de Salud Mental Comunitaria y en la actualidad con los directores de las UGC de salud mental de Málaga, con quienes se mantienen reuniones periódicas de trabajo para ver las líneas de actuación a seguir. Trabajamos en conexión con los recursos sanitarios públicos de salud mental de la provincia de Málaga y con FAISEM. Así mismo, el personal de AFENES se coordina con otros recursos sociales, sanitarios, judiciales, comunitarios con la finalidad de facilitar el acceso de las personas con problemas de salud mental a las que se realizan los acompañamientos.
5. **Formación a personas funcionarias y personal de apoyo.** Uno de nuestros objetivos principales es el de la formación de los/as profesionales de las entidades penitenciarias, sobre todo en la lucha contra los prejuicios y estereotipos, y en el cuidado y atención de las personas afectadas por un problema de salud mental. Creemos que esta formación debe ir dirigida sobre todo a los/as trabajadores/as que tienen relación directa con los/as beneficiarios/as dentro de estas instituciones. Se realizarán acciones formativas dirigidas a funcionarios/as, Policía Nacional/Local, bomberos, profesores, psiquiatras y Colegios de Abogados.

15.- PROGRAMA DE “REINCORPORACIÓN SOCIAL DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL JUDICIALIZADAS”.

AFENES SALUD MENTAL MÁLAGA desarrolla este proyecto desde el año 2017, habiendo sido financiado en sus inicios, por la Consejería de Igualdad y Políticas Sociales de Andalucía a través de la convocatoria de IRPF.

En el ámbito penitenciario o agentes del ámbito judicial, mantenemos un sistema de coordinación permanente con los profesionales del Centro penitenciario de Alhaurín de la Torre y el Centro de Inserción Social Evaristo Martín, tanto para realizar actividades conjuntas, como para acoger a las derivaciones de personas que se incorporan a nuestros

programas de la asociación con la finalidad de realizar acompañamiento y facilitar la reinserción social en la comunidad.

Este proyecto se desarrolla generando sinergias entre los distintos agentes que forman parte del ámbito judicial, instituciones y entidades del ámbito sociosanitario, servicios sociales y la persona participante en el mismo. Desarrollando 5 actividades:

1.- Difusión del programa: el Centro Penitenciario de Alhaurín de la Torre y el Centro de Inserción Social Evaristo Martín Nieto conocen la labor de AFENES, ya que desde 2017 realizan derivaciones de personas judicializadas. Vamos a expandir la difusión del programa tanto a Servicios Sociales como a las Unidades de Salud Mental Comunitarias con la finalidad de alcanzar un mayor número de participantes.

2.- Selección y acogida de los/as participantes: la coordinación con las entidades penitenciarias, sanitarias y sociales es permanente, recibiendo en la entidad las derivaciones de personas judicializadas con la finalidad de incorporarse a las actividades de la asociación. Asimismo, colaboramos conjuntamente en la valoración del cumplimiento de los criterios para poder ser beneficiario/a del programa.

3.- Acompañamiento y seguimiento de los/as participantes, evaluación de necesidades y elaboración del Programa Individual de Rehabilitación:

Tras la derivación de la persona, se realiza la acogida, se evaluará junto a ella las necesidades y se elaborará el Plan Individualizado de atención, buscando principalmente la vinculación a los dispositivos sanitarios y/o recurso social adecuado a la necesidad detectada. Estableciendo los objetivos, las actividades para alcanzarlos, y el plan de seguimiento y evaluación.

El plan de seguimiento y evaluación se realiza por equipo multidisciplinar compuesto por los técnicos de AFENES, los profesionales del PAIEM, las Unidades Puentes de los Centros de Inserción Social, y de los dispositivos de salud mental público.

Actividades específicas del Plan Individualizado desde la entidad: El eje del programa es la atención individualizada, acompañamiento integral y el seguimiento continuado, apoyando y motivando en todo momento a los/as participantes. Además de ponerlo en contacto con las distintas instituciones y agentes sociales, colaborando con cada usuario/a para realizar los trámites burocráticos necesarios, además de conseguir la incorporación a determinados recursos que les provean de actividades de tipo ocupacionales, educativas, laborales, deportivas, culturales, etc.

4. Coordinación con diferentes entidades sociales de su localidad: Es el eje principal del programa, que puede dividirse en tres áreas diferentes:

-Coordinación del Equipo Multidisciplinar que ejecuta el programa. Se mantendrá una comunicación constante y reuniones periódicas con el objeto de estudiar nuevos casos, elaborar el plan de intervención individualizado, coordinación con otros recursos, seguimiento y valoración de casos.

-Coordinación con los recursos sociales. Se solicitarán colaboración a la Administración, a través de los Servicios Sociales Comunitarios y Especializados, fundamentalmente para

prestaciones sociales, valoración de situación de dependencia, grado de discapacidad, programas específicos de Tratamiento de adicciones, etc. Nos coordinaremos con el Servicio Andaluz de Empleo, para valorar si el/la candidata/a es beneficiario/a de algún programa especial de apoyo a su empleabilidad, Y con SEPE si puede ser beneficiario/a de prestaciones.

-Coordinación con los recursos sanitarios y sociales de salud mental. Donde la interacción será constante con los Servicios Sanitarios de Salud Mental y FAISEM (Fundación Pública para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental) para que los usuarios/as puedan acceder al SOAE (Servicio de Orientación y Asesoramiento al Empleo, para iniciar el itinerario y acceder a los recursos de la Fundación. Se valorará si el usuario/a necesita un recurso de alojamiento de la red de salud mental.

5.- Formación sobre salud mental y lucha contra el estigma: Uno de nuestros objetivos principales es el de la formación de los/as profesionales de las entidades penitenciarias, sobre todo en la lucha contra los prejuicios y estereotipos, y en el cuidado y atención de las personas afectadas por un problema de salud mental. Creemos que esta formación debe ir dirigida sobre todo a los/as trabajadores/as que tienen relación directa con los/as beneficiarios/as dentro de estas entidades. Se realizarán acciones formativas dirigidas a la Policía Nacional/Local, bomberos, profesores, psiquiatras y Colegios de Abogados.

16.- PROGRAMA “PROMOCION DE LA SALUD Y PREVENCION DEL DETERIORO: SALUD FISICA Y AUTONOMIA PERSONAL DE LAS PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL. APOYO A FAMILIARES Y CUIDADORES/AS. COMARCA DEL GUADALHORCE Y SIERRA DE LAS NIEVES”.

Este proyecto se ejecuta en las localidades de: Cártama, Yunquera, Casarabonela, Ardales, Alhaurín de la Torre, Alhaurín el Grande, Coín, Guaro, Monda, Pizarra, Álora, con todas sus pedanías, pertenecientes a la Comarca del Guadalhorce y a la Sierra de las Nieves. Localidades de zona rural, donde la dispersión geográfica dificulta el acceso a los sistemas de atención de salud y sociales, así como, a las actividades que facilitan la integración social y la participación. Cinco de estas poblaciones están consideradas medio rural según el artículo 3 de la Ley 45/2007, de 13 de diciembre, para el desarrollo sostenible del Medio Rural.

Y una de las poblaciones, Álora, forma parte de zona de intervención ERACIS. En cuanto a población atendida en esas zonas, desde AFENES se interviene con un total de 61 personas con problemas de salud mental y con 50 familias, aunque estos datos se amplían día a día, habiéndose detectado un aumento exponencial de la demanda desde la pandemia.

El proyecto promoción de la salud y prevención del deterioro, de las personas con problemas de salud mental pretende, por una parte, facilitar el proceso de recuperación e inclusión social y la autonomía personal, a través de la práctica deportiva y de actividades de ocio y tiempo libre de las personas con problemas de salud mental que residen en esas

zonas. Y, por otro lado, proporcionar a los/as familiares y personas cuidadoras un tiempo de respiro, donde aliviar el estrés y la ansiedad que genera el cuidado.

Este proyecto supone complementar los servicios que se realizan desde el sistema público con la finalidad de aportar actividades que puedan suponer un avance en el proceso de recuperación y facilitando la inclusión social, a través de actividades deportivas y de ocio y tiempo libre y posibilitando a su vez, un aumento en la calidad de vida de las familias y cuidadores/as.

Las actividades de este proyecto están orientadas a promocionar la salud y previniendo el deterioro, adquisición de hábitos de vida saludable y autocuidado, promoción de la autonomía personal, potenciar la participación social en ambientes normalizados, creación de redes de apoyos sociales con el objetivo de potenciar en la persona el desarrollo de su proyecto de vida en el entorno donde se desenvuelven.

17.- PROGRAMA “REINCORPORACION SOCIAL DE PERSONAS INTERNAS EN LAS UNIDADES DE HOSPITALIZACIÓN DE SALUD MENTAL”.

Este proyecto tiene como objetivo general facilitar la reincorporación social en la comunidad de las personas con problemas de salud mental internas en las Unidades de Hospitalización de Salud Mental del Hospital Universitario Virgen de la Victoria y Marítimo. Asimismo, entendemos que el apoyo social a los participantes del proyecto supone un complemento a los servicios sanitarios que se desarrollan desde estas unidades de hospitalización, de forma que proporciona una atención integral a la persona facilitando su inclusión social tras un proceso de hospitalización. Este apoyo social se fundamenta principalmente en tres acciones que desarrolla el personal de AFENES Salud Mental Málaga en coordinación con los recursos sanitarios públicos de salud mental (Unidades de Hospitalización de Salud Mental del Hospital Virgen de la Victoria y Marítimo):

- Coordinación con los profesionales de las Unidades de Hospitalización de Salud Mental del Hospital Virgen de la Victoria y Marítimo. Por otro lado, el personal de AFENES se coordina con otros recursos sociales, sanitarios, judiciales, comunitarios, con la finalidad de facilitar el acceso de las personas con problemas de salud mental a las que se realizan los acompañamientos.

- Acompañamientos sociales individualizados a recursos sociales, judiciales, sanitarios, comunitarios... con la finalidad de facilitar su reincorporación social. Estos consisten en acompañamientos a la persona con el objetivo de realizar gestiones burocráticas, acudir a citas en recursos sociales (Servicios Sociales, asociaciones...), judiciales (Juzgados, Comisaría...), Centro Provincial de Drogodependencia... Estos acompañamientos se realizan generalmente en horario de mañana debido a la disponibilidad de los hospitales.

- Salidas terapéuticas de las personas internas en la Unidad de Hospitalización de Salud Mental del Hospital Virgen de la Victoria. Esta actividad consiste en que el personal de AFENES (dos técnicos y dos voluntarios/as) realiza una salida en grupos máximos de 10 personas al día. Los días estipulados en los que se realizan las salidas son martes, jueves y viernes, cuya duración son dos horas aproximadamente.

La población participante de las actividades del proyecto son personas con problemas de salud mental que están internas en estas unidades de hospitalización y pertenecen tanto a Málaga capital, municipios de la Comarca del Valle del Guadalhorce y Costa del Sol.

La pretensión de estas acciones se basan también en facilitar el proceso de recuperación de la persona,

garantizar el acceso de la persona a los diferentes recursos y dispositivos, y de manera transversal sensibilizar a la población en la lucha contra el estigma.

Asimismo, dos técnicos de la asociación ejecutarán las actividades de este proyecto, dedicando 10 horas semanales a estas. Por otro lado, la asociación cuenta con voluntarios/as para el apoyo en las diferentes acciones que se enmarcan en el proyecto

18- PROGRAMA MUNICIPAL DE “APOYO EN EL TRATAMIENTO A PACIENTES DE SALUD MENTAL Y APOYO FAMILIAR”.

Este programa se desarrolla en Alhaurín de la Torre en colaboración con su Ayuntamiento. Una de las necesidades que justifica la realización de este proyecto viene dada por ciertas características propias de las personas con problemas de salud mental y cómo les afecta a ellas y a su entorno más directo:

-La falta de conciencia de enfermedad unido a una habitual negativa hacia el tratamiento, a recibir atención y a acudir a la red de recursos y servicios públicos de forma reglada y normalizada dificulta enormemente la mejora de la calidad de vida, recuperación, inclusión y las condiciones en las que se desenvuelve la persona con la ciudadanía y en el entorno familiar generando graves dificultades de convivencia, de mantenimiento de la red social y del apoyo familiar, así como un entorno positivo que promueva la recuperación y la autonomía.

-Las personas con trastorno mental grave presentan una sintomatología que se caracteriza por la apatía, falta de motivación y retraimiento social que obstaculizan su participación en la comunidad, y por lo tanto dificultan su inclusión social. De forma que podemos encontrarnos con situaciones en las que la persona se encuentra en su domicilio, sin apoyos que puedan facilitar su recuperación.

- El estigma, el autoestigma y aislamiento que, por la falta de formación, información y empatía de gran parte de la sociedad, provocan en este colectivo y en sus familiares y allegados situaciones de exclusión social y vulneración de derechos. Además, estas creencias erróneas sobre la salud mental dificultan la participación e inclusión social de la persona.

-Las dificultades existentes en el sistema público de atención a las personas con problemas de salud mental obstaculizan un abordaje que integre la parte sanitaria y social, de forma que tanto el proceso de recuperación como el de inclusión social se ven frenados.

-La especial vulnerabilidad del colectivo por el rechazo al que se ve sometido en el día a día, el autoestigma que les hace no reclamar los derechos a los que, como ciudadanos andaluces deben tener acceso, les hace un colectivo con necesidades de especial atención, así se refleja en el artículo 22.3 del Estatuto de Autonomía de Andalucía.

De esta forma, los servicios de AFENES se constituyen como una estructura mediadora, que sirve de nexo entre los agentes sociales y sanitarios responsables del proceso de inclusión social de las personas con enfermedad mental garantizando apoyos continuados en comunidad, en su entorno y activista, defendiendo los derechos del colectivo, luchando contra actitudes excluyentes y actuando para que se adopten determinados acuerdos en el beneficio del colectivo.

En este caso, mediante este proyecto pretendemos facilitar la inclusión y participación de la persona en la comunidad, de forma que pueda desarrollar su proyecto de vida.

19.- PROGRAMA DE “INTERVENCIÓN CON FAMILIARES DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL. SESIONES INDIVIDUALES Y GRUPALES CON FAMILIAS”.

Desde 1984, la atención a la Salud Mental en Andalucía se basa en un modelo de atención comunitaria, asentado bajo el principio de la inserción de las personas con enfermedad mental en la comunidad, y participación con los apoyos sociales y sanitarios necesarios para su integración total en todos los ámbitos de la sociedad. Así, en estos años, se ha ido propiciando de forma activa la participación de las personas con discapacidad y de sus familias en la resolución de sus problemas, promocionando y aumentando su calidad de vida.

En la actualidad, el 84 % de las personas afectadas por un problema de salud mental conviven con su familia. Esta convivencia diaria supone generalmente muchas dificultades y conflictos; los problemas que surgen son difíciles de solucionar y desbordan tanto a las personas con enfermedad mental como a sus familiares y allegados. Por ello toda la red implicada en el apoyo a la recuperación de una persona afectada por este problema precisan recibir información, apoyo y asesoramiento, pero, sobre todo, necesitan conocer y comprender los servicios y dispositivos alternativos tanto sanitarios como sociales y su papel de “acompañamiento” de la persona afectada para conseguir una atención integral dirigida a la recuperación y al empoderamiento.

El conocimiento de la realidad compleja de los afectados posibilita y legitima a los familiares a actuar como vehículo de transmisión de su problemática a las instituciones implicadas en la asistencia a éstos, y a colaborar de forma activa en el proceso terapéutico contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de los afectados por una enfermedad mental.

·Objetivo General:

Apoyar a las familias o allegados/as de personas con problemas de salud mental y a ciudadanos/as del municipio de Vélez Málaga, contribuyendo al bienestar familiar y social de la persona afectada por un problema de salud mental con el enfoque comunitario, de defensa de derechos humanos, la autonomía la independencia y la recuperación.

Objetivos específicos:

- Informar y formar a familiares y allegados de personas con problemas de salud mental.
- Informar a la comunidad, como miembros familiares, sobre los recursos sobre salud mental.
- Mejorar el conocimiento acerca de los diferentes problemas de salud mental, cómo evolucionan, cómo es, cómo funcionan los recursos comunitarios existentes para su prevención, atención para facilitar la recuperación e inserción social y laboral.
- Mejorar las habilidades de afrontamiento de problemas y de situaciones que se pueden producir siempre desde el punto de vista de la mejora del entorno para facilitar la integración en la comunidad, promover la autonomía y la independencia
- Mejorar la comunicación y el clima intrafamiliar.

20.- PROGRAMA DE “NUEVOS ABORDAJES EN LA SALUD MENTAL RURAL”

Este proyecto es la continuidad del proyecto presentado y concedido en la convocatoria anterior, con el que se pretende mantener los servicios de atención, acompañamiento y digitalización de colectivos vulnerables, personas con problemas de salud mental, familiares y entorno comunitario que se encuentran residiendo en municipios del medio rural y/o municipio rural, donde la dispersión geográfica supone una barrera para el acceso a los diferentes recursos de atención social, salud mental, formación, empleo... Una de las necesidades que justifica la realización de este proyecto viene dada por las características propias de las personas con problemas de salud mental y cómo les afecta a ellas y a su entorno: La falta de conciencia de enfermedad unido a una habitual negativa hacia el tratamiento, a recibir atención y a acudir a la red de recursos y servicios públicos de forma reglada y normalizada, dificulta enormemente la mejora de la calidad de vida, recuperación e inclusión. Las personas con trastorno mental grave presentan una sintomatología que se caracteriza por la apatía, falta de motivación y retraimiento social que obstaculizan su participación en la comunidad, y por lo tanto su inclusión en la misma. El estigma, el autoestigma y aislamiento, por la falta de formación, información y empatía de gran parte de la sociedad, provocan en este colectivo y en sus familiares y allegados situaciones de exclusión social y vulneración de derechos. La gran distancia desde los recursos de referencia de la persona hasta su residencia, unida a la falta de apoyo social hace que la dispersión geográfica sea un hándicap a la hora de recibir una atención de calidad. Territorialmente vamos a llevar a cabo nuestras acciones en localidades denominadas medio rural y dentro de ellas también en las denominadas Municipio rural.

La finalidad que perseguimos con este proyecto es el: Aumento del bienestar personal, emocional y social de las personas con problemas de salud mental, sus familias y el entorno en el ámbito rural.

Objetivos generales:

OG1. Mejorar la calidad de vida a través de la participación comunitaria de las personas con problemas de salud mental y sus familiares.

OG2. Lograr que las personas usuarias y familias, adquieran las competencias digitales necesarias, con actuaciones específicas de mainstreaming.

OG3. Luchar por la inclusión social del sector de personas con problemas de salud mental, con especial atención a mujeres, menores y personas mayores.

21.- APOYO SOCIO-DIGITAL COMO GARANTIA PARA LA INCLUSION SOCIAL DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL.

En la nueva sociedad de la información quienes carecen de los medios o las habilidades digitales necesarias, ocupan el lado equivocado de la denominada brecha digital y están llamados a integrar un nuevo colectivo de marginalidad y exclusión social.

Las Tecnologías de la información y comunicación, son herramientas que facilitan la inclusión social de las personas con problemas de salud mental, ayudando a superar dificultades diarias relacionadas con necesidades emocionales, de expresión, deseo...y generando en el imaginario colectivo una representación no estereotipada, de las personas que se encuentran en un proceso de recuperación de salud mental.

Digitalización como garantía para la inclusión social de personas con problemas de salud mental, es un proyecto con el que se pretende dar respuesta a dos necesidades simultáneas: la formación y el entrenamiento digital en poblaciones vulnerables que residen en territorios con baja población (menos de 20.000 habitantes) y/o en riesgo de despoblación, y generar redes colaborativas en la comunidad, que fomenten la inserción social y laboral de personas con diversidad funcional (personas con problemas de salud mental).

El proyecto se compone de 4 acciones relacionadas con: participantes, agentes claves del territorio, taller de digitalización y grupo de apoyo socio-digital, con las que conseguiremos luchar contra la brecha digital en el medio rural y lograr la inclusión social y laboral de las personas con diversidad funcional (personas con problemas de salud mental) desde la innovación y el emprendimiento social.

Este proyecto se alinea con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible:

Objetivo general:

Reducir la brecha digital en el medio rural

Mejorar la inclusión social y laboral de las personas con diversidad funcional: personas con enfermedad mental (discapacidad psicosocial).

Objetivos específicos:

- Entrenar en el uso de las herramientas digitales a personas adultas de las localidades participantes.

- Conseguir mejorar la formación y la empleabilidad de las personas a través del uso de las nuevas tecnologías y plataformas digitales.

- Sensibilizar ante la estigmatización de las personas con problemas de salud mental y prevenir en la comunidad problemas de salud mental a través de las tecnologías de la información y la comunicación.
- Implicar a agentes clave de las comunidades en la prevención y apoyo a la rehabilitación de personas que están viviendo un problema de salud mental.
- Generar una red de apoyo socio-digital de ayuda mutua entre personas que se encuentren en un proceso de recuperación de un problema de salud mental y personas recuperadas, mediante las experiencias en primera persona.

22.- "Quedada": encuentros para compartir, sostenerNOS y acompañarNOS en la Recuperación".

Apoyo psicosocial a las personas con discapacidad o trastorno mental, teniendo en cuenta su entorno familiar y relacional.

Desarrollo de redes de apoyo familiar, social y comunitario, priorizando las acciones inclusivas.

El alcance territorial del proyecto es Málaga y provincia. Se desarrolla en un centro que se encuentra ubicado en c/ Mariscal, en el barrio del Molinillo, perteneciente al Distrito Centro. Dada su ubicación, la ratio de acción es cualquier persona que viva en Málaga o provincia, y que necesite sentirse acompañada en un espacio en el que compartir tiempo, actividades, diálogo, donde encontrar sostenimiento a su situación.

El servicio que proponemos poner en marcha, se ubicará en Málaga Municipio, en un centro de uso de nuestra entidad, que se encuentra en el centro de la ciudad. Es un espacio que atenderá a cualquier persona de Málaga o provincia. Dando respuesta a las necesidades del colectivo. Está concebido como un espacio abierto, participativo, colaborativo, un lugar desde donde compartir, y generar redes de apoyo colaborativo.

- OBJETIVOS:**
- 1.Reducir la sintomatología de los usuarios;
 2. Aumentar las actividades sanas y autónomas.
 3. Aumentar el grado de autonomía y las habilidades de los usuarios.
 4. Mejorar la convivencia familiar.

ACTIVIDADES: Acompañamiento a recursos sociales y sanitarios; Apoyo para gestiones cotidianas; Información sobre recursos comunitarios; intervención con usuarios/as y familias

23.- “ESCUCHÁNDONOS”. DESMITIFICACIÓN, PREVENCIÓN Y ATENCIÓN EN SALUD MENTAL PARA JÓVENES DE LA PROVINCIA DE MÁLAGA.

El proyecto que presentamos en esta convocatoria trata de dar respuesta al preocupante avance de los problemas de salud mental en la población joven en la provincia de Málaga, en concreto intentando dar cobertura en las zonas en las que por su dispersión se encuentran mayores dificultades de acceso a los recursos. El proyecto se desarrollará en Institutos de Educación Secundaria de la Comarca del Guadalhorce, Comarca de Sierra

de las Nieves, Comarca de Antequera, Comarca de la Axarquía, interviniendo sobre la prevención, detección y atención de problemas de salud mental en el alumnado, utilizando experiencias en primera persona, apoyo psicológico y capacitación del personal educativo para afrontar situaciones de crisis

Este proyecto se enmarca en el ámbito de la convocatoria de personas con enfermedad mental, personas con problemas de salud mental.

Damos respuesta a la finalidad de ésta iniciando un proyecto basado en la visibilización mediante las experiencias en primera persona y en la atención psicológica, con una atención centrada en la persona, y en paralelo con la lucha contra el estigma.

El proyecto se desarrollará en los Institutos de Educación Secundaria de las comarcas de Guadalhorce, Sierra de las Nieves, Antequera y Axarquía, donde por su dispersión el acceso a los recursos se ven mermados.

Objetivo general:

Concienciar a los jóvenes y al entorno educativo sobre los problemas de salud mental.

Prevenir en el desarrollo de problemas de salud mental en los/as jóvenes.

Objetivos específicos:

Deshacer el estigma que acompaña la imagen de las personas con salud mental.

Detectar factores de riesgo e indicios de problemas de salud mental en los/as jóvenes.

24.- CAMPAÑA DE CONCIENCIACIÓN PARA EL MOVIMIENTO ASOCIATIVO Y FOMENTO DE LA PARTICIPACIÓN DEL VOLUNTARIADO (Programa de divulgación y sensibilización)

Este es un programa que se realiza con un doble objetivo:

- De un lado, aumentar la participación en la asociación, que se vería plasmado en un aumento del número de socios, así como de voluntarios y de participantes en las distintas actividades.

- De otro, desarrollar instrumentos que ayuden a promover la participación, realizándose para ello dos grandes actividades, el desarrollo de una página Web y las redes sociales.

Hemos mantenido las reivindicaciones a través del facebook y los medios de comunicación. Manteniendo actualizada y renovada nuestra página web.

La página entró en funcionamiento en diciembre de 2005, como www.afenes.org, con contenidos tales como: video corporativo, en el que se presenta la asociación con sus fines y objetivos, información acerca de los distintos programas y proyectos que tenemos en marcha, la última memoria de actividades, etc. Durante este año hemos renovado nuestra página marcando la nueva etapa que se abría en nuestra asociación.

Aunque no tenemos forma de cuantificar el número de visitas reales que ha recibido la página Web, sí que hemos recibido demandas tanto de orientación como de participación de personas que nos habían conocido a través de la misma.

No obstante, en AFENES no encontramos suficientes estas acciones y consideramos necesaria la continuidad del trabajo orientado a la difusión de información sobre nuestra área de actuación, así como hacia la concienciación de usuarios, familiares, voluntarios y

población en general, que se vea plasmado en un aumento de participación con nuestros fines y objetivos.

25.- PROGRAMA DE “ATENCIÓN TELEFÓNICA”.

Esta posibilidad además de ayudarnos al servicio de las diferentes actividades de la asociación, nos permite continuar con la atención telefónica a personas que lo necesiten facilitando información sobre las dudas que presenten, sean del tipo que sean (sobre recursos, sobre la enfermedad, sobre actividades de la asociación, etc.).

26.- PROGRAMA DE SOSTENIMIENTO TELEFONICO.

Los profesionales de Afenes dan apoyo y sostenimiento a las personas con problemas de salud mental y sus familiares a través del teléfono y sobre todo en las noches y fines de semana donde no hay otro tipo de asistencia por parte de los recursos sociosanitarios, dando un servicio de mejora en la situación familiar, de contención y sostenimiento para evitar un posible ingreso o un agravamiento de la situación.

27.- PROGRAMA DE “INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO A PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SUS FAMILIARES”.

Este servicio es el primer contacto de los usuarios y familiares con la asociación. A lo largo de todo el año nos llegan a la asociación demandas de atención por parte de familiares de personas con enfermedad mental. Dichas demandas suelen ser o dudas sobre la enfermedad y los recursos existentes o bien problemas concretos con los que se encuentra la familia y no encuentran solución en otro sitio.

Desde que surgió nuestra asociación AFENES siempre ha sido un punto de referencia para una gran cantidad de familias que tienen algún miembro que padece algún tipo de enfermedad mental. Siempre en nuestra sede hemos intentado solucionar las dudas que tienen los familiares sobre la enfermedad, sobre cómo tratar a su familiar enfermo, sobre aspectos legales, sobre recursos, etc.

En la actualidad nuestra asociación ha crecido y es cada vez más conocida, de forma que las demandas de información que nos llegan por parte de las familias también han aumentado en número, por ello vemos la necesidad de mejorar nuestro servicio de atención a familiares y hemos decidido elaborar el presente proyecto.

Objetivos que se pretenden conseguir:

El objetivo general de este proyecto es lograr una mejora en la calidad de vida tanto de las personas que acudan a este servicio como de sus familiares con problemas de salud mental.

Los objetivos específicos serían los siguientes:

- Reducir la ansiedad ante la situación de enfermedad del familiar.
- Aumentar el grado de conocimiento de los familiares de enfermos de esquizofrenia sobre que es la enfermedad.
- Conocer la realidad de las familias con enfermos de esquizofrenia (tipos de dudas, demandas que hacen, recursos que necesitan, etc.).
- Facilitar el acceso a los recursos existentes (tanto de la misma asociación como fuera de ella) mediante la información de cuáles son y cómo se accede a los mismos.
- Asesorar en aquellos aspectos socio-sanitarios sobre los que la familia demande información.
- Promover un mayor uso y conocimiento de los recursos.
- Marcar unas pautas de actuación ante las dudas que presentan los familiares sobre cómo tratar la enfermedad y a su familiar enfermo.

Actividades que se llevan a cabo:

Se ha estado realizando atención de este tipo tres mañanas y una tarde a la semana. En algunos casos se solucionó la demanda planteada en una sola sesión dando una información puntual o derivando a otro recurso externo u otro programa de la asociación. En otros casos sí fue necesaria al menos una segunda sesión.

Con independencia de las familias atendidas en nuestro servicio de información y asesoramiento, hemos atendido otras familias más en atención domiciliaria a familiares dentro de los programas que desarrollamos en las Comarcas de Antequera, Valle del Guadalhorce y Axarquía.

El esquema de las actuaciones realizadas ha sido el siguiente:

1. Recepción de la demanda: se produce la primera entrevista para conocer las demandas que se planteen.
2. Solución de la demanda: que puede consistir en derivación a un servicio externo de AFENES (ESMD, FAISEM, Centro Base de Minusválidos, UTS, etc.), a otro servicio de la asociación (Atención a Domicilio, Escuela de Familias, Club Social), o bien se decide continuar con la orientación individualizada.
3. Orientación individualizada: con los pacientes y/o familiares que se vea conveniente, se van concertando citas a lo largo del tiempo para trabajar uno o varios aspectos concretos (psicoeducación individualizada, orientación ocupacional y laboral, apoyo psicológico, etc.).

Evaluación:

- Registro de número y tipo de atención realizada
- Registro del número de beneficiarios atendiendo al sexo
- Registro del número de entidades con la que nos coordinamos

28.- PROGRAMA PARA LA PROMOCION DE LA AUTONOMIA Y ATENCION A PERSONAS CON DEPENDENCIA

El proyecto consiste en la puesta en marcha de una serie de programas dirigidos a personas con TMG y tiene como objetivo de dotarles del apoyo funcional y organizativo necesario para la vida cotidiana y facilitar su integración dentro de nuestro colectivo diana pero también la inclusión dentro de la sociedad.

Dichos programas pretenden igualmente disminuir la sobrecarga emocional existente en las estructuras familiares al tiempo que permitan la integración social de este colectivo en la comunidad.

Las personas con trastorno mental grave (TMG), debido a la sintomatología negativa, a la escasez de sus habilidades básicas e instrumentales, tienen especiales dificultades para mantenerse activos en la comunidad. En este sentido, la atención a las personas con trastorno mental se ha convertido en una prioridad para el Sistema Sanitario Público de Andalucía (SSPA), tanto por sus elevadas cifras de incidencia y prevalencia, como por el sufrimiento personal y el impacto familiar y social que provocan, y la complejidad y coste de los procesos de tratamiento y rehabilitación, tal y como recoge el PISMA en su prólogo.

En el marco de la Ley de dependencia y en el intento del funcionamiento intersectorial que garantice la continuidad de los cuidados de las personas de este colectivo, es fundamental la participación de las asociaciones que aporten sentido al proceso de la ley de dependencia.

29.- FOMENTO DE LA SALUD MENTAL A TRAVÉS DEL DEPORTE. PROGRAMA DE DEPORTES

Actividades deportivas realizadas en Málaga Capital en La Colonia Santa Inés, Zona de Carretera de Cádiz (Puerta Blanca), y en El Palo. Conjuntamente se realizan actividades deportivas en nuestra Comarcas de Antequera, La Axarquía y Guadalhorce.

Los objetivos que se persiguen:

- Facilitar un recurso normalizado que posibilite la integración.
- Educar la utilización del ocio y tiempo libre.
- Incrementar la actividad física de las personas que sufren trastorno mental grave.
- Reducir la sintomatología de los usuarios.
- Evitar el sedentarismo.
- Aumentar el grado de autonomía, el autoconcepto, el autocontrol y las habilidades de relación de los usuarios.
- Concienciar de la importancia de llevar hábitos de vida saludables.
- Fomentar la inclusión social a través de la participación en actividades comunitarias.

- Establecer vínculos con entidades locales y comunitarias a través de la integración de los usuarios en las actividades comunitarias y de los individuos de la comunidad en las actividades de AFENES.
- Reducir el tabaquismo.
- Reducir el estigma social a través de la participación de los usuarios en actividades deportivas locales normalizadas.
- Fomentar la autonomía de la gestión del tiempo libre a través del apoyo en la búsqueda de recursos deportivos y de ocio de usuarios.

Respecto a los objetivos que nos marcamos con este programa a principios de año, hemos obtenido los siguientes resultados:

- Mantener y aumentar un grupo unido que asiste con regularidad.
- Uso adecuado de un recurso normalizado.
- Se ha apreciado un nivel óptimo en cuanto a las relaciones interpersonales tanto en el vestuario como en el campo. Como así mismo, se ha convertido en una costumbre el hecho de ir a alguna cafetería cercana al pabellón después de cada partido. Además en los encuentros disputados contra equipos hemos visto una alta cohesión y espíritu de grupo.
- Se ha dado un uso perfectamente correcto de una institución comunitaria como es el polideportivo de Carranque, las instalaciones de Fútbol de La Roca y el gimnasio Wellnes de El Cónsul siendo los usuarios en todo momento respetuosos con el mobiliario y el personal de dicha institución.
- Se ha dado una creación y recuperación de hábitos de vida sana.
- Se ha facilitado el uso normalizado y adecuado del tiempo libre.
- Se ha dado un aumento de autonomía tanto en el transcurso de los partidos como fuera de los mismos.
- Por último, se ha dado un altísimo nivel de satisfacción entre los usuarios participantes.

29-1. PROGRAMA DEPORTIVO “FÚTBOL”.

Este programa, consiste en dos días a la semana en el Polideportivo de Ciudad Jardín y en el Campo de Fútbol de Portada Alta

29-2. PROGRAMA DE NATACION

Se desarrolla una vez en semana en las instalaciones de INAQUA

29-3.PROGRAMA DE BICICLETA

Se realizan salidas con las bicis los dos días por los carriles bici de la zona. Salidas esporádicas a destinos más diversos de naturaleza y otros.

29-4.PROGRAMA UN MILLON DE PASOS

Todos los días se realizan salidas matinales a andar que duran entre 30 y 45 minutos.

29-5. PROGRAMA DE BALONCESTO

Este programa, se desarrolla un día a la semana en las pistas de Teatinos

29-6. PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES.

Sigue en marcha desde finales de 2009 y que ya cuenta con el reconocimiento del Ayuntamiento de Málaga a través del Premio Málaga Participa, que fue otorgado a nuestra entidad, por su intento de aunar en una misma intervención distintos aspectos relacionados con el conocimiento y desarrollo de unos hábitos de vida incompatibles con el sedentarismo y otras acciones perjudiciales para una adecuada evolución de los usuarios, así como de acercamiento a espacios naturales.

El programa “Salud Hable Mente” iniciado en 2010 cuenta con tres módulos fundamentales: Alimentación, Autoestima y Actividad Física.

29-7. PROGRAMA DE PADEL

Este programa ha seguido en marcha este año, se practica dos días a la semana, en los 1 Complejos Wellnes de El Cónsul y el Ave María en horario de 11 a 12 horas.

29-8. PROGRAMA DE GIMNASIO

Este programa ha seguido en marcha con gran aceptación por parte de nuestros usuarios y se hace uso todos los días de la semana en el Complejo Wellnes de El Cónsul.

Aquí además de realizar un programa individualizado se hace uso de todas las actividades que ofrece el gimnasio, así como de la piscina.

29-9. PROGRAMA DE YOGA

Se realiza en horario de 11 a 12 los lunes, una vez en semana y está impartido por un usuario de nuestra asociación.

29-10. PROGRAMA DE PILATES, ZUMBA Y AEROBIC

Se realiza una vez en semana con diferentes grupos.

30.- CLUB SOCIAL Y OCUPACION DEL TIEMPO LIBRE

Actividades realizadas conjuntamente con nuestras Comarcas y el Centro de Día de La Colonia de gestión compartida con Faisem para la promoción del ocio y vida autónoma.

Este año hemos continuado con un club social para usuarios jóvenes. La razón de haber puesto en marcha dicho club es porque consideramos que en este colectivo existía una carencia de ofertas de ocio y tiempo libre.

El club social ha funcionado a tiempo completo

Objetivos que se pretenden:

- Favorecer la autonomía en la ocupación del ocio y tiempo libre.
- Mejorar las habilidades sociales.
- Aumentar el uso de recursos comunitarios de ocio y tiempo libre.
- Aumentar el grado de autonomía y participación de las personas con trastorno mental grave.
- Reducir la sintomatología de los usuarios.
- Evitar el sedentarismo y el aislamiento social.
- Aumentar el grado de autonomía, el autoconcepto, el autocontrol y las habilidades de relación de los usuarios.
- Fomentar el uso, conocimiento y la participación de los usuarios de los recursos comunitarios de ocio y tiempo libre.
- Fomentar la inclusión social a través de la participación en actividades comunitarias.
- Establecer vínculos con entidades locales y comunitarias a través de la integración de los usuarios en las actividades comunitarias y de los individuos de la comunidad en las actividades de AFENES.
- Trabajar transversalmente otros aspectos relativos a la rehabilitación psicosocial de los usuarios.

Resultados que se están consiguiendo:

- Se ha conseguido una rápida integración en el grupo de los nuevos usuarios, que se han incorporado este año ya que los miembros del club de años anteriores han servido más como introductores en el grupo que el propio educador, llegando en poco tiempo a quedar entre ellos de forma autónoma para ir al cine, hacer deporte, etc..
- Se ha dado un aumento en calidad y cantidad de las conversaciones entre ellos.
- Se ha dado un uso adecuado de los recursos comunitarios.
- Se ha dado un alto nivel de satisfacción en los usuarios.

Seguimos con un grupo de usuarios de baja motivación, han sido mujeres derivadas desde los distintos equipos de salud mental o que han llegado directamente con la demanda a nuestra oficina. El objetivo ha sido crear un grupo cohesionado de personas que habitualmente no participa en ningún tipo de actividad de ocio, para luego integrarlo en el que ya existe en la asociación, ya que hemos tenido problemas de permanencia en años anteriores al ser nuestro club exclusivamente de chicos. El resultado ha sido que hemos obtenido un grupo de entre 7 y 10 personas que acuden regularmente a las salidas

que se organizan, aunque hemos tenido muchas dificultades en encontrar una actividad y un horario compatible para todas.

31-. PROGRAMA DE OCIO Y TIEMPO LIBRE.

Los usuarios de este programa son las personas que forman parte de nuestro colectivo.

A lo largo del año 2023 hemos continuado con la marcha del club social para personas jóvenes. Este programa sigue demostrando que es una herramienta eficaz a la hora de favorecer entre los usuarios un uso más normalizado y autónomo del tiempo libre. La finalidad que perseguimos es proporcionar un modo de ocupación del tiempo libre donde puedan trabajar además otros aspectos psicosociales.

Objetivos que se pretenden:

- Favorecer la cohesión grupal de los usuarios.
- Mejorar las relaciones lúdicas entre los participantes.
- Servir de “enganche” para otras actividades de AFENES.

Dentro del programa de club social tenemos las salidas de ocio de los viernes, a museos, parques, rutas senderistas. En otras ocasiones han sido salidas a centros comerciales o paseos por diferentes paseos marítimos, según demandas de los mismos usuarios.

Por todo ello creemos que efectivamente este programa supone una forma de mejorar la calidad de vida de los usuarios mediante una ocupación constructiva y sana del tiempo libre, por lo que consideramos necesario seguir llevando a cabo dicho programa.

31-1. PROGRAMA DE VACACIONES.

Las Palmas 2023: 20 usuarios y 4 monitores

El viaje se desarrolló entre los días 12 Y 19 de junio ambos inclusive, siguiendo las actividades planificadas, conocer la isla, monumentos, gastronomía, paisajes y todas las alternativas de ocio que ofrecen

- Los objetivos marcados antes del viaje fueron cumplidos con creces. Tanto en valoración previa por nuestra parte, teniendo los objetivos marcados por los usuarios.
- Respecto a la valoración del hotel, en líneas generales, todos los usuarios dieron una visión positiva como se indica en la valoración de FEAFES-A.
- Respecto a la Agencia, ver punto anterior.
- Respecto a la labor de la Confederación en la coordinación Previa, durante y pasado el Viaje ha sido positiva, óptima y adecuada.

31-2. TALLER DE ARTETERAPIA

Las personas beneficiarias de este proyecto son personas con problemas de salud mental que participan de forma activa en las actividades de nuestra entidad, por lo que se le propuso la participación en los talleres y acciones que se engloban en este proyecto.

A esto cabe añadir, que este proyecto lo desarrollaron profesionales de la Unidad de Recuperación de Salud Mental de la UGC del Hospital Regional de Málaga, por lo que una parte de los beneficiarios pertenecen a este recurso público. El coordinador responsable del grupo es el profesional Paco Durán, enfermero de la URA, el pintor Jerónimo y con la colaboración de Nuria Albareda colaboradora de Afenes.

Lo más destacable es lo productivo que resulta desde el punto de vista profesional la puesta en marcha de programas de intervención para la rehabilitación en salud mental no convencionales, como fuente de motivación y creación de vínculo terapéutico.

Otras de las novedades de este programa es la inclusión de familiares en el mismo con un alto porcentaje de satisfacción de la experiencia vivida.

Este año se ha realizado en el museo Thyssen, Museo de la Aduana y en las instalaciones del centro de día.

32.- PROGRAMA HUERTO URBANO

En este año se sigue trabajando con un huerto urbano cedido por el Ayuntamiento de Málaga. Se ha hecho un gran trabajo de definir, diseñar y planificar el terreno y establecer los períodos de siembra y recogida de los productos.

Se ha contado con 5 voluntarios vecinos del barrio con los que se han implicado y conectado muy bien los usuarios.

También se ha realizado un taller de Conciencia Medioambiental todas las semanas impartidos por el mismo monitor del huerto.

Hemos recibido visitas de los colegios y guarderías de la zona, haciendo talleres y actividades con los monitores en el huerto.

Objetivos alcanzados:

Crear hábito, trabajo en equipo, superación y sacrificio

Grado de consecución:

Conocimiento personal de las posibilidades del cuerpo. Rutina y contacto con la naturaleza. Sociabilización y aumento de la autoestima

Dificultades:

La principal dificultad es el clima, bien por el calor o por el frío

Resultados:

Se valora principalmente la asistencia y la integración con los vecinos, dando resultados bastante buenos para ser la primera vez que interactúan ambos grupos.

- Relaciones Interpersonales. Fomentar la relación entre los propios usuarios para que ellos mismos sean capaces de convivir en un espacio propio donde no se encuentren aislados ni presionados externamente.
- Recuperación y estimulación de hábitos perdidos: aseo, puntualidad, responsabilidad en las tareas encomendadas, compartir espacios con los demás, participar en todas las actividades grupales, etc....
- Fomento y estimulación de la creatividad, tanto intelectual (en el sentido de desarrollar el trabajo desde el principio en su pensamiento hasta la realización manual), como en su terminación manual.

Resultados que se van consiguiendo:

- Principalmente la recuperación de los hábitos perdidos, como la puntualidad, aseo, orden, asistencia, etc.
- Relaciones interpersonales, participación en todo tipo de actividades grupales, tanto dentro como fuera del propio taller.
- Desarrollo de impulsos creativos, consiguiendo una habilidad manual a veces sorprendente.-

33.- PLATAFORMA CONTRA EL ESTIGMA DE LA ENFERMEDAD MENTAL

Siguiendo su línea de actuación permanente, durante toda su existencia, Afenes se ha puesto a la cabeza de un movimiento que quiere dar un nuevo sesgo a la acción contra el estigma, ya que ésta lacra se ha ido poniendo en evidencia como algo enquistado en la sociedad contra lo cual tenemos que luchar todos juntos. El estigma es una ‘esclerotización’ de una serie de prejuicios que han cristalizado en un estereotipo que resulta difícil de desmontar. Para organizar un conjunto de acciones a partir del diseño de una estratégica adecuada para enfrentar esta cadena de prejuicios (que se retroalimenta con el reforzamiento de la discriminación y la segregación del enfermo mental) estamos respaldando, junto a otras entidades e instituciones, la creación de una **Plataforma de Lucha contra el Estigma**.

Para conseguir sus fines esta Plataforma encarará las siguientes actividades:

- * **-Orientar la lucha contra las falsas creencias** desde diferentes ángulos. Por una parte a través de charlas, conferencias, proyección de documentales y audiovisuales, publicidad con cartelería y folletos, artículos informativos, entrevistas y otras formas de divulgación en los medios de comunicación.
- * **-Rechazar y denunciar** con firmeza cualquier estigmatización y discriminación de las personas con problemas de salud mental en todos los ámbitos de la sociedad.
- * **-Proponer las reformas necesarias** para promover la igualdad de oportunidades de las personas con problemas de salud mental, así como garantizar la difusión y el pleno conocimiento de los derechos que les protegen.
- * **-Luchar contra los procesos de estigmatización** y discriminación de las personas afectadas por problemas de salud mental también mediante sugerencias para mejorar el tratamiento de las noticias sobre temas relacionados con la salud mental en los medios de

comunicación, así como contribuyendo a la información y sensibilización de la población en general.

* **-Promover la investigación** enfocada a la lucha contra el estigma y la discriminación asociados a las personas con trastorno mental grave.

* **-Potenciar la atención socio-sanitaria** de las enfermedades mentales y fomentar la participación de usuarios y familiares en el desarrollo y mantenimiento de los servicios y dispositivos de atención.

La creación de la Plataforma cuenta con el apoyo del Ayuntamiento de Málaga quien en sesión plenaria celebrada el 31 de marzo de 2011, acordó por unanimidad de los miembros de la Corporación asistentes a la votación “La Declaración Institucional de Málaga contra el Estigma de las Personas con Enfermedad Mental”

Así mismo se han adherido a la iniciativa la Diputación de Málaga, la Consejería de Salud y Bienestar Social de la Junta de Andalucía, la UMA, FAISEM, ilustre Colegio Oficial de Médicos de Málaga, Asociación de la Prensa de Málaga, Colegio Oficial de Enfermería, Fundación Malagueña de Curatela y Apoyo, Cáritas Diocesana, Agrupación de Desarrollo Málaga Accesible, Clínica El Seranil, Fundación Málaga C.F.

En este año se han celebrado las primeras reuniones de técnicos de los distintos organismo públicos y privados en las Instalaciones del Distrito nº 11 de Teatinos para ver y proponer las diferentes actividades que se van a realizar para fomentar la plataforma.

34.- CAMPAÑA DE SENSIBILIZACION Y DESESTIGMATIZACION SOCIAL DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL. MEDIOS DE COMUNICACIÓN

En este reto nos queda todavía mucho camino por recorrer pero no podemos caer en la desesperanza y tenemos que ser perseverantes cada día y caminar sin prisa pero sin pausa.

Por tanto es necesario continuar trabajando para terminar con la imagen negativa que históricamente han tenido los problemas de salud mental y éste es también uno de los objetivos que en nuestra asociación nos hemos propuesto y por tanto debemos seguir trabajando por una sociedad más justa y solidaria para con las personas que padecen un problema de salud mental.

Este año se ha realizado la campaña utilizando las redes sociales y con la puesta en marcha de la mesa de la plataforma con los recursos sociosanitarios.

De altamente positiva podemos considerar la ayuda, que habitualmente nos prestan los diferentes medios de comunicación como apoyo a nuestra labor reivindicativa, así como para hacer llegar a la sociedad el mensaje de nuestra asociación en calidad de institución benéfica y social, proyectando hacia la opinión pública la labor que venimos llevando a cabo.

Los resultados que venimos obteniendo a través de nuestra aparición en los diferentes medios de comunicación, como prensa, radio y TV, son realmente alentadores y están dando sus frutos, lo que confirma que debemos continuar por ese camino participando en

tertulias, apareciendo con notas de prensa, entrevistas y reportajes para reforzar la imagen de nuestra asociación.

Es muy satisfactoria la gran receptividad de los medios de comunicación a los temas de la salud mental. Por tanto es obligado nuestro reconocimiento y reiterado agradecimiento por su apoyo y gran colaboración para transmitir a la sociedad el mensaje contra la discriminación de las personas con problemas de salud mental.

Como hemos venido haciendo anteriormente, durante el año hemos continuado con nuestra tarea de difundir y proyectar a la sociedad lo que es AFENES, transmitiendo a los poderes públicos, autoridades sanitarias y sociales, responsables políticos, profesionales de la salud mental, medios de comunicación y a la opinión pública en general la labor que lleva a cabo nuestra asociación y cuáles son nuestros fines y objetivos.

De nuestra capacidad de unirnos, va a depender en gran medida el que podamos conseguir los fines que pretendemos que no son otros que lograr una mejor calidad de vida para nuestros usuarios y familiares con más y mejores recursos sanitarios y sociales que le faciliten su integración socio-laboral y una mayor comprensión y sensibilidad de la sociedad.

Esconder la realidad de nuestros problemas juega en nuestra contra y no ayuda ni favorece el trabajo que desde la asociación debemos llevar a cabo en defensa de nuestros usuarios, pacientes y familiares.

35.- CELEBRACION DEL DIA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

Debido a la situación de este año se han podido realizar los actos previstos para este día pero manteniendo las normas sanitarias establecidas por el COVID. Se presentó en la Fundación El Pimpi las actividades para este año con motivo del Día Mundial de la Salud Mental. Otras acciones realizadas han sido la difusión mediante los medios de comunicación y las redes sociales.

Todo esto se ha hecho con idea de acercar la realidad de los usuarios de salud mental a la sociedad para que tomen conciencia de la normalidad que existe en sus vidas y de la productividad de la que son capaces. También para informar a los familiares y público en general de los recursos existentes para las personas con problemas de salud mental y sus familias.

36.- GALA BENEFICA PRO SALUD MENTAL

La XXII Gala Benéfica de Afenes se celebró el 23 de octubre a las 20.00 horas.

Contó con la actuación de un grupo del Conservatorio Profesional de Danza "Pepa Flores" y el humorista "EL MORTA", contando con la presentación de nuestra Madrina de Honor Carmen Abenza. El gran éxito de la gala fue reconocido por el público y por las autoridades allí presentes. En todo momento se mantuvieron las normas COVID y no se produjo ningún contratiempo.

37.- NUESTRA LABOR REIVINDICATIVA

Si bien es cierto que se han conseguido logros importantes, en cuanto a la mejora de listas de espera en los equipos de salud mental y otros recursos y dispositivos no es menos verdad que es necesario continuar en la labor que estamos llevando a cabo con el objetivo de conseguir mayores recursos y dispositivos de Salud Mental que continúan faltando tanto en el aspecto sanitario como psico-social para conseguir una mejor atención socio-sanitaria con el fin de mejorar la calidad de vida de nuestros familiares y usuarios y facilitar su posible integración socio-laboral.

38.- MESAS DE TRABAJO CON ENTIDADES PÚBLICAS

-Mesa de trabajo de SENSIBILIZACIÓN, PREVENCIÓN, INTERVENCIÓN Y POSTVENCIÓN EN LAS CONDUCTAS SUICIDAS de la Diputación de Málaga: Se han realizado acciones como las Jornada de sensibilización “Conectamos con la vida”, abordando la conducta suicida, el 28 de marzo; la I Caminata Solidaria “Conectamos con la Vida” el 21 de octubre; y varias campañas de sensibilización de la conducta suicida.

-Mesa de trabajo de la AGRUPACIÓN DE DESARROLLO PARA LA ATENCIÓN INTEGRAL DE LAS CONDUCTAS SUICIDAS del Ayuntamiento de Málaga (Área de Derechos Sociales, Igualdad, Accesibilidad, Políticas Inclusivas y Vivienda): Se han realizado acciones como la Guía de recursos en prevención, acto por el Día Mundial de la Prevención del Suicidio el 11 de septiembre, la celebración del Día Internacional del Superviviente del Suicidio el 18 de noviembre.

-Mesa de trabajo del PLAN COMUNITARIO PALMA PALMILLA PROYECTO HOGAR donde se han realizado acciones de coordinación, sensibilización en problemas de salud, y se ha puesto en marcha un teléfono de información de recursos sociales, formativos, laborales, de la salud, del distrito.

-Mesa de trabajo de la RED 11, donde se han realizado acciones de coordinación con otras entidades del distrito.

-Mesa de trabajo HORIZONTAL DE DISCAPACIDAD, NECESIDADES ESPECIALES DE APOYO EDUCATIVO Y ENFERMEDADES GRAVES/CÁNCER, donde se han realizado acciones como la cooperación entre las asociaciones y la universidad, stands formativos, formación para voluntariado en salud mental.

39.- PACTO ANDALUZ POR LA SALUD MENTAL

La gestión de un "Pacto Andaluz por la Salud Mental" tramitándose a través de una moción aprobada por unanimidad en un pleno de la Diputación de Málaga de fecha 10 de noviembre de 2015. Seguimos trabajando en el fomento de dicho pacto.