# MEMORIA ANUAL



2021

La Asociación Provincial de Allegados y Personas con Enfermedad Mental (en adelante FEAFES APAEM), lleva funcionando desde el año 1994. Surgió de la necesidad de un grupo de familias que convivian con personas con una enfermedad mental y que necesitaban conocer más sobre la misma, informarse de recursos que pudieran existir en su comunidad, o bien informar a las instituciones de las necesidades que tenían sus familiares y ellos mismos como cuidadores. Al mismo tiempo querían tener un punto de encuentro para compartir su experiencia con personas que vivían la misma problemática.

A nível estatal pertenece a Confederación Salud Mental España, además, FEAFES APAEM está integrada en la Federación Andaluza FEAFES Andalucía, formada por las diferentes provincias del territorio andaluz y mediante su unión, lucha por sensibilizar y reivindicar las diferencias que muestra hoy en día nuestra comunidad autónoma en cuanto a salud mental se refiere. A su vez, esta Federación pertenece al Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad C.E.R.M.I.

A nível províncial, somos Socios Fundadores de la Fundación Jiennense de Tutela.

Esta Asociación contribuye a potenciar una mayor calidad de vida del enfermo mental y su familia y a promover la inserción social del colectivo mediante programas de rehabilitación psicosocial y de psicoeducación desde los Centros Sociales que mantiene abiertos en Bailén, Jaén, Linares, Martos y úbeda, en los que se desarrollan talleres con ayuda de voluntariado. Para ello, mantenemos relaciones con los distintos dispositivos implicados en la atención al colectivo como: Consejería de Salud y sus distintos dispositivos, Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, Diputación Provincial de Jaén, Ayuntamientos de los lugares donde tenemos Sede... y pertenecemos a distintas comisiones.

El 2021 ha sído el año del regreso a la "normalidad" tras el problema de salud pública originado por la COVID19... ha sído un año de incertidumbre y bastante duro pero desde FEAFES APAEM hemos seguido apostando por no dar ni un paso atrás, se han mantenido todos nuestros servicios cada vez dando más protagonismo a la presencialidad, en lo único que hemos sído más conservadores ha sído en solicitar ayuda económica para viajes... se solicitó menos que en años previos a 2020 pensando en que sí la situación pandémica empeoraba y no se nos permitia viajar, no perder esa partida presupuestaria, por lo que se ha aplicado en grandes rasgos a más horas de atención y a modernización digital.

# 1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN DE LA ASOCIACIÓN PROVINCIAL DE ALLEGADOS Y PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL FEAFES APAEM

Fecha de Constitución: 1994Número de socios/as: 386

- Inscrita en el Reg. de Asociaciones de la Delegación del Gobierno el número 1700/1ª

- C.I.F: G-23318090

- Domicilio Social: Avda. de Granada, 10 - 1º A, Jaén

Teléfono: 953083392 // 953673457E-mail: apaemjaen@hotmail.com

### 2. DIRECCIONES DEL RESTO DE DELEGACIONES

**BAILÉN:** Callejuela del Consuelo, 5 – bj. 953 673457

**LINARES:** C/ Velarde, nº 18, (junto a plaza de toros). 953 69 95 63

**MARTOS:** C/ Príncipe Felipe, s/n (Centro Servicios Sociales). 953 55 00 71

**UBEDA:** C/ Carnicerito, 21, bajo.953 79 04 30

# 3. JUNTA DIRECTIVA

La Junta Directiva tiene una composición plural, teniendo representación de todas las delegaciones que forman la Asociación. El 10 de mayo, tras un periodo de gobierno en funciones, se constituyó nueva Junta Directiva tras celebración de Asamblea General Extraordinaria quedando como sigue:

- PRESIDENTA: Mª Dolores Miranda Ocaña.
- VICEPRESIDENTA: Juana de la Cruz Muñoz.
- **SECRETARIA:** Mª Dolores Fábrega Ruíz.
- TESORERO: Francisco Alcántara Jiménez.

#### DELEGADOS/AS:

- Bailén: Antonia Anula Cantarero.
- Jaén: Carmen Mora Pérez.
- Linares: Ana Fábrega Torres.
- Martos: Inmaculada Morales Castro.
- **Úbeda**: Isabel Mª Lara Hurtado.

#### VOCALES:

- Bailén: Manuela Rodríguez.
- **Jaén**: Julia Molina Sánchez, Asunción Ramírez Valero, Catalina Vico Montávez, Luisa Mª Rísquez Sánchez.
- Linares: Teresa Sevilla Pérez.
- Martos: Francisco José Hidalgo y Elena Galán Vallejo.
- **Úbeda**: Francisco López Valenzuela e Isabel Ortíz.

# 4. OBJETIVOS DE FEAFES APAEM

FEAFES APAEM tiene como objetivo primordial desarrollar toda medida que ayude a la mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y a sus familiares, así como la adecuada integración de estas personas, realizando cualquier actividad pública o privada orientada a su logro, dentro del concepto legal de atención en la comunidad y, entre otros, perseguirá los siguientes fines:

- Contribuir a la mejora de la asistencia, atención y rehabilitación de las personas con trastorno mental grave, procurando su integración social y laboral.
- Defender los derechos de las personas con trastorno mental grave y de sus familiares, así como ayudar, aconsejar, asesorar e informar a unos y otros.

# 5. SERVICIOS QUE OFRECE LA ASOCIACIÓN

Aun existiendo bastantes recursos sanitarios y sociales en la provincia, resulta complicado atender a todas las demandas existentes, lo cual hace difícil la tarea a los profesionales que se ven desbordados en sus consultas, debiendo actuar con poco tiempo en diversas ocasiones con pacientes que necesitan una mayor atención.

Además, los recursos existentes en la provincia, generalmente están centralizados en Jaén o en aquellos núcleos urbanos donde existe una población considerable, por lo que muchas zonas de alrededor, quedan descubiertas sobre todo en lo que se refiere al aspecto laboral o de talleres ocupacionales, cursos, etc., ya que es muy difícil que la persona con enfermedad mental se desplace desde su lugar de origen hasta Jaén capital.

Esta situación no sólo afecta a la persona que tiene la enfermedad, sino a aquellas que conviven o están en su entorno más cercano que ven como sus familiares vuelven a recaer y no por la propia evolución del trastorno, sino por la carencia de recursos en el medio ambiente natural de la persona con enfermedad mental.

Debido a esta situación, FEAFES APAEM, lleva a cabo una serie de programas, destinados tanto a personas con cualquier trastorno mental, como a sus familiares o allegados. Estos programas o proyectos se componen de distintas actividades (de información, asesoramiento, formación, atención domiciliaria, de ocio y tiempo libre...), que cubren o refuerzan la asistencia de los dispositivos sanitarios y sociales.

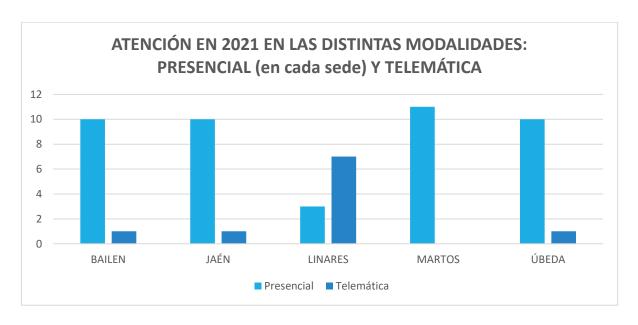
Servicios que se ofrecen en FEAFES APAEM:

- 5.1. Servicio de Información, valoración y asesoramiento (S.I.V.A.)
- 5.2. Programa de Acompañamiento Integral (PAI)
- 5.3. Centro Social, Ocio y tiempo libre y Respiro familiar.
- 5.4. Grupo de apoyo/autoayuda.
- 5.5. Programa de psicoeducación en Salud Mental (La Rural)
- 5.6. Programa de atención psicosocial.
- 5.7. Programa de Apoyo a personas con Patología Dual.
- 5.8. Programa de Apoyo a mujeres cuidadoras.
- 5.9. Adherencia al tratamiento.

En 2021 hemos atendido a muchas más personas de las asociadas y tenemos capacidad para dar cobertura en el 75 % de la provincia gracias a la distribución de nuestros 5 centros de trabajo:

	SOCIOS/AS FEAFES APAEM 2021					
	HOMBRES	MUJERES	TOTAL			
BAILÉN	10	8	18			
JAÉN	11	13	24			
LINARES	14	6	20			
MARTOS	11	7	18			
ÚBEDA	10	4	14			
TOTAL	56	38	94			

	BENEFICIARIOS/AS FEAFES APAEM 2021					
	HOMBRES	MUJERES	TOTAL			
BAILÉN	26	43	69			
JAÉN	44	58	102			
LINARES	69	41	110			
MARTOS	28	37	65			
ÚBEDA	53	55	108			
TOTAL	220	234	454			



En general, el 96 % de las personas atendidas han manifestado verbalmente estar muy satisfechas con el trato recibido y el apoyo, incluso en la modalidad de atención telemática, aunque la modalidad telemática se ha considerado una "no asistencia a los programas" pero ha permitido trabajar a distancia. En 2021 la modalidad online se ha utilizado mucho menos que en 2020 en el caso de la atención directa ya que siempre que ha sido posible realizar actividades directas de forma presencial se ha hecho así.

Estas manifestaciones han ido apoyadas por la asistencia a los distintos programas: una media de 16 personas asiste habitualmente a cada uno de los centros sociales en su formato presencial completo y en el caso del formato con restricciones se han formado dos grupos burbuja de 8 participantes en cada una de las delegaciones dos días a la semana y uno online semanal con los 16 participantes.

En cuanto a los grupos de familiares tenían una media de 12 participantes (en cada una de las sedes) realizándose pocas sesiones online (donde más se han realizado ha sido en la delegación de Linares) ya que suelen tener problemas con el manejo de herramientas telemáticas. En todos estos casos los familiares están satisfechos con nuestros servicios.

De nuevo nos hemos enfrentado a un año de incertidumbre con muchos cambios, hemos seguido un poco en "el limbo" pues toda la normativa sanitaria referida al control de la pandemia, hablaba de Centros de Día pero no de Centros Sociales, por lo que para unas cosas se nos ha asimilado a centros de día y para otras a centros de participación activa... temas como vacunación, han variado en los 5 centros de trabajo ya que a criterio de los profesionales de cada zona, se nos ha asimilado a un tipo u otro de recurso y se nos ha dado distinto grado de prioridad. Pero salvados estos obstáculos, nos hemos ido normalizando y adaptando a esta nueva realidad, y volviendo a la presencialidad, sin dar la espalda a las herramientas digitales que nos sacaron del apuro del duro confinamiento.

Herencia de la pandemia ha sido la realización de reuniones online... el 90% de las reuniones de coordinación (equipo técnico-presidencia) y el 100% de las Juntas Directivas, se han realizado con herramientas telemáticas como Jitsi Meet, Zoom, Sala de Facebook o Whassapp Duo ya que así hemos ahorrado en desplazamientos y tiempo.

Hoy por hoy nos conocemos mejor y sabemos que somos resilientes... hemos ido lentos pero seguros, ha costado mucho trabajo, pero **hemos descubierto fortalezas que ni sospechábamos que teníamos**.

# 5.1. SERVICIO DE INFORMACIÓN, VALORACIÓN Y ASESORAMIENTO (S.I.V.A.)

A lo largo de 2021, este servicio se ha prestado en todas las delegaciones, estando abierto a todos los familiares y allegados de enfermos mentales, fuesen o no, socios de FEAFES APAEM, dedicándole una media de 10 horas semanales en horario de mañana en cada delegación. Generalmente se ha desarrollado en horario de mañanas en cada una de las delegaciones.

NO de nergones etendidos e la

DELEGACIONES	largo de 2021 en SIVA
BAILÉN	22
JAÉN	23
LINARES	20
MARTOS	18
ÚBEDA	27
TOTAL	110

DELECACIONEC

# 5. 2. PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL (P.A.I.)

Se ha realizado paralelo al SIVA. Este programa es entendido como un conjunto de actuaciones de carácter psicosocial y sanitario, dirigido a personas con enfermedad mental y sus familias. Su desarrollo abarca la atención personal, acompañamiento y apoyo psicosocial, educación o reeducación de la persona en actividades de la vida diaria, en hábitos de higiene y cuidado personal, reforzando procesos de adquisición de hábitos y autonomía, en el entrenamiento y potenciación de habilidades sociales y en la participación de actividades de ocio y tiempo libre, mejorando sus habilidades de competencia social y evitando el enclaustramiento en el domicilio. Así mismo, supone un nivel de apoyo y respiro a la familia, reforzando su labor educativa y terapéutica, que a veces no se desarrolla al no propiciarse ni favorecerse las mejores condiciones de formación, apoyo y orientación que requieren.



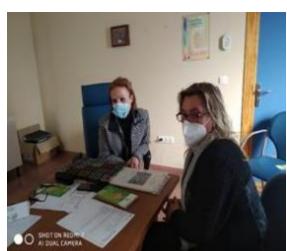
Imágenes de atenciones con el Programa de Acompañamiento Integral

Para conseguir todo lo anterior es necesaria una buena coordinación con los dispositivos de Salud Mental y Servicios Sociales y Comunitarios, con el objetivo de conseguir entre todos la rehabilitación e integración de las personas atendidas, evitando duplicidades y economizando esfuerzos y medios, este año nos hemos reunido con cada una de las Unidades de Salud Mental de referencia de nuestras sedes.

Feafes-APAEM
24 de marzo de 2021-80

La comunicación y el trabajo en equipo debe ser la premisa llegar a una labor eficiente. Por este







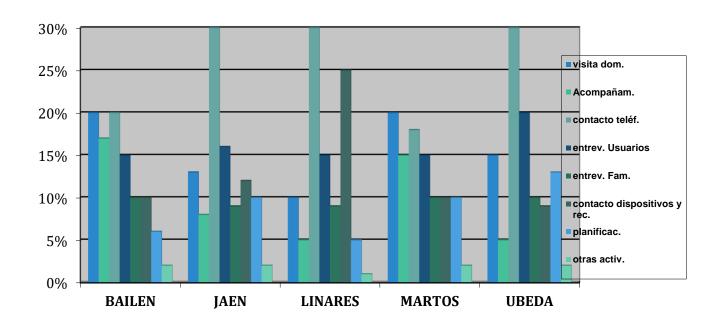
## PAI: PERSONAS ATENDIDAS EN CADA DELEGACIÓN:

<u>DELEGACIONES</u>	ALTAS (ENERO A DICIEMBRE DE 2021)	BAJAS (EN DICIEMBRE DE 2021)
BAILÉN	1 usuarias 1usuarios	0
JAÉN	2 usuarias 2 usuarios	1
LINARES	1 usuarias 2 usuarios	1
MARTOS	1 usuarias 1 usuarios	0
ÚBEDA	1 usuaria 4 usuarios	0

# TIEMPO DEDICADO A CADA UNA DE LAS ACTUACIONES QUE HAY QUE DESEMPEÑAR EN EL PAI:

	Bailén	Jaén	Linares	Martos	Úbeda
Visitas a Domicilio	20 %	13 %	10 %	20 %	15 %
Acompañamientos	17 %	8 %	5 %	15%	5 %
Contactos telefónicos	20 %	30 %	30 %	18 %	30 %
Entrevista con usuarios/as	15 %	16 %	15 %	15 %	20 %
Entrevista con familiares	10 %	9 %	9 %	10 %	10 %
Contactos dispositivos y recursos	10 %	12 %	25 %	10%	9 %
Horas de planificación	6 %	10 %	5 %	10 %	9%
Otras actividades	2%	2 %	1 %	2%	2%
TOTAL	100 %				

#### **EVALUACIÓN DE LAS FASES DE LA INTERVENCIÓN:**



#### **RECEPCIÓN DE DEMANDA**

# **INDICADORES EVALUATIVOS:**

#### **Nº DE PERSONAS ATENDIDAS:**

En el Servicio de Información, Valoración y Asesoramiento (SIVA): Un total de 113 repartidas de la siguiente forma:

	BAILÉN	JAÉN	LINARES	MARTOS	ÚBEDA
Hombres	10	12	12	8	6
Mujeres	12	13	9	10	21
TOTAL	22	25	21	18	27

**En el Servicio de Atención Domiciliaria (SAD):** Un total de 55, repartidas de la siguiente forma:

	BAILÉN	JAÉN	LINARES	MARTOS	ÚBEDA
Hombres	5	4	11	5	7
Mujeres	6	5	7	4	1
TOTAL	11	9	18	9	8

<u>Nº de consultas telefónicas atendidas</u>: Un total de 1189 repartidas de la siguiente forma:

BAILÉN	JAÉN	LINARES	MARTOS	ÚBEDA
287	292	225	180	205

<u>Nº de consultas telefónicas realizadas</u>: **Un total de 2075**, repartidas de la siguiente forma:

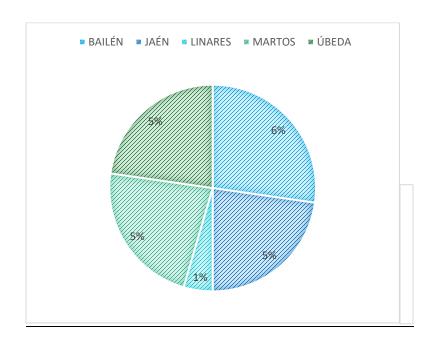
BAILÉN	JAÉN	LINARES	MARTOS	ÚBEDA
382	684	327	302	380

También se ha tenido un contacto continuo **vía wasap**, imposible de cuantificar al haberse realizado de forma muy continua, tanto por usuarios y usuarias como por familiares, algunas temporadas durante todos los días de la semana incluso fuera del horario laboral de las trabajadoras.

<u>Nº de visitas a recursos sanitarios y sociales para la obtención de información</u>: Un total de 97:

BAILÉN		JAÉN		LINARES	MARTOS	ÚBEDA	
	20		20	14	24		19

# NÚMERO DE HORAS DEDICADAS A LA PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL PLAN DE ACTUACIÓN INDIVIDUALIZADO



# 5. 3. CENTRO SOCIAL, OCIO Y TIEMPO LIBRE Y RESPIRO FAMILIAR

Se trata de un programa que se ha llevado a cabo en las sedes de las distintas delegaciones, en horario de tarde, de lunes a viernes de 16:30 a 19:30 (15 horas semanales) donde las personas con enfermedad mental han ocupado su tiempo libre en realizar actividades agradables, aprender cosas nuevas y conocer a otras personas, dándoles una oportunidad para desarrollarse personal, social y culturalmente, dándole herramientas para la normalización.

La misión de los Centros Sociales de FEAFES APAEM siempre ha sido, fomentar la integración social de la persona con enfermedad mental, a través de la utilización del ocio y tiempo libre y desarrollando una serie de actividades formativas, recreativas, culturales y deportivas, que han servido de iniciativa para aumentar la participación de los miembros asociados, promoviendo su autonomía y una recuperación de su autoestima.

2021 ha sido un año muy difícil, ya que ha sido el año en que, teniendo reconocida una pandemia que ha cambiado nuestras vidas, se ha intentado volver a la normalidad en la medida de lo posible.

A principios de año realizamos una reunión de coordinación en la que acordamos mantener alguna actividad virtual por mucho que mejorase el escenario ya que la pandemia ha puesto de manifiesto lo atrasados que íbamos con la modernización digital, ha costado mucho que algunos/as usuarios/as se subiesen al carro de las "nuevas tecnologías" y la conexión digital y hemos intentado que estos esfuerzos no caigan en saco roto.

Adaptándonos a la situación epidemiológica de cada momento, hemos jugado con grupos burbuja de mayor o menor tamaño y hemos mantenido en casi todas las delegaciones durante todo el año una sesión semanal virtual para que no perdiesen la costumbre y el manejo de estos medios.

En general también se ha potenciado este año la realización de actividades al aire libre, sobre todo en las delegaciones de Martos y Úbeda que al disponer de espacios abiertos en su infraestructura han podido permitírselo.



Manualidades

Dibujo



Taller de pintura

Visitas Ermitas



FIESTA DE REYES

QUINIELA DE LOS GOYA



DIA DE AMBALHOI

EVENORICIÓN POMOCE ÁRICA



Taller relajación



Cata aceite de oliva



Merienda saludable



Adherencia al tratamiento



Viaje a Arjona



Cineforum



Día Mundial de la Salud Mental



Piscina

Concretamente, con el programa Centro Social se ha pretendido...

- Facilitar la adquisición de hábitos de vida saludable.
- Recuperar hábitos sociales perdidos y contribuir a la socialización.
- Fomentar las relaciones interpersonales, para que le usuario adquiera una mayor y mejor capacidad de comunicación a nivel personal y social.
- Estimular su autoestima y potenciar su autonomía personal.

... y estas medidas han tenido una repercusión en las siguientes personas con problemas de salud mental grave:

**NÚMERO DE USUARIOS/AS:** 

				,		
	BAILÉN	JAÉN	LINARES	MARTOS	ÚBEDA	TOTAL
HOMBRES	11	37	13	11	24	96
MUJERES	10	12	9	2	6	39
TOTAL	21	49	22	13	30	135

Aunque se han seguido unos objetivos comunes, en cada sede se han realizado unas actividades adaptándose al perfil de los participantes del programa Centro Social en cada una de nuestros centros de trabajo:

# **ACTIVIDADES DE CADA CENTRO SOCIAL**

Programa financiado por el SAS

# CENTRO SOCIAL BAILÉN (Actividades)

Horario del centro social Bailén: de lunes a viernes de 16.30 h. a 19.30 h.

#### **ACTIVIDADES DIARIAS:**

Lunes	Deporte (petanca, tenis, ping -pong) Taller de juegos creativos memoria
Martes	Videoforum Debate
Miércoles	Taller de gimnasia /baile Taller lectura
Jueves	Taller de estimulación cognitiva/hhss Taller de manualidades, arteterapia
Viernes	Salida y paseo Taller de organización

#### **ACTIVIDADES TRANSVERSALES:**

(Se han desarrollado cualquier día de la semana, en función de las demandas de los/as usuarios/as y condiciones de ese momento)

- o Taller de gramática y literatura
- o Taller de educación en valores
- o Taller de música y de relajación
- o Taller de medio ambiente
- o Taller de cálculo
- o Taller de hábitos saludables
- o Taller de mujeres
- o Taller de adherencia al tratamiento.



#### **ACTIVIDADES INDIVIDUALES**

**Atención individualizada:** Entrevistas individuales, información y asesoramiento en diferentes temas relativos a problemas personales, familiares, de relación, convivencia, sociales y sanitarios.

**Atención a familiares:** Entrevistas personales y telefónicas a familiares que necesitaban cualquier tipo de información y asesoramiento respecto al cuidado de su familiar.

#### **ACTIVIDADES GRUPALES**

Se han realizado las siguientes actividades:

#### Taller de Manualidades

Este taller ha contribuido a la mejora del desarrollo de la coordinación, la psicomotricidad fina y habilidades manuales y visomotoras, ha permitido a los/as usuarios/as ver a corto plazo el fruto de su trabajo realizado (al finalizar las manualidades) lo que les ha proporcionado un feedback muy positivo que ha contribuido al aumento de su autoestima.

En el taller de manualidades, se ha trabajado con todo tipo de materiales: tela, madera, papel, cartón, abalorios, imperdibles, hilos, cristal, pinzas, estaño... con estos se obtienen: muñecas de tela, pasadores, saquitos de calor, jabones, lámparas, pulseras, colgantes, llaveros, cajitas de madera, alfombras, bolígrafos...

#### Taller de Videoforum (VF)

Este taller ha consistido en el visionado de películas en formato digital y en un posterior coloquio-debate sobre valores y enseñanzas de las mismas.

La selección de dichos films ha sido cuidadosa, para poder trabajar con ellos: autoestima, habilidades sociales, efectos nocivos del uso y abuso de drogas, igualdad de género, sinceridad, diferencias sociales... Esta actividad ha contribuido a la ampliación del conocimiento cultural y la conversación.

#### Taller de Deporte:

Ha constado de: Petanca, Ping-Pong, Tenis, Natación y Baloncesto. Estos talleres han tenido como finalidad, la educación en salud y el fomento de un estilo de vida saludable.

El taller de tenis, petanca y ping-pong se realiza en las pistas deportivas de nuestra localidad con un voluntario de la federación de tenis de mesa.

Hay cuatro usuarios/as que los martes y jueves entrenan en un equipo de baloncesto de la localidad.



En la época estival un día en la semana, los meses de julio y agosto hemos ido puntualmente a la piscina municipal donde se ha practicado natación y juegos en el agua. Con estas actividades hemos intentado potenciar la cohesión grupal y enseñar la diferencia entre competición y cooperación.

#### Taller de Música y Relajación

En este taller se han escuchado canciones de todos los estilos musicales, hacer juegos, adivinar canciones y también hemos realizado karaoke que hace que mejore el estado de ánimo y ayuda a reducir la timidez dentro del grupo.

A través de la música se han entrenado distintas capacidades cognitivas como la atención y la concentración, la imaginación, la comunicación. También hemos disfrutado de un rato de relajación en cada clase lo cual ayuda al equilibrio emocional.

#### Taller de juegos creativos y de memoria

Se han utilizado juegos que potencian la memoria, la atención, la ampliación de vocabulario y la comprensión. Además, favorece el juego en equipo, la competitividad sana, así como la autoestima y el refuerzo social, los juegos preferidos han sido "el parchís", "cifras y letras", tabú, dominó y las damas.

#### Taller de gramática y lectura

Durante todo el año ha habido días donde se hace un taller de lectura donde se han leído pequeños relatos o cuentos como "El Principito" para crear un debate y dar su opinión, además también hacer redacciones de temas actuales. Este taller, ha servido a los participantes para expresar sus sentimientos e inquietudes y para hacerse oír en la sociedad.

#### Taller de Medio Ambiente

En este año, se han realizado salidas y paseos en los parques de nuestra localidad, y pequeñas rutas de senderismo para mejorar el contacto con la naturaleza y respetar y valorar el medio que nos rodea. Hemos realizado cajas nido para colocarlas posteriormente en los árboles del Paraje Natural de Burguillos.





#### Taller de Estimulación Cognitiva

La estimulación cognitiva es el conjunto de acciones que se dirigen a mantener o mejorar el funcionamiento cognitivo mediante ejercicios de memoria percepción, atención, lenguaje, funciones ejecutivas (solución de problemas, planificación, control...), funciones visoespaciales, etc. Para ello se han utilizado unos cuadernos de ejercicios de estimulación cognitiva, disponibles en diferentes niveles de dificultad para que, en función del nivel de desarrollo cognitivo que han presentado poder adaptarnos. Han sido realizados tanto por adultos jóvenes como de mediana edad o incluso personas mayores.

#### Taller de Gimnasia v Baile

Este taller se ha realizado solo durante unos meses, pero con gran aceptación de los/as usuarios/as. Ha sido una gimnasia de mantenimiento que tiene variedad de beneficios para la salud. Realizar unos ejercicios sin gran esfuerzo y de forma continuada nos ayudan a muchos aspectos relacionados con la vida:

- Disminuye el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares

- Prevención de diabetes e hipertensión.
- Mejora la capacidad respiratoria.
- Nos ayuda a controlar el peso y la obesidad.
- Tonifica los músculos.

Este taller siempre terminaba con un baile de ritmos diferentes, lo que le daba frescura y diversión a través de bailes latinos y zumba.

#### Taller de arteterapia y pintura

En este taller se ha trabajado pintura por números y mandalas. Es un taller que a todos/as les gusta y sobre todo en el confinamiento. Colorear estos dibujos geométricos les ha ayudado a disminuir el estrés, conseguir un estado de calma, centrarse en el aquí y ahora y, sobre todo, conectar con ellos/as mismos/as. Este año también se ha realizado pintura al óleo y han presentado sus trabajos a concursos de pintura.



#### Salidas y eventos

Una vez por semana hemos salido a dar un paseo y a tomar un café o refresco, cuando las normas dictadas por Salud para el control de la Pandemia por Covid lo ha permitido... Esta actividad ha sido muy solicitada por los/as usuarios/as del centro y nos ha permitido trabajar algo muy importante para este colectivo: la Integración Social.

#### - Visitas a eventos de la localidad

- o Asistencia a Exposiciones temáticas en el Museo Municipal de pintura, cerámica...
- Asistencia a Conciertos de música.
- 5 de abril: visitamos la Cofradía de Nuestro Padre Jesús Nazareno y Mª Santísima del Mayor Dolor y Consuelo y la Cofradía de Nuestra Señora de los Dolores y el Cristo del Buen Morir en la Ermita de la Soledad de Bailén.



- 3 de octubre: estuvimos participando en las actividades organizadas con motivo de la Recreación Histórica de la Batalla de Bailén, con una vista panorámica en el tren turístico de los principales lugares de interés de Bailén.
- 23 de octubre: participamos en la plantación de macetas como actividad en CERAMIBA (Feria de Cerámica Artística)





o Hemos visitado durante los días de Navidad Belenes, disfrutado del alumbrado navideño y del pasacalles.

#### - Fiestas:

o Celebración de cumpleaños de los/as usuarios/as del centro.



Fiesta de carnaval.

o Convivencia de navidad el 7 de diciembre en el Centro de Ocio el Cid de Bailén, donde disfrutamos de un encuentro con familiares y usuarios/as de este centro.

Fiesta de Andalucía con el pan aceite.



- Cata virtual de aceite con la Fundación del Voluntariado de la Caixa.
- o El 22 de diciembre se realizó una fiesta de forma telemática de todas las delegaciones de FEAFES APAEM.



#### ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN

## 11 de junio Comisión de Municipal de Drogodependencias

Miembros de FEAFES APAEM, participamos en está Comisión de forma on line donde se hizo un balance de los problemas que ha causado la pandemia del Covid-19 en el aumento de consumo de drogas en Bailén.





La comunicación y el trabajo en equipo debe ser la premisa llegar a una labor eficiente. Por este motivo ya hemos mantenido la primera reunión de muchas en este 2021, con la Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental de Linares (UGC SML) para conocer al equipo de tratamiento intensivo comunitario de la unidad de salud mental de Linares (TIC USML).



Las educadoras de las delegaciones de Bailén y Linares mantuvieron una Reunión de coordinación con la Unidad de Gestión Clínica Salud Mental Jaén Norte en Linares.

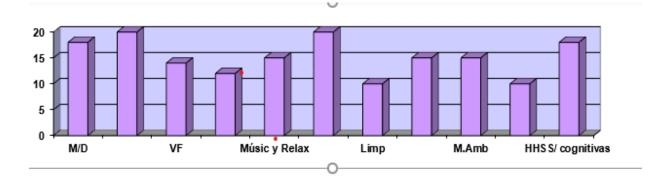
#### RESULTADOS

Como media se puede establecer una asistencia de usuarios/as al centro social y de participación de forma telemática en las diferentes actividades propuestas ha sido de 10,34 es decir un 49,25 % de asistencia durante el año 2021. Las vacaciones de la trabajadora fueron desde el día 3 al 24 de agosto. En enero tuvo baja por covid-19

A continuación, se muestran la media de asistencia al centro social durante el año 2021 mes a mes:

MES	MEDIA	PORCENTAJE
Enero	10,67	50,79%
Febrero	9,65	45,95%
Marzo	9,04	43,04%
Abril	9,15	43,57%
Mayo	10,6	50,79%
Junio	11,31	53,85%
Julio	10,55	50,24%
Agosto	8,34	39,71%
Septiembre	11,95	56,90%
Octubre	10,26	48,85%
Noviembre	10,95	52,15%
Diciembre	11,57	55,09%

La participación de personas con problemas de salud mental en los talleres ha sido:



#### TALLERES:

M/D: Taller de Manualidades/dibujo S/P: Salidas – paseos. VF: Taller de Vídeo foxum Deporte Música y Relajación Juegos Limpieza y Organización Literatura y Lectura Medioambiente Baile HHSS

- Taller de Manualidades. En la gráfica se muestra un porcentaje de participación del 85,71%%. Este taller suele tener bastante aceptación, ya que además del desarrollo de la coordinación, mejora de la psicomotricidad fina y habilidades manuales y visomotoras, Cada uno ha trabajado con su material
- Taller de Videoforum. La participación en este taller es de un 66,67% hay miembros que participan activamente, prestando atención a la película y posterior coloquio. Sin embargo, no podemos olvidar, aquellos otros que se limitan a ver la película a trozos, molestan a los demás y no participan en su posterior debate.
- Taller de Deporte. Aproximadamente el 57,14% de los/as usuarios/as del centro social han participado en estos talleres, que tienen como finalidad, la educación en salud y el fomento de un estilo de vida saludable

Los lunes se ha jugado a tenis y petanca en las pistas deportivas de nuestra localidad, cuando ha hecho buen tiempo. La natación se ha mantenido en los meses de julio y agosto en grupos más reducidos.





Taller de Juegos creativos y de memoria. Este taller es el que más participación tiene un 95,23 %, aunque se podría hablar de un 100 % ya que, los/as usuarios/as que no

- participan en estos juegos, ayudan a los que están participando.
- Taller de arteterapia, ha sido un taller de los más participativos junto al taller de estimulación cognitiva, ambos se han realizado todo el año y a los/as usuarios/as que no tenían posibilidad de trabajar de forma telemática se le llevaba a su domicilio. La participación en estos talleres ha sido de un 85,71%.
- Taller de gimnasia y baile, en este taller la participación ha sido de un 47,61%, han participado los más jóvenes como en el taller de medio ambiente donde se ha realizado senderismo.
- Salidas y paseos, ha aumentado la participación con un 95.23% y se ha fomentado todas las actividades al aire libre.

#### Evaluación Cualitativa:

#### 1. Grado de integración

A lo largo del 2021, al centro social se han incorporado usuarios/as jóvenes integrándose muy bien en el grupo incluso hay un grupo de usuarios/as que salen juntos los fines de semana. El grupo es bastante heterogéneo pero compacto y abierto a nuevos componentes

En general, todos se conocen y saben las virtudes y limitaciones de cada uno, lo que, les llevan a una situación de apoyo y respeto mutuo.

#### 2. Participación en el diseño de actividades e iniciativa.

A lo largo del año, se ha incitado a los/as usuarios/as para que participen en el diseño del planning; de vez en cuando se ha pedido a éstos que anotaran en papel actividades, desarrollándose posteriormente las que eran viables, y modificando y descartando otras.

También se ha contado con ellos/as para la organización y ejecución de tareas y actividades

#### 3. Contactos familiares

Se ha mantenido el contacto con prácticamente la totalidad de las familias de los/as usuarios/as del centro social, y con familias de personas que han causado baja o que no acuden al centro porque están trabajando; generalmente los padres/madres o cónyuge y en ocasiones hijos/as.

La frecuencia en cuanto a la atención de estos contactos ha dependido del caso. Suelen desarrollarse a través de reuniones o atención individualizada a familiares que acuden a la asociación para comentar cualquier incidencia.

Algunos de estos familiares han mantenido el contacto con la asociación y han colaborado en algunas actividades.

Como media y de forma global, se han establecido 10 llamadas telefónicas a la semana con los familiares y una media de 5 llamadas recibidas a la semana.

#### 4. Grado de satisfacción de los familiares

Partiendo de los comentarios del entorno de los/as usuarios/as, y sus familias, se han extraído unas conclusiones cualitativas acerca del grado de satisfacción/insatisfacción de los familiares ante los servicios prestados a través del centro social y la evolución del/la usuario/a.

La valoración ha sido muy positiva, resaltando la importancia de actuaciones y medidas tomadas durante el período próximo a las crisis.

#### 5. Grado de satisfacción de los/as usuarios/a

La valoración del grado de satisfacción de los/as usuarios/as se ha realizado cualitativamente, basándonos en las expresiones verbales utilizadas por ellos para referirse a la educadora del centro social y a los diferentes talleres y actividades. Resultados de esta evaluación:

- A lo largo del 2021, los/as usuarios/as han estado contentos con los talleres realizados, especialmente, con el de medioambiente que, con sus salidas de senderismo ha promovido que se relacionen con personas sin enfermedad mental, contribuyendo así un poco a la integración social de este colectivo.
- Han mostrado su preferencia por mantener las salidas por el pueblo y tomar un café en cualquier local, ya que le permiten expandirse e integrarse en la sociedad.
- Han preferido mantener el taller de deporte, sobre todo los más jóvenes, porque les permite jugar al tenis, petanca, ping-pong y hacer pequeñas competiciones entre ellos. A las usuarias les gustan más las clases de tenis.
- Han seguido participando en el taller de baile, ya que son actividades lúdicas y divertidas para los/as usuarios/as, aunque hay algunos/as más reticentes en esta actividad.
- Los/as usuarios/as se han adaptado a la situación que ha provocado la pandemia covid-19 perfectamente y a las normas de seguridad que cambiaban según los protocolos de la Consejería de Salud

## CENTRO SOCIAL JAÉN (Actividades)

#### Horario del Centro Social:

Invierno: de 16:00 h. a 19:00 h.
Verano: de 16:30 h. a 19:30 h.

La mayoría de estas actividades se han realizado dentro de la sede, mientras que las siguientes se han desarrollado fuera de nuestras instalaciones:

- **Piscina:** En el Gimnasio Forus en la Plaza Empresario Diego Torres.

- **Radio:** Se desarrolla en UniRadio (Universidad de Jaén, edificio C-2)

- Salida/senderismo: Se han realizado en la ciudad de Jaén.

Taller de Lectura: APAEM Jaén.
 Diversos talleres: APAEM Jaén.
 Taller de musicoterapia: APAEM Jaén

La dinámica del Centro social se ha desarrollado a partir de la consideración de un tema consensuado por l@s usuari@s para tratar cada semana. Este tema será el hilo conductor para trabajar cada semana de cara a las diferentes actividades que se plantean.

#### ACTIVIDADES INDIVIDUALES

Atención individualizada, asesoramiento y actuaciones puntuales. En aquellos casos en los que algún usuario/a ha necesitado expresar su situación: problemas familiares, problemas económicos, problemas de convivencia en las casas hogares, aspectos relacionados con la medicación y con los ingresos hospitalarios.



**Atención a familiares** que necesitan ser escuchad@s y entendid@s, que buscan recursos para sus familiares, y cada mes se realiza una Escuela de familia.

#### **ACTIVIDADES GRUPALES**

#### Actividades de estimulación cognitiva:

Han ido dirigidas a mantener o a perfeccionar el funcionamiento cognitivo en general, a través de ejercicios de memoria, percepción, atención, concentración, lenguaje, funciones ejecutivas como: solución de problemas, planificación, razonamiento y control.



#### **Cineforum:**

"El cineforum es una actividad grupal en la que, a partir del lenguaje cinematográfico o el cine, y a través de una dinámica interactiva o de comunicación entre sus participantes, se pretende llegar al descubrimiento, la interiorización y la vivencia de unas realidades y actitudes latentes en el grupo o proyectadas en la sociedad." Hemos procurado relacionar la temática de la película con el tema que se ha trabajado cada semana que al mismo tiempo ha estado relacionado con el tema que se ha abordado en la radio. Pero en algunas

ocasiones, se han visionado otras, por petición de l@s usuari@s que no tenían relación con la temática de la radio. Siempre realizando una votación consensuada por parte de los participantes.

#### Taller de costura:

Hemos alternado diferentes talleres los lunes. Había una gran demanda por parte de nuestros/as usuarios/ass para realizar un taller de costura donde aprendiesen a arreglar un bajo, pegar botones y manejar una máquina de coser. La participación en este taller fue muy numerosa porque muchos/as de ellos/as viven solos/as y necesitan algún que otro arreglo de costura.

#### Informática

El objetivo ha sido proporcionar los recursos tecnológicos y las herramientas informáticas, así como el acompañamiento, para la obtención de la información y el conocimiento, y para el aprendizaje a lo largo de la vida. La actividad logró potenciar sus habilidades y conocimientos en relación a Internet y redes sociales. En dichas instalaciones comenzamos a preparar nuestro programa de Radio del martes: búsqueda de información (google, wikipedia, yahoo...), visionado de videos (youtube), almacenamiento de la información (google drive, google doc y gmail).

#### Piscina:

Gracias a un convenio con el Gimnasio FORUS, antes del 15 de marzo, todos los viernes hemos disfrutado de piscina, sauna, jacuzzi y baño turco.



Con esta actividad se ha favorecido la plena inclusión en un área deportiva de la ciudad de Jaén. Lo que ha promovido el desarrollo del bienestar a través de la realización del deporte como la natación, la relajación posterior y la integración social, además de afianzar un hábito saludable.

#### Salidas:

Se han realizado por la ciudad de Jaén como una actividad inclusiva. En esta actividad hemos ido a tomar algún refresco en alguna terraza y/o cafetería, a pasear por el centro de la ciudad o por la periferia (en el caso del senderismo). Hemos visitado: Centro Cultural Baños Árabes, Museo Íbero y Museo Provincial de Jaén, Exposición de cine (La Caixa).



#### Taller de Musicoterapia:

La *Musicoterapia* es una terapia que utiliza la música para mejorar el estado de salud y bienestar del paciente. Estimular la mente es esencial ya que es el centro operativo donde se procesan, se comprenden y se juntan todas las sensaciones y emociones que los seres humanos percibimos y expresamos.



La música es una experiencia sensorial que puede activar todas las áreas cerebrales simultáneamente. Por tanto, es útil en terapia porque dispara el funcionamiento del cerebro en el sentido emocional, cognitivo y físico.

#### Taller de lectura, reflexión v estimulación cognitiva:

Se trata de una actividad orientada a la puesta en común de temas que afectan a la sociedad en la que vivimos. Se ha buscado que l@s usuari@s conozcan la realidad social en la cual vivimos, tratando temas que nos afectan en nuestra vida cotidiana para poder comentarlos respetando los diferentes puntos de vista, también a través de fábulas con moraleja para adultos donde nuestros usuarios han podido reflexionar.

Este taller ha posibilitado la creación de un espacio ameno que ha permitido a l@s participantes compartir y reflexionar sobre noticias actuales, libros, artículos, actividades realizadas en otros talleres, ha fomentado el diálogo y la comunicación basada en el respeto de las diferentes opiniones. También se han realizado dinámicas de grupo, para trabajar dificultades que iban apareciendo en el grupo.

#### **Eventos:**

- Celebramos el 28 de febrero el Día de Andalucía, donde se expuso los principales monumentos de las ocho provincias andaluzas y de su gastronomía, el día de la salud mental el día 6 de octubre con una mesa expositiva y el día 8 de octubre con una marcha con FAISEM por Jaén.
- Celebración del Día de la Salud Mental (10/10/2021)
- Cata de aceite con la Caixa.
- Realización de Marcha Por la Salud Mental, apoyando a Faisem (08/10/2021)
- Celebración día de Andalucía (28/2/2021)
- Celebración Día Internacional de la Discapacidad (03/12/2021)

#### **VIDEOLLAMADAS:**

Todos los miércoles se realizaban talleres de lectura, estimulación cognitiva, videollamadas por DUO y por WhatsApp, como una estrategia para mantener y mejorar las habilidades en el manejo informático adquiridas durante la pandemia y que tanto trabajo nos costó instaurar.



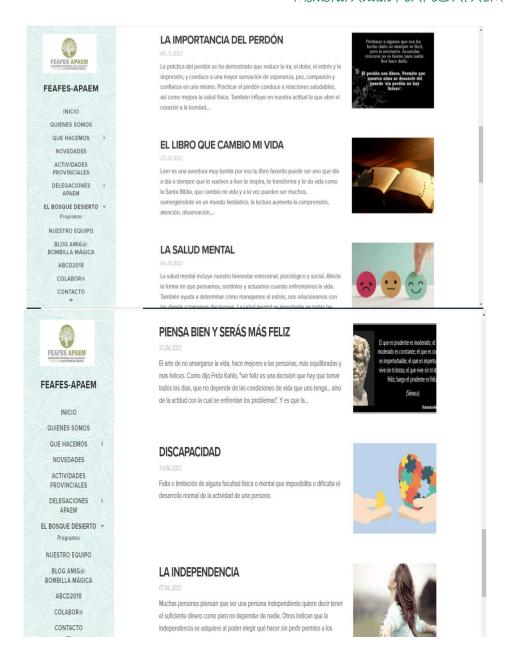


## ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN PROGRAMA DE RADIO "EL BOSQUE DESIERTO"

Con este taller, se han desarrollado destrezas básicas y habilidades creativas en los participantes en el manejo técnico y operativo de la comunicación a través de una emisora comunitaria. Además, ha contribuido a dar difusión y a sensibilizar a la población sobre el colectivo constituido por personas con enfermedad mental.

Hemos contado con la participación de miembros de APAEM, debido al confinamiento los programas se han pregrabado previamente, y cada semana a salido al aire un nuevo episodio del bosque desierto, los cuales se han emitido los lunes de 17:00 a 18:00 y, a partir de septiembre los lunes de 12h. a 13h.

Todos los programas emitidos se encuentran disponibles en la página web de FEAFES APAEM.



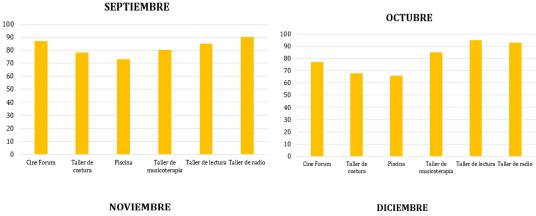
#### **RESULTADOS**

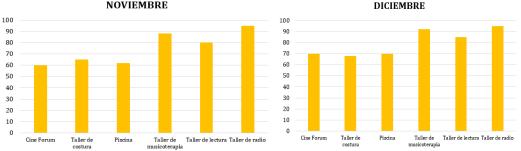
Como media de asistencia diaria se ha podido establecer 15 usuari@s. La realización de los talleres fue un trabajo en equipo a pesar de que no siempre fue fácil porque además de las actividades que se llevaron a cabo fue necesario crear el clima adecuado para despertar el interés por participar en dichos talleres. Se trabajó mucho el tema de la autoestima porque quererse a uno/a mismo/a está ligado a saber darse la oportunidad de sacar la mejor versión de cada un@, descubriendo el potencial que tenemos a todos los niveles: afectivo, romántico, espiritual...

Además, se trató por igual a todos los miembros del grupo, sin favoritismos y aprendieron que si surge un conflicto se debe escuchar ambas partes, sin hacer juicios precipitados, buscando la mejor solución para tod@s y para el grupo.

A continuación, muestro una gráfica de barras de cada mes desde donde se muestra la asistencia de usuari@s por día y actividad.







Si hacemos una <mark>valoración cualitativa</mark>, la participación de usuari@s en los talleres ha sido:

#### 1. Grado de integración:

En general, todas/os las/os usuarias/os del Centro Social llevan ya bastante tiempo asistiendo al mismo (con temporadas de no- asistencia, naturalmente) de forma que el nivel de integración es bastante óptimo. Del mismo modo, existen nuevas incorporaciones que favorecen la creación de nuevos vínculos de amistad. Se ha creado un grupo unido basado en el apoyo y el respeto.

#### 2. Observación en la participación del diseño de actividades e iniciativa:

En mayor o menor medida, se puede observar que todos/as participan y proponen actividades nuevas, ayudando además en su organización.

Algunos de los/as usuarios/as plantean actividades y tienen iniciativa a la hora de realizar diferentes actividades. Otras/os en cambio, tienen poca iniciativa para proponer y suelen adaptarse a las decisiones o actividades planteadas. Normalmente se les dan varias opciones y se elige una.

El grado de participación y de propuesta de actividades es algo que se ha fomentado casi a diario con las/os usuarias/os, potenciando el que sean ellas/os las/os que decidan qué quieren hacer, y también el que una vez se inicia una actividad, todas/os colaboren activamente en ella. Y que ellos/as mismos/as puedan enseñar a sus compañeros/as.

Partimos de la base de que todas/os pueden aportar mucho al grupo y eso conlleva que pueden sentirse útiles y demostrar sus habilidades.

#### **CENTRO SOCIAL LINARES (Actividades)**

#### Horario:

Tardes de lunes a viernes en horario de 16.30h a 19:30h.

Las actividades se han realizado en el Centro Social mayoritariamente, siendo fuera del centro las deportivas (Baloncesto en el Polideportivo San José, Petanca en el parque de La Virgen, y Senderismo en las distintas vías verdes de Linares) y las salidas culturales y de merienda en sitios públicos.

Los talleres que se realizaron en el año 2021 han sido los siguientes:

- Taller de Juegos creativos y de memoria
- Talleres deportivos (Petanca, Senderismo y Baloncesto)
- Cineforum
- Taller de Lectura
- Taller de Habilidades sociales
- Taller de Meditación y Relajación
- Taller de Salidas, paseos y visitas.
- Taller de formación sobre enfermedades mentales
- Talleres transversales

Debido a la nueva forma de trabajar con grupos y atendiendo a las recomendaciones y normativas al respecto, en el Centro Social de Linares se establecieron durante 2021 Grupos Burbuja de 6 integrantes, pasando a ser 10 en los momentos en que por ratio de contagios se permitía.

Así fueron alternándose Grupo Burbuja A, B y C. Con dos días de actividades para Grupos A y B y uno para C. Cuando se pudieron ampliar se eliminó el grupo C, para dar paso a un día de semana rotatorio entre el A y B. De esta forma hemos podido controlar que en caso de contagio no se extendiera al resto de usuari@s no pertenecientes a esa burbuja y de hecho no se ha producido ningún contagio en todo el año 2021.

#### **ACTIVIDADES INDIVIDUALES**

Se han realizado en el despacho o telefónicamente, para reforzar conductas necesarias en la buena marcha grupal. También tras ingresos hospitalarios en Salud Mental o en nuevos integrantes, para facilitar la reincorporación al centro social y cuando por circunstancias personales, ante un conflicto, aparición de algún síntoma propio de la enfermedad, o dificultad en algún aspecto de su vida diaria se ha visto conveniente.

#### **ACTIVIDADES GRUPALES**

#### Taller de Juegos creativos y de memoria

Estos tipos de juegos (Scattergories, Dicciopinta, Buscar a Wally, Dominó, Monopoly, Hundir la flota...) también fueron utilizados a lo largo de la semana sirviendo en muchas ocasiones como introducción o espera para la realización de otro taller que tuviera lugar ese día y ocupar así todo el tiempo entretenidos en algo que les gustaba, relajaba y servía para que estar en constante comunicación y relación entre ellos.

Puntualmente también realizamos otros juegos que inventamos, como uno que denominamos "Deja que te cuente" y consistió en una ronda de historietas de alguna anécdota sobre la temática que estábamos abordando ese día (se hizo normalmente contextualizado con momentos del año ("Día de reyes que recordar", "Cuando se me cayó el primer diente", "Mejor broma que gasté", "Vacaciones de verano desastrosas, "Día de playa inolvidable", "Cumpleaños más emocionante", "Momento de más risa con algún familiar"...). Con este simple juego se desarrolló la expresión en la comunicación, la confianza en el grupo, así como la memoria.

También se hicieron puntualmente torneos de chistes para motivar la risoterapia en los días que se observó al grupo alicaído por alguna circunstancia, funcionó bastante bien como reactivador de energía.

#### **Taller deportivo**



Baloncesto en el polideportivo San José con una pista cedida una hora semanalmente por el Ayuntamiento de Linares: El baloncesto se desarrolló una hora en semana. Los jueves de 17h a 18h.

El senderismo se realizó como en años anteriores por las vías verdes de Linares. Ampliando kilómetros cada día de forma paulatina. Superando así las premisas iniciales de los usuarios y usuarias que no se sentían capaces de ser capaces de hacer el recorrido.



La petanca se desarrolló en el mismo parque donde practican los jugadores del club de petanca de la localidad. Cambiando a zonas más frescas durante los meses de verano (Jardines de Santa Margarita).

#### Taller de lectura

Con esta actividad se ha contribuido a la ampliación del conocimiento cultural y la confrontación y debate de los participantes. Con este taller hemos conseguido desarrollar su vocabulario, comprensión lectora y concentración.



En 2021 hemos leído el libro de nuestra compañera (Usuaria que durante la pandemia presento su novela "La señorita Juli el sexo y la mermelada de fresa"). En cada sesión realizamos un coloquio de los puntos reseñables de las páginas leídas esa semana aportando otros recursos que ayudaran a la comprensión del texto (principalmente visuales referidos al contexto a través de internet).

#### **Cineforum**

Se realizó la delegación dónde se ha instalado una pantalla para su visionado y disponemos de proyector. Consistió en el visionado de películas de temáticas sociales y posterior coloquio-debate sobre valores y enseñanzas de las mismas.

#### Taller de habilidades sociales

El objetivo de este taller de habilidades sociales fue, que, en un ambiente distendido y relajado, pudieran adquirir aquellas competencias y actitudes que les permitieran controlar mejor su relación con los demás para establecer relaciones sociales más satisfactorias.



Consistió en el desarrollo de dinámicas grupales, juegos de rol sobre situaciones de la vida cotidiana, formación sobre aspectos que debían reforzar en la comunicación con los demás y en familia y de qué manera debían aplicarlos. Se utilizaron distintos soportes documentales y audiovisuales.

#### Taller de Meditación y Relajación. Mindfulness.

Durante el 2021 a través de distintas aplicaciones (Petite Bambou, Meditación diaria...) que nos facilitaron el acceso a una pauta semanal de actividades orientadas a este fin pudimos desarrollar de forma progresiva e incorporar el Mindfulness en los hábitos de vida de l@s usuari@s. Se trabajó en la iniciación a la meditación para controlar el estrés y aprender técnicas de relajación.





#### Taller de Formación sobre enfermedades mentales

Consistió en tratar cada día una enfermedad mental, hablando de la patología y que signos se debían reconocer para prevenir una posible crisis. Se trabajó sobre el conocimiento de la sintomatología, y la adherencia al tratamiento.



Con este taller se ha favorecido la información y formación acerca de las enfermedades que padecen, se resolvieron muchas dudas que a pesar de llevar años con el diagnóstico no se habían resuelto y se incrementó la adherencia al tratamiento, así como la forma de detectar una crisis antes de que aparezca, y poder verbalizar y hablar abiertamente de su enfermedad sin tabú.

#### Taller de Salidas, Paseos y Visitas.

Con este taller se intentó que los integrantes del centro estuvieran presentes de forma activa en la localidad participando de sus exposiciones, eventos, y fiestas populares.

Se fomentó así la integración en la vida social comunitaria de Linares.

Acudimos cada viernes a una cafetería de la localidad en terrazas al aire libre y en heladerías ya que era periodo estival.



#### Talleres transversales.

A lo largo del 2021 se han realizado otros talleres incluidos en Centro social como son; Patología dual, Adherencia al Tratamiento, Escuela de familias y Mujeres cuidadoras. También de forma contextual en los eventos que se celebren (Día de Andalucía, Día de la mujer, Día Mundial de Prevención del Suicidio...)

#### ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN

A lo largo del 2021, se han realizado diferentes actividades, con la finalidad de dar a conocer la asociación, sus fines, sensibilización hacía el colectivo, e información sobre el centro social y sus actividades ya que desgraciadamente debido a la pandemia la incidencia de problemas de salud mental también aumentó, y el confinamiento originó nuevos procesos que revelaron la carencia de salud mental.

- Publicaciones FEAFES APAEM (Linares), en las distintas redes sociales con perfil común, de las actividades que se han realizado.
- Recibimos la visita de Alberto Sanfrutos, participante del programa de TV "Boom" e integrante el equipo de "Los Lobos" contra el que miembros de FEAFES APAEM compitieron en 2019. Tras varios años el contacto con él se ha mantenido, y en 2021 visitó la sede de Linares para conocer al colectivo aún más y compartir una tarde con nosotros.



#### **RESULTADOS**

De cada uno de los talleres se realizó de forma grupal y a modo de evaluación una puesta en común sobre su valoración al finalizarlos. La sensación general fue altamente positiva en un 95% de los usuarios y las usuarias. Entendiendo que en esta valoración personal y subjetiva contemplaron también si el taller les gustó o no y no sólo los conocimientos y destrezas adquiridos. Como profesional he podido evaluar los avances después de la realización de cada taller y paso a detallar los objetivos cuantificados de forma desglosada en cada uno de ellos.

#### Asistencia al Centro Social.

La asistencia total este año fue de 22 usuari@s en total. Este año no varió en función de las actividades, pues al formarse grupos burbuja estables de 6 personas durante 8 meses en 2021 y aumentarlos a 10 en los últimos 4 meses del año, la asistencia fue estable durante todo este tiempo atendiendo sin fluctuaciones.

#### - Personas que asisten en cada taller.

Atendiendo a los perfiles de cada grupo (A, B y C) las actividades propuestas y desarrolladas en cada uno de ellos fueron distintas. No varió la asistencia dentro de los grupos burbuja.

#### ➤ Taller de Habilidades Sociales

Con este taller se fomentó el desarrollo de herramientas tan necesarias para su vida diaria como conocer la diferencia entre la conducta asertiva, la conducta no asertiva y la conducta agresiva y aprender habilidades de gestión para mantenerlas en situaciones de difícil manejo. Adquirieron habilidades para iniciar, mantener y finalizar una conversación. Fomentaron la empatía, la expresión de emociones, y todos los recursos de los que se pueden disponer en la comunicación.

#### > Taller de Juegos creativos y de memoria

Con ello se ha reforzado la memoria, la atención, ampliación de vocabulario y comprensión. Además de favorecer el juego en equipo, la competitividad sana, la autoestima y el refuerzo social. A través de estos juegos se desarrolló la expresión en la comunicación y la confianza en el grupo. Generó un clima distendido de risas y relajación que funcionó muy bien como evasor del problema no solo asociado a la enfermedad mental en el día a día sino también del contexto de pandemia en el que nos encontrábamos.

#### > Taller de lectura

Con la lectura se desarrolló el vocabulario, la disciplina y hábito de lectura en sus domicilios como nueva rutina de vida saludable a nivel mental. En la puesta en común se potenció el diálogo y análisis constructivo, así como la reflexión sobre lo leido y el mensaje que nos transmitió.

#### Cineforum

Con el visualizado de películas de temática social se ha generado el pensamiento crítico, y el análisis de distintas situaciones que nos rodean. Apertura mental a otras realidades, al que contribuye el coloquio posterior y favorece también la expresión verbal, desarrollando la comunicación.

#### > Taller deportivo

Este taller favoreció su salud física, realizando actividad grupal al aire libre y fomentó también su autoestima y seguridad, a medida que hemos conseguido los retos fijados. Durante el recorrido en las vías verdes se establecieron conversaciones espontáneas entre los compañeros y compañeras incrementando así los vínculos entre los caminantes. Todos valoraron esta actividad como totalmente saludable y reconocieron que les reportaba gratificación al llegar a casa.



#### Taller de Salidas, paseos y visitas

Con él se consiguió que se integraran más en la vida social de la comunidad y estar informados de todos los eventos que la localidad promovía. En las reuniones de merienda obtuvieron beneficios a nivel personal por el hecho de fomentar la unión y amistad con los compañeros y realizar algo tan simple como salir a tomar un café que, de no ser así, en muchos casos no sería posible pues la falta de un círculo de amistades con las que quedar es nulo en la mayoría de los casos.

#### > Taller de meditación y relajación

Se consiguió bajar el nivel de estrés y ofrecer herramientas para que la ansiedad que acompaña a la mayoría de los usuarios y usuarias haya podido disminuir. Hicimos

una evaluación de este taller al finalizar el año y todas y todos indicaron que les ayudó bastante en su día a día.

#### > Talleres transversales

Se consiguió un conocimiento sobre la enfermedad y su sintomatología, la adherencia al tratamiento y el conocimiento de los fármacos que toman. El resultado obtenido es el autocuidado y autoconocimiento de su enfermedad y cómo gestionarla. Se ha conseguido gracias a este taller dotarlos de destrezas y herramientas para poder controlar o detectar una crisis, y en alguno de los casos han verbalizado hacer uso de estos conocimientos y poder conseguirlo para evitar así un ingreso.



# Evaluación Cualitativa:

#### 1. Grado de integración

Todos ellos formaron un grupo con un alto grado de integración y unión.

Hemos intentado a través de las actividades conocer también las virtudes y limitaciones del otro, lo que desencadena en una situación de apoyo y respeto mutuo.

Durante este año fue inevitable la aparición de conflictos entre los compañeros. A pesar de esto se ha sabido sacar la parte positiva resolviéndolo y creciendo así más como grupo.

#### 2. Participación en el diseño de actividades e iniciativa

Los/as usuarios y usuarias participaron de forma activa en el diseño de las actividades durante el año 2021 en distintos momentos.

Al comienzo del año se pasó una encuesta a los componentes del centro social para que sugiriesen actividades. A lo largo del año se han desarrollado las que eran viables acordes al perfil de los integrantes en cada uno de los grupos burbuja, contando con ellos para su organización y ejecución.

A diario se les incitó a que participen en las actividades activamente en su elección, planificación y ejecución, incidiendo en que toda actividad iniciada debe ser finalizada.

Al finalizar el año se realizó otra encuesta para que propusieran cambios u otras actividades que hubiesen preferido con el fin de cambiarlas en el próximo año.

#### 3. Contactos familiares

Este año se ha mantenido contacto con un total de 18 familias; generalmente los padres/madres o cónyuge y en ocasiones hijos.

Dependiendo del caso se han desarrollado los contactos a través de reuniones o atención individualizada a bien familiares que acuden a la asociación para comentar cualquier incidencia, o telefónicamente.

Algunos de estos familiares han mantenido el contacto con la asociación habitualmente y han tenido reuniones una vez al mes (durante la mayor parte del año estas reuniones fueron de forma virtual), hablando de lo que les preocupaba, y tomando también decisiones respecto a determinadas actividades e incluso participando en ellas si lo desearon.

#### 4. Grado de satisfacción de los familiares

A través del contacto permanente con ellos, la asistencia a actividades puntuales, y a las reuniones mensuales que ellos mantienen dónde han transmitido la valoración positiva que tienen hacia la labor realizada por FEAFES APAEM, y en concreto en el centro social.

#### 5. Grado de satisfacción de los usuari@s

La valoración del grado de satisfacción de los usuarios y usuarias se ha realizado cualitativamente, basándonos en las expresiones verbales utilizadas por ell@s para referirse a la educadora del club y a los diferentes talleres y actividades.

Resultados de esta evaluación:

- Los/as usuarios/as han considerado satisfactorias las actividades realizadas a lo largo del 2021, mostrando gran interés en las actividades nuevas (como el taller de relajación y meditación)
- Las salidas por el casco urbano a exposiciones, visionado de películas y posterior entrada a algún local para merendar fue una actividad que ha tenido una aceptación positiva, y les permite expandirse, así como integrarse socialmente.
- Con respecto a sugerencias para próximas actividades, en la evaluación aportaron nuevas actividades que serán llevadas a cabo en el siguiente año (mientras se pueda contar con los recursos necesarios para ellas).

#### CENTRO SOCIAL MARTOS (Actividades)

#### Horario Centro social:

Primavera-verano: lunes a viernes 16:30 a 19:30 horas Otoño-invierno: lunes a viernes 16.00 a 19.00 horas

Durante todo el año 2021 las actividades del centro social han sido presenciales en las instalaciones de la asociación, si bien se ha mantenido el pequeño grupo para cumplir con la normativa vigente y poder mantener distancia de seguridad adecuada. Durante el primer trimestre del año los viernes el centro social ha sido vía telemática a través del grupo de whatssap para poder contar con los/las usuarios/as que no han asistido al centro. Cuando la climatología lo ha permitido dichas actividades se han realizado en los exteriores de la sede que cuenta con una gran explanada a la entrada, al aire libre, para mantener mayor distancia social si cabe.

#### **ACTIVIDADES INDIVIDUALES**

**Atención individualizada:** Entrevistas individuales, información y asesoramiento en diferentes temas relativos a problemas personales, familiares, de relación, convivencia, sociales y sanitarios.

**Atención a familiares:** Entrevistas personales y telefónicas a familiares que necesitaban cualquier tipo de información y asesoramiento respecto al cuidado de su familiar. Asimismo, se ha realizado escuela de familias con periodicidad mensual en la que se han abordado métodos de resolución de conflictos, informaciones variadas sobre legislación y recursos disponibles, así como técnicas de relajación. Durante el primer trimestre la escuela de familias se ha realizado vía telemática si bien a partir del mes de abril han sido presenciales en la sede adoptando las medidas oportunas.

#### **ACTIVIDADES GRUPALES**

#### Cine-fórum:

El taller se realiza de manera consensuada con los participantes, son ellos los que muchas veces deciden qué películas se proyectan de acuerdo a criterios de novedad, temática o eventos. En otras ocasiones se realizan visionados de documentales musicales o de diferentes temáticas de actualidad. El objetivo del taller es la mejora de las habilidades de comunicación, percepción, habilidades sociales y percepción de emociones. En el posterior debate se analiza de modo crítico la temática y el lenguaje cinematográfico, lo que potencia sus habilidades sociales y la autoestima de los participantes.

# <u>**Iuegos de mesa v dinámicas:**</u>

Los juegos de mesa estimulan la participación, favorecen la comprensión de reglas y normas y contribuyen al desarrollo cognitivo y social, fomentando la concentración y la agilidad mental, la resolución de problemas y el juego en equipo.

Juegos como *cifras y letras, trivial o yo fuí a EGB* permiten desarrollar y actualizar los conocimientos adquiridos o recuperarlos. Juegos como *el parchís, la oca, hundir la flota o 4 en línea* estimulan la atención; también se juega al futbolín, bingo, cartas y otros juegos de entretenimiento cuando las medidas se han relajado.

#### Taller de manualidades diversas:

La realización de manualidades contribuye al desarrollo psicomotriz, reduce el estrés, fomenta las habilidades comunicativas y permiten conservar capacidades adquiridas

previamente. Se intenta sobre todo trabajar con materiales reciclados: papel, cartón, envases, etc, utilizando también otros tipos de materiales.

#### Taller de lectura:

El objetivo de este taller es recuperar y mejorar la capacidad lectora y de comprensión mediante la interpretación de diferentes textos. Los textos se extraen de la prensa escrita, de libros tomados en préstamo en la biblioteca municipal o cualquier escrito que suscita el interés de alguien. Se realiza una primera lectura en voz alta por parte de los diferentes usuarios para posteriormente pasar a una lectura de tipo individual y terminar contestando a preguntas propuestas por la educadora alusivas al texto.



#### Taller de hábitos saludables:

Este taller está relacionado con aspectos básicos del autocuidado personal, ya que los déficits de la enfermedad mental repercuten en su autonomía. Se han trabajado diferentes temas de higiene, alimentación y deporte. En estos talleres se está haciendo mucho hincapié en las medidas de higiene y salud derivadas de la situación sanitaria motivada por el covid-19.

#### Taller de estimulación cognitiva:

El taller ha tenido como objetivo recuperar aquellas capacidades y habilidades que se encuentran deterioradas debido a la patología mental. El entrenamiento está orientado a mejorar y recuperar aquellas capacidades que se han visto afectadas mediante la estimulación, el entrenamiento y la rehabilitación; todo ello ha ayudado a mejorar el bienestar, la autonomía personal, la autoestima y la calidad de vida.

# Taller de habilidades sociales:

La enfermedad mental tiene como rasgo distintivo el déficit en el funcionamiento social e interpersonal lo que constituye una fuente de estrés para quien lo presenta. El objetivo ha sido dotar de herramientas que reduzcan dicho estrés recuperando hábitos sociales que fomentan las relaciones interpersonales y permiten acercarse a aspectos de la sociedad en que vivimos.

# Taller de cultura general:

En el que se han repasado conocimientos adquiridos en el pasado y que por causa de la enfermedad es beneficioso actualizar. Se han realizado operaciones matemáticas, realización de mapas físicos, redacciones y temas relacionados con la historia del mundo, de España, Andalucía y la localidad.

#### Psicomotricidad fina v gruesa:

Mediante el coloreado de mandalas y otros dibujos se ha estimulado la capacidad de concentración y la creatividad. Dependiendo del tipo de usuari@ y sus capacidades se ha realizado de un tipo u otro. Posteriormente esos dibujos se emplean en la realización de murales o cuadros decorativos.

# Mindfunless y relajación:

Mediante la relajación progresiva y la práctica de la atención plena se ha buscado un estado de conciencia de las emociones que lleva a la calma, el control de las emociones y la serenidad; todo ello les ha ayudado a reducir el estrés y los estados de ansiedad asociados a la enfermedad mental.





#### Taller de deporte:

Durante 2021 las actividades realizadas han sido petanca, bolos y natación. Los juegos de petanca y bolos se han desarrollado en los exteriores de la sede cedida por el ayuntamiento de Martos la cual cuenta con una explanada apta para dicha actividad.



La natación se ha desarrollado en dos escenarios diferentes según la época del año: durante el verano hemos podido disfrutar del tradicional curso de natación, en las categorías de nivel básico y avanzado impartido por monitores municipales. Durante la temporada más fría del año, por primera vez, hemos podido disfrutar de la piscina climatizada donde se practica el nado libre en calles delimitadas individualmente debido a la pandemia.





- Talleres transversales: Han versado sobre diferentes temáticas relacionadas con el día de la mujer, día de Andalucía, prevención del suicidio, día de la salud mental o día de los derechos humanos entre otros.
- Salidas y viajes: se han realizado visitas a diferentes exposiciones de dibujo, pintura, fotografía y documentación relevante para nuestra sociedad en la casa municipal de cultura. Asimismo, hemos podido participar en visitas guiadas a diferentes monumentos artísticos de la localidad. También hemos visitado diferentes eventos de la localidad como visitas a belenes y alumbrado de navidad.



Debido a la situación actual los viajes se han realizado en menor medida que otros años, hasta que la situación epidemiológica lo ha podido permitir, aunque hemos podido disfrutar de una jornada de senderismo en el paraje del río Cuadros (Bédmar) y una visita cultural guiada a la localidad de Arjona.

También se han realizado diferentes celebraciones como cumpleaños, onomásticas,

festividad local de la aceituna, halloween, día de Andalucía....









# **ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN**

Se han realizado diferentes actividades en la comunidad para dar a conocer el programa del centro social y otros programas llevados a cabo por la asociación. Algunas han sido de modo presencial y otras de forma telemática.

✓ Reuniones con el personal de la Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental de Martos (Psiquiatras, Enfermera, Auxiliar) para coordinación de casos y posibles derivaciones de otros nuevos.



- ✓ Reuniones con personal de Servicios Sociales Comunitarios para la coordinación de casos, tramitación de documentación relativa a la ley de promoción de la autonomía personal y atención a la dependencia, así como derivaciones de posibles usuarios.
- ✓ Reuniones con profesionales de Atención Primaria para la coordinación en protocolos derivados de la situación.
- ✓ Participación en programas de Radio Martos sobre el día mundial de la salud mental, así como en el espacio "conoce las asociaciones".
- ✓ Reuniones con personal de Macrosad para la coordinación de la atención prestada a usuarios de la asociación a través del servicio que prestan de ayuda a domicilio.
- ✓ Mantenimiento, organización y difusión de la página web de la asociación www.feafesapaem.org y redes sociales: Facebook https://www.facebook.com/feafesapaem

# **RESULTADOS**

MES	MEDIA	PORCENTAJE
Enero	5.2	40%
Febrero	5.7	43%
Marzo	5	38%
Abril	5	38%
Mayo	6.1	46%
Junio	5.8	44%
Agosto	7.2	55%
Septiembre	6.9	53%
Octubre	6.7	51%
Noviembre	6.6	50%
Diciembre	5.9	45%

Como media se puede establecer una asistencia de usuarios/as al centro social en las diferentes actividades desarrolladas de 6.01, es decir un 45.7% durante el año 2021.

Varios usuarios/as no han asistido de forma presencial por miedo al contagio o por prohibición familiar expresa, a dichos usuarios se les ha proporcionado material de trabajo en casa y se le ha hecho seguimiento telefónico y visitas domiciliaria

## 1. Personas que participan en cada taller:

#### Taller de Cine-fórum.

Este taller tiene gran aceptación siendo la participación del 70%. El día previo se debatía la temática de la película o documental entre todos, intentando que hubiese el mayor consenso posible a la hora de la elección, ya que a algunos les costaba seguir algunos argumentos más complejos.

Este año no se ha podido ver tantas películas de los Goya y los Óscars como en otras ediciones debido a que las películas de la casa de cultura debían estar una semana en depósito para su desinfección. Sí hemos podido visualizar los trailers y votar en las quinielas de los Goya y Oscar de manera telemática a través del grupo de whatssap.



Tras el visionado, se realiza un pequeño coloquio sobre el tema elegido, valoraciones o críticas a determinadas cuestiones o problemas sociales tratados. No todos los usuarios/as participan en la misma medida en el debate posterior, si la película no ha sido de su agrado.

# Taller de Juegos creativos y de memoria

La participación ha sido del 60%. Se han realizado juegos que potencian la memoria, la atención, la ampliación de vocabulario y la comprensión, se ha favorecido el juego en equipo, la competitividad sana, así como la autoestima y el refuerzo social. El Trivial, Pasapalabra, Cifras y letras, yo también fui a E.G.B., han sido los preferidos, si bien para jugar la educadora ha sido la encargada de mover fichas, leer y manejar los juegos debido a las limitaciones por razones de salud.

#### Taller de Manualidades.

La participación en este taller ha sido del 45%. En este taller este año se ha llevado a cabo sólo durante el último trimestre del año para evitar manejo de materiales; cuando se ha realizado ha sido de manera individual y procediéndose a la desinfección posterior de tijeras, lapiceros....

Se han trabajado diversos materiales como papel, cartón, goma-eva, botellas de plástico, etc. Mediante la realización de pequeños objetos, como flores, marcos de fotos, lapiceros... se ha trabajado la psicomotricidad, la memoria y se han desarrollado habilidades que algunos creían olvidadas.

#### Taller de Cultura General y Lectura.

Este taller ha sido muy demandado por los/as usuarios/as como forma de actualizar los conocimientos adquiridos en época escolar, dado que la mayoría pasa de los 50 años. La asistencia ha sido de un 48%. Se ha hablado de historia del mundo y de España, geografía, gramática y cálculo. También se ha hablado de historia de la localidad y de la comarca, un tema de gran interés.

Estas clases se han alternado con el visionado de diferentes documentales sobre naturaleza e historia los días de asistencia virtual durante el primer trimestre en el que la asistencia se vio limitada.

Se ha leído la prensa, para buscar información de la provincia que complementaria las noticias que habitualmente han visto en televisión junto a otros textos diversos. Tras la lectura se realiza un pequeño debate de las noticias más destacadas. El taller promueve el conocimiento de la realidad social, los diferentes puntos de vista generados y el respeto mutuo entre compañeros.

# Taller de Hábitos Saludables.

El taller se ha dividido en varios módulos: higiene, alimentación y deporte. Ha tenido una participación del 72%.

En el taller de alimentación se ha vuelto a repasar la pirámide de la alimentación para conocer los diferentes tipos de alimentos y la ingesta diaria recomendada.

En el taller de higiene se ha incidido en la necesidad diaria de ésta, las zonas de higiene (ducha, cabello, boca, uñas...) así como la importancia de la desinfección y el lavado frecuente de manos.



El taller de deporte ha tenido gran aceptación con una participación del 70%. Se ha estimulado mucho las actividades en exterior con el juego de petanca y de bolos realizados en el taller de manualidades.

La gran mayoría de usuarios/as percibe los beneficios de estos talleres que han repercutido en su salud física, como puede ser la pérdida de peso o la disminución de los niveles de glucosa en sangre en aquellos/as que la tenían elevada.

#### Taller de Relajación y Mindfunless.

Se han realizado diferentes técnicas de relajación muscular y progresiva, así como Mindfunness a través de vídeos para realizar en casa durante el primer trimestre en el que un día a la semana tenía lugar una sesión virtual, realizándose el resto del año en la sede, siendo la evaluación por parte de los usuarios muy satisfactoria. La participación ha sido del 70%.

#### Taller de deporte.

Durante el período presencial, y en función de la climatología se ha jugado a los bolos y a la petanca en el exterior de la sede. El taller ha tenido una aceptación del 70%.



En el mes de julio hemos podido disfrutar del curso de natación impartido por el ayuntamiento de la localidad y a partir de octubre hemos comenzado la asistencia a la piscina climatizada según las limitaciones de asistencia.

# Taller de Habilidades Sociales.

La participación en este taller es del 59%. Se ha trabajado sobre todo las habilidades de comunicación, autocontrol emocional, afrontamiento del estrés, asertividad y empatía ya que dichas habilidades se ven mermadas por la enfermedad y el paso del tiempo.

# Taller de Adherencia al tratamiento en salud mental.

El taller se ha compuesto de diferentes sesiones en las que se han abordado temas relacionados con la gestión de la enfermedad. Se han realizado talleres en los que se ha abordado la aceptación de la enfermedad, principios activos de algunos medicamentos, efectos secundarios o prevención de recaídas.

Otro tema abordado ha sido la reducción del consumo de tabaco en las/os usuarias/os fumadores, ya que ésta es una de las adicciones de parte del grupo, aunque otro porcentaje ya ha abandonado dicho hábito. La participación ha sido del 80%.



# Abecedario musical.

Los días de asistencia virtual se ha realizado este taller donde mediante el orden del abecedario se hacían las diferentes propuestas musicales que eran compartidas en el grupo de WhatsApp a través de vídeos. Las temáticas han pasado por diferentes etapas musicales, así como de estilos: pop, flamenco, latino, rock... Éste taller ha tenido una participación del 70%.

# Salidas y visitas culturales.

Los días de asistencia virtual se han realizado excursiones virtuales a diferentes parques naturales y visitas virtuales a museos. La participación ha sido del 47%.

A partir del verano con la apertura de actividades municipales hemos podido disfrutar, aunque en grupos muy reducidos, de alguna visita a monumentos de la localidad.





# Memoria Anual FEAFES APAEM 2021





# **CENTRO SOCIAL ÚBEDA (Actividades)**

#### Horario del centro social:

Invierno: 16:30h-19:30h Verano: 17:00h-20:00h



Los talleres que se realizaron este año 2021, han sido los siguientes

- Taller "Puesta al día"
- Taller de juegos de mesa.
- Taller de objetivos
- Taller "Trabaja tu mente"
- Taller de relajación y meditación.
- Taller de cine en el centro y comentario de la película.
- Senderismo, deporte en los aparatos de gimnasio que hay en los parques.
- Paseos por la ciudad y visita a los distintos monumentos y exposiciones
- Salidas a la cafetería.
- Salidas a tapear
- Taller de retos matemáticos, problemas, cifras y letras.
- Taller de lenguaje y expresión corporal
- Taller de ortografía, juegos de palabras, juegos del lenguaje (el ahorcado, palabras encadenadas, palabras sinónimas, antónimas...)
- Taller de conocimiento del medio (naturaleza y cuerpo humano)
- Talleres de habilidades sociales (asertividad, técnicas de comunicación, resolución de conflictos, manejo de las emociones...)
- Taller de lectura
- Taller de pintura
- Taller de memoria
- Petanca

# **ACTIVIDADES INDIVIDUALES:**

Se ha realizado Atención individualizada en el despacho o actuaciones fuera del centro con los usuarios/as del centro solicitadas por ellos/as o requeridas por la educadora para tratar temas que se consideraron importantes en su proceso de recuperación psicosocial: higiene, hábitos de vida saludable, problemas que han tenido en casa o con compañeros/as del centro o para resolver algún malentendido que haya podido ocurrir dentro del centro.

Se han hecho atenciones individualizadas con usuarios/as y sus familias por motivos de ingreso en salud mental.

#### **ACTIVIDADES GRUPALES:**

#### **TALLERES**

# Taller de cine, películas y documentales.

Este año se ha llevado a cabo en el centro, no pudiendo desarrollarse en la sala del Hospital Santiago como en años anteriores, los primeros meses por las medidas restrictivas impuestas por la pandemia y a final de año por reformas en el Hospital de Santiago. Uno de los usuarios del centro social es el responsable de este taller.

# Taller de juegos creativos y que fomentan la memoria y la atención.

Este taller se llevó a cabo para alcanzar uno de los objetivos primordiales en el trabajo con personas con problemas de salud mental, como es evitar el deterioro cognitivo de estas personas a través de la estimulación cognitiva. Aquí metemos tanto talleres relacionados con el lenguaje como con las matemáticas, los problemas, los juegos de atención, los retos matemáticos, los juegos de cifras y letras...



#### Taller de música.

Este taller fue muy demandado y lo utilizamos como recompensa y a modo de relajación tras días de intenso trabajo. Consiste en la elección de una canción por parte de cada uno de los asistentes y posterior escucha y visualización del video clip. Cada persona tiene que explicar por qué ha elegido ese tema y qué recuerdos le trae.

#### Taller de lectura, repaso y conocimiento del medio

En el taller de lectura no participaron todos/as los/as usuarios/as, solamente los/as que tienen capacidad para la comprensión lectora y quienes leen con fluidez.

En lo que al taller de repaso y de conocimiento del medio se refiere, sí participaron todos/as y hacemos un repaso por todas las materias (naturaleza, sociales, lengua...) para recordar conceptos.

# Taller de juegos de mesa

El ajedrez, parchís, oca, dominó, tres en raya, intelec, damas, trivial...todo tipo de juegos para estimular las funciones cognitivas, para trabajar la competitividad, el juego en equipo, el compañerismo...

# Taller de "Objetivos".

En este taller se han trabajado las metas a corto plazo, es decir, objetivos que cada usuario/a se propuso cumplir en un plazo cercano. Con este taller se fomentó la responsabilidad, la motivación, crecimiento personal, además del autoconocimiento.

# Talleres coordinados con la UGC de Salud Mental:

Este año la participación de los profesionales de la Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental de Úbeda que han colaborado con nosotros ha sido muy escasa por motivo de la pandemia.

Las sesiones que se han desarrollado en 2021 han sido las siguientes:

- Marzo 2021: Conocer recursos existentes en el área de Salud Mental (Trabajadora Social de la U.G.C. Salud Mental)
- Abril 2021: Prevención y abordaje de las situaciones de crisis (educadora de FEAFES APAEM)
- o Junio 2021: Manejo del estrés (Educadora de FEAFES APAEM)
- o Julio 2021: Estigma en Salud Mental (Educadora de FEAFES APAEM)
- Julio 2021: Procedimiento de la modificación de la capacidad de obrar: La incapacitación judicial (Educadora de FEAFES APAEM)
- Octubre 2021: Presentación de las nuevas Trabajadoras Sociales de la Unidad de Salud Mental para exponerle nuestras dudas y nuestras necesidades (Educadora de FEAFES APAEM)
- Noviembre 2021: Habilidades de comunicación y clima familiar (Trabajadora Social de la Unidad de Salud Mental)

# Salidas y eventos

Paseos por la localidad: habitualmente los viernes, aunque el horario y frecuencia ha variado en función del tiempo atmosférico, las restricciones por la Pandemia o de cualquier otra actividad o evento puntual, como han podido ser las salidas los días de la Navidad para ver belenes, las luces de la ciudad, Carnaval, Feria de San Miguel de Úbeda... lo poco que nos ha dejado la pandemia ver y visitar.





• Durante los meses de septiembre, octubre, noviembre y diciembre todos los lunes hemos hecho senderismo y los jueves hemos jugado a la petanca, fomentando así la realización de actividades al aire libre como medida preventiva de la Covid 19.

• Visitas a eventos de la localidad (este año han sido muy escasas debido a la Covid-19):





- El 30 de marzo y el 7 de abril visitamos la exposición de la Semana Santa de Úbeda vista por Manuel García en el Hospital de Santiago.
- El 11 de marzo visita a la exposición de José Beteta "Shadows & Soul"





 El 14 de abril visitamos la exposición 40 aniversario de la Asociación de Artesanos de Úbeda en el Hospital de Santiago.

- El 5 de mayo visitamos la exposición "Trashumancia, ir y venir entre vereas" en el Hospital de Santiago.
- El 10 de septiembre visitamos la Iglesia de San Pablo para ver la Virgen de Guadalupe con motivo de su festividad
- En agosto realizamos un desayuno de churros y chocolate con motivo de la despedida para las vacaciones de la monitora y de los usuarios/as.
- El 20 de octubre hicimos visita a los monumentos de Úbeda (Sacra Capilla del Salvador, Basílica de Santa María de los Reales Alcázares, Iglesia de San Pablo...).
- El 2 de diciembre visitamos la exposición Entretela y la exposición fotográfica de la asociación de Síndrome Down en el Hospital de Santiago
- o El 1 de diciembre asistimos al Teatro Ideal Cinema para ver la representación de una obra del grupo de Teatro de Nati Villar.
- El 3 de diciembre participamos en la celebración del Día Internacional de la Diversidad Funcional



o En Navidad se han visitado los Portales de Belén expuestos en las iglesias (Santo Domingo, San Pablo y Santa Clara) y cofradías del municipio, (Cofradía de la

Humildad, Santa Clara, Trinidad...). vimos el alumbrado navideño de la ciudad y nos montamos en el Tren de Navidad.

#### **COMIDAS DE CONVIVENCIA**

Este año hicimos las comidas tradicionales con motivo de la Feria de San Miguel (28 de septiembre) y de Navidad (21 de diciembre)



# **ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN:**

Se realizaron diferentes actividades en la comunidad para dar a conocer el programa del Centro Social y sus actividades. Este año además de hacer difusión de todas nuestras actividades y de nuestra labor por las redes, también se han llevado a cabo las siguientes actividades:

- ✓ El día 6 de octubre la colocación de mesas informativas y la postulación en la puerta del centro de salud, a la que acudieron los medios de comunicación con la posterior visualización en diferentes canales locales de televisión.
- ✓ Reuniones varias con los profesionales de la Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental para informar sobre nuestros servicios y dotarlos de conocimientos para que puedan realizar difusión y deriven casos a la asociación. También para mostrarles nuestras carencias y necesidades y para la realización de forma coordinada de talleres en la asociación con los profesionales de Salud Mental, concretando temas a tratar y calendario para todo el año.
- ✓ Reuniones con la concejala de Servicios Sociales de Úbeda para que cuenten con la asociación en todas las actividades culturales, sociales y de ocio que se organicen por parte del Ayuntamiento y para que conozcan la asociación y el trabajo que se hace con los/as usuarios y usuarias.
- ✓ Reuniones con profesionales de atención primaria del Centro de Salud de la Explanada para la comisión de participación ciudadana de área, y, además, para estar en constante actualización de información acerca de las novedades sobre la Covid-19 y otros temas de interés.

- ✓ Participación de los miembros de FEAFES APAEM en todas las actividades organizadas por el Ayuntamiento con motivo del Día Internacional de la Diversidad funcional (lectura de manifiesto, marcha por el municipio con pancartas, asistencia a teatros de calle y participación en una gymkana para personas con diversidad funcional
- ✓ En octubre: Charla de sensibilización en el I.E.S Los Cerros de Úbeda a estudiantes de la asignatura de psicología para acercarlos a la asociación y en general a la Salud Mental.
- ✓ El doce de noviembre con motivo de la celebración del Día Sin Alcohol, la educadora de FEAFES APAEM hizo una ponencia en unas jornadas organizadas por la Asociación NUDIALLI en el Palacio Don Luis de la Cueva.

#### RESULTADOS

#### 1. ASISTENCIA AL CENTRO SOCIAL

En 2021 se puede establecer una asistencia de **29 personas en total** a las actividades del centro social

Este año la asistencia al Centro Social se ha realizado de manera telemática y presencial. La asistencia presencial durante los primeros meses del año ha sido en grupos reducidos para así crear "grupos burbuja" y poder mantener todas las medidas de seguridad y con espacios de tiempo reducidos para evitar riesgos.

Los usuarios que pertenecen a la Casa Hogar y al Piso de baja supervisión han acudido al centro pero solo se han relacionado entre ellos, creando grupos burbuja.

#### 2. PERSONAS QUE PARTICIPAN EN CADA TALLER

# A. Taller de lectura, repaso y conocimiento del medio

En este taller han participado la mayoría de los/as usuarios/as debido a que se le adecuan las actividades a cada uno de ellos/as. Las actividades que se han realizado básicamente son lectura, dictados, cuentas numéricas, caligrafía, comentarios de las lecturas, etc. También se han realizado actividades enfocadas al conocimiento del medio que nos rodea, tanto ambiental como social y humano.



# B. Taller de juegos creativos, de memoria y de mesa

Este taller es el que más participación ha presentado (100%). Se realiza una vez por semana, ya sea de manera presencial o telemática. En él se realizan juegos que potencian la memoria, la atención, la ampliación de vocabulario y la comprensión. Además, ha favorecido el juego en equipo y la cooperación, la competitividad sana, así como la autoestima y el refuerzo social.

#### C. Taller de cine en el club

El taller de cine y películas también ha contado con una alta participación: 100%. Este taller ha consistido en el visionado de películas de vídeo o capítulos de series en el

centro, y el posterior comentario de las mismas. Con esto se amplía el conocimiento cultural y la conversación puesto que se argumentan distintos puntos de vista y se crea un pequeño debate. Si bien es cierto que no todos/as los/as usuarios/as, aunque sí asistieron ese día al centro, participaron en el comentario de la película.

# D. Taller de paseos y visitas

Hemos salido a pasear con frecuencia, los viernes, siempre que el tiempo lo ha permitido y desde septiembre, todos los lunes para hacer senderismo (las personas que pueden hacerlo)

Por lo general, en esta actividad participaron todos/as los/as usuarios/as, aunque hay dos usuarios con movilidad reducida que acudía a la actividad dependiendo de las características del paseo y de la visita, además de cómo se encontrase ese día. Aprovechamos para visitar los distintos monumentos de la ciudad y las pocas actividades culturales que se han realizado este año.

Estas salidas las solemos finalizar en una cafetería donde charlamos y tomamos la merienda, siempre en terraza al aire libre. Los usuarios con movilidad reducida, cuando no venían al paseo, se reunían con nosotros en la cafetería.

# 3. PERSONAS QUE PARTICIPAN EN LAS SALIDAS PROGRAMADAS

La mayoría de los/as usuarios/as participan en los paseos por la localidad y visitas a los distintos monumentos.

#### EVALUACIÓN CUALITATIVA:

#### 1. GRADO DE INTEGRACIÓN

En general, todos/as los/as usuarios/as del Centro Social llevan bastante tiempo asistiendo al mismo, cada vez con más regularidad, faltando sólo en contadas ocasiones y de forma justificada (por lo tanto, el nivel de integración es bastante óptimo). Se ha creado un grupo unido de apoyo y respeto, acogiendo con gusto a los/as nuevos/as usuarios/as que poco a poco se van integrando.

Se ha creado un grupo de whatsapp con los/as usuarios/as que tenían los recursos y la educadora. Este grupo sirve de apoyo entre los propios usuarios/as y como medio de comunicación de información.

Este año se ha visto afectada la asistencia por motivos del teletrabajo, ya que muchos/as de usuarios/as no cuentan con recursos para poder realizar videoconferencias y actividades online, y además para estar en contacto con sus compañeros/as.

# 2. PARTICIPACIÓN EN EL DISEÑO DE ACTIVIDADES E INICIATIVA

En mayor o menor medida, todos/as participan y proponen actividades nuevas, ayudando, además a su organización. Desde organizar salidas hasta prestar ayuda en tareas de difusión o recaudación de fondos (ej. venta de lotería, postulación en el Día de la Salud Mental...).

En general, se puede hablar de una media de 10 usuarios/as que plantearon actividades y tuvieron iniciativa a la hora de realizar diferentes actividades. Los demás también propusieron ideas, aunque en menor grado y no tienen problema en adaptarse a las decisiones o actividades planteadas. En general, se les dan varias opciones y ellos/as eligen una.

El grado de participación y de propuesta de actividades es algo que se fomenta casi a diario con los/as usuarios/as, potenciando el que sean ellos/as los que decidan que quieran hacer, y también el que una vez se inicia una actividad, todos/as colaboren activamente en ella.

Generalmente son los/as usuarios/as los que preparan el material cada día para llevar a cabo cada taller y lo recogen al finalizar. Sin embargo, este año por las circunstancias que vivimos, el material lo prepara y recoge la educadora para que haya el menos contacto posible entre usuarios/as y para desinfectarlo antes y después de cada uso.

#### 3. CONTACTOS FAMILIARES

Cualitativamente se mantuvieron contactos con un total de 10 familias. Estos contactos fueron bastantes frecuentes; dependiendo de cada caso, se mantuvieron reuniones o bien los propios familiares acudieron a la asociación para comentar cualquier suceso ocurrido. Además, estos familiares mantienen buen contacto con la asociación, colaborando siempre que se les ha requerido para ello en cualquier actividad que se ha propuesto y que necesita su implicación. De unos años a esta parte, las familias implicadas han cambiado por el envejecimiento de los usuarios, y por tanto de sus familiares, siendo en el año 2021 los familiares implicados los de los usuarios/as más jóvenes y que llevan menos tiempo en la asociación y en el centro social.

Durante el 2021 se ha visto incrementado sobre todo el contacto telefónico, siendo como media de 15 llamadas telefónicas y/o videollamadas a la semana con los familiares, y una media de 9 llamadas recibidas a la semana. También se mantiene contacto diario mediante chat de WhatsApp.

# 5.3. OCIO Y TIEMPO LIBRE

Este año se han realizado tan solo dos viajes... a principios de año había restricciones, luego todo se fue normalizando y dimos el paso de organizarlos con mucha ilusión.



Los viajes se realizaron en conjunto para todas las delegaciones: uno de carácter deportivo que tuvo lugar el 20 de octubre a Bédmar, donde pudimos practicar senderismo.



Se echaba de menos las salidas a sitios tan bonitos como Sierra Mágina, gracias al proyecto #SanaMente de @FeafesAndalucia nuestros usuarios de @feafes\_apaem pasaron un día maravilloso de senderismo y convivencia, muy necesario para el cuerpo y la











El segundo viaje se realizó a Arjona (16 de noviembre), en él participaron 52 personas y, gracias a la contratación de un guía pudimos disfrutar de una actividad cultural.



# 5.4. GRUPO DE APOYO / AUTOAYUDA FAMILIAS

Las actividades se han desarrollado en varios momentos o fases:

- 1. Entrevista inicial, con la familia demandante en la que, tras valorar las necesidades de los familiares y allegados se ha informado sobre el programa de apoyo, asesoramiento y formación familiar, y se acordó la participación o no en el mismo. Se ha derivado a otros servicios y dispositivos de salud mental cuando la demanda ha requerido una actuación clínica y/o abordaje psicoterapéutico.
- 2. Se ha <u>orientado y asesorado</u> a familiares y usuarios sobre temas diversos: funcionamiento del Servicio Público Andaluz de Salud Mental, recursos ocupacionales, residenciales, comunitarios, prestaciones y cobertura sanitaria, etc.
- 3. Se han creado grupos que de familiares para la capacitación y formación.







EF Bailén

EF Jaén

**EF Linares** 





**EF Martos** 

EF Úbeda

- 4. Hemos orientado, asesorado y formado a familiares y personas próximas sobre diversos temas relacionados con la salud mental y que han contribuido a <u>mejorar la calidad de vida de las personas afectadas y sus allegados</u>, hábitos de vida saludables, generación de hábitos culturales y deportivos, sobre el autocuidado y sus beneficios.
- 5. Se ha fomentado el <u>desarrollo</u> de las propias <u>habilidades familiares de comunicación</u>, resolución de conflictos, afrontamientos del estrés y se les ha dotado de herramientas facilitadoras de la convivencia con las personas con un problema de salud mental en un clima positivo y tendente a la recuperación e independencia.
- 6. Se han generado conductas que mejoran el estado individual y grupal de la persona afectada, la familia y el entorno más próximo.
- 7. Se ha motivado y contribuido en los procesos de recepción y acogida de otros familiares y allegados de personas con problemas de salud mental en las Unidades de Hospitalización.
- 8. Se ha realizado un <u>seguimiento y apoyo continuado</u> para la comprensión, mejora y solución de situaciones que se van dando en el entorno familiar.

- 9. Como continuación de las sesiones anteriores, se formaron Grupos de Ayuda Mutua, según el modelo de empoderamiento, que han servido de apoyo, comprensión y recuperación de la autonomía a las familias que comparten el mismo problema.
- 10. Se ha apoyado tanto a usuarios como a familiares en el confinamiento.

Debido a la pandemia, comenzamos 2021 con miedo y prudencia, adaptándonos a la situación epidemiológica de cada zona para lo que nos hemos servido de la alternancia de sesiones telemáticas con presenciales en grupos reducidos. Estos grupos se han mantenido a lo largo de todo el año.

Se ha utilizado una metodología:

- 1. Participativa y activa: Esta actividad ha estado orientada hacia la transmisión de conocimientos y habilidades, procurando facilitar las herramientas para solucionar los problemas de manera autónoma, siendo las y los participantes los actores principales.
- 2. Interdisciplinar: Se ha procurado mantener relaciones de colaboración con los correspondientes dispositivos sanitarios, sociales especializados y comunitarios, educación y deportes para cubrir no sólo las demandas expresadas directamente, sino también otras posibles necesidades detectadas, a fin de prestar el servicio más completo posible.
- 3. Flexible: Se ha estudiado cada caso en particular, buscando la adaptación de los recursos a las necesidades de cada familia

Este año, como en ediciones anteriores, hemos utilizado en las sesiones grupales una herramienta muy valiosa: el "MANUAL DE INTERVENCIÓN FAMILIAR" editado por Salud Mental España.

En este manual se ha apoyado nuestro personal para ayudar a los/as familiares dotándolos de información precisa y útil para comprender y manejar los problemas de salud mental que sufren su familiar, todo dentro del clima de confianza y empatía que ha proporcionado el grupo. Además, los grupos se han ido ampliando mediante la captación de nuevos casos a lo largo del año.

Estas acciones de grupos de familiares, se han desarrollado durante el 2021 mensualmente en cada una de las delegaciones, a través de sesiones modulares y en grupos de no más de 12 personas.

Durante los meses de verano, las reuniones han sido telemáticas, con poca afluencia, pues han sido de adaptación, pero a partir de septiembre, la mayoría se han hecho presenciales.

# 5.5. PROGRAMA PSICOEDUCACIÓN EN SALUD MENTAL

Desde el 1 de enero de 2022 hasta el 30 de junio de 2022, se desarrolló el programa de psicoeducación en salud mental financiado por La Rural Solidaria. Con este proyecto se realizaron las siguientes actividades en los cinco centros de trabajo de FEAFES APAEM:

ENERO	Evaluación y valoración de usuari@s de los distintos Centros Sociales: -La psicóloga encargada del programa visitó cada centro y mantuvo una entrevista colectiva con los componentes para conocer las carencias y demandas de los/as destinatario. Con esta información comenzó la elaboración el temario de psicoeducación adaptado a las necesidades concretas detectadas.	
FEBRERO	En este mes se fue realizando una adaptación del temario de psicoeducación teniendo en cuenta las necesidades concretas detectadas.  Partiendo de la base de un temario compuesto por 5 módulos: 1.  Presentación-como inciden las medidas de distanciamiento social sobre nuestra salud mental, 2. Manejo de síntomas, 3. Adherencia al tratamiento, 4.  Hábitos de vida saludable y 5. Motivación y Empoderamiento.  Durante este mes se dedicaron 5 horas semanales a la elaboración de material.	
MARZO	Presentación, toma de contacto y psicoeducación al/la usuario/a acerca de la enfermedad: manejo de síntomas y adherencia al tratamiento. Cómo inciden las medidas de disntanciamiento social en nuestra salud mental.	
ABRIL	Se ha proporcionado psicoeducación al/la usuario/a acerca de la enfermedad: adherencia al tratamiento y hábitos de vida saludable.  Feafes-APAEM Publicado por Eva Maria 2 · 29 de junio a las 15:52 · 3  Compartiendo nuestro Programa de Psicoeducación, financiado por la Rural solidaria sobre hábitos de vida saludable.	
MAYO	Motivación al/la usuario/a para que realice actividades que evitarán su aislamiento. Empoderamiento.	



#### Feafes-APAEM

Publicado por Esti Liz Liz 2 · 1 de junio · 3

durante el mes de MAYO hemos desarrollado en la delegación de Linares el programa de PSICOEDUCACIÓN trabajando los conceptos y herramientas para generar Motivación, evitar el Aislamiento y promover el Empoderamiento en el colectivo. Todo ello ha sido posible gracias a Caja Rural



IUNIO

Repaso de conocimientos adquiridos y Empoderamiento. Motivación del/la usuario/a para que tome partido y desarrolle actividades socialmente integradoras.



# Feafes-APAEM con Fundación Caja Rural de Jaén.

Publicado por Rosa Merino Ramos ② · Colaboración pagada · ③

Desde el centro social FEAFES - APAEM Bailén seguimos con el programa psicosocial financiado por Fundación Caja Rural de Jaén . Durante este mes estamos trabajando la motivación para realizar actividades y el empoderamiento que es clave para una recuperación plena en personas con enfermedad mental.





# Feafes-APAEM

Feates-APAEM
Publicado por Isabel María Aranda Lara ② · 21 de mayo · ③

Desde nuestro centro social FEAFES APAEM Úbeda seguimos con el programa psicosocial financiado por Fundación Caja Rural de Jaén

Esta vez hemos hecho una lista de los "logros y virtudes" de cada usuario, para comprobar todo lo que se ha conseguido a lo larg... Ver



# 5.6. ATENCIÓN PSICOSOCIAL

Las personas con enfermedad mental viven en el aislamiento, potenciado en muchas ocasiones por los hábitos de vida que arrastran: falta de higiene, malos hábitos alimentarios y/o nulos hábitos deportivos que desencadenan obesidad. Esto unido a la gran dificultad que suelen tener a la hora de mantener relaciones sociales con otras personas por miedo en parte a que los demás reconozcan su enfermedad y por el estigma que ello conlleva hace muy necesario el desarrollo de este tipo de proyectos...

Se trata de un proyecto educativo Financiado por la Consejería de Igualdad y Políticas Sociales, encaminado a la mejora de las condiciones de vida cotidiana de la persona con enfermedad mental, teniendo en cuenta a su familia que es el entorno en el que se deben adoptar medidas para el incremento de la autonomía personal y la independencia de estas personas. Por ello, se desarrollarán dos líneas individualizadas con usuarios/as:

- Desarrollo de talleres varios que fomentan el desarrollo personal.
- Atención individualizada para la realización de PII y reajustes.

Y una línea de atención a familiares de los que se recabará información y a los que se les proporcionarán pautas de actuación y feedbak acerca de su trabajo dentro del proceso rehabilitador.

Actividades	Resultados obtenidos
La psicóloga ha organizado previamente todas las actividades y se ha coordinado con las educadoras para que el 1 de diciembre las educadoras pudiesen desarrollar las actividades perfiladas en cada delegación.  Una educadora ha prestado servicio de apoyo individualizado: un día a la semana estuvo a disposición de los/as usuarios/as previa cita en la delegación (en cada delegación habrá una educadora)  Todos los viernes últimos de mes, las educadoras se han reunido (vía telemática) con la psicóloga-coordinadora que les marcó pautas con casos específicos cuando ha sido necesario.  Una vez a la semana durante el último mes del 2021 se ha realizado un taller de hábitos de vida saludable donde se ha informado a los/as usuarios/as sobre distintos hábitos: Taller 1: Higiene Taller 2: Alimentación Taller 3: Deporte. Taller 4 (sólo en Úbeda a petición de los destinatarios): Taller de habilidades domésticas.	<ul> <li>Se ha conseguido un planning y un guion que pudiesen seguir las educadoras para poder proporcionar una intervención uniforme en todas las delegaciones.</li> <li>Se ha conseguido una intervención ordenada y homogénea.</li> <li>Se ha implantado un servicio útil y práctico que ha servido de plataforma para la integración.</li> <li>Se ha realizado una atención individualizada marcando planes de intervención individualizada y adaptados (PII) a las necesidades específicas de cada usuario/a.</li> <li>Se ha llevado un seguimiento adecuado del PII.</li> <li>Se han realizado un total de 10 reuniones de coordinación.</li> <li>Se ha conseguido visualizar la importancia del uso de hábitos de vida saludable.</li> <li>Se ha fomentado la adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludable.</li> <li>Hemos ayudado a que el 90% de usuarios/as reduzcan su peso.</li> </ul>
Semanalmente se ha realizado un taller de habilidades sociales: - Taller 1: Asertividad Taller 2: Autoestima.  En general: semanalmente se ha realizado un taller de ocio inclusivo	<ul> <li>Hemos contribuido a Incrementar las herramientas de habilidades sociales de usuarios/as necesarias para el abordaje de la vida cotidiana.</li> <li>Se ha potenciado la autonomía personal.</li> <li>Hemos aumentado la integración social de las personas con enfermedad mental en su entorno.</li> <li>Respiro familiar.</li> </ul>
Se ha atendido en cada una de las sedes a los familiares que lo han solicitado bien telefónicamente, telemática o personalmente.	<ul> <li>Hemos podido orientar acerca de cómo pueden ayudar a su familiar a evolucionar en su enfermedad.</li> <li>Hemos contribuido a un descenso de la sintomatología negativa que un familiar experimenta (ansiedad, depresión).</li> </ul>
La coordinadora y educadora de zona han mantenido reuniones periódicas con los dispositivos de salud mental de cada Delegación.	- Hemos proporcionado un tratamiento multidisciplinar coordinado.



TALLER DE EMOGONES: "EL RÁDAR BIOLÓGICO" EN FEAFES-APAEM JAÉN.

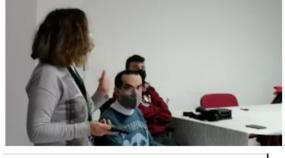
A partir de una pirámide de necesidade... Ver más













Feafes-APAEM

En la Delegación de Linares seguimos trabajando para la Rehabilitación Psicosocial desde distintos ángulos. Aquí os mostramos algo del taller de Habilidades Sociales. Este día se trabajó la COMUNICACIÓN, algo esencial y sin embargo tan complejo que puede provocar malestar en nosotros mismos y el entorno si no se desarrolla correctamente.

Financia: la Consejería de igualdad, políticas sociales y conciliación.

https://images.app.goo.gl/dwuDJPt1GSMzAuR1A







OD Pilar Jurado Quero y 3 personas más 1 vez compartido

# 5.7. APOYO PSICOSOCIAL A PERSONAS CON PATOLOGÍA DUAL Y SUS FAMILIARES

(Programa con cargo al 0'7% del IRPF)

OBJETIVO	RESULTADOS
ESPECÍFICO	OBTENIDOS CUANTIFICADOS
Favorecer al apoyo psicosocial a personas con patología dual para promover una reincorporación social en su entorno y facilitar el proceso de	Nº total de personas: - Hombres: 28 - Mujeres: 22 - Total: 50
recuperación	
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.	Nº de recursos con los que existen coordinación: 14
Potenciar el papel de la familia en el acompañamiento durante todo el proceso de recuperación de las personas con patología dual.	Nº de familiares que participarán en las actividades de psicoeducación grupal. - Hombres: 27 - Mujeres: 17 - Total: 44
patorogia adai.	Valoración de los familiares y allegados/as de las actividades de psicoeducación grupal.  Nota Media: 4



En la delegación de Martos continuamos con el programa de Patología Dual. Hoy hemos tratado el problema del tabaquismo asociado a los problemas de salud mental y su alto índice de prevalencia. En la sesión de hoy se ha analizado y debatido sobre el consumo de tabaco, razones para dejar de fumar y problemáticas añadidas a su consumo.



...

# **5.8. MUJERES CUIDADORAS**

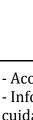
(Programa con cargo al 0'7% del IRPF)

# Objetivo específico **Actividades** Promover el - Acompañamiento psicosocial individualizado. empoderamiento de - Información y asesoramiento a las mujeres las mujeres cuidadoras. cuidadoras - Actividades de ocio y tiempo libre dirigido a mujeres mediante la gestión cuidadoras. emocional y la autoayuda. - Creación de Grupos de Ayuda Mutua y espacios de intercambio de experiencia y reflexión. Potenciar el bienestar - Actividades de ocio y tiempo libre dirigido a mujeres emocional y social de cuidadoras. las mujeres cuidadoras. - Creación de Grupos de Ayuda Mutua y espacios de intercambio de experiencia y reflexión. reduciendo el nivel de estrés y ansiedad. Fomentar las - Acompañamiento psicosocial individualizado. - Información y asesoramiento a las mujeres capacidades, competencias v cuidadoras. habilidades para facilitar el frontamiento y la sobrecarga del cuidado. - Creación de Grupos de Ayuda Mutua y espacios de intercambio de experiencia y reflexión.

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.

- Creación de Grupos de Ayuda Mutua y espacios de intercambio de experiencia y reflexión.





Informar y asesorar a las mujeres cuidadoras en materia de salud mental (enfermedad, recursos, actividades...).

- Acompañamiento psicosocial individualizado.
- Información y asesoramiento a las mujeres cuidadoras.



# Feafes-APAEM

Publicado por Rosa Merino Ramos ② · 4 de octubre a las 12:13 · ③

El pasado 24 de septiembre, en la Delegación de Bailén de Feafes-APAEM se realizó una nueva sesión del PROGRAMA DE MUJERES CUIDADORAS, está actividad ha sido subvencionada con cargo a la asignación tributaria del 0,7 del IRPF, se ha podido ofrecer información y apoyo emocional a las mujeres que tienen a su cargo una persona con problemas de salud mental, porque es muy importante cuidar al que cuida!!!







# Feafes-APAEM

Publicado por Esti Liz Liz ② · 1 de octubre a las 18:18 · ③

En la Delegación de Linares quedamos satisfechas con el apoyo recibido a través del programa de MUJERES CUIDADORAS, en el que se ha ofrecido ayuda mutua, espacio para el encuentro y desahogo en la carga que supone lidiar con el día a día y los problemas de Salud Mental.

Actividad subvencionada con cargo a la asignación tributaria del 0,7 del IRPF.



# 5.9. ADHERENCIA AL TRATAMIENTO



Por un lado, con este programa se ha conseguido que los/as participantes conozcan la importancia de la toma de medicación de forma correcta como base de su proceso de recuperación, por lo que se ha contribuido a incrementar la adherencia al tratamiento en el grupo tal y como hemos podido observar. Este hecho también se ha visto reflejado en la ausencia de ingresos de este grupo durante la ejecución del programa y en la mejora de su pronóstico.

Por otro lado, con este programa se pretendían alcanzar los siguientes resultados específicos:

- 1. <u>Aumento de conciencia de enfermedad y disminución de estigma</u>: Gracias a la información recibida a través de entrevistas personales y observación, hemos podido comprobar que el número de ingresos de los/as participantes del proyecto ha sido cero a lo largo del plazo de ejecución tal y como apuntábamos en líneas anteriores. También hemos podido observar el desarrollo y puesta en marcha de hábitos de vida saludable que antes no se observaban (como, por ejemplo: siguen saliendo a andar, reducción del consumo de bebidas azucaradas, mejora en hábitos de sueño...)
- 2. Adquisición de conocimientos sobre enfermedad mental y medicación psiquiátrica: Para conseguir esto, se han empleado técnicas de modificación de conducta, con las que hemos provocado en los/as usuarios/as un cambio en la percepción de qué es la enfermedad mental tal y como hemos podido constatar en las entrevistas individuales.
- 3. <u>Motivación para evitar recaídas:</u> Este punto ha sido vital, ya que gracias a la valoración de barreras potenciales para lograr un posible cumplimiento, abordaje de las mismas y seguimiento (mediante llamadas telefónicas recordatorias, recompensas por consecución de

objetivos, atención mediante visitas domiciliarias del Programa de Acompañamiento Integral) ... constatamos que hemos conseguido:

- Una mejora a la hora de afrontar pródromos previos a crisis.
- Un perfeccionamiento en la toma de medicación.
- Descenso en el número de ingresos.

Y todo esto en un momento muy delicado debido a la Pandemia: Este programa ha supuesto un gran pilar, un apoyo en esos momentos de flaqueza en los que la ansiedad y la depresión se han ido acrecentando en el mundo, una herramienta con la que, los participantes en este proyecto han podido frenar el deterioro al que se ven expuestos.

Decimos que "GESTIONANDO LA ENFERMEDAD: ADHERENCIA AL TRATAMIENTO" debería estar instaurado como fijo dentro del calendario de actividades de nuestra asociación porque el 100 % de las personas con enfermedad mental que acuden a nuestros recursos se medican y no tienen tan clara la necesidad de hacerlo ni todos/as saben cómo realizarlo correctamente. La mayoría, cuando se encuentran mejor, piensan que "están curados/as" ignorando que, simplemente están estables porque la medicación ha establecido un equilibrio funcional en su mente que no tenían, y esto es un gran riesgo de empeoramiento, incrementa la probabilidad de crisis contribuyendo a un crecimiento del número de ingresos y eleva la tasa de suicidio y la posibilidad de aparición de problemas de salud mental en su entorno ya que producen inestabilidad en el mismo.

Resumiendo, podemos afirmar que, pese al escaso presupuesto, se ha conseguido el propósito de éste programa en un 96 % pero que ha tenido menos alcance del esperado por tener que reducir grupos y sesiones y que confiamos en que en la próxima edición sea dotado de más financiación para poder desarrollarlo de forma más óptima, eficiente y digna porque es IMPRESCINDIBLE para la recuperación de la persona con problemas de salud mental.

Tras un mes de trabajo organizando (septiembre), la acción formativa comenzó el 5 de octubre con ésta sesión:





La primera sesión fue telemática, como en ese momento no había impedimento para reunir grupos, se optó por reunir cada grupo en su delegación y conectar online todas las delegaciones con la psicóloga y con algunas personas que no pudieron acudir ese día a la sede el resto de sesiones se desarrollaron por lo general en cada sede siguiendo el proyecto inicial.



La última sesión también fue común a todos los grupos y telemática... aprovechamos para felicitarnos la navidad.

# ADHERENCIA AL TRATAMIENTO EN IMÁGENES:





#### TALLER ADHERENCIA AL TRATAMIENTO

La adherencia al tratamiento es de vital importancia en salud mental, cada término tiene un matiz particular pero todos se centran en destacar la capacidad que tiene el paciente para enganchar, participar y respetar el acuerdo sobre las recomendaciones del tratamiento co-establecido por el profesional de salud.





En la delegación de Martos continuamos con el programa de Adherencia al Tratamiento financiado por #consejeriasaludyfamilias. En esta sesión hemos hablado sobre los principios activos de los medicamentos, sus efectos secundarios y la necesidad de realizar los tratamientos correctamente para para que las personas con enfermedad mental grave puedan vivir en comunidad. Una correcta adherencia al tratamiento combinada con actividades que mantienen a las personas con problemas de ... Ver más





### 6. ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN-DIFUSIÓN

El 2021 ha sido el año del *camino hacia la normalización*... pese a la pandemia, se han realizado diferentes actividades, con la finalidad de dar a conocer la asociación, sus fines, sensibilización, e información sobre los servicios y actividades que ofrece. No se han podido hacer en los mismos términos que otros años, ni tan numerosas y multitudinarias, pero hemos ido retomando actividades presenciales y subiendo el número de actividades con respecto al 2020 y hemos ido adaptándonos a la realidad epidemiológica de cada momento. Siguiendo estas pautas se han realizado las siguientes actividades de sensibilización:

Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, este año sí hemos podido colocar mesa informativa en todas las localidades donde tenemos delegaciones... e impulsando Declaraciones institucionales en la Exma Diputación de Jaén y en los Aytos donde FEAFES APAEM tiene un centro de trabajo activo:



Declaración institucional del ayuntamiento de Bailén: La corporación municipal se compromete a impulsar acciones, proyectos y estrategias que mejore la atención mental y muestra su apoyo y reconocimiento hacia las personas con problemas de salud mental y sus familias, especialmente con las personas más vulnerables.



Hemos estado muy presentes en todas las redes sociales:

- Se han realizado publicaciones casi diarias en Facebook, twitter... y algunos talleres en abierto para nuestros/as usuarios/as. Además de numerosas publicaciones en nuestra web.
- Hemos participado en numerosos programas de TV, Radio y en publicaciones escritas como la realización de una entrevista el 12/02 para "La Contra de Jaén"...

YouTube #LATERTULIA - Salud Mental

Participación en programas de televisión y radio

La coordinadora provincial, la educadora de Bailén y una persona con experiencia propia participan en el programa "La calle de Balú" de Bailén TV.



El 13 de enero se conmemora el Día Mundial de la lucha contra la Depresión. Según la OMS, la youtube.com

Os dejamos el programa LA TERTULIA dedicado a la #SaludMental con la colaboración de Javier Moreno, portavoz del Comité PSM de la Federación y Pilar Jurado, psicóloga y coordinadora de APAEM

https://youtu.be/hm6kAywfVb4









Linares > Comarca > Deportes > Cultura > Sociedad > Canales > A fondo > El Tiempo

Buscar Q



LINARES / SALUD / PORTADA

## Reportaje | Historias para visibilizar la salud mental



José Antonio y Loreto dan un paso al frente para normalizar un drama que se vive en silencio y con vergüenza por la incomprensión de la sociedad



Cimianae an Dadae Casialae

 También hemos conseguido que se iluminen de verde monumentos y edificios emblemáticos de las localidades donde tenemos sede:







 Hemos acompañado a FAISEM en su MARCHA POR LA SALUD MENTAL:



 Hemos sido parte organizador del Abecedario Solidario 2021, impulsado por Uniradio de la Universidad de Jaén, este año a beneficio de los Comedores Sociales, participando en el programa Inaugural, siendo ponentes de las Jornadas y organizando la Gala final.



 Participación en el comité provincial organizativo del DÍA INTERNACIONAL DE ATENCIÓN A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD



• Semanalmente se ha emitido el Programa de Radio "El Bosque Desierto" en Uniradio (la radio de la Universidad de Jaén), y también se le ha dado difusión por las redes y la página web durante el resto de la semana. El programa de radio se ha elaborado principalmente mediante podcast ya que las instalaciones eran pequeñas para albergar al grupo que participa habitualmente en el programa.

De forma conjunta, a **NIVEL PROVINCIAL** hemos continuado con el Mantenimiento de la página web de la asociación, marco en el que hemos difundido nuestra labor a grandes rasgos:

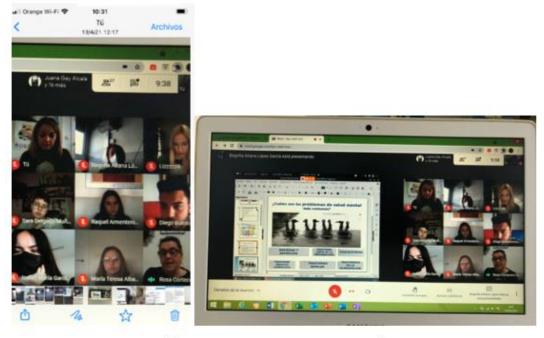
## www.feafesapaem.org

El uso de nuestras redes sociales cómo **Facebook (Feafes Apaem)** y **Twitter (@feafes\_apaem)** e **Instagram:feafesapaemjaensaludmental**, han sido nuestro diario de campo durante la pandemia, con ellas hemos llegado a muchas personas traspasando el aislamiento social impuesto.

# 8. JORNADAS DE FORMACIÓN E INFORMACIÓN IMPARTIDAS POR FEAFES APAEM

 A lo largo del 2021, hemos impartido charlas en institutos (tanto presenciales como online) con el material #Descubre editado por Salud Mental España y charlas de sensibilización en salud mental financiadas por el 0,7% del IRPF. Los institutos que hemos visitado han sido: IES Huarte de S. Juan (Linares), FP IES. Sta. Catalina de Alejandría de Jaén (13 de abril) y el IES Los Cerros (Úbeda):





2 sesiones de sensibilización en el Instituto Sta. Catalina de Jaén (13/04/21) por google meet

#### Memoria Anual FEAFES APAEM 2021



IES Los Cerros (Úbeda)

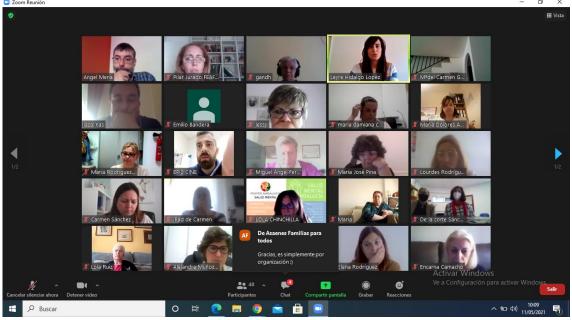
## 9. FORMACIÓN QUE HEMOS RECIBIDO

En FEAFES APAEM no siempre estamos formándonos para poder proporcionar los mejores servicios... por ello, en este año hemos participado como alumnado de las siguientes acciones formativas entre otras:

- ✓ 2 sesiones Webinar sobre Microsof office 365: 20/01 y 26/01. Este curso se comenzó en 2020 y estas dos sesiones fueron las finales del mismo. Participó todo el equipo técnico de FEAFES APAEM.
- ✓ El 21 de enero tuvieron lugar dos sesiones, una de mañana sobre Redes sociales y otra por la tarde sobre Ciberseguridad, impartidos por FEAFES Andalucía.
- ✓ Salud Mental España organizó el 16 de febrero una webinar sobre Fondos Europeos.
- ✓ El 27 de abril coordinación y administración participaron en un seminario online sobre "Diseño de imágenes y vídeos para promover tus productos y servicios a través de redes sociales e internet"
- La TRANSFORMACIÓN DIGITAL se ha trabajado con ICONG en las siguientes sesiones: 06/05, 10/05, 14/05, 10/06 y 01/07, además de realizar una cantidad de horas de trabajo online en Moodle (Coordinación, Administración y una representante de las Educadoras).



✓ Realización del curso "MANEJO PSICOSOCIAL Y FAMILIAR DEL TRASTORNO MENTAL GRAVE", durante los días 11 y 13 de mayo.

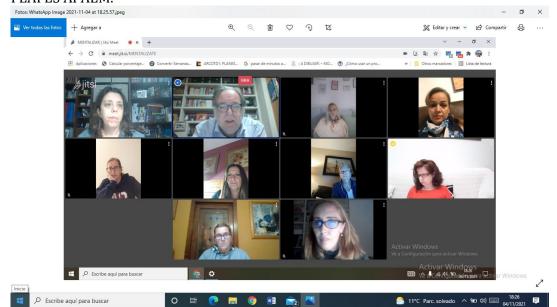


✓ El 12 de julio nuestra coordinadora participó en una acción formativa online "Fondos Europeos Next generations"

✓ TRANSFORMACIÓN DIGITAL II, 04/11 y 29/12 (Coordinación, Administración y una representante de las Educadoras).



✓ Seminario sobre Ley 8/2021, de 2 de junio, por la que se reforma la legislación civil y procesal para el apoyo a las personas con discapacidad en el ejercicio de su capacidad jurídica, impartido por Cristóbal Fábrega para todo el equipo técnico de FEAFES APAEM.



✓ El 24 de noviembre asistimos a una mesa redonda sobre "Salud Mental y pandemia en Jaén"



✓ Webinar PROSPECT el 26 de noviembre.

✓ Durante los meses de noviembre a diciembre de 2021, Coordinación y Administración realizaron un curso sobre "Lenguaje Inclusivo" de 40 horas a través de una plataforma online.

✓ 14/12 Webinar: "Manual implementación elementos básicos de un modelo de cumplimiento normativo"



#### 10. VOLUNTARIADO

Es importante poner de relieve la labor de **voluntariado.** Tenemos censados 32 personas voluntarias... cada persona implicada a su manera.

Voluntaria es la JD que está siempre ahí, en quien se apoya el equipo técnico en su día a día, voluntarios/as son aquellas personas que acuden de manera individual a la delegación más próxima, cargados de conocimientos, inquietud y ganas de compartir... voluntariado también es la labor que realizan algunos grupos de personas que quieren mejorar su entorno, aportar algo al mundo, o aquellas personas que nos ayudan a vender lotería o promocionar alguna gala benéfica, voluntariado es la dedicación extra fuera del horario laboral que todas las componentes del equipo técnico realizan en mayor o menor medida.

En este cuadro se refleja el voluntariado que acude con cierta regularidad a cada centro de trabajo para apoyar a la/s trabajadora/s adscrita.

	BAILÉN	JAÉN	LINARES	MARTOS	ÚBEDA	TOTAL
HOMBRES	0	0	0	0	2	2
MUJERES	2	3	1	0	3	9
TOTAL	2	3	1	0	5	11

Pero también existe otro voluntariado más puntual pero especializado:

- El **guarda forestal de Burguillos** (Bailén) siempre está dispuesto a transmitirnos interesantísimos conocimientos sobre flora y fauna de la zona. Incluso hizo posible la actividad de colocación de cajas nido que pudimos hacer en nuestro taller de marquetería con material donado por el grupo de voluntarios de La Caixa.
- El **Grupo de Voluntarios de La Caixa en Bailén**, organizó este año una cata de aceite online para varios colectivos incluido el nuestro en todas sus delegaciones, además consiguió mobiliario para renovar nuestra sede de Bailén, y durante una época nos estuvo dando clases de zumba.
- El **fiscal** coordinador de la sección civil y de protección a las personas con **discapacidad** siempre está dispuesto a proporcionarnos alguna píldora formativa, apoyo en jornadas o asesoramiento en temas legales.

... a los que hacéis más, a los que hacéis menos, todos los granitos de arena son importantes, vuestra aportación nos hace crecer, GRACIAS

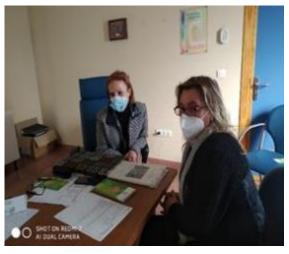
## 11. ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN

**Externa** con recursos sanitarios y sociales, así como con otras instituciones de la comunidad e **interna** mediante reuniones mensuales del Equipo Técnico de FEAFES APAEM:

#### Coordinación externa:

Es necesaria una buena coordinación con los dispositivos de Salud Mental y Servicios Sociales y Comunitarios, con el objetivo de conseguir entre todos la rehabilitación e integración de las personas atendidas, evitando duplicidades y economizando esfuerzos y medios, este año nos hemos reunido con cada una de las Unidades de Salud Mental de referencia de nuestras sedes.







De este modo, nos hemos reunido con las siguientes Unidades de Gestión Clínica de Salud Mental en las siguientes fechas:

Jaén: 23 de febrero (Online).

o Linares: 16 de marzo.

o Martos: 23 de febrero y 11 de marzo.

Úbeda: 17 de febrero, 9 de junio y 9 de noviembre.

También nos hemos coordinado con otros dispositivos de salud mental de la red Salud Mental Andalucía, a través de dos grupos: uno de técnicos que busca aumentar nuestra eficiencia y compartir líneas de actuación y otro de medios de comunicación con el que trabajamos líneas comunes de sensibilización, realizando las siguientes reuniones: 21/01, 28/01, 06/04 (Presencial en Sevilla), 14/04, 21/05, 02/06, 04/06, 08/06, 17/06, 29/06, 21/09 y 29/09.



Estas reuniones han hecho más fluido el trabajo común Federación-Asociaciones y han sido casi todas online (vía Zoom).

#### Coordinación Interna:

- **Juntas Directivas "FEAFES APAEM**", han sido todas online, celebrándose en las siguientes fechas: 19/02, 27/04, 24/06 y 11/11.

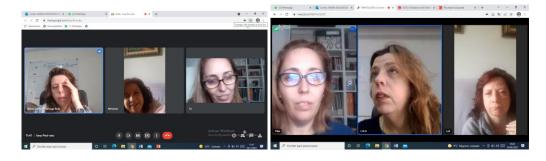




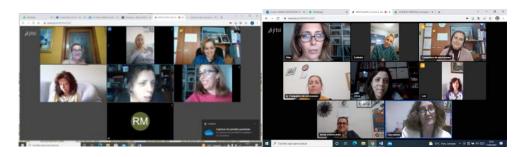
- **Asamblea "FEAFES APAEM":** Ordinaria y extraordinaria, este año se realizaron el 24 de junio de forma mixta: se dio opción a conectarse desde casa o a asistir presencialmente.



La **Comisión Permanente**, Coordinación, Presidencia y Administración han mantenido comunicación continua vía telefónica, whastsapt, zoom y jitsi meet, o presencialmente, llegando incluso a adoptar acuerdos por estos medios. Además, se han reunido con una periodicidad diaria salvo alguna excepción.



Reuniones de coordinación (Equipo Técnico): En las circunstancias que nos ha tocado vivir, las nuevas tecnologías han sido un gran apoyo en nuestro trabajo del día a día, disminuyendo los gastos en desplazamientos del equipo técnico ya que la mayoría de las reuniones de coordinación se han realizado online, todas a excepción de dos:



El calendario de realización de reuniones de coordinación ha sido:20/01, 24/02, 07/04, 12/4, 27/05, 17/06, 21/06, 09/09 (presencial), 16/09, 22/10 y

09/12 (presencial).



En nuestras delegaciones, hemos mantenido un día de trabajo telemático cada 15 días como ejercicio para no perder las destrezas adquiridas forzosamente durante la pandemia.

#### Gestión externa:

#### **FEAFES Andalucía:**

- Junta Directiva: 13/01, 25/02, 22/03, 26/03 (Junta Directiva Universal), 19/06, 30/06, 07/07, 15/07, 09/09, 23/11 y 29/12.
- La Asamblea General Ordinaria FEAFES Andalucía tuvo lugar el 19/06 en Sevilla.
- El 5 de octubre nos recibieron en el Parlamento de Andalucía.
- Entrega de Premios FEAFES Andalucía 07 de octubre.

Con **FAISEM:** Hemos realizado numerosas llamadas telefónicas en ambos sentidos para coordinarnos con diversos temas, en especial con el reparto de mascarillas y la consecución de vacunas para usuarios/as de centros sociales y trabajadoras.

#### Participación en Comisiones:

- Comisión Financiación Feafes Andalucía (Nuestra representante en este comité es Lola Fábrega): 23/04, 14/05, 18/05, 02/06, 13/07, 06/09, 16/09.
- Comisión Drogodependencia Bailén: 11 de junio.
- Consejo Local de Participación ciudadana del Exmo. Ayto. de Jaén: 15/01, 11/05, 16/06.
- Plan Estratégico de Jaén (Mesa 8): 03/03 y 14/10.
- Pleno Consejo Discapacidad 27/10
- Grupo trabajo organización día discapacidad: 22/04, 06/05, 23/06, 16/07, 24/09, 05/10, 13/10, 20/10, 04/11 y 26/11.

**Reuniones Fundación Jienense de Tutela**: 28/05 y 16/12.

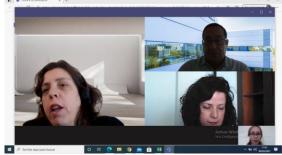
#### Reuniones técnicas:

 Reunión online con Rosa Bayarri, Presidenta de Salud Mental Valencia, el 12/02 para valorar la puesta en marcha de proyectos comunes con hermanos de personas con problemas de salud mental.

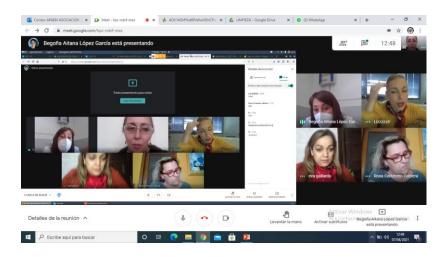




Varias reuniones con la Fundación Ayesa para valorar la posibilidad de contratar la creación de un CRM para nuestra entidad y valorar la solicitud de entrar en el programa Onthewave (09/03 y 16/03).  Con Fundación La Caixa para conocer la convocatoria 2021, el 2 de marzo.



 Reunión con la orientadora del Instituto Santa Catalina de Alejandría de Jaén para la organización de una sesión online con alumnos de dicho centro (Meet, 07/03)



- Reunión el 08/24 de coordinación con las educadoras encargadas de desarrollar la formación del Instituto Sta. Catalina para organizar la acción formativa y revisar material.
- Reuniones con el grupo de comunicación de Feafes Andalucía, una el 10/09 para organizar el Día Mundial de la Salud Mental y otra el 22/11.

#### **Otras reuniones y actos:**

- o Reunión de un grupo de miembros de Feafes-Andalucía con Manuel Prado (Responsable del Programa de Salud Mental del SAS), en Sevilla el 20/01 (asiste nuestra presidenta) y el 20/07 (asiste nuestra secretaria)
- o 10 de febrero, reunión online con el Director general de cuidados sanitarios de la Iunta de Andalucía.
- Gestiones telefónicas con intervención del Ayto. de Linares para resolver problema justificativo (13/03, 15/03)
- Nuestra presidenta formó parte del Jurado para elegir los Premios FEAFES Andalucía, por lo que se reunió en varias ocasiones con el resto de miembros del jurado, dando comienzo estas reuniones el 20/04.
- Reunión, el 14 de julio con asociaciones y concejalías de Hacienda y participación ciudadana para hacer propuestas para la modificación de convocatoria de ayudas a asociaciones.
- Reunión con las concejalías de Hacienda y Participación ciudadana y con intervención del Ayto. de Linares para estudiar el caso de nuestro expediente sancionador el 21/07.
- Reunión en nuestra sede de Jaén con un técnico del programa Inserta Empleo el 04/10,
- Reunión el 7 de octubre con Trinidad Rus, Delegada Territorial de Salud y familias de la Junta de Andalucía para tratar el tema de la reducción de personal de Salud Mental del Distrito Sanitario Jaén Nordeste.
- El 3 de noviembre nos reunimos con Encarnación Gutiérrez Ocaña, delegada territorial de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación de Jaén, para informar de las actividades actuales de FEAFES APAEM y manifestar nuestra disconformidad con la poca sensibilidad de los baremos de la dependencia hacia los problemas de salud mental.



Los esfuerzos de @feafes\_apaem pasan por promover y reivindicar medidas que contribuyan a lograr una mayor calidad de vida para los afectados desde un enfoque bio-psico-social, la generación de redes de autoayuda y solidaridad, y una mayor concienciación social.

#### @RocioRuizDom





Twittea tu respuesta

#### Tweet

@feafes\_apaem estuvo
ayer en el homenaje a los
profesionales sanitarios por su
gran labor durante la pandemia,
organizado por @saludand, con
@jesusraguirre @jamiranda\_a
@LinaGarcia\_AND @RusTrinidad
y @\_FAISEM... Un acto muy
emotivo

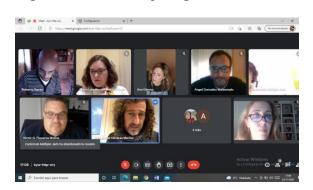


El 11 de diciembre nuestra presidenta asistió al Homenaje al personal sanitario que tanto se esforzó durante la Pandemia. El acto fue convocado por la Consejería de Salud y en él intervino Jesús Aguirre, consejero de Salud y Familias.

#### Abecedario Solidario

En 2021 se realizó la 10ª edición de la Iniciativa de Uniradio (la radio de la Universidad de Jaén) "ABECEDARIO SOLIDARIO", y se ha organizado de un modo especial: contando con la colaboración de las entidades beneficiarias de todas las convocatorias anteriores, a beneficio de los Comedores Sociales de Jaén.

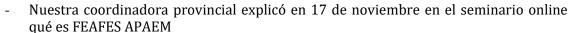
Desde nuestra Entidad, aceptamos el reto de participar de nuevo en la organización... ardua pero gratificante labor.



Esta participación consistió en asistir a varias reuniones de coordinación (15/9, 04/11, 23/11 y 14/12) y en participar en las actividades desarrolladas; de este modo:

 Nuestra Presidenta nos representó en el programa inaugural de Radio (26/10).







 Participamos con una Franja horaria en la MARATÓN DE RADIO el 16 de diciembre, que fue desarrollada por los/as chicos/as de "El Bosque Desierto" y la directora de este programa.



- Asistimos a la Gala el 16 de diciembre por la noche, y en ella pudimos realizar un reconocimiento al Exmo. Ayto. de Bailén por su apoyo a nuestro colectivo.

Para nosotros ha supuesto un honor participar en esta iniciativa.

#### Firmas de Convenios:

- 04/01 firma del Convenio con el Ayuntamiento de Linares.



- 25/03 firma del Convenio con La Rural Solidaria en Geolit



Fdo: Mª Dolores Miranda Ocaña Presidenta