

Pla d'actuació local en l'àmbit de la salut mental 2025-2028

Ajuntament d'Olesa de Montserrat



**Diputació
Barcelona**

Juliol 2024

Estudi elaborat per encàrrec i amb la col·laboració de:



Professionals participants:

Marc Serradó- Regidor de l'Ajuntament d'Olesa

Tanit Morón - Tècnica Especialista de Salut Pública

Margarida Ruiz - Tècnica Cap de Gestió de Serveis Socials

Codi PMT: 202310024295

Direcció tècnica

Laia Serra Arqué

Subsecció de Projectes i Programes d'Autonomia Personal i Dependència

Servei d'Atenció a la Dependència i la Vulnerabilitat Social

Gerència de Serveis Socials

Àrea Sostenibilitat Social, Cicle de Vida i Comunitat

Consultoria tècnica

etcèteres

Lara Varona García, Sandra Erill Insensé i Irene Moulas, sòcies treballadores de la Cooperativa Etcèteres.

© Diputació de Barcelona

Juliol 2024

Edició i coordinació: Servei d'Atenció a la Dependència i la Vulnerabilitat Social

Gerència de Serveis Socials de la Diputació de Barcelona

ÍNDEX

1. PRESENTACIÓ	4
2. INTRODUCCIÓ	5
3. MARC CONCEPTUAL, CONTEXT I ANTECEDENTS	6
3.1. MARC CONCEPTUAL	6
3.1.1. LA SALUT MENTAL AVUI. DE QUÈ ESTEM PARLANT?	6
3.1.2. ELS DETERMINANTS SOCIALS DE LA SALUT	7
3.1.3. LA SALUT MENTAL COMUNITÀRIA	9
3.1.4. EL PARADIGMA DE LA RECUPERACIÓ EN SALUT MENTAL	10
3.2. CONTEXT I ANTECEDENTS	12
4. METODOLOGIA	14
4.1. GOVERNANÇA DURANT L'ELABORACIÓ DEL PLA	14
4.2. FASES DE TREBALL	16
4.3. ESPAIS I MECANISMES DE PARTICIPACIÓ	19
4.3.1. SESSIONS AMB EL GRUP DE TREBALL DE SALUT MENTAL	19
4.3.2. LES SESSIONS DE TREBALL PARTICIPATIU	22
4.3.3. LES ENTREVISTES	26
5. PLA D'ACTUACIÓ EN L'ÀMBIT DE LA SALUT MENTAL	28
5.1. ACCIONS TRANSVERSALS	30
5.2. LÍNIA ESTRATÈGICA 1A	30
5.3. LÍNIA ESTRATÈGICA 1B	31
5.4. LÍNIA ESTRATÈGICA 1C	32
5.5. LÍNIA ESTRATÈGICA 1D	34
5.6. LÍNIA ESTRATÈGICA 2A	35
5.7. LÍNIA ESTRATÈGICA 2B	36
5.8. LÍNIA ESTRATÈGICA 2C	37
5.9. LÍNIA ESTRATÈGICA 3A	38
5.10. LÍNIA ESTRATÈGICA 3B	39
6. PROPOSTA DE GESTIÓ DE LA GOVERNANÇA I SEGUIMENT DEL PLA	41
7. BIBLIOGRAFIA	44
8. ANNEXES	47
ANNEX 1. AGRUPACIÓ I ASSOCIACIÓ DE LÍNIES ESTRATÈGIQUES A TEMÀTIQUES, OBJECTIUS I NECESSITATS IDENTIFICADES.	47
ANNEX 2. AVALUACIÓ DE LA PRIMERA RONDA DE SESSIONS PARTICIPATIVES.	56
ANNEX 3. FITXA DE RECOLLIDA DE PROPOSTES	59
ANNEX 4. GUIÓ ENTREVISTES	61
ANNEX 5. FITXES DESENVOLUPADES DE CADA PROPOSTA D'ACCIÓ	62

1. PRESENTACIÓ

Des de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat hem situat la millora del benestar emocional i de la salut mental com una prioritat política. Per aquest motiu, presentem el **Primer Pla d'Actuació Local en Salut Mental 2025-2028**, una eina local per avançar cap a un municipi més saludable, equitatiu i compromès amb el benestar de la nostra ciutadania.

La salut mental s'ha convertit en una qüestió de primer ordre, i necessitem que les polítiques públiques locals la reflecteixin com a tal. La pandèmia, la inestabilitat social i econòmica, l'increment dels problemes de salut mental en infants i joves, l'aïllament social de la gent gran o l'impacte de la precarietat laboral i l'habitatge, entre d'altres factors, han posat en evidència la necessitat urgent d'una **estratègia local que situï la salut mental al centre de l'agenda pública**.

Aquest Pla s'emmarca en el compromís municipal per una planificació estratègica en matèria de salut, reforçada amb l'aprovació del **Segon Pla Local de Salut 2024-2027**. En aquest sentit, reafirmem la nostra aposta per la **salut en totes les polítiques** i per la integració dels **determinants socials de la salut**. Som conscients que la salut mental no depèn exclusivament de l'atenció sanitària, sinó que està profundament influenciada per factors socioculturals, econòmics i ambientals. L'entorn físic, l'habitatge, la feina, la situació econòmica o les situacions de discriminació i exclusió social tenen un impacte directe en el benestar emocional de les persones.

Per abordar aquesta realitat, hem elaborat aquest Pla amb la col·laboració de professionals, entitats i ciutadania. El Pla s'articula en **tres grans eixos estratègics**, que aborden el **benestar emocional i comunitari**, l'**atenció a les necessitats específiques de diferents col·lectius** i la **integració de la salut mental en totes les polítiques municipals**. A través de **10 línies estratègiques i 31 accions concretes**, es posen en marxa iniciatives com la creació d'una **guia de recursos municipals en salut mental**, la implementació de **grups de suport per a persones cuidadores**, el desenvolupament d'**espais de benestar emocional als instituts** i millorar l'**accessibilitat i la inclusió** a instal·lacions municipals.

La salut mental és una responsabilitat compartida. Per això, aquest Pla aposta per una estratègia **comunitària, transversal i coordinada** entre tots els agents implicats. Tenim un llarg camí per recórrer per millorar el benestar emocional i la salut mental de les olesanes i els olesans. Aquest Pla és una passa ferma i compromesa de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat per assolir aquest objectiu. Convido a tota la ciutadania a conèixer el Pla i a sumar-se a aquest esforç col·lectiu. **La salut mental és cosa de tots.**

Marc Serradó i Mestres

Primer Tinent d'Alcaldia i Regidor de Salut Pública

2. INTRODUCCIÓ

La salut mental és, segons l'Organització Mundial de la Salut, un estat de benestar mental, una part fonamental de la salut i un dret humà fonamental i element essencial per al desenvolupament personal, comunitari i socioeconòmic (OMS, 2022). En canvi, històricament, la salut mental ha estat l'àmbit més desprotegit de les polítiques socials i de salut, que, adherit a l'escassa valoració social rebuda i l'estigma associat, ha generat una baixa reclamació d'atenció i d'inversió.

Avui dia, **la salut mental es concep ja com una part essencial del benestar de les persones**. En els darrers anys, i també com a efecte de la pandèmia de la Covid-19 i el context econòmic i social actual, la salut mental de la població (de tots els grups d'edat, però especialment d'infants i joves) es troba en situació de major risc. Així mateix, hi ha un major interès social per els trastorns mentals i les seves conseqüències. De fet, la Unió Europea ja considera com a objectiu fonamental la seva atenció, tal com es defineix a l'Acció Conjunta per la Salut Mental i el Benestar (Caldas Almeida, Mateus i Tomé, 2015) o al Pla d'Acció Europeu per la Salut Mental (OMS, 2015).

Un dels principals objectius i reptes de l'Ajuntament **d'Olesa de Montserrat** és la cura per la salut mental. És per això que el municipi compta amb un Grup de treball de Salut Mental des de fa tres anys, format actualment per una dotzena de professionals de diversos serveis que atenen a la ciutadania del municipi i estan compromesos amb la salut mental. També es va desenvolupar una diagnosi en l'àmbit de la salut mental durant els primers set mesos de l'any 2023, que ha servit de base per el treball que es descriu a continuació.

El present **Pla d'Actuació en Salut Mental** ha comptat amb la participació de més de 100 persones de diverses institucions, serveis i entitats. Aquestes han participat en el procés de priorització dels principals objectius que sorgeixen de la diagnosi i han realitzat una tasca de treballar plegades per trobar-hi respostes. L'elaboració d'accions concretes que es presenten al final del document, fruit d'aquest procés de coproducció amb perspectiva comunitària, persegueixen que **Olesa de Montserrat esdevingui un municipi més saludable**.

El present document inclou un marc conceptual i els antecedents de referència, la metodologia emprada, i les principals línies estratègiques i accions a desenvolupar.

3. MARC CONCEPTUAL, CONTEXT I ANTECEDENTS

○ 3.1. MARC CONCEPTUAL

3.1.1. LA SALUT MENTAL AVUI. DE QUÈ ESTEM PARLANT?

La salut mental es defineix per l'OMS (2022) com “un estat de benestar mental, que va més enllà de l'absència de trastorns mentals, que permet a les persones fer front als moments d'estrès de la vida, desenvolupar totes les seves habilitats, poder aprendre i treballar de manera adequada i contribuir a la millora de la seva comunitat”.

Al llarg de la història, aquest concepte ha evolucionat sempre de la mà de la societat del moment, les creences religioses i la cultura, i s'ha abordat des de models que fins i tot han arribat a vulnerar els drets humans.

En l'actualitat, una part de la ciutadania encara té prejudicis, estigmatització i desconeixença de la salut mental. La salut mental no deixa de tenir encara prejudicis, estigmatització i desconeixença en la ciutadania en general. Per sort, cada cop s'abandona més la idea que hi ha ments que funcionen bé i altres que no, que la figura professional és l'única que pot opinar sobre la temàtica i que les evidències científiques només es poden trobar en estudis quantitius.

Si s'entén que històricament parlant, hi ha hagut una cultura al voltant de com s'ha tractat la salut mental, s'entén que tots els elements que se'n deriven dependran de la visió del Zeitgeist (esperit de l'època).

Com bé indica Javier Erro en “Pájaros en la Cabeza” (2021), la cultura és una sèrie d'idees al voltant de diferents conceptes que determinen la forma que prendran les diferents pràctiques socials: les transformacions en una cultura produeixen canvis en les pràctiques socials i viceversa. Des d'aquesta perspectiva, ha existit i existeix una cultura de la salut mental que ha anat evolucionant, canviant de conceptualitzacions, lògiques i pràctiques al llarg de la història i està associada, per tant, a un context determinat relatiu a cada època.

Així, es vol recalcar que en el present Pla d'actuació local en l'àmbit de la salut mental, tot i encara prevaldre mancances socials al respecte, se centrarà en tres idees bàsiques:

1. La salut mental com un continu, és a dir, la idea que totes les persones tenim salut mental i som susceptibles de patir problemes de salut mental.
2. La participació com a eix vertebrador de coneixement, per tant, la importància de les anàlisis qualitatives per incloure les experteses en primera persona.

3. La salut mental entesa com un global d'esdeveniments. No només relativa als agents públics de la salut, sinó quelcom traspassable a la comunitat que també compleix tasques al voltant d'aquesta.

Així s'analitzaran a continuació, elements tan imprescindibles com els determinants socials de la salut, la salut mental comunitària i el paradigma de recuperació en salut mental. Aspectes que es tindran presents a l'hora de l'elaboració del Pla.

Els determinants socials de la salut mental, que són aquells factors que determinen l'estat de salut de les persones, ens permeten elaborar la idea que els possibles trastorns mentals no són deguts només a causes biològiques, sinó que també hi contribueixen factors contextuals. Així doncs hi ha marge per prevenir i intervenir des de diferents perspectives a part de la psiquiàtrica i la psicològica.

La salut mental comunitària permet incloure més agents clau en l'àmbit de la salut que formen part del teixit associatiu i que són essencials per generar aliances i treball en xarxa.

Finalment el paradigma de la recuperació ens enfoca cap a una visió més holística i participativa de la persona que pateix malestars psíquics.

3.1.2. ELS DETERMINANTS SOCIALS DE LA SALUT

L'OMS defineix la salut com l'estat de benestar físic, social i mental, el qual no està únicament determinat per l'absència de patologia, raó per la qual hauria de ser abordada en tota la seva complexitat i no només des d'un enfoc biomèdic.

De fet, l'evidència actual demostra que no podem limitar la salut a l'entorn sanitari, ja que només el 20% de la salut de les persones està determinat per l'accés i la qualitat d'aquest. La salut és el resultat de la relació entre les persones i l'entorn físic i social, i **s'estima que un 80% dels determinants de la salut són fora del sistema sanitari** (Pla de Salut de Catalunya, 2021).

Els determinants socials de la salut són el conjunt de **factors personals, socials, econòmics i ambientals** que determinen l'estat de salut de les persones i/o de les poblacions (Ávila, 2009); són les condicions en què les persones neixen, creixen, viuen, treballen i envelleixen, condicions configurades per la distribució dels diners, el poder i els recursos (Compton, 2015).

D'aquestes definicions s'extreuen, per tant, dues idees claus:

- Totes les persones són susceptibles de patir problemes de salut mental associats a canvis socials, estils de vida poc saludables, relacions

familiars disfuncionals, a pràctiques socials i polítiques adverses, la pobresa, l'abandonament, la intolerància, l'estigma i la discriminació (Malvárez, 2011).

- Aquestes circumstàncies augmenten (factors de risc) o disminueixen (factors protectors) el risc a emmalaltir al llarg dels diferents cicles de la vida.

Taula 1. Factors de risc i protectors dels problemes de salut mental (OMS, 2011).

	FACTORS DE RISC	FACTORS PROTECTORS
<i>Atributs individuals</i>	● Baixa autoestima ● Poca maduresa emocional ● Dificultats per a la comunicació ● Malalties, abús de substàncies	● Autoestima, confiança ● Habilitat per solucionar problemes, i gestionar les adversitats i l'estrès ● Habilitats comunicatives ● Salut física
<i>Circumstàncies socials</i>	● Solitud no desitjada ● Conflictes familiars i socials ● Exposició a violència i abusos ● Ingressos baixos i pobresa ● Dificultats o fracàs escolar ● Atur o estrès a la feina	● Suport social i familiar ● Bones relacions familiars i recolzament parental ● Sensació de seguretat ● Estabilitat econòmica ● Èxit escolar ● Satisfacció laboral
<i>Factors ambientals</i>	● Falta d'accés a serveis bàsics ● Discriminació i injustícia ● Desigualtat social i de gènere ● Exposició a guerra i desastres	● Accés a serveis bàsics ● Justícia social, tolerància, integració i igualtat ● Seguretat física

Els determinants socials de la salut mental també estan travessats pels **eixos de desigualtat**, que poden produir formes específiques de discriminació, com ara: el gènere, l'edat, la classe social, l'estatus migratori, el territori, etc. i determinen jerarquies de poder en la societat.

Aquests eixos determinen les oportunitats de tenir una bona salut i salut mental, i **posen en evidència l'existència de desigualtats en salut** degut al poder, el prestigi i l'accés als recursos. Les persones més beneficiades són les classes socials privilegiades, els homes, les persones d'edat més jove i adulta, de raça blanca i les originàries de les àrees geogràfiques més riques. Els eixos de desigualtat estan relacionats també amb el concepte de discriminació o de les relacions injustes basades en pràctiques institucionals o interpersonals on els membres d'un grup dominant adquireixen privilegis a base de subordinar als altres (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2015; Krieger et al., 2005). Així, tant l'anàlisi de les desigualtats en salut mental com les

intervencions, han de considerar no només els determinants socials sinó també els diferents eixos de desigualtat.

Taula 2. Els eixos de desigualtat

Alguns dels eixos de desigualtat, sempre en construcció i canvi, que s'han de tenir presents per si incideixen en la salut mental són:

- Gènere i orientació sexual
- Origen, racialització i diversitat ètnica, cultural i religiosa
- Classe social
- Edat
- Diversitat funcional
- Cànon estètic
- L'estat de salut
- Identitat nacional
- Llengua o idioma
- Ideologia
- Maternitat o paternitat
- Món urbà i rural
- Casta, indigeneïtat o nomadisme

3.1.3. LA SALUT MENTAL COMUNITÀRIA

Tal com s'ha indicat anteriorment, les evidències científiques conclouen que la nostra salut mental ve determinada per una combinació àmplia de condicions. Per atendre-la, **cal transcendir la dimensió individual de l'assistència clínica, centrada en "el malalt"**, per projectar-se en la comunitat i els recursos, i plantejar aquesta dimensió col·lectiva també com a objectiu en la promoció, prevenció i protecció de la salut.

La **perspectiva comunitària de la salut mental** pretén donar una resposta col·lectiva a les necessitats sentides per la població; és la dimensió col·lectiva en relació i aquella que considera també els vincles entre les persones, els quals a l'igual que els determinants socials de la salut mental, són particulars per a cada comunitat.

Taula 3. La salut mental comunitària

La salut mental comunitària pretén...

- Promoure la proximitat dels recursos assistencials a l'entorn relacional de les persones.

-
- Establir objectius i mètodes de treball diferents, amb perspectiva comunitària.
 - Produir canvis positius en les institucions i en la mateixa comunitat.
 - Modificar els factors que predisposen la malaltia (possibilitar major benestar).
 - Entendre i atendre la complexitat.

La salut mental comunitària requereix...

- Accions realitzades amb i des de la comunitat.
- Objectius comuns: una aposta clara des de les diferents disciplines i agents socials.
- Aliances, sinergies i treball en xarxa.

3.1.4. EL PARADIGMA DE LA RECUPERACIÓ EN SALUT MENTAL

Com ja s'ha indicat anteriorment, en els models tradicionals de tractament de la salut mental l'atenció ha estat posada exclusivament en el trastorn mental, el control dels símptomes (model biomèdic), i en l'adaptació funcional de la persona a la societat (model de rehabilitació psiquiàtrica) (Pilgrim, 2008).

No obstant això, actualment a Catalunya i a altres territoris ens trobem en un moment de canvi de paradigma en la comprensió i abordatge de la salut mental i els patiments psicosocials. Des de la creació del Pla Integral de Salut Mental i Addiccions 2017-2019, la planificació estratègica de la salut mental a Catalunya s'orienta des del **model de la recuperació**, model que va néixer dels moviments pels drets civils i, especialment, dels moviments de supervivents de la psiquiatria, crítics amb la vulneració dels Drets Humans (Sampietro, 2020).

El principal gir que introdueix el canvi de paradigma és que l'abordatge dels problemes de salut mental es centra en el ***desenvolupament d'una vida satisfactòria i d'un projecte de vida*** acord a les pròpies preferències i valors de les persones, independentment de que hi hagi simptomatologia o no (Sampietro, 2020).

El paradigma de la recuperació passa per donar importància a construir una identitat no malalta que eviti la cronificació dels diagnòstics psiquiàtrics que categoritzen a les persones, i per tant, l'aparició de l'estigma i l'autoestigma vinculat. Es canvia l'enfoc: d'allò patològic a la resiliència, a les capacitats i els recursos propis i del nostre entorn que faciliten portar una vida plena, malgrat les dificultats del patiment psicosocial.

Aquest model passa també per comptar amb els moviments activistes en primera persona i familiars a l'hora de crear les estratègies territorials, de manera que s'inclogui l'atenció basada en els drets humans com un dels eixos estratègics.

Taula 4. La recuperació

- És un procés personal, propi de cada persona.
- Suposa un canvi de rol, d'actituds i de valors.
- Requereix esperança, creure que es pot fer.
- Suposa viure una vida satisfactòria, aportant a la nostra comunitat.
- És independent de la malaltia/trastorn, no es redueix a la patologia.
- Implica trobar un sentit a la vida, sovint amb nous objectius.

És fonamental que la salut mental s'incorpori en espais no sanitaris, i **tampoc hi ha recuperació sense comunitat**: la solitud i l'aïllament, la manca de respecte i de diversitat, l'exclusió cultural, renegar dels nostres valors i identitat, en altres factors, impossibiliten la recuperació. El model de recuperació es basa en l'enfortiment de la xarxa relacional, dels vincles amb la família, amistats, veïns i veïnes, etc.

La **resiliència comunitària**, directament relacionada amb el paradigma de la recuperació, és la capacitat col·lectiva de respondre davant de situacions traumàtiques (siguin ambientals o d'altres característiques), i reafirmar-se de manera conjunta, no exclusivament a tornar al mateix punt de partida, sinó haver-se transformat per continuar tirant endavant.

Taula 5. Característiques de la resiliència individual i comunitària (Uriarte, 2013).

INDIVIDUAL	COMUNITÀRIA
● Autoestima ● Temperament ● Regulació de les emocions ● La funció intel·lectual ● La percepció de control ● La iniciativa, perseverança i determinació ● Els mecanismes de defensa ● La mentalització ● Aptituds artístiques ● Habilitats socials i relacionals ● Creences i valors ● Cerca de sentit	● L'estructura social cohesionada ● L'honestedat governamental ● La identitat cultural ● Autoestima col·lectiva ● L'humor social ● Cures ● Interdependència i ecodependència ● Vulnerabilitat ● Tenir present la interseccionalitat/eixos de desigualtat

En conclusió, el present Pla pren com a guia els diferents conceptes i perspectives desenvolupades, i vol:

- Garantir la incorporació de les diferents experiències i vivències al voltant de la salut mental,
- Trascendir la patologia i els diagnòstics, i així també arribar a veus

diverses, que puguin ser llum de necessitats presents i d'aquelles que queden més invisibilitzades,

- Incorporar la perspectiva de l'acció comunitària, que serà essencial per revertir les problemàtiques i potenciar els actius del municipi d'Olesa de Montserrat.

○ 3.2. CONTEXT I ANTECEDENTS

Olesa de Montserrat és un municipi que des dels darrers anys compta ja amb un seguit d'iniciatives vinculades a la salut mental i el benestar emocional de la seva població.

La darrera acció, en l'any 2023 i amb el suport de la Diputació de Barcelona, va ser l'elaboració de la **Diagnosi en l'àmbit de la Salut Mental (2023)** del municipi, un treball d'anàlisi de les diferents veus escoltades durant el procés en relació a la percepció en salut mental a Olesa i de les diferents bases de dades existents amb indicadors vinculats al benestar emocional de la ciutadania. A continuació es presenta el DAFO resum de les principals conclusions d'aquest estudi.

És d'aquesta diagnosi des d'on es desprèn el present **Pla d'Actuació en l'àmbit de la Salut Mental (2024)**, que ha partit dels actius i necessitats identificades, així com de la primera proposta de línies estratègiques de treball que recollia.

A més de la Diagnosi, Olesa de Montserrat compta amb el seu **Pla Local de Salut, (PLS, 2019-2023)**, pla **que s'està actualitzant durant aquest 2024**, paral·lelament a l'elaboració del Pla d'Actuació en Salut Mental. És per això que, com es veurà més endavant, s'ha inclòs la coordinació pertinent amb el PLS per evitar possibles solapaments entre processos i continguts.

Vinculades amb el Pla Local de Salut, el **Departament de Salut Pública de l'Ajuntament**, organitza activitats de promoció de la salut amb l'objectiu de promoure hàbits saludables. Per a la salut mental en concret, destaca el programa **Olesa, Fem Salut**, que ofereix activitats en l'entorn urbà i natural del municipi, cursos de salut emocional, tallers adreçats als centres educatius de primària i secundària, un projecte de suport a les famílies i el projecte de salut comunitària i prescripció social per a la promoció d'alternatives no sanitàries a pacients amb símptomes lleus i moderats relacionats amb malestars de la vida¹.

D'altra banda, cal esmentar també el **Grup de treball de Salut Mental d'Olesa de Montserrat**, constituït l'any 2021 i conformat per diverses institucions,

¹ Informació extreta de la Diagnosi en l'àmbit de la salut mental (2023) .
<https://www.olesademontserrat.cat/sites/default/files/2023-12/Diagnosi%20Salut%20Mental.pdf>

departaments i entitats que treballen per l'erradicació de l'estigma i la discriminació al territori per motius de salut mental, garantir els drets humans de les persones i establir mecanismes de treball en xarxa de tots els agents implicats per tal d'assolir una millor coordinació en l'atenció integral de la salut mental al municipi. Aquest Grup de treball ha format part de la governança durant l'elaboració del present Pla d'Actuació, com es descriurà més endavant.

DAFO de les principals conclusions del a Diagnosi de Salut Mental.

Debilitats

- Barris de muntanya amb poca freqüència de transport públic. Bus urbà no connectat amb tots els punts de mobilitat a hores punta.
- Manca d'espais per fer certes activitats.
- La ubicació del Casal Cívic (que depèn de la Generalitat) és poc cèntrica.
- Dèficit de zones verdes dins la trama urbana.
- Manca de servei de cangur públic i/o per persones dependents.
- Manca d'efectivitat en comunicació i prevenció d'addicció a pantalles.
- Manca d'un Consell d'Infància.
- Absència d'una regulació de subvencions específica per entitats esportives que inclogui criteris d'inclusió i de salut mental.
- Manca de Pla d'Envel·liment.
- Manca de programes d'acompanyament per persones cuidadores de persones amb problemes de SM.
- Manca de campanyes sobre pantalles i XXSS en grups de criança, etc.

Fortaleses

- Projectes de cessió de sòl municipal per habitatge assequible/rehabilitació/cooperatiu.
- Identificació d'actuacions en via pública en termes d'accessibilitat
- Existència de tallers ocupacionals
- Equipament, programes i projectes disponibles com Centre Obert, Olesa a l'aguait, Educadors de carrer durant la nit a la festa major, Cabalbaix, CAS, Escolta Jove, SIAD, Teràpia familiars, tallers de benestar emocional i grups de criança.
- L'Ajuntament col·labora amb entitats en quant a acompanyaments, realització de tallers de memòria, etc.
- Hi ha una alta demanda d'espais esportius municipals.
- Existència d'un Pla Director del Verd Urbà
- Existència d'un Pla d'Iguatit i Pla de Salut
- Existència al municipi d'una Xarxa d'Infància i Adolescència, d'un Grup de treball de Salut Mental (i diverses comissions) i d'una Taula de Salut.
- Oferta de tallers ocupacionals a Cal Rapissa
- Es destinen recursos municipals al SAD i a Teleassistència
- Existència d'un catàleg municipal d'activitats per escoles (estudiants, famílies, etc.)
- RBEC
- S'han realitzat xerrades de prevenció del suïcidi.

Amenaces

- Problemes de mobilitat de la ciutadania (falta de transport públic, carrers poc accessibles, etc.)
- Transport públic deficient cap a Terrassa; no hi ha bus nit cap a Barcelona.
- Oferta insuficient d'habitatge de lloguer econòmicament assequible.
- Dificultat d'emancipació del jove de la comarca
- Saturació dels serveis públics i gratuïts de salut mental.
- Manca de recursos especialitzats en SM.
- Presència de sobrecàrrega de cures, especialment en les dones.
- Detecció de situacions de violència (assetjament escolar, ciberassetjament, violència masclista, etc.).
- Increment del consum de substàncies.
- Augment de l'ús problemàtic i abús de les xarxes socials i els dispositius electrònics entre el jove.
- Manca d'eines per a la identificació i la gestió de les pròpies emocions i sentiments.
- Augment en el nombre d'autòlisis i intents autolítics entre el jove.

Oportunitats

- Entorn natural accessible per fer activitats a l'aire lliure
- Tendència decreixent de l'atur en el municipi
- Existència d'una àmplia oferta d'entitats i associacions al territori.

4. METODOLOGIA

El desenvolupament del Pla d'actuació local en l'àmbit de la salut mental d'Olesa de Montserrat ha tingut una durada total de 8 mesos, iniciant-se al novembre de 2023 amb la primera reunió de llançament, i finalitzant al juliol de 2024 amb l'entrega de la documentació resultant.

Durant aquest temps, s'ha emprat una metodologia concreta basada en una sèrie de **principis i valors que han guiat el procés** al llarg dels mesos de treball en el municipi. Aquests són:

- **La responsabilitat i participació** davant la promoció de la salut per part dels diferents actors del municipi (polítics, professionals i socials).
- **La consciència i el pensament crític** davant els determinants i actius en salut del municipi.
- **L'ecologia dels sabers**. Tots els actors d'un entorn local tenen sabers i coneixements útils per enfortir i mobilitzar accions de promoció de la salut.
- **La construcció comunitària** per afavorir l'articulació de sabers, persones, grups, xarxes i comunitats des dels desitjos de solidaritat, tolerància, respecte, suport mutu i reciprocitat davant la promoció de la salut.
- **El compromís social i l'equitat en salut**, articulant el dret de tothom a la salut com a recurs per a la vida, en especial el dret de les persones i col·lectius en situació de major vulnerabilitat.

○ 4.1. GOVERNANÇA DURANT L'ELABORACIÓ DEL PLA

La governança d'aquest procés ha estat definida per dos espais diferenciats: el Grup Motor (GM) i el Grup de treball en Salut Mental.

EL GRUP MOTOR:

El Grup Motor ha estat format per 7 membres representants de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat, de la Diputació de Barcelona i de l'empresa consultora, facilitadora del procés, la Cooperativa Etcèteres.

Taula 6. Composició del Grup Motor

Participant	Càrrec
Ajuntament d'Olesa de Montserrat	
Marc Serradó	Regidor Ajuntament d'Olesa.
Tanit Morón	Tècnica Especialista de Salut Pública.
Margarida Ruiz	Tècnica Cap de Gestió de Serveis Socials.
Diputació de Barcelona	
Laia Serra Arqué	Tècnica de gestió de projectes.
Cooperativa Etcèteres	
Lara Varona García	Tècnica de salut comunitària.
Sandra Erill Insensé	Tècnica de salut comunitària.
Irene Moulas	Tècnica de salut comunitària.

El rol i tasques del Grup Motor s'han centrat, principalment en:

- Validar el pla de treball i enfoc conceptual i metodològic del Pla d'Actuació.
- Col·laborar en la definició de les persones participants en els diferents espais de participació i realització de la convocatòria.
- Organitzar la logística dels espais de participació.
- Donar a conèixer el procés i l'estat del procés al Grup de treball en Salut Mental i a les persones participants.
- Mantenir el seguiment general del procés i facilitar el seu desenvolupament.
- Aprovar el resultat final del Pla.

El Grup Motor s'ha reunit en dos moments durant el procés d'elaboració del Pla, atenent a les necessitats de cada fase.

- 03/11/2023 Reunió de llançament.
- 21/12/2023 Reunió de seguiment del procés.

EL GRUP DE TREBALL EN SALUT MENTAL D'OLESA DE MONTSERRAT

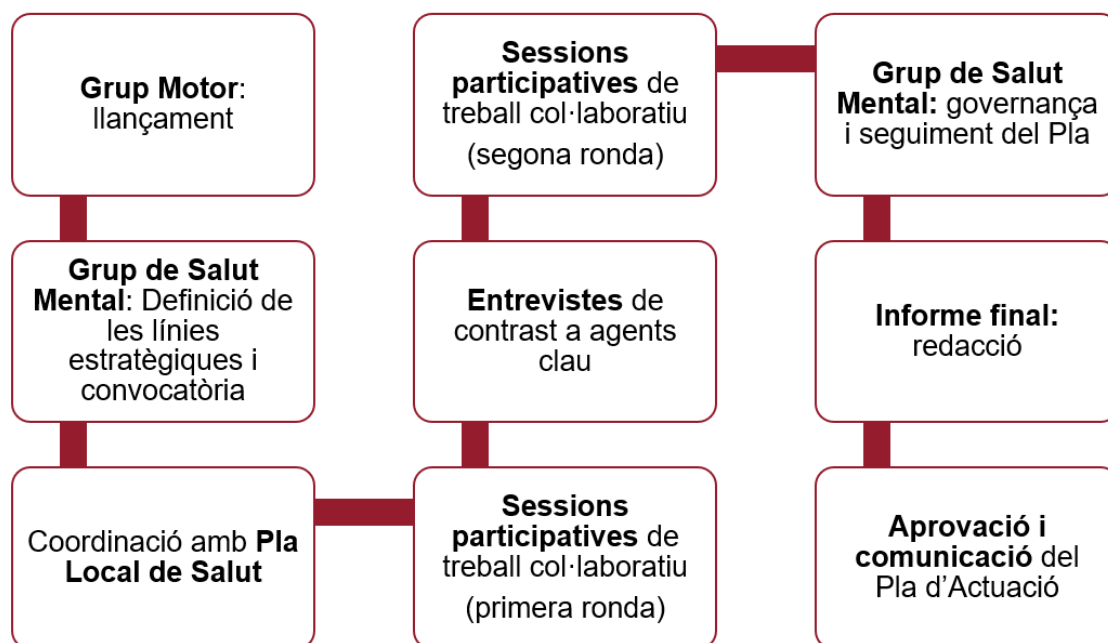
Olesa de Montserrat compta amb el Grup de Treball en Salut Mental del municipi, constituït a l'any 2021 i que té, entre altres objectius, la sensibilització i el trencament d'estigmes en relació amb les persones afectades per algun trastorn de salut mental.

Durant l'elaboració del Pla d'Acció en Salut Mental s'ha comptat amb aquest grup de treball per:

- Consensuar les línies estratègiques del Pla
- Definir els grups de treball en les sessions participatives
- Plantejar els agents a convocar per a cada sessió i preparar la convocatòria
- Aprovar el calendari de trobades participatives
- Concretar la governança i seguiment del Pla

○ 4.2. FASES DE TREBALL

Durant el procés d'elaboració del Pla d'Actuació s'han diferenciat, per ordre, les fases que es descriuen a continuació:



- **Pla de treball i creació dels espais de coproducció: treballs inicials amb el Grup Motor.**

El treball inicial amb el Grup Motor s'ha centrat en presentar la proposta metodològica, compartir el context actual i les expectatives a assolir, per

poder fer les adaptacions corresponents al procés i validar, finalment, el pla de treball.

- **Definició de les línies estratègiques i organització de la convocatòria amb el Grup de treball de Salut Mental.**

Es realitza una sessió de treball amb els membres del Grup de Treball de Salut Mental per a, principalment, validar les línies estratègiques i agrupació d'aquestes, configurar els grups de treball de cara a les convocatòries de les sessions participatives i realitzar una primera aproximació als serveis i entitats que es convidaria a participar en cada sessió participativa.

- **Coordinació amb el Pla Local de Salut**

L'elaboració del Pla d'Actuació en Salut Mental ha coincidit amb l'actualització del Pla Local de Salut municipal (PLS). Per això, en el mes de gener, es realitza una entrevista a un dels integrants de l'equip tècnic de la consultora Spora per tal de, principalment, identificar punts o línies en comú entre plans perquè aquests no se solapin.

- **Sessions de treball participatiu, primera ronda.**

Es realitzen tres sessions de treball participatiu, una per cada eix de treball. Els objectius d'aquestes són: presentar breument els resultats de la diagnosi, explicar la metodologia i fases de l'elaboració del Pla d'Actuació, prioritzar conjuntament els objectius de les línies estratègiques, i fer una primera proposta d'accions per donar resposta als objectius prioritzats.

- **Entrevistes de contrast.**

De cara a poder contrastar les idees i informació sorgida en les primeres sessions de treball, es realitzen entrevistes amb agents clau que permeten aterrar certes accions treballades, per tal de completar-les en la segona fase del procés d'elaboració del Pla.

- **Sessions de treball participatiu, segona ronda.**

Un cop incorporada la informació extreta de les entrevistes en les propostes d'acció, es realitza la segona ronda de sessions participatives. L'objectiu principal d'aquestes és aprofundir en els aspectes pendents de desenvolupar de cada acció.

- **Definició de la governança i seguiment del Pla amb el Grup de Treball de Salut mental.**

Finalitzades les sessions de treball i entrevistes, es realitza una sessió amb el Grup de Treball de Salut Mental per definir conjuntament com fer el seguiment de les actuacions i quina serà la governança del Pla de Salut Mental un cop s'aprovi el mateix.

- **Redacció de l'informe final.**

A continuació, es procedeix a compilar tota la feina feta i redactar el present document, que incorpora el marc conceptual, metodològic i el Pla d'Actuació en sí mateix. Aquesta fase també contempla les revisions pertinents del document.

- **Aprovació i comunicació del Pla d'Actuació en Salut Mental.**

El Grup Motor aprova l'informe i la informació recollida en aquest, per després fer-ho públic i fer la devolució corresponent a la comunitat d'Olesa de Montserrat i a totes aquelles persones que han participat posant-hi la seva veu i el seu temps.

Aquestes fases han estat acompanyades d'un sistema de coordinació, seguiment i avaluació continua a través de la feina feta amb el Grup Motor.

Taula 8. Calendari d'execució

	2023		2024								
	N	D	G	F	MÇ	AB	MG	JN	JL	AG	S
Treball GM											
Grup Salut Mental											
Coordinació amb PLS											
Sessions treball I											
Entrevistes											
Sessions treball II											
Grup Salut Mental											
Informe											
Aprovació i comunicació											
Coordinació, seguiment, avaluació											

○ 4.3. ESPAIS I MECANISMES DE PARTICIPACIÓ

El treball realitzat s'ha fet principalment a través de tres espais o eines de participació: les sessions amb el Grup de Treball de Salut Mental, les sessions de treball participatiu i les entrevistes. A continuació es detallaran aquests mecanismes i mode de funcionament durant l'elaboració del Pla d'Actuació en Salut Mental d'Olesa de Montserrat.

4.3.1. SESSIONS AMB EL GRUP DE TREBALL DE SALUT MENTAL

D'aquest equip, han participat un total de 12 persones:

Taula 7. Participants del Grup de Treball en Salut Mental d'Olesa de Montserrat

Participant	Càrrec
Tanit Morón	Tècnica Especialista de Salut Pública.
Margarida Ruiz	Tècnica Cap de Gestió de Serveis Socials.
Rocío Martínez	Treballadora social CSMA Martorell
Cristina Boria	Tècnica d'infància i adolescència
Laura Medina	Tècnica del Servei d'Inserció de la fundació privada Àuria
Marta Lòpez	Treballadora Social del CAS
Anna Castro	Treballadora Social del CAP Olesa de Montserrat
Paula Torner	Referent de Benestar Emocional i Comunitari del CAP Olesa de Montserrat
Esther Ferro Yesto	Referent de Benestar Emocional i Comunitari del CAP Olesa de Montserrat
Esther Àlvarez	Serveis Socials Olesa de Montserrat
Pepi Boada	Treballadora Social Serveis socials Olesa de Montserrat
Eli Linares	Treballadora Social Serveis socials Olesa de Montserrat

El grup de treball s'ha reunit en dues ocasions durant l'elaboració del Pla d'Actuació:

- Definició de línies estratègiques i convocatòria - 01/12/2023
- Definició de la governança i seguiment del Pla - 03/05/2024

Aquests espais han estat dinamitzats per l'empresa consultora, la Cooperativa Etcèteres, amb l'acompanyament de la Diputació de Barcelona.

A. DEFINICIÓ DE LES LÍNIES ESTRATÈGIQUES I EIXOS TREBALL

El primer repte per començar a desenvolupar el Pla de manera participada, va ser acabar de definir les línies estratègiques que s'apuntaven de manera molt genèrica en la Diagnosi en l'àmbit de Salut Mental d'Olesa de Montserrat.

Les línies estratègiques de partida eren:

Taula 9. Línies estratègiques de la Diagnosi en l'àmbit de la salut mental.

Diagnosi Salut Mental 2021

-
- Millorar les capacitats d'afrontament de la població, promocionar estratègies d'autocura i eines de gestió emocional.
 - Incrementar l'atenció i el suport psicosocial a les persones cuidadores, en especial a aquelles que manifesten tenir sobrecàrrega de treball.
 - Aprofundir en l'abordatge de la intersecció entre salut mental i consum de xarxes socials/pantalles.
 - Impulsar projectes que facilitin les relacions socials i la participació cultural, esportiva i comunitària de tota la ciutadania.
 - Assegurar la garantia de drets, la lluita contra l'estigma i la plena participació en tots els àmbits de la vida de les persones amb problemàtiques de salut mental.
 - Garantir que l'eix de la salut mental estigui present en totes les polítiques públiques del municipi.
 - Impulsar recursos de salut mental específics per adolescents i joves enfocats a la promoció d'hàbits i relacions saludables.
 - Treballar per la detecció de malestars emocionals en la gent gran i generar respostes adequades a aquesta població.

Les línies estratègiques proposades a la diagnosi, partien de l'anàlisi de la informació obtinguda i de la identificació per part del Grup Motor d'altres aspectes a millorar. A l'inici del procés de treball de Pla es convoca l'espai del **Grup de Treball en Salut Mental** amb l'objectiu de consensuar les línies estratègiques definitives i agrupar aquestes per la formació de les sessions de treball col·laboratiu. En l'Annex 1 es pot trobar l'agrupació i associació completa de les línies a temàtiques, objectius i necessitats identificades.

En aquesta sessió s'acorden les línies estratègiques i el següent aplegament:

EIX 1: Benestar emocional i comunitari

L1A. Millora de les capacitats d'autocura i de gestió emocional amb la facilitació d'estratègies i eines adients.

L1B. Impulsar projectes que facilitin les relacions socials i la participació cultural, esportiva i comunitària. socials, l'ajuntament i xarxes de suport mutu

L1C. Assegurar la garantia de drets, la lluita contra l'estigma i la plena participació en els diferents àmbits de la vida de les persones amb PSM, durant tots els cicles de la seva vida.

L1D. Incrementar l'atenció i suport psicosocial a les persones cuidadores amb sobrecàrrega de treball (familiars de nadons, de persones grans, familiars de persones amb dependència o amb trastorn mental).

EIX 2: La salut mental en els diferents col·lectius

L2A. Abordar de manera integral la promoció d'hàbits saludables de salut mental i relacionals entre la població adolescent i jove, i el seu entorn sociofamiliar. Posant especial èmfasi en l'impacte del consum de xarxes socials/pantalles en el seu benestar emocional.

L2B. Treballar per la detecció de malestars emocionals en la gent gran i generar respostes adequades per aquesta població.

L2C. Reduir el consum substàncies tòxiques entre la població adulta.

EIX 3: La salut mental dins de l'administració i la promoció cap enfora.

L3A. Garantir que l'eix salut mental estigui present en totes les polítiques públiques del municipi

L3B. Millorar el benestar emocional dels professionals dels serveis.

L3C. Dissenyar l'estratègia per obtenir dades quantitatives en relació a la salut mental de la població d'Olesa de Montserrat.

PARTICIPACIÓ I CALENDARI

En aquesta primera sessió van participar un total d'11 persones.

Taula 10. Persones assistents a la primera sessió amb el Grup de Treball de Salut Mental.

Tipologia	Nombre de persones	%
Ajuntament d'Olesa de Montserrat	6	54,5%
Entitats Salut Mental	1	9%
Institucions Sanitàries	4	36,5%
TOTAL	11	100%

B. DEFINICIÓ DE LA GOVERNANÇA I MECANISMES DE SEGUIMENT DEL PLA

La segona reunió del Grup de Treball de Salut Mental va ser convocada un cop finalitzada la fase participativa, amb els objectiu de:

- Concretar la governança i mètodes de seguiment i avaluació del Pla
- Crear propostes d'escenaris per aconseguir la creació de comissions i grups de treball que despleguin les accions prioritzades.
- Revisar l'índex del document de Pla d'Actuació en Salut Mental

Les conclusions i els acords presos s'exposen en l'apartat *Governança i Seguiment del Pla*, que es trobarà més endavant.

PARTICIPACIÓ I CALENDARI

En aquesta convocatòria van participar un total de 6 persones.

Taula 11. Persones assistents a la primera sessió amb el Grup de Treball de Salut Mental.

Tipologia	Nombre de persones	%
Ajuntament d'Olesa de Montserrat	2	33,3%
Entitats Salut Mental	1	16,7%
Institucions Sanitàries	3	50,0%
TOTAL	6	100%

4.3.2. LES SESSIONS DE TREBALL PARTICIPATIU

A continuació es descriu l'organització, la metodologia i la participació del que ha estat l'eix central del procés d'elaboració del Pla: les sessions de treball participatiu.

CONVOCATÒRIA

La detecció de les persones imprescindibles a participar en cadascuna de les sessions es va definir des del Grup de Treball en Salut Mental durant la primera reunió de treball amb aquest equip. Les persones a convocar es van escollir cuidant que la seva experiència laboral i personal estigués vinculada a la temàtica treballada en la línia estratègica a la qual eren convidades. No obstant això, se'ls hi va oferir participar també en altres línies o sessions si així ho consideraven.

Posteriorment, va ser el Grup Motor qui es va encarregar de fer arribar la convocatòria als diferents agents a través de correus electrònics i trucades i fer el seguiment corresponent.

METODOLOGIA

Amb cada eix de treball es realitzen dues sessions participatives, **treballant amb 10 subgrups** (un per cada línia estratègica) **en un total de 6 sessions**. La metodologia i els objectius es descriuen a continuació, tot i que cadascuna ha tingut lleugeres adaptacions segons les necessitats de cada espai:

SESSIÓ 1

Durant la primera ronda de sessions dels tres eixos, de 2 hores de durada, existeix una part compartida amb totes les persones assistents i una altra on la sessió es divideix en grups reduïts/subgrups, segons les línies estratègiques a treballar.

Objectius de la part compartida:

- Compartir una breu presentació dels resultats de la diagnosi, agrupats per línies estratègiques.
- Exposar el pla de treball per l'elaboració del Pla d'Actuació.
- Prioritzar els objectius de les línies estratègiques corresponents a la sessió.

Objectius del treball amb grups reduïts:

- Recollir primeres propostes d'accions i respostes als objectius prioritzats.

La prioritització d'objectius es va fer a través de l'eina digital i interactiva *Mentimeter*. Aquesta eina permet fer les votacions de manera individual a través d'un dispositiu mòbil, i recollir i presentar els resultats col·lectius de manera automàtica.

La tasca de prioritització venia acompanyada d'una sèrie d'instruccions. Per una banda, es convidava a tenir en compte tres criteris a l'hora de prioritzar:

- **Bé comú:** prioritzar aquells objectius que tindran major impacte en l'enfortiment de la comunitat

- **Equitat en salut:** prioritzar els objectius amb un impacte més positiu en els col·lectius en situació de major vulnerabilitat
- **Capacitat:** tenir en compte la disponibilitat de recursos a escala local

Per altra banda, i segons la quantitat d'objectius a prioritzar en cada línia, també s'afegia una limitació de vots a les persones participants, per obtenir uns resultats més acurats. En el cas de les línies amb menys objectius, es convidava a ordenar-los segons la prioritat percebuda.



Imatge 1. Aparença dels resultats automàtics de la prioritització.

En finalitzar les sessions s'obria un espai lliure d'avaluació de la jornada on es convidava a:

- Valorar la satisfacció general amb la sessió a través d'un termòmetre.
- Compartir "què m'emporto de la sessió?".
- Identificar "que canviaria de la sessió?"

Les aportacions van servir per millorar la dinamització de la segona tanda de sessions participatives. El buidatge de l'avaluació es pot trobar en l'Annex 2.

SESSIÓ 2

Durant la segona ronda de sessions, de noranta minuts de durada cadascuna, el treball es concentra principalment en els grups reduïts, tot i que també hi ha una part compartida entre totes les persones assistents.

Objectius de la part compartida:

- Contextualitzar l'estat del projecte i la feina realitzada fins a la data.
- Compartir les accions treballades entre els grups reduïts.

Objectius del treball amb grups reduïts:

- Aprofundir en les accions començades durant les primeres sessions, de manera que el resultat sigui l'obtenció d'una fitxa per cada acció que reculli tots els elements necessaris: títol, descripció i justificació de la proposta d'acció, objectius, tasques a desenvolupar, agents que lideraran, agents

que s'implicaran, grau d'urgència i viabilitat, grau d'implicació de persones amb problemes de salut mental, recursos necessaris i existents, seguiment, avaluació i calendari aproximat.

Per a la recollida de propostes es facilita la fitxa adjunta en l'Annex 3.

PARTICIPACIÓ I CALENDARI

S'ha treballat amb un total de **76 persones diferents** dividides en 10 subgrups de treball durant les dues sessions de treball amb cada eix.

La **primera ronda de sessions** es van realitzar durant el mes de gener i primera setmana de febrer de 2024:

Taula 12. Calendari de primera ronda de sessions

Data	Lloc	Eix de Treball	Nombre de subgrups	Participants totals
18/01/2024	Ajuntament Olesa de Montserrat	Eix 3	3 subgrups	23
22/01/2024	Ajuntament Olesa de Montserrat	Eix 2	4 subgrups	20
02/02/2024	Ajuntament Olesa de Montserrat	Eix 1	3 subgrups	22

La **segona ronda de sessions** es realitzen durant el mes de març de 2024:

Taula 13. Calendari de segona ronda de sessions

Data	Lloc	Eix de Treball	Nombre de subgrups	Participants totals
11/03/2024	Ajuntament Olesa de Montserrat	Eix 2	4 subgrups	28
15/03/2024	Ajuntament Olesa de Montserrat	Eix 3	3 subgrups	10
20/03/2024	Ajuntament Olesa de Montserrat	Eix 1	3 subgrups	18

Pel que fa a la distribució de la participació segons la tipologia de servei, va resultar com es mostra en les següents taules per cada Eix de Treball:

Taula 14. Serveis i entitats participants en les sessions de l'Eix de Treball 1.

Tipologia	Nombre de persones	%
Administració pública/ Serveis del municipi	24	77,4%
Entitats de salut mental i altres àmbits de la salut	7	22,6%
TOTAL	31	100%

Taula 15. Serveis i entitats participants en les sessions de l'Eix de Treball 2.

Tipologia	Nombre de persones	%
Administració pública/ Serveis del municipi	25	71,4%
Entitats de salut mental i altres àmbits de la salut	10	28,6%
TOTAL	35	100%

Taula 16. Serveis i entitats participants en les sessions de l'Eix de Treball 3.

Tipologia	Nombre de persones	%
Administració pública/ Serveis del municipi	19	82,6%
Entitats de salut mental i altres àmbits de la salut	4	17,4%
TOTAL	23	100%

S'observa un fort pes dels serveis de l'Administració pública i altres serveis de salut i benestar en la participació, i menys presència d'entitats per a la salut mental i altres àmbits de la salut. En el grup de treball 2 que feia referència a la salut mental en diferents col·lectius, és on han participat més persones d'entitats.

Per altra banda, ha mancat presència de persones i familiars amb experiència pròpia de patiment mental, només s'ha comptat amb una persona representant de l'Associació Salut Mental Baix Llobregat.

4.3.3. LES ENTREVISTES

Com s'ha especificat anteriorment, les entrevistes realitzades a agents clau s'han fet servir per complementar i contrastar les propostes d'acció que s'anaven treballant durant les sessions participatives. En l'Annex 4 es pot trobar el guió aproximat de les entrevistes.

PARTICIPANTS

S'ha entrevistat a un total de **13 persones de 10 serveis**. Un 23% pertany a institucions sanitàries, un 38,5% a l'Administració pública i un altre 38,5% a entitats o programes de salut mental.

Taula 17. Persones entrevistades per tipologia de servei.

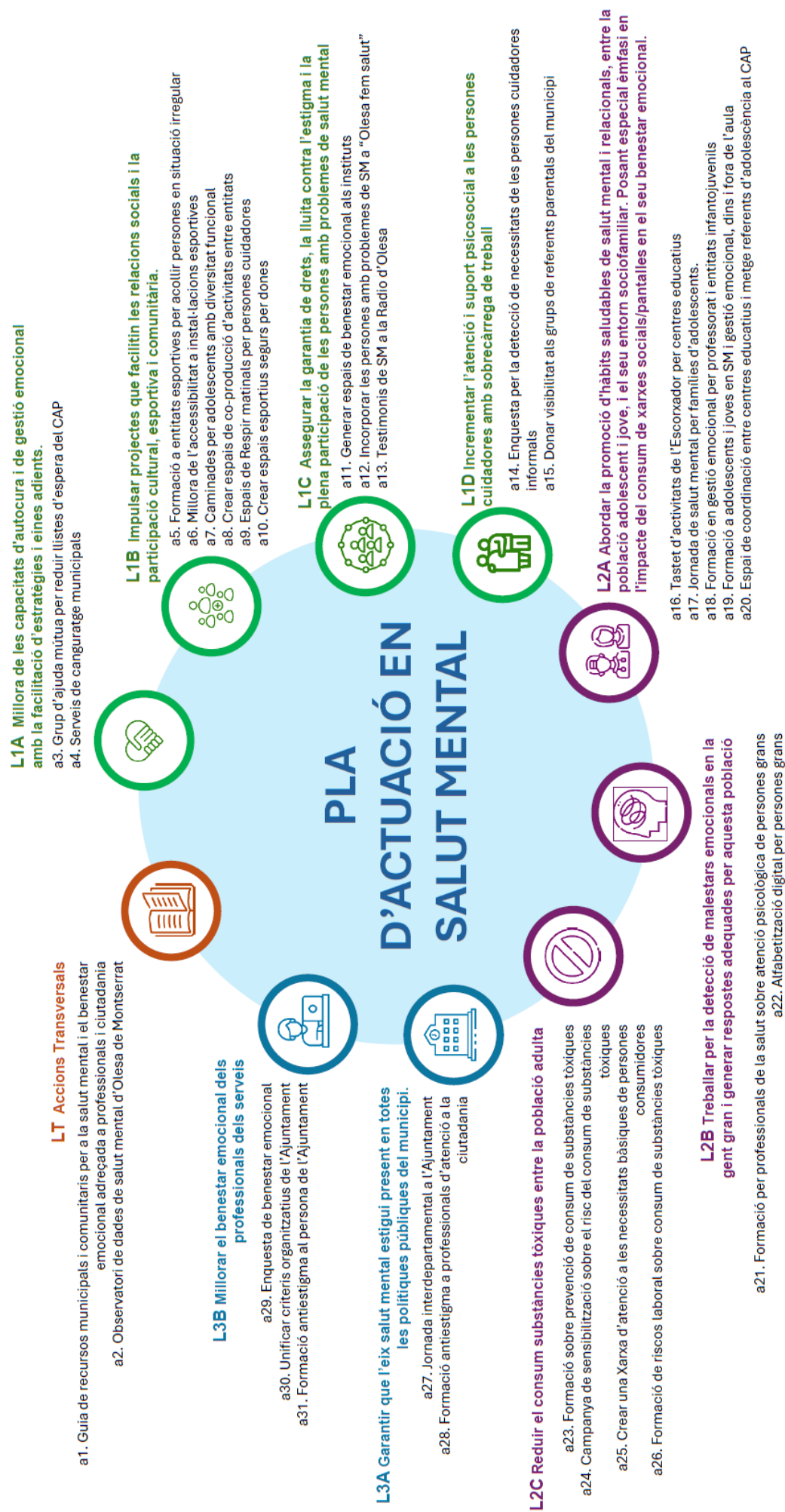
Tipologia	Nombre de persones	%
Institucions Sanitàries	3	23%
Administració Pública	5	38,5%
Entitats o Programes de Salut Mental	5	38,5%
TOTAL	13	100%

5. PLA D'ACTUACIÓ EN L'ÀMBIT DE LA SALUT MENTAL

El treball de definició de les línies estratègiques del Pla s'ha realitzat a partir de l'anàlisi de la Diagnosi de salut mental, agrupant les necessitats en eixos temàtics, validats pel grup de treball en salut mental del municipi.

També s'ha valorat la necessitat d'incloure actuacions de caràcter transversal, donat que aquestes tenen efecte i reforcen totes o la majoria de les línies estratègiques i actuacions.

A continuació s'exposen totes les línies, amb la seva justificació, els objectius i els objectius prioritzats de cadascuna i les accions proposades per donar resposta als objectius esmentats. Les fitxes d'accions, amb informació detallada de cada proposta, es poden trobar en l'Annex 5.



○ 5.1. ACCIONS TRANSVERSALS

Durant el transcurs de les sessions de treball realitzades, tant per la definició de les línies estratègiques com de les pròpies actuacions, es van identificar uns objectius transversals, que atenen a diferents línies i metes del Pla.

La necessitat de comunicar més i de forma més propera tots els recursos i serveis que existeixen al municipi resulta clau tant per garantir-ne l'accés a la ciutadania de forma directa, com perquè els professionals de serveis i entitats els coneguin i puguin oferir-los a les persones que els necessiten.

També es considera que el municipi ha de poder arribar a dades de caràcter quantitatiu referents a la salut mental de la població, que recullen els diferents serveis de salut, per poder definir i adaptar a la realitat i de manera adient les accions que es duguin a terme.

Les accions transversals que recull el Pla són les següents:

Accions²:

Codi	Acció
LT-a.1	Guia de recursos municipals i comunitaris per a la salut mental i el benestar emocional adreçada a professionals i ciutadania.
LT-a.2	Observatori de dades de salut mental d'Olesa de Montserrat.

○ 5.2. LÍNIA ESTRATÈGICA 1A

Millora de les capacitats d'autocura i de gestió emocional amb la facilitació d'estratègies i eines adients.

Segons la diagnosi en l'àmbit de la salut mental es detecta que una part de la ciutadania presenta mancances per a la gestió i connexió amb les pròpies emocions.

Aquesta realitat provoca, per exemple, que costi que es produeixin relacions de cura amb altres persones, que les famílies es vegin sobrepassades amb la criança dels infants i que costi manejar la tolerància a la frustració. Aquestes situacions fan que emergeixi un estat d'insatisfacció i descontentament que reverteix negativament en la salut emocional.

La present línia pretén que s'inverteixi en polítiques i accions per a millorar la gestió emocional de la ciutadania ja que aquesta no sols promou el benestar

² Totes les fitxes detallades de les diferents actuacions proposades es poden trobar a l'Annex 5.

individual, sinó que també enforteix la cohesió social, impulsa la prevenció de problemes de salut mental, millora l'educació i contribueix a la satisfacció i qualitat de vida en el municipi

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics³:

- **O.1A.1 Proporcionar eines i recursos perquè les famílies puguin gestionar millor els estressors vitals i, en conseqüència, millorar la criança i cura dels fills i filles.**
- **O.1A.2 Fomentar la identificació i comprensió de les emocions pròpies per enfortir les relacions interpersonals.**
- O.1A.3 Desenvolupar estratègies per millorar la gestió de les expectatives i la tolerància a la frustració per evitar l'impacte negatiu en la salut emocional de la població.

Accions:

Codi	Acció
L1A-a.3	Grup d'ajuda mútua per reduir llistes d'espera del CAP
L1A-a.4	Serveis de canguratge municipals.

○ 5.3. LÍNIA ESTRATÈGICA 1B

Impulsar projectes que facilitin les relacions socials i la participació cultural, esportiva i comunitària.

El suport social fa referència a l'ajuda que les persones reben de la seva xarxa social, incloent amics, família, companys de feina, i altres membres de la comunitat. Aquest suport pot ser emocional, instrumental o informatiu entre altres, és crucial per al benestar psicològic i físic. Una xarxa social sòlida pot servir com un sistema de seguretat en moments difícils i contribuir a una major qualitat de vida en general i a un millor estat emocional.

En la diagnosi de salut mental del municipi, la ciutadania té una percepció de suport social inferior que la resta de Catalunya, sent les persones grans les que solen disposar d'un suport social més pobre.

Aquesta línia també fa referència a com la participació en activitats socials, comunitàries i de voluntariat, contribueix en el benestar emocional de les persones, proporcionant un sentit de pertinença, un propòsit i una satisfacció personal.

³ Els objectius marcats en **negreta** corresponen a aquells que han rebut més vots en el moment de la prioritització.

La diagnosi de salut mental mostra la necessitat d'adaptar l'oferta d'activitats associatives i lúdiques a les necessitats de la ciutadania, per tal de comptar amb major participació, així com treballar per afavorir un teixit associatiu més obert i acollidor.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.1B.1 Facilitar la incorporació de la diversitat de persones en les associacions del municipi, des d'una mirada inclusiva.**
- O.1B.2 Enfortir les xarxes de suport social, posant especial atenció a la població gran del municipi.

Accions:

Codi	Acció
L1B-a.5	Formació a entitats esportives per acollir persones en situació irregular.
L1B-a.6	Millorar l'accessibilitat i la inclusió a instal·lacions esportives
L1B-a.7	Oferir caminades per adolescents amb diversitat funcional
L1B-a.8	Crear espais de co-producció d'activitats inclusives entre entitats.
L1B-a.9	Espais de Respir matinals per persones cuidadores
L1B-a.10	Crear espais esportius segurs, només per a noies/dones.

○ 5.4. LÍNIA ESTRATÈGICA 1C

Assegurar la garantia de drets, la lluita contra l'estigma i la plena participació en els diferents àmbits de la vida de les persones amb problemes de salut mental, durant tots els cicles de la seva vida

Segons les necessitats identificades a la diagnosi, a Olesa cal incorporar les polítiques i actuacions pertinents per garantir els drets i la participació segura i lliure d'estigma de les persones amb problemes de salut mental.

A nivell econòmic i laboral, les persones amb trastorn mental troben dificultats per accedir al mercat laboral. Els llocs de feina de les empreses no s'adapten a les necessitats reals d'aquestes persones i es perceben com un inconvenient. La dificultat per accedir a un treball digne són determinants de la salut que afecten a moltes persones en general, però que s'agreugen en el cas de les persones amb problemes de salut mental.

A més, es detecta que familiars, ciutadania en general i professionals dels diferents serveis no han rebut formació ni sensibilització vers la salut mental. Això provoca que els prejudicis i l'estigma estiguin presents i afectin a la vida quotidiana de les persones amb trastorn mental, a la seva participació en el municipi i, per tant, al seu estat emocional. Aquesta manca de conscienciació es veu reflectida també en la manca d'oferta d'oci adreçada a les persones amb patiment mental. La participació activa de les persones amb trastorn mental ajuda a desmitificar i eliminar l'estigma que envolta a la salut mental, fet que fomenta un ambient més inclusiu i respectuós en els serveis i organitzacions.

Per últim, la qualitat de l'atenció sanitària a la salut mental es veu afectada per la manca de recursos, i impacta directament a la prevenció de problemes i a la salut de la ciutadania.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.1C.1 Millorar la qualitat de l'atenció sanitària a la salut mental, dotant-la de més recursos especialitzats i adaptant-la a les necessitats de les persones amb trastorn mental.**
- **O.1C.2 Reduir l'estigma en salut mental en els entorns educatius.**
- **O.1C.3 Augmentar les eines i recursos per poder atendre la salut mental de l'alumnat en els centres educatius.**
- **O.1C.4 Promoure la inclusió laboral de les persones amb trastorn mental tenint en compte les seves necessitats i sensibilitzant a les empreses per a la seva contractació.**
- **O.1C.5 Promoure la desestigmatització i l'eliminació de actituds discriminatòries per raó de salut mental entre la població general, que dificulten la participació de les afectades en els diferents espais d'oci i relació del municipi.**
- **O.1C.6 Sensibilitzar a les famílies de persones amb trastorn mental i crear espais de suport que atenguin a les seves necessitats.**
- **O.1C.7 Buscar estratègies que facilitin la compatibilitat entre els ajuts econòmics que reben les persones amb trastorn mental i la continuïtat en els seus llocs de feina per aconseguir una integració laboral exitosa i sostinguda.**

Accions:

Codi	Acció
L1C-a.11	Generar espais de benestar emocional als instituts d'Olesa de Montserrat.
L1C-a.12	Incorporar a les persones amb problemes de salut mental en les

	activitats d' "Olesa fem salut".
L1C-a.13	Testimonis de salut mental en la Ràdio d'Olesa.

○

○ 5.5. LÍNIA ESTRATÈGICA 1D

Incrementar l'atenció i suport psicosocial a les persones cuidadores amb sobrecàrrega de treball (familiars de nadons, de persones grans, familiars de persones amb dependència o amb trastorn mental).

Com s'expressa en la diagnosi de salut mental elaborada, les cures quotidianes estan estretament lligades al benestar emocional de les persones. La sobrecàrrega de responsabilitats de cura pot comportar un esgotament emocional i físic.

Per això, l'autocura és fonamental per poder oferir cures als altres de manera saludable. Això inclou prendre's temps per a un mateix/a, reconèixer les pròpies necessitats i establir límits saludables.

En la diagnosi es destaca que les dones són les que assumeixen, principalment, les feines de cura i reproductives no remunerades. Aquest desequilibri de gènere es manté al llarg dels anys. I en ocasions, és viscuda com una sobrecàrrega que les dones defineixen com esgotadora i desgastant mental i físicament.

Un altre col·lectiu a destacar que assumeix, en ocasions, certes tasques de cura són els infants i adolescents, que realitzen gestions que tenen que veure amb l'administració de medicaments o el maneig de períodes de crisi dels seus progenitors. Aquesta sobrecàrrega de responsabilitats, els genera ansietat, esgotament, tristesa etc.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.1D.1 Dotar a les persones cuidadores d'estratègies d'autocura per a la salut ment**
- **O.1D.2 Oferir espais d'escolta, suport psicològic i cures a persones cuidadores de persones dependents o amb trastorn mental i física.**
- O.1D.3 Detectar infants i adolescents que assumeixen tasques de cura dels seus progenitors i definir conjuntament estratègies per revertir la situació.
- O.1D.4 Oferir recursos d'acompanyament a famílies amb infants i joves amb trastorn mental.
- O.1D.5 Donar visibilitat a la càrrega de cures que assumeixen majoritàriament les dones, adultes i grans, i sobre l'impacte en la seva

salut mental i física.

Accions:

Codi	Acció
L1D-a.14	Enquesta per la detecció de necessitats de les persones cuidadores informals.
L1D-a.15	Donar visibilitat als grups de referents parentals del municipi.

○ **5.6. LÍNIA ESTRATÈGICA 2A**

Abordar de manera integral la promoció d'hàbits saludables de salut mental i relacionals entre la població adolescent i jove, i el seu entorn sociofamiliar. Posant especial èmfasi en l'impacte del consum de xarxes socials/pantalles en el seu benestar emocional.

A través de la diagnosi en salut mental s'observa que cal abordar alguns hàbits de salut, que afecten especialment a la població més jove.

L'ús abusiu i no saludable de les xarxes socials provoca que adolescents i joves es relacionin menys entre ells i que presentin mancances en la gestió de les seves emocions. Aquest ús inadequat es relaciona també amb l'aparició de trastorns mentals i trastorns de la conducta alimentària, d'agressions i assetjament entre iguals, i de dificultats per afrontar els problemes quotidians i els reptes de futur. Tot plegat ha provocat que també que s'incrementin el nombre d'autolesions i intents d'autolisi entre el jovent.

Atendre els hàbits de salut i la salut mental de la població jove és de vital importància per acompanyar de manera saludable el seu desenvolupament personal. L'adolescència és una etapa d'importants canvis físics, emocionals i socials. Durant l'adolescència, els joves formen la seva identitat i autoestima. Una salut mental adequada és essencial per a un desenvolupament integral saludable que els permeti enfrontar reptes i la transició als canvis vitals i cap a la vida adulta.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.2A.1 Facilitar eines, a adolescents i joves, de gestió emocional i prevenció de l'assetjament sexual i de maltractament psicològic, especialment a través de les xarxes socials.**
- **O.2A.2 Enfortir la capacitat del jovent per afrontar els problemes quotidians i l'apatia vers el futur, promovent referents positius i propers.**

- O.2A.3 Prevenir les autolesions i intents d'autolisi entre el jovent.
- O.2A.4 Ofertar més activitats presencials per a adolescents i joves alineades amb els seus interessos, motivacions i moments de relació, per a combatre l'ús excessiu de les xarxes socials.
- O.2A.5 Fomentar un ús en positiu dels dispositius mòbils, les xarxes socials i videojocs.
- O.2A.6 Facilitar eines per a combatre les pressions estètiques que afecten especialment a les nois adolescents.
- O.2A.7 Crear espais d'oci alternatiu, no discriminatoris, per a adolescents i joves, especialment d'entre 14 i 20 anys.
- O.2A.8 Donar eines a les famílies i comunitat educativa (professorat i equips directius) per escoltar i atendre a l'adolescent i jove, en aquesta etapa de la seva vida i la seva salut mental.

Accions:

Codi	Acció
L2A-a.16	Tastet d'activitats de l'Escorxador per centres educatius
L2A-a.17	Jornada de salut mental per famílies d'adolescents
L2A-a.18	Formació en gestió emocional per professorat i entitats infantojuvenils
L2A-a.19	Formació a adolescents i joves en salut mental i gestió emocional, dins i fora de l'aula.
L2A-a.20	Espai de coordinació entre centres educatius i metge referent d'adolescència al CAP

○ 5.7. LÍNIA ESTRATÈGICA 2B

Treballar per la detecció de malestars emocionals en la gent gran i generar respostes adequades per aquesta població.

La diagnosi de salut mental mostra que cal abordar algunes problemàtiques de salut emocional que afecten especialment a la població més gran, tenint en compte que l'estructura demogràfica general d'Olesa de Montserrat tendeix a l'envelliment.

A mesura que augmenta l'edat les persones, aquestes pateixen un empitjorament de la salut, on el dolor i el malestar està més present, afectant el seu benestar emocional.

Aquest empitjorament de la salut, es fa més evident en el cas de les dones al llarg dels anys, ja que tenen una major esperança de vida. Aquest empitjorament de la salut, és conseqüència o coincideix en ocasions amb altres circumstàncies que empitjoren el seu benestar emocional. Algunes són: la sobrecàrrega de feines de cura de nets, parelles o en ocasions fills/es, la vivència d'una situació de solitud no volguda o un pobre suport social.

En la diagnosi, es detecta també la necessitat que per part dels serveis i professionals de salut sobretot, es posi més el focus en la detecció i atenció d'aquest malestar emocional, més enllà d'atendre la simptomatologia física.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.2B.1 Millorar la qualitat de vida de les persones grans, alleugerint el seu malestar físic i emocional.**
- **O.2B.2 Combatre la solitud no volguda de les persones grans.**
- O.2B.3 Treballar el malestar emocional de les persones grans amb rendes baixes i suport social pobre.
- O.2B.4 Combatre la sobrecàrrega de tasques de cures i reproductives per part de dones grans.

Accions:

Codi	Acció
L2B-a.21	Formació per professionals de la salut sobre atenció psicològica de persones grans.
L2B-a.22	Alfabetització digital per persones grans.

○ 5.8. LÍNIA ESTRATÈGICA 2C

Reduir el consum substàncies tòxiques entre la població adulta.

Els professionals del grup de salut mental del municipi observen que cal abordar el consum de substàncies tòxiques entre la població adulta, amb l'objectiu de reduir-lo, donat que el consum de substàncies tòxiques té efectes profunds i adversos en la salut i el benestar emocional de les persones. Alguns d'aquests efectes poden ser: depressió i ansietat, psicosi i trastorns mentals, estrès i irritabilitat, malalties cròniques, un sistema immune debilitat, etc.

L'abordatge d'aquests problemes requereix una combinació d'intervencions terapèutiques, tractaments mèdics, estils de vida saludables i programes d'educació i actuacions i polítiques preventives.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.2C.1 Potenciar la detecció precoç de problemes relacionats amb els consums de drogues.**
- **O.2C.2 Promoure la col·laboració comunitària en la intervenció sobre les conductes addictives.**
- O.2C.3 Facilitar la integració social de les persones que han tingut problemes amb les drogues i/o addiccions comportamentals.
- O.2C.4 Augmentar la informació i la formació dels “agents socials” que poden incidir d’una manera més efectiva en la prevenció de consum de substàncies tòxiques entre la població adulta.

Accions:

Codi	Acció
L2C-a.23	Formació sobre prevenció de consum de substàncies tòxiques.
L2C-a.24	Campanya de sensibilització sobre el risc del consum de substàncies tòxiques.
L2C-a.25	Crear una Xarxa d'atenció a les necessitats bàsiques de persones consumidores.
L2C-a.26	Formació en riscos laborals vinculats al consum de substàncies tòxiques.

○ **5.9. LÍNIA ESTRATÈGICA 3A**

Garantir que l'eix salut mental estigui present en totes les polítiques públiques del municipi.

En la diagnosi de salut mental, es detecta que la salut mental no està present en totes les polítiques públiques del municipi, i que hi ha un desconeixement important per part del municipi d'aquelles polítiques on s'hi hi està present.

Garantir que l'eix de la salut mental estigui present en totes les polítiques públiques del municipi és fonamental per diverses raons. Aquest enfocament

integral i transversal pot tenir un impacte significatiu en el benestar general de la població, la cohesió social i el desenvolupament sostenible de la comunitat.

També cal garantir que els professionals estiguin preparats per proporcionar un suport adequat, identificar problemes de manera precoç i actuar de manera empàtica i informada.

En aquest sentit, la sensibilització i formació de professionals en salut mental són fonamentals per abordar eficaçment els problemes de salut mental en la comunitat.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.3A.1 Incorporar la mirada de la salut mental comunitària de manera transversal en les polítiques públiques.**
- O.3A.2 Garantir la informació i formació sobre salut mental a professionals d'equipaments i serveis públics.

Accions:

Codi	Acció
L3A-a.27	Jornada interdepartamental de salut mental a l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
L3A-a.28	Formació antiestigma a professionals d'atenció a la ciutadania

○ 5.10. LÍNIA ESTRATÈGICA 3B

Millorar el benestar emocional dels professionals dels serveis.

En la diagnosi de salut mental, s'ha identificat la necessitat d'atendre la saturació dels serveis públics i la sobrecàrrega dels professionals de la salut mental, donat que aquesta pot afectar la qualitat de l'atenció proporcionada i el benestar tant dels pacients com dels treballadors.

Abordar la saturació dels serveis públics i la sobrecàrrega dels professionals de la salut mental requereix una acció coordinada i integral que inclogui augmentar el finançament, formar i contractar més professionals, utilitzar tecnologia innovadora, millorar la gestió i promoure la salut mental a tota la societat, així com desplegar recursos per abordar el malestar emocional dels professionals dels serveis.

A continuació es detallen els objectius de la línia, en ordre de prioritització.

Objectius específics:

- **O.3B.1 Incrementar els recursos humans i econòmics que disposen els serveis públics i gratuïts de salut mental.**
- O.3B.2 Desplegar recursos per abordar el malestar emocional en els professionals dels serveis.

Accions:

Codi	Acció
L3B-a.29	Enquesta de benestar emocional.
L3B-a.30	Unificar criteris organitzatius de l'Ajuntament.
L3B-a.31	Formació antiestigma al personal de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

6. PROPOSTA DE GESTIÓ DE LA GOVERNANÇA I SEGUIMENT DEL PLA

La proposta de gestió de la governança i seguiment del Pla ha estat validada i acordada pel Grup de treball en salut mental, en una sessió dedicada específicament a aquest objectiu. A continuació s'exposen els diferents espais i elements dissenyats per garantir la bona consecució del Pla.

ESPAI POLÍTIC DE SEGUIMENT

Per tal de garantir l'avenç i l'assignació del finançament necessari per dur a terme el Pla es comptarà amb un espai format pels membres del govern i de l'oposició on es presenti el Pla i on anualment es faci un seguiment i avaluació de les actuacions prioritzades en el Grup de treball de Salut Mental.

Les **funcions** de l'espai polític seran:

- Garantir el finançament per l'avenç i el funcionament del Pla.
- Seguiment de les actuacions del Pla.

GRUP MOTOR

L'impuls i coordinació del Pla comptarà amb un **lideratge de l'Ajuntament mitjançant un grup motor** que comptarà amb la persona responsable política de la regidoria de Salut, la persona tècnica de la Regidoria de salut pública i la tècnica Cap de Gestió de Serveis Socials.

Les **funcions** del grup motor seran:

- Garantir l'avenç i el funcionament del Pla.
- Facilitar l'assignació de pressupost per a l'execució del Pla.
- Articular la col·laboració interinstitucional i la interdepartamental i assegurar el funcionament amb la metodologia adequada dels seus espais de treball i col·laboració per a què aquests puguin assolir els objectius establerts.
- Impulsar i facilitar el bon funcionament de la Taula de Salut Mental

GRUP DE TREBALL DE SALUT MENTAL

En la sessió de presentació del Pla es realitzarà la prioritització de les accions. El grup motor planteja una proposta d'accions que es ratificarà i modificarà en base a uns criteris de valoració per part de tots i totes les participants. Fruit del resultat de la prioritització de les accions, es definirà una forma de treball, en base a comissions i grups de treball en que es convidarà a participar als diversos agents.

Els criteris de valoració per realitzar la prioritització pretenen ser un instrument per assolir la validesa i consens de les accions de la majoria dels membres de la Taula. Donat el disseny de les accions, realitzada pels agents del municipi, aquestes tenen en la seva majoria un abast territorial local, pel que la proximitat

no és un criteri rellevant en la priorització. En canvi, es poden tenir en compte criteris com:

- Criteri del bé comú. Prioritzar accions no només pensant en l'agenda de cada servei i/o entitat participant, sinó en el bé general de la població del municipi.
- Criteri d'equitat en salut. Prioritzar les accions que donen resposta a necessitats de grups i/o col·lectius de la població que es troben en situació de major risc i/o vulnerabilitat respecte a la seva situació de salut i benestar.
- Criteris de sostenibilitat i competència. Prioritzar accions que es puguin activar en el temps de vida del pla.

Altres criteris a tenir en compte poden ser la magnitud i/o evolució del problema al que donen resposta les accions, la percepció sentida de la població i si aquesta percepció és coincident entre els diferents actors polítics, professionals i socials, així com les conseqüències de la no-intervenció.

Les **funcions** del grup de treball de Salut Mental seran:

- Priorització d'actuacions.
- Validació del pla de treball i accions a desenvolupar.
- Seguiment i coordinació del desenvolupament del Pla.
- Avaluació general del desenvolupament del Pla.

En el marc del Pla Local de Salut Mental d'Olesa de Montserrat el grup de treball de salut mental, un cop feta la priorització i validació, tindrà una freqüència de dos cops l'any.

COMISSIONS DE TREBALL

A partir de la priorització de les accions, es crearan les comissions de treball necessàries. Aquestes comissions estaran formades per integrants del Grup de treball de Salut Mental, però també per d'altres figures tècniques, serveis i entitats segons les propostes realitzades en les sessions participatives.

Es es treballarà per generar moments específics i grups de treball concrets per incorporar altres veus necessàries per la construcció i desplegament de les accions com ciutadania no organitzada, professionals d'altres serveis o empreses del municipi. Aquestes comissions de treball no seran espais fixes, tindran una durada limitada i poden anar canviant segons les necessitats del Pla. Les comissions tindran una major freqüència de reunió, adaptada a les necessitats de les accions.

Les **funcions** de les comissions de treball seran:

- Desenvolupar les accions.
- Comunicar al Grup de treball sobre l'estat de les actuacions.
- Avaluar el funcionament i impacte de les actuacions.

Les comissions de treball estaran co-dinamitzades per la Tècnica de Salut de L'Ajuntament d'Olesa de Montserrat i algun altre membre del Grup de treball de Salut Mental que es consideri.

Les funcions d'aquesta co-dinamització van més enllà de dinamitzar les sessions, també haurà de garantir que no es perdi de vista les necessitats i realitats de les persones amb diagnòstic de salut mental, en definitiva garantir que el Pla no s'allunyi de la persona.

Per acabar, en relació als mecanismes i/o eines de seguiment del Pla es farà a través d'un excel nou que sigui fàcil, àgil i d'accés compartit, on estiguin recollides les accions, els indicadors corresponents, i la calendarització.

7. BIBLIOGRAFIA

Activa't per la salut mental, (2018). *Manual per a la Recuperació i Autogestió del Benestar*. Un producte del projecte Activa't per la salut mental, coordinat per la Generalitat de Catalunya, la Federació Salut Mental Catalunya i la Federació Veus, implementat en el marc del Pla Integral de Salut Mental i Addiccions.

Agència de Salut Pública de Catalunya (2012). *La salut i el benestar dels professionals sanitaris en l'entorn laboral. Guia de bones pràctiques per a institucions, equips i professionals*. Generalitat de Catalunya. Disponible en https://drogues.gencat.cat/web/.content/minisite/drogues/destacats/arxius/guia_salut_i_benestar.pdf

Ávila M. (2009). Hacia una nueva Salud Pública: Determinantes de la Salud. *Acta Méd Costarric*, 51(2):71-3. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/amc/v51n2/art02v51n2.pdf>

Caldas Almeida, J.M., Mateus, P., i Tomé, G. (2015). Joint Action on Mental Health and Well-being. Towards community-based and socially inclusive mental health care. Disponible en: https://health.ec.europa.eu/system/files/2019-02/2017_towardsmhcare_en_0.pdf

Compton, M.T. (2015). The social determinants of Mental Health. *Focus*, 13 (4): 419-425. Disponible en: <https://focus.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.focus.20150017>

Desviat, M. y Moreno, A. (2012). Principios y objetivos de la salud mental comunitaria. En M. Desviat y A. Moreno (Eds.), *Acciones de Salud mental en la Comunidad* (pp. 21-27). Madrid: Asociación Española de Neuropsiquiatría.

Diputació de Barcelona (2023). Diagnosi en l'àmbit de la Salut Mental d'Olesa de Montserrat. Disponible en: <https://www.olesademontserrat.cat/sites/default/files/2023-12/Diagnosi%20Salut%20Mental.pdf>

Diputació de Barcelona (2020). Guia pràctica per a l'elaboració d'un pla local de salut per a municipis menors de 10.000 habitants. Disponible en: <https://www.diba.cat/web/salutpublica/guia-practica-elaboracio-pls-municipis-menors-10000-habitants>

Erro, J. (2016). *Saldremos de Esta. Guia de salud mental para el entorno de la persona en crisis*. Primera Vocal. Disponible en: https://primeravocal.org/wp-content/uploads/2017/07/saldremos-de-esta_javier-erro.pdf

Erro, J. (2021) *Pájaros en la Cabeza. Activismo en primera persona desde*

España y Chile. Virus Editorial. Disponible en:

<https://www.viruseditorial.net/paginas/pdf.php?pdf=pajaros-en-la-cabeza-baja.pdf>

Generalitat de Catalunya (2021). *Guia per introduir la perspectiva de gènere en la planificació en salut*. Departament de Salut. Disponible en:

<https://salutweb.gencat.cat/web/.content/departament/publicacions/eines-per-a-la-planificacio-de-salut/guia-perspectiva-genere-planificacio-salut-2021.pdf>

Generalitat de Catalunya (2017). Pla Integral d'Atenció a les Persones amb trastorn Mental i Addiccions 2017-2019. Disponible en:

https://presidencia.gencat.cat/web/.content/departament/transparencia/gestio_serveis_publics/plans_sectorials_i_interdepartamentals/pla_integral_trastorn_mental_addiccions/docs/estrategia_2017_2019.pdf

Homet, G. (2016). *Salut mental comunitària*. Comunidad Terapéutica del

Maresme, blog. Disponible en: <https://www.salutmental.cat/blog-esp/salut-mental-comunitaria-esp.html>

ISGlobal (2021). *Vivienda y salud. Características y condiciones de la vivienda*. Diputació de Barcelona. Disponible en:

https://www.diba.cat/documents/7294824/330647106/ViviendaYSalud_Diba.pdf/4c11ec73-d501-6422-a2a3-59a943a258b1?t=1644558983816

Knight, T. (2017). *Más allá de las creencias*. Editorial Lo Común

Krieger N, Smith K, Naishadham D, Hartman C, Barbeau EM. (2005).

Experiences of discrimination: validity and reliability of a self-report measure for population health research on racism and health. *Soc Sci Med.*; 61(7):1576-96.

Leiva, V., Rubí, P., Vicente, B., (2021). Determinantes sociales de la salud mental: políticas públicas desde el modelo biopsicosocial en países latinoamericanos. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 45(158). Disponible en:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8678097/>

Malvárez S. (2011). Salud mental comunitaria: trayectoria y contribuciones de la enfermería. *RIdEC*, 4(2):22-30. Disponible en:

<https://www.enfermeria21.com/revistas/ridec/articulo/27040/salud-mental-comunitaria-trayectoria-y-contribuciones-de-la-enfermeria/>

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Comisión para reducir las desigualdades sociales en salud en España. Avanzando hacia la equidad.

Propuestas de políticas e intervenciones para reducir las desigualdades sociales en salud en España. Madrid 2015.

<https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promoci>

[on/desiguald](#)

Organització Mundial de la Salut, OMS (2015). The European mental Health Action Plan 2013-2020. Disponible en: <https://consaludmental.org/publicaciones/EuropeanMentalHealthPlanAction.pdf>

Organització Mundial de la Salut, OMS (2011). *Determinantes sociales de la salud: resultados de la Conferencia Mundial sobre los Determinantes Sociales de la Salud*. Rio de Janeiro, Brasil.

Organització Mundial de la Salut, OMS (2022). Mental Health: Strengthening our response. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Pilgrim, D. (2008). "Recovery" and current mental health policy. *Chronic Illness*, 4, 295–304.

Rodó - Zárata, M.(2021). *Interseccionalitat*. Tigre de paper.

Sampietro, H. (2020). El modelo de recuperación, un cambio de paradigma en el abordaje de la salud mental. *Salud mental 360*, monogràfics. Disponible en: <https://www.som360.org/es/monografico/recuperacion-salud-mental/articulo/modelo-recuperacion-cambio-paradigma-abordaje-salud>

Xunta de Galicia (2017). Emplea saludable. Guía de revitalización de la empresa. Disponible en: https://rse.xunta.gal/images/EmpleaSaludable_CAST_vf.pdf
Uriarte, J.D. (2013). La Perspectiva Comunitaria de la Resiliencia. *Psicología Política* (47), 7-18. Disponible en: <https://www.uv.es/garzon/psicologia%20politica/N47-1.pdf>

Zaraza Morales, D.R. y Contreras Moreno, J.R. (2018) *El modelo de recuperación de la salud mental y su importancia para la enfermería colombiana*. Revista Colombiana de Psiquiatría. Vol. 49. Núm. 4. páginas 305-310 (Octubre - Diciembre 2020)
Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-colombiana-psiquiatria-379-pdf-S0034745018300970>

8. ANNEXES

○ ANNEX 1. AGRUPACIÓ I ASSOCIACIÓ DE LÍNIES ESTRATÈGIQUES A TEMÀTIQUES, OBJECTIUS I NECESSITATS IDENTIFICADES.

AGRUPACIÓ DE LÍNIES ESTRATÈGIQUES

BLOC 1: Benestar emocional i comunitari

- **L1A** Millora de les capacitats d'autocura i de gestió emocional amb la facilitació d'estratègies i eines adients.
- **L1B** Impulsar projectes que facilitin les relacions socials i la participació cultural, esportiva i comunitària.
- **L1C:** Assegurar la garantia de drets, la lluita contra l'estigma i la plena participació en els diferents àmbits de la vida de les persones amb PSM, durant tots els cicles de la seva vida.
- **L1D** Incrementar l'atenció i suport psicosocial a les persones cuidadores amb sobrecàrrega de treball (familiars de nadons, de persones grans, familiars de persones amb dependència o amb trastorn mental).

BLOC 2: La salut mental en diferents col·lectius

- **L2A** Abordar de manera integral la promoció d'hàbits saludables de salut mental i relacionals entre la **població adolescent i jove**, i el seu entorn sociofamiliar. Posant especial èmfasi en l'impacte del consum de xarxes socials/pantalles en el seu benestar emocional.
- **L2B** Treballar per la detecció de malestars emocionals en la **gent gran** i generar respostes adequades per aquesta població.
- **L2C** Reduir el consum substàncies tòxiques entre la **població adulta**.

BLOC 3: La Salut mental dins de l'administració i la promoció cap enfora.

- **L3A** Garantir que l'eix salut mental estigui present en totes les polítiques públiques del municipi
- **L3B** Millorar el benestar emocional dels professionals dels serveis.
- **L3C:** Dissenyar l'estratègia per obtenir dades quantitatives en relació a la salut mental de la població d'Olesa de Montserrat.

ASSOCIACIÓ DE NECESSITATS A LÍNIES ESTRATÈGIQUES I OBJECTIUS

Benestar emocional i comunitari

L1A Millora de les capacitats d'autocura i de gestió emocional amb la facilitació d'estratègies i eines adients.

Fomentar la identificació i comprensió de les emocions pròpies per enfortir les relacions interpersonals.

- Es detecta una desconexió amb les pròpies emocions i, per tant, és més difícil que es produeixin relacions de cura amb la resta de persones.

Proporcionar eines i recursos perquè les famílies puguin gestionar millor els estressors vitals i, en conseqüència, millorar la criança i cura dels fills i filles.

- Els estressors vitals que pateixen les famílies afecten la capacitat de gestionar la criança.

Desenvolupar estratègies per millorar la gestió de les expectatives i la tolerància a la frustració per evitar l'impacte negatiu en la salut emocional de la població.

- Cada cop hi ha menys tolerància a la frustració i sorgeix l'imperatiu d'assolir tots els objectius de forma immediata. En la mesura que no es compleixen aquestes expectatives emergeix un estat d'insatisfacció i descontentament que reverteix negativament en la salut emocional.

L1B Impulsar projectes que facilitin les relacions socials i la participació cultural, esportiva i comunitària.

Enfortir les xarxes de suport social local, posant especial atenció a la població gran del municipi.

- La percepció de tenir un suport social alt a Olesa (i resta de regió sanitària) és menor que la de la resta de Catalunya.
- Les persones grans presenten una major tendència a disposar d'un suport social pobre.

Facilitar la incorporació de la diversitat de persones en les associacions del municipi, des d'una mirada inclusiva.

- Hermetisme en algunes associacions i poc acollidores amb l'alteritat.

L1C: Assegurar la garantia de drets, la lluita contra l'estigma i la plena participació en tots els àmbits de la vida de les persones amb PSM.

Promoure la inclusió laboral de les persones amb trastorn mental tenint en compte les seves necessitats i sensibilitzant a les empreses per a la seva contractació.

- Manca d'adaptació dels llocs de feina a les característiques pròpies de la persona amb TM.
- Les necessitats de les persones amb TM són vistes com un inconvenient per part de les empreses.
- Les persones amb TM tenen dificultats per mantenir la feina un cop en troben.

Buscar estratègies que facilitin la compatibilitat entre els ajuts econòmics que reben les persones amb trastorn mental i la continuïtat en els seus llocs de feina per aconseguir una integració laboral exitosa i sostinguda.

- Les ajudes econòmiques que reben les persones amb TM, sovint són un impediment per trobar feina ja que són incompatibles amb tenir un contracte laboral.

Reduir l'estigma en salut mental en els entorns educatius.

- Prejudicis i estigma cap als/les alumnes amb TM.

Augmentar les eines i recursos per poder atendre la salut mental de l'alumnat en els centres educatius.

- Manca d'eines i recursos per poder atendre la salut mental de l'alumnat en els centres educatius.

Sensibilitzar a les famílies de persones amb trastorn mental i crear espais de suport que atenguin a les seves necessitats.

- Manca d'acceptació del trastorn. Sovint apareixen sentiments de culpabilitat, de vergonya o de ràbia, que acaben afectant a les relacions familiars.
- Dins de les dinàmiques familiars apareix sovint la infantilització de la persona amb TM

Promoure la desestigmatització i l'eliminació de actituds discriminatòries per raó de salut mental entre la població general, que dificulten la participació de les afectades en els diferents espais d'oci i relació del municipi.

- Manca de sensibilització sobre la salut mental. Desconeixement trastorns mentals i visions distorsionades i negatives procedents de notícies, literatura o pel·lícules.
- Aquesta mancança també aplica a els equips professional dels equipaments i el serveis del municipi.
- Es reporta una manca d'espais d'oci inclusius.
- El fet de viure situacions de discriminació en els espais d'oci i relació del municipi, afecta a l'autopercepció de les persones amb TM i provoca que no vulguin formar part de certs espais o sentin desconfiança a l'hora de realitzar certes activitats socials

Millorar la qualitat de l'atenció sanitària a la salut mental, dotant-la de més recursos especialitzats i adaptant-la a les necessitats de les persones amb trastorn mental

- Precarietat dels recursos disponibles i manca de recursos especialitzats.
- Es considera que els serveis de salut públics del municipi no estan adaptats a les necessitats de les persones amb TM
- Augmentat la preocupació pels malestars psicològics.
- Biaix en la interpretació dels símptomes mèdics quan la persona té un TM (deriva en despersonalització)
- Sobremedicalització de les persones amb TM.
- Manca d'adequació de la sala d'espera del CAP d'Olesa, especialment a les persones amb TM greu que estan esperant a ser ateses.
- Saturació dels serveis públics i gratuïts de salut mental.

L1D Incrementar l'atenció i suport psicosocial a les persones cuidadores amb sobrecàrrega de treball.

Donar visibilitat a la càrrega de cures que assumeixen majoritàriament les dones, adultes i grans, i sobre l'impacte en la seva salut mental i física.

- Sobrecàrrega de feines de cura i reproductives en dones i persones grans.
- Cura de persones amb problemes de salut.
- Dones dins del mercat laboral que assumeixen la major part del treball de cures i que, per tant, han de conciliar tasques productives i reproductives.
- Hi ha una manca o fragilitat de les estructures familiars i/o xarxes comunitàries de cura.
- Les dones expressen haver estat ansioses o deprimides amb major prevalença que els homes.

- Les dones solen carregar més amb les cures no remunerades de menors de 15 anys, de persones amb problemes i s'encarreguen de la major part de les tasques domèstiques de la seva llar.

Dotar a les persones cuidadores d'estratègies d'autocura per a la salut mental i física.

- Poca disponibilitat d'espais i moments d'autocura (oci, relacions, socials, etc) per dones amb persones dependents a càrrec.
- Les dones expressen haver estat ansioses o deprimides amb major prevalença que els homes.
- Es dona una elevada sobrecàrrega de cures, a famílies que han de suportar una gran càrrega emocional, física, social i econòmica.

Oferir espais d'escolta, suport psicològic i cures a persones cuidadores de persones dependents o amb trastorn mental.

- Quan la persona no pot disposar d'un espai psicològic o social per atendre el seu neguit o malestar, el consum de benzodiazepines pot arribar a normalitzar-se.
- Precarietat dels recursos disponibles i manca de recursos especialitzats.

Oferir recursos d'acompanyament a famílies amb infants i joves amb trastorn mental.

- Manca de recursos d'acompanyament per a les famílies amb infants i joves amb TM.

Detectar infants i adolescents que assumeixen tasques de cura dels seus progenitors i definir conjuntament estratègies per revertir la situació.

- Assumpció, per part d'infants o adolescents, de certes tasques de cura dels seus progenitors.

La Salut mental en diferents col·lectius

L2A Abordar de manera integral la promoció d'hàbits saludables de salut mental i relacionals entre la població adolescent i jove, i el seu entorn sociofamiliar. Posant especial èmfasi en l'impacte del consum de xarxes socials/pantalles en el seu benestar emocional.

Ofertar més activitats presencials per a adolescents i joves alineades amb els seus interessos, motivacions i moments de relació, per a combatre l'ús excessiu de les xarxes socials.

- Ús excessiu de les xarxes socials virtuals en detriment d'espais de socialització propers (especialment els adolescents i joves).
- Oferta d'activitats per a joves poc alineada amb els interessos i moments de relació.
- S'identifica un consum abusiu de substàncies a causa de la manca d'oci alternatiu per al jovent i/o d'eines de gestió emocional.

Crear espais d'oci alternatiu, no discriminatoris, per a adolescents i joves, especialment d'entre 14 i 20 anys.

- Manca d'espais d'oci per adolescents i joves.
- El fet de viure situacions de discriminació en els espais d'oci i relació del municipi, afecta a l'autopercepció de les persones amb TM i provoca que no vulguin formar part de certs espais o sentin desconfiança a l'hora de realitzar certes activitats socials.
- La manca d'un oci nocturn que pugui donar resposta als anhels dels i les joves d'entre 14 i 20 anys, deriva en un consum menys regulat, de caràcter abusiu i insegur.

Facilitar eines, a adolescents i joves, de gestió emocional i prevenció de l'assetjament sexual i de maltractament psicològic, especialment a través de les xarxes socials.

- Alguns casos d'assetjament sexual i de maltractament psicològic esmentat per l'alumnat d'Olesa han estat a través de les xarxes socials.
- Les noies pateixen un major maltractament psicològic en les relacions entre iguals.

Prevenir les autolesions i intents d'autolisi entre el jovent.

- Es detecta un increment de les autolesions entre els i les adolescents.
- Les autolesions han experimentat un procés de "normalització" entre el jovent.
- Existeix certa preocupació quant a l'augment en el nombre d'autòlisis (suïcidis) i intents autolítics entre el jovent.

Enfortir la capacitat del jovent per afrontar els problemes quotidians i l'apatia vers el futur, promovent referents positius i propers.

- Es detecta una manca de referents clars entre el jovent, contribuint a la seva desorientació, incrementant la seva sensació d'angoixa i disminuint la seva capacitat per a fer front les vicissituds quotidianes.
- S'observa una apatia en vers el futur, així com certa desorientació en quant a la planificació de l'itinerari vital que un espera de si mateix.

Donar eines a les famílies i comunitat educativa (professorat i equips directius) per escoltar i atendre a l'adolescent i jove, en aquesta etapa de la seva vida i la seva salut mental.

- Existeix certa preocupació quant a l'augment en el nombre d'autòlisis (de suïcidis) i intents autolítics entre el jovent. Aquest augment es relaciona amb l'absència de figures adultes significatives, la incomprensió que els joves senten, la falta de xarxa sòlida d'amistats i familiars o la pressió cada vegada major derivada de les xarxes socials i internet.
- Manca d'eines i recursos per poder atendre la salut mental de l'alumnat en els centres educatius.

Fomentar un ús en positiu dels dispositius mòbils, les xarxes socials i videojocs.

- Cada cop se'n fa un ús més problemàtic dels dispositius mòbils i les xarxes socials.

Facilitar eines per a combatre les pressions estètiques que afecten especialment a les nois adolescents.

- Les noies fan un major ús de xarxes socials i es troben sotmeses a majors pressions estètiques; els nois tenen major tendència al consum de videojocs i adquireixen hàbits poc saludables. Mala Salut física (dolors crònics).
- La preocupació pel sobrepès sentit recau de forma especial sobre les noies

L2B Treballar per la detecció de malestars emocionals en la gent gran i generar respostes adequades per aquesta població.

Millorar la qualitat de vida de les persones grans, alleugerint el seu malestar físic i emocional.

- La meitat de dones majors de 75 anys del Baix Llobregat Nord pateixen algun dolor o malestar.
- Empitjorament de la percepció de l'estat de salut de les persones, a mesura que augmenta l'edat.
- Estructura demogràfica general envellida.

Treballar el malestar emocional de les persones grans amb rendes baixes i suport social pobre.

- Les persones de 75 anys i més pateixen major privació material no greu (incapacitat per pagar l'habitatge o disposar d'altres elements bàsics, més enllà dels monetaris).
- Les persones grans presenten una major tendència a disposar d'un suport social pobre.

Combatre la solitud no volguda de les persones grans.

- Les llars unipersonals en part estan formades per persones grans que viuen soles.
- Estructura demogràfica general envellida.

Combatre la sobrecàrrega de tasques de cures i reproductives per part de dones grans.

- Sobrecàrrega de feines de cura i reproductives en dones i persones grans.

L2C Reduir el consum substàncies tòxiques entre la població adulta

Promoure la col·laboració comunitària en la intervenció sobre les conductes addictives.

Potenciar la detecció precoç de problemes relacionats amb els consums de drogues.

Augmentar la informació i la formació dels "agents socials" que poden incidir d'una manera més efectiva en la prevenció de consum de substàncies tòxiques entre la població adulta.

Facilitar la integració social de les persones que han tingut problemes amb les drogues i/o addiccions comportamentals.

La Salut mental dins de l'administració i la promoció cap enfora.

L3A Garantir que l'eix salut mental estigui present en totes les polítiques públiques del municipi

Incorporar la mirada de la salut mental comunitària de manera transversal en les polítiques públiques.

- Fins ara la Salut Mental no està present en totes les polítiques públiques.

Garantir la informació i formació sobre salut mental a professionals d'equipaments i serveis públics.

- Manca de sensibilització sobre la salut mental, en els equips professionals dels equipaments i serveis del municipi.
- Els serveis de salut públics del municipi no estan adaptats a les necessitats de les persones amb trastorn mental.

L3B Millorar el benestar emocional dels professionals dels serveis.

Incrementar els recursos humans i econòmics que disposen els serveis públics i gratuïts de salut mental.

- Es manifesta una saturació dels serveis públics i gratuïts de salut mental.

Desplegar recursos per abordar el malestar emocional en els professionals dels serveis.

- Aquesta saturació provoca malestar emocional en els professionals dels serveis i pot afectar directament a l'atenció que s'ofereix.

L3C: Dissenyar l'estratègia per obtenir dades quantitatives en relació a la salut mental de la població d'Olesa de Montserrat.

Construir l'eina que ens permet recollir les dades quantitatives necessàries per conèixer en profunditat l'estat de la salut mental de la població d'Olesa de Montserrat.

Potenciar la informació i el coneixement en salut mental a fi de donar suport a la formulació, el seguiment i l'avaluació de polítiques i programes específics.

- Manca de dades municipals entorn a la Salut mental, i que no s'han pogut aconseguir en la diagnosi.

○ ANNEX 2. AVALUACIÓ DE LA PRIMERA RONDA DE SESSIONS PARTICIPATIVES.

La primera ronda de sessions participatives finalitzava amb una avaluació individual de les mateixes.

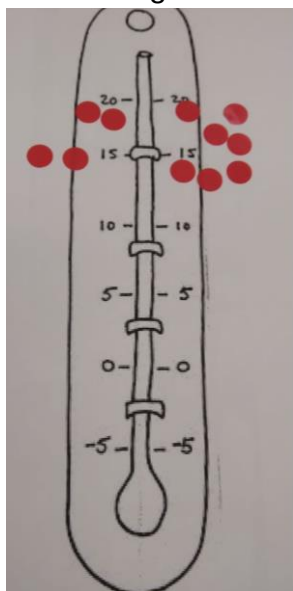
Aquesta incloïa:

- Un termòmetre, per a la valoració general de la sessió
- Una maleta, per compartir quines coses positives de la sessió s'emportaven les participants
- Una paperera, per compartir elements a millorar o a modificar.

A continuació es presenta el buidatge de cadascuna de les sessions:

GRUP DE TREBALL 1: BENESTAR EMOCIONAL I COMUNITARI

Valoració general:



Aspectes positius. Què m'emporto?:

- Idees i obertura de mires.
- “El aporte colectivo que ofrece una visión amplia de acciones y servicios”.
- Conèixer a més professionals.
- Comunicació.
- Canvis de grups per què participin tots els agents implicats.
- Espai per a construir estratègies de treball i cobrir necessitats detectades.
- Espai de reflexió.
- Conèixer personalment els professionals que formen la xarxa.

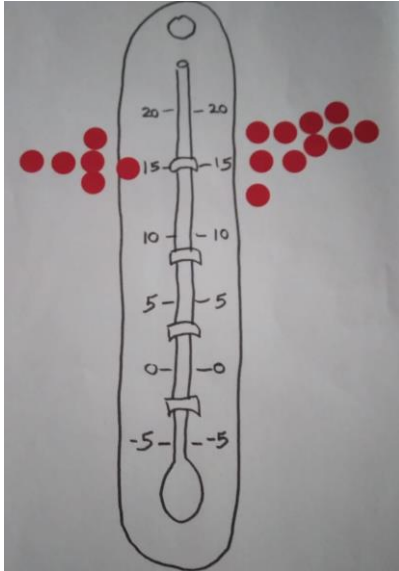
Aspectes a millorar. Què canviaria?:

- Posar cafè i pastes per esmorzar (+4)

- Grups de treball amb objectius més homogenis (+1)
- Més diversificació d'activitats.

GRUP DE TREBALL 2: LA SALUT MENTAL EN DIFERENTS COL·LECTIUS

Valoració general:



Aspectes positius. Què m'emporto?:

- Feina.
- Expectatives.
- Coneixement.
- Altruisme.
- Treball en xarxa.
- Ganes de fer feina en temes de gent gran.
- Molt ben sistematitzat.
- Recursos a nivell pràctic i ganes de treballar pel benestar dels i les joves.
- M'he sentit acompanyada i entesa (Xarxa).
- Compartir
- Conèixer gent de la xarxa.
- Temps per a pensar.
- Espai de reflexió.
- Conèixer el funcionament de noves tècniques de dinamització.
- Possibilitat de compartir a partir de la trobada.

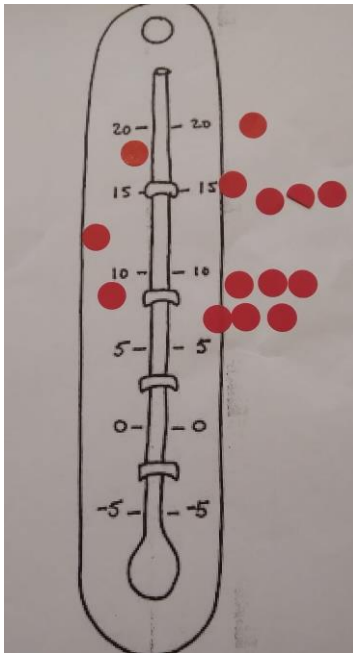
Aspectes a millorar. Què canviaria?:

- Manca presència CAP i Creu Roja, ja que són importants.
- Esmorzar
- Més temps i dinamització de l'espai per un objectiu clar.
- Més temps.

- Presentar-nos.
- Presentació.
- Incorporar també a persones dels col·lectius on s'apliquen els projectes i propostes.
- S'ha de ser realista en les propostes.

GRUP DE TREBALL 3: LA SALUT MENTAL DINS DE L'ADMINISTRACIÓ I LA PROMOCIÓ CAP ENFORA

Valoració general:



Aspectes positius. Què m'emporto?:

- Les experiències i coneixements dels companys/es de la Taula de treball.
- Sessió resolutiva.
- Sessió on compartir i conèixer altres serveis.
- Bon ambient grupal.
- Poder compartir i conèixer visió d'altres professionals.
- Sessió dinàmica, àgil i bon ambient.
- Esperança per fer coses conjunes.

Aspectes a millorar. Què canviaria?:

- No canviaria res.

○ ANNEX 3. FITXA DE RECOLLIDA DE PROPOSTES

TÍTOL DE LA PROPOSTA *

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO ☐

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

**CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA
SIMILAR? ***

EXPERIÈNCIES REFERENTS*
Quines?

SÍ ☐ NO ☐

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

**QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB
EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?**

BAIX ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

○ **ANNEX 4. GUIÓ ENTREVISTES**

- **Presentació del procés del pla Acció.**
- **Presentació persones entrevistades**
Nom, servei, descripció breu del servei (si s'escau)
- **Contrast de propostes (Enviades prèviament).**
Explorar:
 - Recursos que poden aportar
 - Limitacions: quines dificultats ens podem trobar?
 - Aspectes que s'han de tenir en compte
 - Agents importants a implicar
 - Lideratge, qui hauria de liderar? us imagineu liderant?
 - Viabilitat: heu intentat fer alguna cosa semblant? què ha funcionat, què no?
 - Lideratge i agents a implicar
 - Altres aspectes a tenir en compte
- **Propostes noves, i continuïtat des del servei entrevistat.**
Trobeu a faltar alguna idea?
- **Agraïments i calendari**

○ **ANNEX 5. FITXES DESENVOLUPADES DE CADA PROPOSTA D'ACCIÓ**

A continuació es troben les fitxes que desenvolupen en detall cada proposta d'acció resultant del treball participatiu del procés del Pla d'Actuació de Salut Mental d'Olesa de Montserrat. Algunes d'aquestes fitxes incorporen tota la informació i altres tenen aspectes encara a definir. Això és perquè els grups de treball no van acabar de concretar aquestes qüestions (per desconeixement, manca d'informació, etc.), i quedarà pendent de valorar per part del grup motor que doni continuïtat i seguiment al Pla.

(Veure a partir de la pròxima pàgina)

LT - a.1 **GUIA DE RECURSOS MUNICIPALS I COMUNITARIS PER A LA SALUT MENTAL I EL BENESTAR EMOCIONAL ADREÇADA A PROFESSIONALS I CIUTADANIA.**

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Es detecta un desconeixement generalitzat entre departaments de l'Ajuntament, professionals dels serveis municipals i la ciutadania sobre la totalitat de recursos existents per a la salut mental i el benestar emocional que hi ha al municipi. Especialment, s'ha observat una major necessitat en els recursos adreçats a adolescents i joves, a mares i pares, i a les persones grans, especialment en situació de solitud no volguda.

Es considera necessari crear una guia o mapa, dirigida als professionals i a la ciutadania, per a que tothom conegui els recursos disponibles i els pugui utilitzar quan els necessiti.

És essencial que els professionals coneguin els serveis existents per:

- Fer les derivacions adequades als recursos que millor s'adaptin a les necessitats dels diferents grups de població.
- Treballar de manera més eficient, proporcionant un accés directe a serveis específics i garantint una intervenció oportuna en cas de necessitats urgents.
- Obtindre una millor coordinació entre els diferents serveis, que faciliti la implementació d'enfocaments integrats i holístics per abordar les necessitats de la població.
- Atendre la salut mental en clau preventiva.

És important que la població conegui els serveis existents per a la seva salut mental i benestar emocional per a:

- Poder adreçar-se a aquests en cas de necessitat.
- Atendre la salut mental en clau preventiva.
- Trencar amb l'estigma en salut mental, normalitzant l'existència d'aquest tipus de recursos i la seva utilització.

Poder tenir una guia de recursos permet, a més, visibilitzar els recursos, fer una anàlisi i valoració de l'oferta total existent i també observar la ubicació física d'aquests a nivell municipal i cuidar la no generació de desigualtats d'accés entre zones o barris del municipi.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- | | |
|---|---|
| <p>Per a identificar grups de mares i pares:</p> <ul style="list-style-type: none">- La Xarxa socioeducativa d'Infància i Adolescència- CSMIJ- Pediatria CAP Olesa- RBEC- CDIAP- Centre de recursos educatius per a deficients visuals | <ul style="list-style-type: none">- CAP- Agents cívics |
| <p>Per als recursos per a les persones grans:</p> <ul style="list-style-type: none">- Serveis Socials- Associacions de Veïns- Associació de persones grans- Farmàcies- Mercat- Centre Cívic | <p>Altres:</p> <ul style="list-style-type: none">- Promoció econòmica- Esports- Polítiques migratòries, Antiracisme i cooperació.- Gènere, feminismes i LGTBIQ+- Habitatge- Espai públic- Joventut- Cultura- Serveis Socials- OAC- Medi Ambient- Educació i Infància |

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *	QUI LIDERARÀ? *
La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...	
Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	Grup de treball en Salut Mental d'Olesa de Montserrat

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? ☐ NO ☒

Es va realitzar un primer mapeig d'actius per a la Diagnosi de Salut Mental i pot ser un primer punt de partida.

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es tracta de crear una guia o mapa de recursos en format paper i digital al qual puguin accedir tots els serveis i ciutadania del municipi.

Algunes de les passes que s'han de donar podrien ser:

- Revisió del mapa d'actius de la Diagnosi de Salut Mental.
- Si s'escau, fer un sociograma o nou mapeig dels serveis que faltin per incorporar, classificats, per exemple, per franges d'edat.
- Si s'escau, dissenyar una fitxa per enviar als serveis i entitats i que l'omplin. Serà important dissenyar unes instruccions perquè tots els serveis incorporin la informació en un format i to similar.
- Fer seguiment de l'enviament de les fitxes.
- En el municipi s'estan realitzant diverses guies, intentar unificar-les.
- Buscar el format i maquetació necessària. Per les persones grans tenir en compte el format paper.
- Fer una estratègia de difusió i fer arribar la guia als serveis i punts de referència adients. Les farmàcies es detecten com un agent important a tenir present en la difusió, així com el CAP.

Alguns dels ítems que es poden recollir són:

- Àmbit d'actuació: sanitari, comunitari, d'ocupació, d'educació, lleure, etc.
- Nom del servei i logotip.
- Descripció del servei (objectiu, serveis que ofereix, etc.)
- Contacte: adreça, telèfon, correu electrònic, web...

Al fer difusió cal pensar en la població diana i buscar el millor format. Fer-ho molt visual (logotips, iconografia, intuïtiu...).

Es proposa també que el mapa estigui geolocalitzat, amb tota la informació dels serveis. Es podria aprofitar el GeoPortal d'Olesa:

<https://www.olesademontserrat.cat/gestio-de-lespai-public-i-dequipaments/geoportal>

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

- Fitxa de servei.
- Recursos i servei de maquetació.
- Recursos per a la impressió.
- Espai web per publicar la guia.
- Xarxes socials.

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

A definir

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☒ NO ☐

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

- Guia de serveis públics per a la Salut mental i el Benestar Emocional de Sant Boi de Llobregat:
https://www.santboi.cat/PaginesW.nsf/CalcularURLDoc?OpenAgent&NomDoc=salut/GUIA_SALUTMENTAL_SB.pdf
- Mapa de recursos socioeducatius de l'administració.
- Prescripció Social.
- SIG (Gestió Espai Públic)

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

S'estan realitzant diferents guies de recursos, una d'elles des d'educació (Guia didàctica de recursos per a joves), i es proposa buscar la manera d'unificar-ho en una única.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

En les sessions es detecta que hi ha un gran desconeixement dels serveis i entitats del municipi, i del que es fa. Aquest és el primer pas per poder atendre millor a les persones amb problemàtica de salut mental i les seves famílies.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla la participació de persones amb experiència pròpia en aquesta acció.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de guies realitzades i nombre de guies entregades.
- Descàrregues de la guia en la web.
- Enquestes als serveis i entitats sobre com han conegut el servei i afegir la guia.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Durant la realització de la diagnosi en l'àmbit de la salut mental d'Olesa de Montserrat, es va detectar la manca d'accés a dades quantitatives referents a la salut mental de la població. Poder fer un registre i anàlisi d'aquestes dades pot permetre a l'Ajuntament i als diferents serveis a implementar polítiques, programes i altres serveis adaptats a les necessitats reals de la comunitat.

Aquesta estratègia pot permetre:

- Identificar la prevalença de problemes de salut mental i establir prioritats en la planificació d'intervencions i serveis.
- Dissenyar programes i serveis que abordin els problemes de salut mental de manera efectiva.
- Assignar de manera més eficient els recursos, maximitzant l'impacte de les intervencions en salut mental.
- Avaluar l'efectivitat de les intervencions i ajustar i millorar els programes segons sigui necessari.
- Contribuir a la sensibilització sobre la importància de la salut mental, reduir l'estigma associat.
- Compartir informació entre diferents sectors (salut, educació, serveis socials, etc.) per desenvolupar estratègies integrals sobre els diferents determinants socials de la salut mental, treballant de manera conjunta i coordinada.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- CatSalut. Servei Català de la Salut.
- ICS. Institut Català de la Salut.
- CAP - Programa salut i escola.
- CAP - referent adolescència.
- Diputació de Barcelona.
- Facilitadors (prescripció social).
- Professionals del CAP: Fisioterapèutes, nutricionistes, referents benestar comunitari, personal assistencial
- Serveis socials i tots els seus programes.
- Policia local.
- SIAD.
- SIE Sant Feliu, Servei d'intervenció especialitzada en violència masclista
- Xarxa de Violència Masclista d'Olesa de Montserrat.
- Associació de Salut Mental Baix Llobregat Nord.
- CSMA.
- CSMIJ.
- CDIAP.
- Xarxa de persones grans vulnerables.
- Escolta Jove.
- Cabalbaix.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

- Departament de Salut- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- RBEC.
- Amb suport del PLACI

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Aquesta acció tindria diferents fases:

1. Dissenyar un marc metodològic de recopilació de dades unificat, amb la identificació d'indicadors clau disponibles dels serveis específics de salut mental i dels serveis generals.
2. Desenvolupar un sistema integrat de registre de dades que faciliti la recollida, emmagatzematge i anàlisi d'informació. L'eina de recollida pot ser des d'una plataforma col·lectiva i vinculada a altres plataformes de recollida de dades d'altres serveis per facilitar l'automatització, a un full de càlcul compartit.
3. Generar informes periòdics i anàlisi de dades.
4. Facilitar l'accés i la difusió dels resultats.

Les dades es podrien complementar amb la realització d'una enquesta ciutadana que es mogui per fires i des dels diferents àmbits. També es podria passar als usuaris dels serveis de l'ajuntament o centres sanitaris o equipaments mentre esperen a ser atesos. O a grups ja formats com casals de persones grans, entitats, AFA, etc.

Per identificar els indicadors que poden ser d'interès, es poden revisar els indicadors recollits per:

- Enquesta 4t ESO (Diputació de Barcelona) - caldria tornar-la a fer per tenir dades actualitzades
- PCP - Programa col·laboratiu de primària (CatSalut)
- Dades sobre la prescripció social al CAP a través de:
 - Les figures de facilitadors (s'encarreguen específicament de la prescripció per àmbits)
 - Fisioterapeutes (tenen un qüestionari amb un apartat de salut mental)

- Nutricionistes
- Referents de benestar comunitari.
- Personal assistencial
- CAP - dades de prevalença de les principals malalties i enquesta de benestar emocional
- Indicadors de participació (per identificar problemes de solitud)
- ESTIA (Diputació de Barcelona) - programa de Serveis Socials. Perfil de persones ateses, tipus d'atenció i actuació, sobre violència...
- Policia
- SIAD
- SIE Sant Feliu
- Xarxa de violència masclista
- Associació Salut Mental Baix Llobregat Nord: franja d'edat, tipus de problemàtica...
- SATAF, Teràpia i atenció a famílies (Serveis Socials)

En el cas del CSMA I CSMIJ, tenen l'obligació de reportar dades al CATSalut, i no poden fer-ho a altres organismes. En tot cas s'hauria de parlar amb el CATSalut i si necessiten més dades fer la demanda al CSMA I CSMIJ que els hi passi a ells que són l'organisme oficial. I l'Ajuntament les ha de demanar al CATSalut - Caldrà prioritzar la petició d'aquestes dades perquè trigaran.

Tenir en compte que hi ha les dades obertes de la Central de resultats de l'Observatori del Sistema de Salut de Catalunya, hi ha dades de 2017 a 2022.

Serà important que apareguin les persones implicades en un apartat d'agraïments, perquè per alguns rols, com la RBEC, és necessari perquè es valori aquesta feina dins del seu pla de treball.

Definir bé el protocol i els agents responsables de cada fase. A més, perquè funcioni, caldrà que l'acció s'institucionalitzi, que sigui una estratègia política aprovada pel Ple municipal.

RECURSOS NECESSARIS *	CALENDARI D'EXECUCIÓ *
Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?	Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?
Recursos humans: els diferents equips hauran de facilitar que les persones implicades tinguin el temps per dedicar a l'Observatori i es reconegui dins de la seva tasca i pla de treball. Per a això, és necessari que hi hagi una aposta i estratègia política que doni suport a la proposta.	Setembre 2024: primeres reunions per establir mètodes de coordinació, governança, metodologia, cronograma i pla de treball, etc. Gener-març 2025: publicació de la memòria amb dades de 2024.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS*
	Quines?

SÍ ☐ NO ☒

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

"Indicadors de salut local del municipi" (DIBA):
Per poder tenir accés a les dades dels indicadors, des de l'ajuntament s'ha de fer el curs **Taller Quadre de Comandament d'Indicadors de Salut Local**. Un cop fet, donen les claus d'accés a l'eina. El curs és de 2 h de durada, mitjançant vídeo formació. És un curs pràctic de com utilitzar l'eina, els filtres i fer l'exportació de dades.

"Memòries anuals dels departaments" (Ajuntament):
Els diferents departaments de l'Ajuntament treballen cada desembre en les seves memòries anuals, que es publiquen entre gener i març de l'any vinent. Es fan també des del CAP (programa Salut i Escola, RBEC...).

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Amb la realització de la Diagnosi en salut mental es va posar en manifest la manca d'accés a dades quantitatives relacionades amb la temàtica, i des del grup motor del procés es va identificar com una necessitat a cobrir.

A més, tenir dades específiques sobre salut mental, poden facilitar la concreció d'accions de major impacte.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?



EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla en aquesta actuació.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ
Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Reunions amb el grup de treball.
- Serveis implicats en la recollida de dades.
- Publicació de la memòria.
- Aplicació del cronograma i compliment dels acords.

L1A - a.3 GRUP D'AJUDA MÚTUA PER REDUIR LES LLISTES D'ESPERA DEL CAP.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

El CAP té una llista d'espera de persones amb fibromiàlgia i malestar general, per participar en grups psicoeducatius multidisciplinars que realitzen. L'autocura és fonamental per a les persones que pateixen fibromiàlgia, una malaltia crònica caracteritzada per dolor generalitzat, fatiga, trastorns del son i altres símptomes. Aquesta condició pot afectar significativament la qualitat de vida, i l'autocura es converteix en una peça clau per gestionar millor els símptomes i millorar el benestar general.

Aspectes com la gestió de l'estrès, l'exercici moderat, el descans adequat, l'alimentació o el suport social i emocional, són molt rellevants per la millora del benestar i qualitat de vida de les persones que ho pateixen..

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Casal Cívic Sant Bernat (espai on poder fer-ho)
- Cal Repisa (espai on poder fer-ho)
- Departament de Salut, Ajuntament d'Olesa de Montserrat
- Serveis Socials, Ajuntament d'Olesa de Montserrat
- Centre de Salut Mental d'Adults, CSMA
- Centre d'Atenció Primària, CAP
- Servei d'intervenció i atenció a la dona, SIAD
- Grup de dones Fibrolesa

DE OUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones

it Català de la Salut i Ajuntament d'Olesa de Montserrat

CAP i Departament de Salut Ajuntament d'Olesa. Inicialment poden liderar, però es necessitarà un relleu posteriorment. La idea és que ho lideri una altra entitat, com per exemple l'entitat Fibrolesa, si es creen GAMS.

També es podria donar suport extern als GAMS dels de l'Espai Situa't de referència.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ QUIN?

NO ☐

En el CAP es realitzen grups psicoeducatius multidisciplinars per persones que pateixen fibromialgia, però s'han de poder fer rotacions per poder arribar al màxim de persones.

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

La proposta s'inicia amb la realització d'una prova pilot en què generar grups d'ajuda mútua i formacions sobre conducció de GAMS, per aquelles persones que ho necessiten. Es podria comptar amb la llista d'espera de dones amb fibromiàlgia del CAP, com a participants de grups psicoeducatius multidisciplinars. Caldria valorar des d'on es podrien generar aquests grups d'ajuda mútua.

La idea és poder posar en comú els malestars, que poguessin inclús tenir un acompanyament per formar-se com a associació, per donar continuïtat a un intent que s'havia realitzat anteriorment.

Les derivacions als futurs GAM poden anar de la mà de la/el referent de benestar emocional comunitari (RBEC) del CAP.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos materiais:

- Espai físic on quedar el grup
- Material fungible (taules, cadires, etc.)

Primavera 2025

Recursos humanos:

- Persona que dinamitzi inicialment el GAM

CONEXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Ouines?

SÍ ☒ NO ☐

- Associació Activament té la [guia de com gestionar grups d'ajuda mútua](#).
- Associacions de fibromiàlgia.
- Des del grup del CAP el que s'està oferint és un grup psicoeducatiu multidisciplinar. És un grup a on es van a aprendre coses que s'ha observat que ajuden a gestionar millor el síndrome de la fibromiàlgia (p.e.: gestió emocional, exercici físic, nutrició, etc.).
- [Salut Mental Catalunya](#) forma en la dinamització dels GAM i tenen unes guies.
- Grup de Salut emocional de l'Ajuntament. Provenent del curs Salut Emocional de la Diputació, que fan a Casa de la Cultura.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Recursos humans i econòmics:

- La Diputació de Barcelona ofereix recursos per a desenvolupar GSAM, grups de suport emocional i ajuda mútua: <https://www.diba.cat/es/web/benestar/gsam>
- Com a espais on realitzar-se, el Centre Cívic Sant Bernat i Cal Repisa.
- [Guies GAM Salut Mental Catalunya](#). Fan també formació a persones que poden moderar, donen eines sobre normes de funcionament.
- Associació Activament té la [guia de com gestionar grups d'ajuda mútua](#).

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Ja existeix un recurs per a aquesta tipologia de necessitat, per tant, el grau d'importància no és total, però sí prou important a l'haver-hi llista d'espera.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☒ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Aquest síndrome complica la participació pel fet de la fatiga. Per tant, són persones que necessiten d'un suport. La proposta és que puguin acabar de materialitzar de forma jurídica l'associació FibrOlesa, i la dinamització dels GAMS.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Que s'hagi pogut constituir l'associació FibrOlesa, i que aquesta tingui autonomia per plantejar els propis grups.
- Nivell de satisfacció de les persones participants.
- Indicadors de participació, assistència i freqüència (tot i que en aquests casos, la falta d'assistència pot ser deguda al mateix síndrome, per tant, s'hauria de preguntar més a fons sobre les causes de la falta d'assistència).
- Nivell de cohesió grupal.

L1A - a.4 SERVEIS DE CANGURATGE MUNICIPALS.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Les cures continuen sent un sector molt feminitzat. L'aposta per generar espais comunitaris on les dones puguin assistir lliurement no és tan fàcil d'aconseguir. S'han de tenir presents factors com que la criança, en moltes ocasions, pot generar impediments a l'hora de participar i fer ús del seu dret com a ciutadanes de l'accés a l'oci.

La implementació de serveis de canguratge municipal pot facilitar aquesta disposició per assistir a activitats d'equipaments, mentre una persona professional al mateix temps, pugui estar fent-se càrrec dels infants.

Així mateix, també existeix la necessitat per a aquelles cuidadores que tenen a càrrec persones grans. Tot i que en aquests casos, es veu més complicat poder oferir cap servei en concret.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Departament d'Educació - Ajuntament Olesa de Montserrat.
- Departament de Cultura i Festes - Ajuntament Olesa de Montserrat.
- Departament d'Esports- Ajuntament Olesa de Montserrat.
- Departament de Gènere, feminismes i LGTBIQ+ - Ajuntament Olesa de Montserrat.
- Entitats d'Olesa de Montserrat.
- Caus i esplais d'Olesa de Montserrat.
- Associació Santa Oliva per la inclusió.
- Xarxa infància i adolescència.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones
---	---

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

Departament de Gènere, feminismes i LGTBIQ+ - Ajuntament Olesa de Montserrat.
Xarxa infància i adolescència - Ajuntament Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

La proposta vol implementar un servei de canguratge municipal, per activitats públiques concretes que es facin al municipi, on les persones puguin confiar els nens i les nenes mentre l'activitat per a adults es desenvolupi. Així millorar l'accés a les dones en l'oferta d'oci pública, garantint així la seva vida plena i comunitària.

Una part fonamental de les cures i autocures, és poder socialitzar i participar en comunitat, que a més de ser un dret, contribueix de forma notòria a la millora de la salut mental.

El municipi consta del Casal Sant Bernat, on tenen un espai de joc per a nens i nenes d'entre 4 i 12 anys en horari de tardes, però és un espai que queda lluny del centre i dificulta l'aprofitament del mateix.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
---	---

Recursos humans:
Personal professional que pugui oferir el canguratge.

Recursos materials:
Espais on realitzar el canguratge municipal.

Pendent de definir.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
---	--

SÍ ☒ NO ☐

- Des del Departament de Gènere,Feminismes i LGTBIQ+ es reforça i amplien les activitats fora d'horari lectiu i també amb el projecte patis oberts.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC



MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

El municipi compta amb el Casal Sant Bernat, on tenen un espai de joc, per a nens i nenes d'entre 4 i 12 anys en horari de tardes.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA



MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

És un recurs que implica recursos permanents, i es veu poc viable. Hi ha un recurs en el municipi, encara que estigui lluny del centre.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX



ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla la participació de persones amb problemes de salut mental o les seves famílies en aquesta actuació

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de persones que fan ús del casal existent.
- Nombre de serveis de canguratge
- Nombre d'infants que atenen.
- Nombre de persones que a través de les enquestes de satisfacció de les activitats que es realitzen en el municipi i demanen servei de canguratge.

L1B- a.5 FORMACIÓ A ENTITATS ESPORTIVES PER ACOLLIR A PERSONES EN SITUACIÓ IRREGULAR.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Aquesta proposta respon a la necessitat que presenten les persones en situació irregular que practiquen alguna activitat esportiva i no es poden federar. A les entitats també els cal tenir informació sobre com es poden assegurar aquestes persones per estar cobertes si hi ha alguna lesió/problema i per saber si les assegurances esportives cobreixen a les persones amb diversitat funcional.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Departament d'Esports - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Polítiques Migratòries, Antiracisme i Cooperació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departaments de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+ - Ajuntament d'Olesa de Montserrat
- Departament de serveis socials - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Entitats esportives d'Olesa de Montserrat.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

Salut i àrea de prevenció a les persones

L'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

- Departament de Polítiques Migratòries, Antiracisme i Cooperació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+ - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐

QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Per tal de realitzar una sessió formativa a entitats esportives, cal identificar alguna persona docent experta en l'assessorament a entitats, i que sàpiga també d'assegurances. La proposta és realitzar una o diverses sessions dotant d'informació i recursos a les entitats esportives del municipi sobre la incorporació de la diversitat.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos econòmics:

Necessaris per pagar a algú o a alguna entitat que realitzi la formació.

Recursos materials:

També cal un espai on dur a terme la sessió.

Recursos humans:

És necessari que hi hagi persones de les entitats esportives que tinguin interès i puguin assistir a la formació.

Execució al llarg del 2025.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☐ NO ☒

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

S'ha fet formació a entitats sobre assegurances generals o sobre contabilitat i gestió de les entitats, no d'assegurances esportives específicament.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC

☐

☐

☐

☐

☒

MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Es compta amb espais i infraestructura municipal, amb les entitats esportives del municipi, i recursos humans de l'Ajuntament que facilitin l'organització. Cal comptar amb un pressupost, però és fàcilment assequible.

Cal explorar possibles empreses proveïdores com Fundació Esplai o Xarxanet.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

És important, però no molt urgent. Els col·lectius poden fer esport encara que no puguin competir per no estar federats. Si no poguessin fer esport sí seria més urgent.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla en aquesta acció.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ
Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de formacions, mínim que es faci una formació a l'any..
- Nombre d'entitats participants en la formació. L'objectiu és que el 50% de les entitats esportives puguin assistir a aquesta formació.
- Valoració de la satisfacció de les persones participants.

L1B - a.6 MILLORAR L'ACCESSIBILITAT I LA INCLUSIÓ A INSTAL·LACIONS ESPORTIVES

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Es necessita fer de l'esport una eina de transformació social i d'inclusió en tots els aspectes.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

-Entitats d'Olesa de Montserrat.

-Departament d'Esports - Ajuntament Olesa de Montserrat.

-Departament de Salut -Ajuntament Olesa de Montserrat.

-Departament de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+ - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

-Departament d'instal·lacions i equipaments- Ajuntament Olesa de Montserrat.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

Salut i àrea de prevenció a les persones

Departament d'instal·lacions i equipaments- Ajuntament Olesa de Montserrat.

Departament d'Esports- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ

QUIN?

NO

Des del departament d'instal·lacions i equipaments es fan accions per a condicionar les instal·lacions esportives i fer-les accessibles a tota la ciutadania.

Des del Departament d'Esports es donen punts a les subvencions econòmiques per concurrència competitiva si es duen a terme activitats esportives inclusives o encarades cap a les persones amb diversitat.

Des de l'Ajuntament s'acullen a totes les subvencions econòmiques on l'objectiu principal sigui la igualtat en l'esport i la inclusió de tots els participants.

Des del Departament d'Esports es treballa per a fer un decàleg de valors i que les entitats treballin conjuntament utilitzant l'esport com una eina d'inclusió social.

En les instal·lacions esportives s'han creat els vestidors individuals per a aquelles persones amb diversitat que els hagin d'utilitzar (no només els discapacitats).

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Cal fer un canvi en la mirada de la ciutadania cap a la inclusió en general en el món de l'esport, fent entre d'altres actuacions modificacions en instal·lacions esportives perquè incloguin accés a persones amb diversitat funcional i diversitat de gènere, i senyalitzant amb més banderoles les activitats inclusives que es realitzin en el municipi per part d'entitats.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos materials:

Es necessita un cartellera per a senyalitzar els vestidors individuals.

Recursos humans:

Cal monitoratge format per a conscienciar els esportistes i treballar la inclusió dins l'esport.

Recursos econòmics:

Calen recursos econòmics per la resta de recursos esmentats.

És un treball de llarga durada i de conscienciació de la ciutadania en general.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

75

SÍ ☐ NO ☒

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Es poden buscar recursos en el catàleg de la Diputació de Barcelona: <https://catalegdeserveis-cercador.diba.cat/>

Cal comptar amb el personal de Departament d'Esport i Departament de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+ de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Cal fer una transformació social en matèria de gènere i que tothom pugui gaudir de l'esport sense prejudicis.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Cal fer pedagogia fer de l'esport una eina de transformació social i d'inclusió en tots els aspectes.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de persones amb diversitat dins de les entitats esportives.
- Nombre de modificacions en instal·lacions esportives perquè incloguin accés a persones amb diversitat funcional i diversitat de gènere.
- Nombre d'activitats senyalitzades amb la banderola de la diversitat.
- Nombre d'usos lliures de les instal·lacions esportives municipals.
- Nombre d'incidències que es duen a terme dins de les instal·lacions esportives.
- Grau d'acceptació de la diversitat de la ciutadania.

L1B - a.7 OFERIR CAMINADES PER ADOLESCENTS AMB DIVERSITAT FUNCIONAL.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

L'objectiu és ampliar el públic objectiu de les caminades, fins ara per les persones grans, i fer-les més inclusives. En l'anterior sol·licitud, des d'Esports es van demanar recursos tècnics i recursos econòmics per tal d'implementar millores que facilitin l'accés a l'esport a tota la població, en especial atenció als col·lectius d'adolescents, persones grans i diversitat. Alguns d'aquests recursos han estat concedits i aviat es començarà a treballar per a dur a terme algunes d'aquestes millores.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Departament de Salut, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament d'Esport, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

OUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones

Departament d'Esports - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

Departament d'Esports - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☒ OU NÃO?

NO ☐

Des del Departament d'Esports es du a terme activitat esportiva per a persones grans. En breus iniciaran activitats de caminades per a les persones grans amb altres municipis ("Passejades per a la gent gran").

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es tracta d'impulsar caminades per a persones amb TDAH en caps de setmana. L'Associació de TDAH podria oferir personal de monitoratge.

A banda, actualment des del Departament de Salut, els dimarts a les 9 h s'organitzen caminades obertes, pot participar qui vulgui.

Per tenir un major impacte, cal incrementar la difusió /comunicació de l'activitat.

Atenció! Queda pendent fer un estudi i valoració detallada de l'impacte d'aquesta acció. Es coneixen experiències d'altres municipis en els quals van incorporar a un altre col·lectiu en les caminades que es feien per a persones amb problemes de salut mental i no van funcionar.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos materiales:

Difusió i cartelleria.

Recursos humanos:

Monitoratge per a fer l'activitat.

Recursos econòmics:

Per arribar als recursos esmentats, entre d'altres.

Depèn de l'acció. Cal que totes les accions esdevinguin de llarga durada per a crear un hàbit a la ciutadania.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

SÍ ☒ NO ☐

Les que es duen a terme des d'altres departaments de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ○ ○ ○ ○ ● MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- L'Associació de TDAH podria oferir personal de monitoratge.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Cal crear hàbits esportius i saludables entre la població.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☒ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Hi ha moltes activitats esportives que són voluntàries, però sí que cal que hi hagi accions actives per tal de crear els hàbits esportius i de salut a la ciutadania. La participació no és exclusiva per a les persones amb problemes de salut mental, però a través de l'ampliació de les caminades es podrien atendre, identificar i prevenir aquest tipus de patologies.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Oferta i demanda dels programes esportius.
- Continuïtat en el temps dels programes esportius.

L1B - a.8 CREAR ESPAIS DE CO-PRODUCCIÓ D'ACTIVITATS INCLUSIVES ENTRE ENTITATS.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Es necessita la col·laboració de les entitats del municipi que ja treballen amb col·lectius diversos per detectar les oportunitats tant en les activitats que organitza l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat com en les activitats d'altres entitats per fer-les més inclusives. Per exemple: a partir d'una activitat que ja es fa, pensar què es pot fer per incloure en les persones amb capacitat diverses. Un exemple és la Mostra d'entitats, en la que durant 1h no es posa música a volum alt, per a persones que els afecta el volum alt. També és necessari detectar altres criteris que generin exclusió, per tal d'evitar-los.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- ASSOTEA.
- Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Participació Ciutadana. - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Conjunt d'entitats que fan activitats en el municipi d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Cultura i Festes- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Diversitat i Departament de Polítiques Migratòries, Antiracisme i Cooperació- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Serveis socials - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

Salut i àrea de prevenció a les persones

- Departament de Participació ciutadana i/o Departament de Cultura i Festes de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

- Departament de Participació ciutadana, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Salut, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- ASSOTEA

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ

QUIN?

NO

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

En l'actualitat es fan algunes activitats per a col·lectius diversos:

- Es fa cursa adaptada diversitat funcional (autisme), però hi havia famílies que volen participar a la cursa no adaptada.
- En el Carnestoltes es fa una comparsa amb infants amb TEA (va al darrere per no escoltar la música forta). Es fa el mateix per Nadal. I a més en el cagatió els infants amb TEA no han de fer cua. No és específica de TEA, si no que una comparsa té algun membre amb TEA, ho demana i se la col·loca al darrere.
- Aquests espais se senyalitzen amb una banderola, i es proposa comprar-ne més per tal que les entitats que vulguin, puguin fer servir aquestes banderoles sempre que facin activitats inclusives.
- L'institut Daniel Blanxart fa activitat esportiva i activitat educativa amb l'alumnat amb diversitat psicològica. L'entitat Futbol Sala Olesa té un equip amb diversitat psicològica, tots de l'institut Daniel Blanxart.

Incloure al Departament Diversitat i Departament de Polítiques Migratòries, Antiracisme i Cooperació per fer un estudi de si hi ha elements que fomentin una major participació de les persones migrades.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos humans

de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat i de les entitats del municipi.

Recursos materials:

Espai per dur a terme l'activitat, banderoles i formularis per a fer la petició de material.

Pendent de definir

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

SÍ ☐ NO ☒

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Es pot comptar amb els recursos humans de les entitats del municipi i de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat, així com els equipaments municipals com a infraestructura.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

És molt important identificar els motius pels quals s'està participant, i que tothom pugui sentir-se inclòs i participar lliurement en totes les activitats.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Les persones amb experiència pròpia de salut mental i les seves famílies, poden aportar la seva visió i experiència des de l'inici en la producció i plantejament de les activitats.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de grups de treball realitzats.
- Nombre d'activitats inclusives realitzades.
- Satisfacció de les persones participants en les activitats.
- Nombre de persones amb experiència pròpia de salut mental i les seves famílies, participants en la producció i plantejament de les activitats.

L1B - a.9 **ESPAIS DE RESPIR MATINALS PER PERSONES CUIDADORES.**

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Aquesta proposta vol donar resposta a la necessitat d'espais de cures per a persones cuidadors/es, que es troben saturades i veuen afectada la seva salut mental.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Departament d'Esports - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *
La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones

- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament d'Esport- Ajuntament d'Olesa de Montserrat
 - Departament de de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+- Ajuntament d'Olesa de Montserrat

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ

☐

QUIN?

NO

☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es tracta de crear espais de respir tipus cafè, però no exclusivament reservats per parlar dels problemes, sinó també de temes que comparteixin les persones participants i siguin d'interès. Caldria tenir en compte i informar en aquests espais l'oferta de caminades i altres activitats com el txi kung, on també poden participar persones cuidadores i on es pot parlar d'aquells temes que desitgin les persones participants.

També cal tenir present que des del departament d'Esports s'obrirà un espai de respir perquè les mares facin esport, on s'oferirà un espai de guarderia per tal que les mares no tinguin impediment per a fer l'esport desitjat. Tot i que és important fer espais esportius de pràctica esportiva segura per a mares, és important tenir en compte que també hi ha altres col·lectius afectats amb la mateixa situació.

Els professionals cal que tinguin un ull crític vers a les situacions d'estrès de les mares i les puguin derivar al servei esportiu.

RECURSOS NECESSARIS *
Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *
Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos materials:
En relació als recursos materials es necessiten canals de difusió i cartelleria.
Recursos humans:
És necessari comptar amb monitoratge per a fer l'activitat.
Recursos econòmics:
Els recursos econòmics són necessaris per fer front a la resta de recursos esmentats.

Inici al setembre. Segons els recursos que es disposin, serà una acció de llarga durada.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*
Quines?

SÍ

☐

NO

☒

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC

☐

☐

☐

☒

☐

MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- Es pot comptar amb monitoratge per a realitzar l'activitat.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Hi ha dones que per càrregues de cures, no disposen de temps per poder realitzar activitats per a elles, afectant la seva salut física i mental.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Les persones cuidadores amb problemes de salut mental, que serien les principals beneficiaries de la proposta, a més podrien proposar activitats que els agradaria realitzar i que els permetessin desconnectar de les cures.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de persones participants en les activitats.
- Continuitat en el temps de les persones participants.
- Grau de satisfacció de les persones participants.
- Nombre d'activitats de respir realitzats.
- Nombre de canguratsges realitzats.

L1B - a.10 CREAR ESPAIS ESPORTIUS SEGURS, NOMÉS PER A NOIES/DONES.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

La proposta pretén fomentar la pràctica esportiva entre les dones, fent de les instal·lacions esportives espais segurs lliures de sexisme.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

Junta directiva i entrenadors de les entitats esportives.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

Salut i àrea de prevenció a les persones

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

Departament d'Esports- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐

QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

La proposta vol iniciar-se amb la realització d'un decàleg de valors conjunt entre les entitats.Després, i de manera conjunta, fer campanyes de conscienciació ciutadana que traslladin el missatge de que l'esport és una activitat lliure de sexisme i que els espais i equipaments rebutgen i persegueixen qualsevol conducta sexista.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos materials:

Difusió i cartelleria.

Recursos humans:

Monitoratge format per a fer l'activitat.

Recursos econòmics per a fer les accions, entre d'altres.

Llarga durada, es pretén crear un hàbit.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☒ NO ☐

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

Programa “Dona i esport” de la Diputació de Barcelona

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC

☐

☐

☐

☒

☐

MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Hi ha disponibles recursos humans, monitors/es del departament d'esports per rebre les formacions i les pròpies entitats del municipi.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA

☐

☐

☐

☒

☐

MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Es percep que cal remuntar l'esport femení, especialment en aquells esports considerats, socialment, masculins (futbol, per exemple).

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

La proposta pot fomentar la participació de dones amb problemes de salut mental, però també d'altres. L'acció tindria un benefici emocional per totes aquelles dones que participessin, ja que és una de les fortaleeses de la pràctica esportiva.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de dones participants abans i després de l'actuació.
- Valoració i sensació de seguretat percebuda en els espais.
- Assoliment del valor i visió evolucionada de la ciutadania.

L1C - a.11 **GENERAR ESPAIS DE BENESTAR EMOCIONAL ALS INSTITUTS D'OLESA DE MONTSERRAT**

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Aquesta actuació vol contribuir en el trencament de l'estigma en salut mental des d'edats primerenques, ja que a través de la diagnosi es van detectar certs prejudicis entre l'alumnat.

Treballar l'estigma i les falses creences al voltant de la salut mental pot:

- Promoure la salut mental, creant un ambient on es promou obertament la cura de la salut mental.
- Facilitar la detecció primerenca de problemes i la intervenció oportuna per prevenir que les situacions s'agreugin.
- Fomentar un sentit de comunitat i solidaritat entre l'alumnat, sense por al judici i la discriminació.
- Fomentar la resiliència dels estudiants per fer front als diferents desafiaments emocionals.
- Prevenir possibles casos de discriminació i assetjament escolar per raó de salut mental.

Atenció: Abans de la realització d'aquesta acció es considera necessari que els equips docents estiguin formats en salut mental de manera adequada (L1C- A1), si no, no funcionarà.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Instituts d'Olesa de Montserrat
- Departament d'Educació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat
- Entitat de Salut Mental (Associació Salut Mental Baix Llobregat Nord, per exemple)

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones

Consorci d'Educació - Generalitat

Direccions dels instituts d'Olesa de Montserrat

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es tracta de potenciar i crear espais de benestar emocional, on els joves puguin connectar amb les seves emocions i parlar d'elles obertament, poder parlar sobre la seva salut i benestar emocional sense por al judici i aprendre a gestionar les emocions. Que s'incorporin hàbits de meditació o ioga a l'inici del dia, activitats que permeten conèixer i estimar el teu cos i posar nom a les teves emocions i dels altres. Es considera que aquesta mesura pot ser de més utilitat que l'oferta de xerrades puntuals amb l'alumnat.

És important que siguin accions transversals i no puntuals, incorporades en el Pla Educatiu de Centre (PEC). És per això que resulta imprescindible que el centre educatiu vegi aquesta proposta com una necessitat.

Pot ser una oportunitat perquè les entitats de salut mental entrin en els centres, de manera que es converteixin en serveis de referència per als joves.

RECURSOS NECESARIOS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos humanos:

Persones qualificades a les aules per acompanyar aquest tipus d'espais.

Recursos materiales:

Redistribuir les activitats del PEC per donar espai a aquest tipus d'activitat.

Durant el curs escolar, de manera continua i transversal. Però encara no es veu com una tasca prioritària.

CONEXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☒ NO ☐

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

- Espai jove de Martorell (Associació Salut Mental), iniciat al febrer 2024
- Projecte Escolta Jove (dut a terme entre l'Escorxador i Ocell de foc - Fundació Àuriafilfu (Escolta Jove).

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- Es considera que el professorat encara necessita treball de conscienciació i formació prèvia sobre salut mental. D'una altra manera, serà molt difícil que s'implementin en la manera de fer del centre accions contínues d'aquest tipus.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☒ ☐ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

- La connexió de l'alumnat amb les seves emocions, les de les altres persones i el trencament dels prejudicis que mostren sobre la salut mental és una acció que té un cert nivell d'importància i urgència. No obstant això, i com ja s'ha explicat, abans de donar aquest pas són necessaris fer un altre tipus d'accions recollides en el present Pla d'actuació en salut mental.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Adaptació del PEC per incorporar aquest tipus d'espais a l'aula
- Valoració pre i post d'aquests espais: existència de prejudicis vers la salut mental, sensació de benestar, incorporació d'estratègies personals pel maneig d'emocions, etc.

L1C - a.12 INCORPORAR A LES PERSONES AMB PROBLEMES DE SALUT MENTAL EN LES ACTIVITATS D’ “OLESA FEM SALUT”.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Moltes de les persones amb problemes de salut mental senten dificultats a l'hora d'incorporar-se a participar de les dinàmiques del municipi, de les activitats i d'establir vincles. Tot això degut a la por a la discriminació, a l'estigma i la dificultat de sortir del rol d'usuari a la que moltes d'aquestes persones es veuen sotmeses.

És per això que la prioritat està en la incorporació de les persones amb diagnòstic de salut mental en programes i activitats que ja es fan i en les quals participen persones sense trastorn. Conviure i compartir moments de relació és la millor manera per trencar l'estigma i facilitar la participació de les persones amb problema de salut mental en els diferents àmbits de la vida.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Associació Salut Mental Baix Llobregat Nord.
- Departament de Salut, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- CSMA.
- Treballadores socials.
- Servei de Rehabilitació Comunitària.
- Sagrat Cor.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones
---	---

Departament de Salut de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat	- Departament de Salut- Ajuntament d'Olesa de Montserrat - Sagrat Cor.
--	---

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es tracta, principalment, de fer prescripció social de les activitats “d'Olesa fem Salut” amb les persones amb problemes de salut mental diagnosticats. Aquesta acció implica la coordinació directa entre el departament de Salut de l'Ajuntament i els serveis adreçats a les persones amb problemes de salut mental.

Sagrat Cor podria comunicar a la resta de recursos sobre l'existència de la prescripció a “Olesa fem Salut”, i que sigui la tècnica de salut qui expliqui a les persones derivades sobre tota l'oferta i fins i tot, acompanyar i presentar aquesta persona a la monitora, fer d'enllaç en un primer moment.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
Recursos humans: Persona acompanyant per les persones amb un perfil que se'ls hi fa més difícil el primer contacte amb el grup i l'activitat. Ofertar-se des del Programa de Servei Individualitzat (PSI).	Començar al 2024

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
SÍ ☒ NO ☐	L'Art de Cuidar-te (Ass.Salut Mental Baix Llobregat Nord, Martorell) https://www.salutmentalbln.org/2021/09/22/lart-de-cuidar-te/

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- Amb les activitats i referents “d’Olesa fem Salut”.
- Els serveis de salut mental.

QUIN GRAU D’URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D’URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

És important establir relacions des de la naturalitat per trencar amb l’estigma i les conseqüències que aquest genera en la salut de les persones amb patiment psíquic.

QUIN GRAU D’IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L’ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Les protagonistes d’aquesta acció són les persones amb problemes de salut mental.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s’han de plantejar?

- Nombre de persones amb diagnòstic de salut mental participants en les activitats.
- Valoració del benestar que produeix a aquestes persones la participació en les activitats.

L1C - a.13 TESTIMONIS DE SALUT MENTAL EN LA RÀDIO D'OLESA.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

La proposta pretén trencar amb l'estigma en salut mental i facilitar que les persones amb experiència pròpia s'empoderin i participin en els espais i dinàmiques del municipi.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Ràdio Olesa.
- Associació Salut Mental.
- Servei de rehabilitació comunitària.
- Federació Salut Mental Catalunya.
- Obertament.
- Activament

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones

Ajuntament d'Olesa de Montserrat

- Departament de Salut- Ajuntament d'Olesa de Montserrat
- Sagrat Cor.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es tracta de recuperar l'espai mensual a la Ràdio d'Olesa en el qual convidaven a persones diagnosticades per compartir la seva experiència i compartir testimonis que trenquin amb l'estigma en salut mental.

Es tracta d'una proposta que s pot fer en col·laboració amb l'Associació de Salut Mental Baix Llobregat, però també amb altres com el SRC, la Federació Salut Mental Catalunya, etc.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

RECURSOS humans:

Referents de Ràdio Olesa, del departament de Salut i de Sagrat Cor per coordinar les accions.

RECURSOS materials:

Espai en la programació de Ràdio Olesa per incorporar la participació

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Calendari pendent de definir

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☒ NO ☐

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

[Ràdio Nikosia.](#)

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- Es compta amb l'experiència d'haver relaitzat aquesta acció prèviament. A més, també es compta amb els recursos humans necessaris

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

- Incorporar en la quotidianitat d'un municipi els testimonis de persones amb problemes de salut mental i els seus familiars és de vital importància per trencar amb l'estigma present en part de la ciutadania. A més, poden ser experiències que facin de mirall a altres persones per identificar problemàtiques i oportunitats en el seu entorn. Per últim, es tracta d'una acció que donaria veu a persones que socialment i de manera general es troben invisibilitzades i fomentaria la seva participació en la vida del municipi.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Les persones amb problemes de salut mental i els seus familiars serien les principals protagonistes de l'acció.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Recuperar espai en la programació de Ràdio Olesa per compartir aquests testimonis
- Nombre de persones participants
- Nombre de programes realitzats
- Satisfacció de les persones participants
- Nombre d'oients o reproduccions dels programes

L1D - a.14 ENQUESTA PER LA DETECCIÓ DE NECESSITATS DE LES PERSONES CUIDADORES INFORMALS

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Aquesta proposta respon a la necessitat de dotar a les persones cuidadores d'estratègies d'autocura i oferir espais d'escolta i suport.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Departament de Serveis Socials - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Residències del municipi.
- Associació malalts d'alzheimer.
- Assotea.
- CDIAP

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones

Departament de de Salut i departament de Serveis Socials - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

1. Detecció de persones cuidadores a partir de recursos com el CAP, Serveis Socials, residències, entitats que tenen persones cuidadores. Quan es parla de cuidadores no es posa límit edat, poden haver-hi persones joves que siguin cuidadores. En tots cas, segons els resultats, hi ha accions que s'hauran de treballar per separat. És important tenir present que el CAP fa un programa "cuidador expert" per a persones cuidadores.
2. Passar un qüestionari/enquesta a les persones cuidadores.
3. Crear un grup de treball, per a compartir els resultats i a partir d'aquests veure que es pot fer.
4. Posteriorment, segons el que surti es poden derivar noves accions per cobrir les necessitats. Una de les que s'apunten es tracta de realitzar formació, es parla de focalitzar-la amb eines o nous materials que puguin ser d'interès.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

En la part de detecció més enllà de comptar amb les persones que tenen relació amb persones cuidadores, i amb un programa o materials a través dels quals passar l'enquesta, no es necessita res més.
En una segona fase, un cop detectades necessitats. Si surten noves propostes pot ser que es necessitin altres recursos.

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Pendent de definir.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☐ NO ☒

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Per arribar a les persones cuidadores informals s'ha de comptar amb els serveis i entitats que treballen en el municipi, i que tenen

relació amb aquest col·lectiu de cuidadores.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Cada vegada hi ha més persones que han de fer de cuidadores i afecta a més col·lectius de la societat.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Quan sorgeixin propostes, segons quines siguin, pot tenir sentit que participin en l'acció les persones cuidadores.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ
Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Si es fa o no es fa l'enquesta.
- Nombre de persones que han participat.
- Satisfacció de les persones que han participat en accions, en cas que es desprenguin accions d'aquesta enquesta.
- Segona enquesta per tornar a valorar, valorar l'eficàcia.

L1D - a.15 DONAR VISIBILITAT ALS GRUPS DE REFERENTS PARENTALS DEL MUNICIPI.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Segons la diagnosi, cal identificar grups de referents parentals que ja es realitzin i valorar la necessitat de crear-ne de nous específics. Posteriorment, s'han de visibilitzar els recursos existents pel que fa a grups parentals.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Xarxa socioeducativa d'infància d'Olesa (Petita infància). Liderada actualment pel Departament d'educació de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Centre de Salut Mental per a Infants i Joves, CSMIJ.
- Centre de Salut Mental per a Adults, CSMA.
- Centre d'Atenció Primària, CAP: Pediatria
- Centre d'Atenció Primària, CAP: Referent de Benestar Emocional Comunitari, RBEC.
- Centre de Desenvolupament Infantil i Atenció Precoç, CDIAP.
- Centre de recursos de deficients visuals.
- Centres educatius de petita infància del municipi.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

Salut i àrea de prevenció a les persones

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

Xarxa socioeducativa d'infància d'Olesa.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Primer de tot, identificar a través d'una enquesta els grups de referents parentals existents en el municipi, per tal d'identificar possibles buits existents. Un cop es tinguin els resultats de l'enquesta, contrastar-los amb la xarxa i crear-ne de nous, si s'escau, així com a valorar generar un circuit en l'etapa prenatal de derivació al CDIAP, en casos d'existència de factors de risc en salut mental.

En relació amb la visibilització, realitzar tallers o sessions per donar a conèixer els recursos identificats.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos humans:
Es necessita comptar amb els membres de la Xarxa socioeducativa d'infància d'Olesa (Petita infància)

Recursos materials:
Programa a través del qual realitzar l'enquesta.
En una segona fase, seran necessaris espais on realitzar els tallers o sessions per donar a conèixer els recursos identificats.

Pendent de definir.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

SÍ ☐ NO ☒

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- Es pot comptar amb els membres de la Xarxa socioeducativa d'infància d'Olesa (Petita infància) i espais del serveis existents en el municipi.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

- La importància està justificada per què cada cop arriben més casos amb factors de risc de salut mental al CDIAP.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla la participació de persones amb experiència pròpia de salut mental en aquesta acció

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre d'enquestes enviades.
- Nombre d'enquestes respostes.
- Nombre de grups parentals identificats.
- Nombre de tallers o sessions de visibilització.

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- PIJ de l'Espai Jove i l'equip de l'Escorxador.
- S'està fent una guia didàctica sobre allò que ofereix l'Ajuntament als joves.
- Ràdio Cultura i Esport, dirigida pel referent de benestar en l'adolescència del CAP Olesa, Jaime Rodríguez:
 - Programa Adolescent 360: parlen de salut adolescents, joves i les seves famílies).
 - Programa Maitalen: promoció de la música entre adolescents i joves.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Que el jovent s'associï a l'Escorxador es considera molt important amb l'objectiu que la seva oferta arribi cada cop a més joves. L'Escorxador treballa pel benestar emocional del jovent i tracta, a través de diferents activitats, l'abordatge de la salut mental. És per això que cal que més joves coneguin i s'apropin al servei, per beneficiar-se de la feina que se'n fa i prevenir possibles problemàtiques, així com abordar les existents.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

D'inici no es contempla la participació de les persones amb experiència pròpia en salut mental. Més endavant, i el qual la dinàmica dels PIJ estigui consolidada en les estones de pati dels centres educatius, es pot valorar la col·laboració amb entitats de l'àmbit de la salut mental, amb testimoni en primera persona per donar a conèixer recursos de suport per a la salut mental.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre i evolució temporal de centres educatius del municipi que acullen els Punts d'Informació Juvenil durant les estones de pati.
- Nombre d'alumnes que s'han apropiat al PIJ.
- Perfil dels alumnes que s'han apropiat als PIJ (gènere, edat, motiu de consulta).
- Nombre i evolució de joves que participen en entitats juvenils i l'Escorxador.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Aquesta proposta vol facilitar eines, a familiars d'adolescents i joves, de gestió emocional, salut mental i prevenció de l'assetjament sexual i de maltractament psicològic, especialment a través de les xarxes socials. També per enfortir la capacitat del jovent per afrontar els problemes quotidians i l'apatia vers el futur, promovent referents positius i propers.

Es proposa incorporar testimonis en primera persona. Aquest tipus de testimonis provoquen una major connexió i comprensió, la qual cosa facilita la identificació amb les experiències compartides. A més, aquests poden generar empatia i validar les experiències de les persones participants. Aquest tipus d'enfocament en primera persona també ajuda a desmitificar, per exemple, els problemes de salut mental i trencar estereotips, prejudicis i l'estigma associat a aquesta. Per acabar, el fet de compartir històries personals també pot fomentar un sentit de comunitat més profund i de suport entre els participants.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Centres educatius: escoles i instituts.- Xarxa socioeducativa d'infància i adolescència d'Olesa de Montserrat.- Ocell de foc -Entitat Àuriafil (recurs de la Generalitat, gratuït, a partir dels 16 anys) - Irene Álvarez.- CAP Olesa, comissió de benestar en l'adolescència - Jaime Rodríguez. | <ul style="list-style-type: none">- CAP Olesa, referent de benestar emocional comunitari, RBEC - Paula Torner.- Servei d'Informació i Atenció a les Dones d'Olesa de Montserrat.- Tècnica d'educació, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.- Departament de comunicació, Ajuntament d'Olesa de Montserrat.- Inspecció d'educació - Pep. |
|---|---|

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? *
---	-------------------------------

Consorci d'Educació - Centres educatius d'Olesa de Montserrat	Centres educatius, en col·laboració amb la Xarxa socioeducativa d'infància i adolescència.
---	--

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? ☒ NO ☐

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Els centres educatius són la manera més efectiva d'accedir i actuar amb les famílies de la població adolescent i jove.

Es proposa que sigui una acció liderada pels centres educatius, qui es posarien en contacte amb la Xarxa d'infància i adolescència per iniciar l'organització de les jornades. Caldria determinar la temàtica: gestió emocional, salut mental, prevenció de l'assetjament sexual i del maltractament psicològic, especialment a través de les xarxes socials; eines per acompanyar l'afrontament dels joves als problemes quotidians i l'apatia vers el futur.

Per celebrar les jornades, es poden fer servir els mateixos centres educatius o que l'Ajuntament cedeixi un espai per fer-ho. Si és de més d'un dia, podria ser rotatiu entre centres.

Serà important que es faci fora de l'horari lectiu, per facilitar la participació de les famílies.

Normalment, aquest tipus d'accions s'adrecen a famílies de secundària, però en aquest cas es proposa que s'avanci a famílies d'infants de 5è de primària, per a una major incidència preventiva.

Els centres educatius són la manera més efectiva d'accedir i actuar amb la població adolescent i jove.

A més, es suggereix avançar els cursos on s'ofereixen activitats d'aquestes temàtiques, i iniciar-les des de 5è de primària.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
---	---

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Equip humà per organitzar les jornades.- Espai on realitzar les jornades.- Retribució, si s'escau, de ponents i experiències convidades a la jornada. | <ul style="list-style-type: none">- 2024: Trobada entre centres educatius i Xarxa d'infància i adolescència.- Curs 2024-2025/ 2025-2026: Primera jornada per a famílies. |
|---|---|

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☒ NO ☐

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

Jornades de Salut Mental d'Alella 2023: joves i benestar emocional

- Web: <https://alella.cat/jornadessalutmental>
- Programació: [veure programació](#)

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- *Ocell de Foc* és un recurs gratuït de la Generalitat, activat per l'increment de problemes de salut mental i risc de suïcidi entre els joves arrel la pandèmia de la Covid-19. El recurs que pertoca a Olesa de Montserrat està ubicat físicament a Esparreguera (Entitat Àuriafil), però es desplaça als diferents municipis de la zona. Està adreçat exclusivament a joves de 16-30 anys i els professionals que treballen amb aquests. Ocell de Foc podria participar a través de realització de tallers, de xerrades o dinamitzant de taules de la jornada.
- *Obertament* té com a objectiu lluitar contra l'estigma i la discriminació que les persones que conviuen amb un problema de salut mental encara pateixen a les diferents esferes de la seva vida, tot fent que, a través de l'activisme i els seus testimonis en primera persona, esdevinguin protagonistes del canvi en la societat (font: <https://www.obertament.org/>). Ofereixen participació en l'àmbit educatiu per fer programes que incloguin a la experiència educativa dels joves una visió de la salut mental lliure d'estigmes.
- *Activament* és un moviment associatiu de salut mental en primera persona que lluita contra l'estigma i autoestigma i ofereix espais de suport mutu (font: <https://www.activament.org/es/>).
- *Salut Mental Catalunya* és un moviment social de representació, atenció i suport a les persones amb problemes de salut mental i les nostres famílies. Compta amb un catàleg de formacions - [veure catàleg](#)
- *Espai Jove Martorell Nord (Punt Nord)*. Aquest servei és referent en el territori per la seva metodologia i oferta d'activitats per a la salut mental i benestar emocional.
- SPOTT- Diputació de Barcelona disposa d'un catàleg d'accions que ofereix als municipis, i que van dirigit a adolescents i joves entre 12-21 anys, i a les seves famílies sobre addiccions a les drogues i a les pantalles. Les demandes s'han de fer des de Serveis Socials. [Veure catàleg](#)

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Conscienciar i formar a les famílies en la prevenció de problemes de salut mental dels seus fills o actuació davant problemàtiques que ja estan afectant o poden afectar el seu benestar emocional és de vital importància per frenar l'augment i donar resposta a aquest tipus de necessitats.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Persones amb experiència pròpia en salut mental poden ser algunes de les ponents o dinamitzadores dels tallers o xerrades, ja que el que es vol és introduir testimonis en primera persona.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Assoliment de l'organització de la jornada.
- Nombre d'agents involucrats.
- Nombre de centres educatius participants.
- Nombre d'assistents.
- Valoració quantitativa i qualitativa de les jornades.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

La població adolescent i jove necessita referents positius i de confiança. El centre educatiu, com a espai de referència, ha d'estar preparat per gestionar les diferents necessitats del seu alumnat.

En el cas dels instituts s'ha observat que el professorat està molt menys preparat en acompanyament emocional que a les escoles.

Tenir una formació adequada en gestió emocional pot enfortir la relació entre el professorat/referent i l'alumnat/participant, ja que promou l'empatia, la comunicació eficaç, la resolució de conflictes constructiva i la creació d'un ambient positiu i inclusiu a l'aula. Aquests elements són fonamentals per a un entorn educatiu que recolzi el benestar emocional dels seus i seves estudiants.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Per rebre la formació:
 - Centres educatius: escoles i instituts.
 - Associacions i entitats infantojuvenils.Per realitzar la formació:
 - Associació Salut Mental Baix Llobregat.
- Ocell de foc - Entitat Àuriafil (recurs de la Generalitat, gratuït, a partir dels 16 anys) - Irene Álvarez.
 - CAP Olesa, comissió de benestar en l'adolescència - Jaime Rodríguez.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *	QUI LIDERARÀ? *
La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...	
Consorci d'Educació - Centres educatius d'Olesa de Montserrat	- Centres educatius (per rebre la formació). - L'Escorxador (convocarà a la resta d'entitats juvenils per fer una formació conjuntament).

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐

QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

L'acció se centra en oferir una formació de qualitat al professorat i referents d'entitats juvenils que els doti de conceptes i eines que els ajudin a gestionar correctament les emocions i malestars de l'alumnat o dels participants de les entitats.

Es proposa que, en el cas dels centres educatius, la formació es faci en els espais de claustre. En el cas de les entitats juvenils, l'Escorxador s'ofereix a convocar a la resta d'entitats que treballen amb joves i organitzar així una convocatòria conjunta.

Cal fer èmfasi i buscar recursos per a la formació a professionals d'educació infantil i primària o entitats que treballin amb aquestes edats, ja que s'observa que són les franges amb menys recursos de treball sobre benestar emocional i salut mental.

RECURSOS NECESSARIS *	CALENDARI D'EXECUCIÓ *
Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?	Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?
Recursos humans: - Persones formadores: Associació Salut Mental Baix Llobregat, Ocell de foc (Entitat Àuriafil) i CAP ofereixen formació en gestió emocional. Recursos econòmics: - Retribució econòmica, si s'escau, de les persones formadores	Es proposa contactar durant el curs 2023-2024 per fer les formacions durant el curs 2024-2025. Es pot aprofitar la setmana del Benestar Emocional Adolescent (març) per realitzar aquest tipus de formacions.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS*
SÍ ☒ NO ☐	Quines? Programa " Benestar per estar bé " (Generalitat de Catalunya)

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

☐☐☐☐☒

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- *Ocell de Foc* és un recurs gratuït de la Generalitat, activat per l'increment de problemes de salut mental i risc de suïcidi entre els joves arrel la pandèmia de la Covid-19. El recurs que pertoca a Olesa de Montserrat està ubicat físicament a Esparreguera (Entitat Àuriafil), però es desplaça als diferents municipis de la zona. Treballen amb els professionals dels centres educatius i monitors de lleure perquè són agents que intervenen amb joves a partir dels 16 anys.

El contingut es treballa a través de tallers grupals que sempre tenen com a objectiu que aprenguin eines de gestió emocional a implementar amb l'alumnat/participants d'esplais. No són tallers o acompanyament emocional per al professorat (excepte en casos de monitors/es de lleure menors de 30 anys).

Només treballen amb professorat d'institut, d'escoles no.

En el cas de col·laborar amb Ocell de Foc (Entitat Àuriafil), caldria que els instituts:

- Contactin amb la referent d'Ocell de Foc
- Concretin conjuntament l'objectiu i temàtiques a tractar.
- Acordar nombre de sessions i calendari.
- *Salut Mental Catalunya* és un moviment social de representació, atenció i suport a les persones amb problemes de salut mental i les nostres famílies. Tenen diferents formacions, treballen molt en format taller. Abans passen un qüestionari, per poder treballar a partir de situacions reals que es troben els professionals en el seu dia a dia. Compta amb un catàleg de formacions - [veure catàleg](#)
- *Sagrat Cor*: poden oferir formacions en salut mental i per trencar l'estigma a professionals.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

S'observa una gran manca d'habilitats entre el professorat per acompanyar les emocions del seu alumnat. Aquest fet pot tenir conseqüències greus en la salut i benestar del jovent, i afectar directament en la manca de prevenció de problemes de salut mental.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☒ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

En una segona etapa formativa es poden convidar a entitats com Obertament o Activament, que apropin els testimonis en primera persona al professorat.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de centres educatius que reben la formació.
- Nombre de mestres formats.
- Nombre d'entitats juvenils que reben la formació.
- Nombre de referents d'entitats juvenils formats.
- Valoració de les formacions.
- Evolució del coneixement de la temàtica.
- Valoració qualitativa de la gestió en salut mental feta post-formació.
- Valoració de l'evolució en el suport per part d'alumnes/participants d'entitats.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l’acció, descripció.

En la diagnosi de salut mental d’Olesa de Montserrat es va detectar certa dificultat per part del jovent per detectar problemes de salut mental i gestionar les seves emocions. Per això, és fonamental que adolescents i joves rebin la formació adequada en aquests àmbits.

Oferir formació en salut mental i gestió emocional al jovent pot:

- Millorar el benestar integral d’aquests, dotant-los de les eines necessàries per cuidar la seva salut mental i emocional durant l’etapa vital que travessen.
- Ajudar a prevenir problemes de salut mental i aprendre estratègies per manejar les emocions de manera saludable.
- Enfortir el desenvolupament d’habilitats d’afrontament i resiliència enfront els desafiaments de la vida.
- Reduir l’estigma associat als problemes de salut mental, creant un entorn més inclusiu i de suport en el centre educatiu.

Per això, es proposa oferir aquest tipus de formació dins de l’aula als centres educatius i fóra en altres espais educatius (Centre Obert, per exemple) i espais d’oci i lleure infantojuvenil.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

Per rebre la formació: - Alumnat d’escoles i instituts. - Participants en associacions i entitats infantojuvenils. Per realitzar la formació: - Associació Salut Mental Baix Llobregat. - Ocell de foc - Entitat Àuriafil (recurs de la Generalitat, gratuït, a partir dels 16 anys) - Irene Álvarez. - CAP Olesa, comissió de benestar en l’adolescència - Jaime Rodríguez.	Per a l’organització: - Departament d’Educació. Ajuntament d’Olesa de Montserrat - Departament de Salut. Ajuntament d’Olesa de Montserrat - Xarxa d’infància i adolescència. Ajuntament d’Olesa de Montserrat - Serveis socials. Ajuntament d’Olesa de Montserrat - Centre de Salut Mental Infantil i Juvenil, CSMIJ. - Espai Jove l’Escorxador. - Centre Obert.
--	--

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...	QUI LIDERARÀ? *
- Consorci d’Educació - Centres educatius d’Olesa de Montserrat. - Departament d’Educació -Ajuntament d’Olesa de Montserrat	- Xarxa infància i adolescència, Ajuntament d’Olesa de Montserrat - Centres educatius. - L’Escorxador (pot convocar a la resta d’entitats juvenils per fer una formació conjunta).

AQUESTA PROPOSTA S’ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D’UN ALTRE PLA?*

SÍ

☐

QUIN?

NO

☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s’han de donar per portar a terme la proposta?

L’acció se centra en oferir una formació de qualitat a adolescents a partir de 5è de primària i joves dels instituts i participants d’entitats infantojuvenils. L’objectiu principal és que la formació els doti de conceptes i eines que els ajudin a gestionar correctament les seves emocions i malestars, així com trencar l’estigma associat a la salut mental.

Cal fer èmfasi i buscar recursos per a la formació alumnes de primària o entitats que treballin amb aquestes edats.

En el cas de les formacions dins de l’aula, és important que la demanda sorgeixi del professorat, si no no es farà. Si no hi ha la necessitat, s’ha de generar. Tenir en compte que hi ha una sobresaturació de formacions que també s’ofereixen per part del Departament d’educació.

En el cas de les formacions fora de l’aula, es poden aprofitar les Taules Joves per oferir o desenvolupar la formació. En aquest cas també ha de ser una formació per a un grup tancat des de l’inici, amb una inscripció prèvia per generar confiança i cohesió grupal. Una altra opció és vincular-la amb la iniciativa “Barri Jove” del Centre Obert, on ja tenen un grup de joves fixe.

En aquesta formació serà important treballar les baixes expectatives de futur que té aquest col·lectiu, així com la tolerància a la frustració.

La tolerància a la frustració és un element fonamental en el procés de creixement personal. A través d’activitats pràctiques i reflexions guiades, els joves aprenen a reconèixer i gestionar les seves reaccions emocionals davant de reptes i obstacles. Aquesta habilitat no només els ajuda a mantenir un equilibri emocional en situacions difícils, sinó que també fomenta la resiliència i la capacitat

d'adaptació.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

Recursos humans:

- Persones formadores: Associació Salut Mental Baix Llobregat, Ocell de foc (Entitat Àuriafil) i CAP ofereixen formació en gestió emocional.

Recursos econòmics:

- Retribució econòmica, si s'escau, de les persones formadores.

Recursos materials:

- Material fungible (projector, bolis, paper, etc.) i espais on realitzar-la.

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Es proposa contactar durant el curs 2023-2024 per fer les formacions durant el curs 2024-2025.

Es pot aprofitar la setmana del Benestar Emocional Adolescent (març) per realitzar aquest tipus de formacions.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

SÍ ☒ NO ☐

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

Tallers d'Ocell de Foc - Entitat Àuriafil (Generalitat de Catalunya).
Projecte "Bat a Bat" de la Diputació de Barcelona que s'ofereix a la Biblioteca.

"Escolta Jove". Espai de teràpia individual a Olesa.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

- *Ocell de Foc* és un recurs gratuït de la Generalitat, activat per l'increment de problemes de salut mental i risc de suïcidi entre els joves arrel la pandèmia de la Covid-19. El recurs que pertoca a Olesa de Montserrat està ubicat físicament a Esparreguera (Entitat Àuriafil), però es desplaça als diferents municipis de la zona. Treballen amb joves entre 16 i 30 anys.

En el cas de col·laborar amb Ocell de Foc, caldria:

- Contactar amb la referent
- Concretar l'objectiu i temàtiques a tractar. El que ofereixen es pot adaptar a les necessitats del centre o del grup, però tenen un taller base que funciona molt bé per començar sobre salut mental i antiestigma. Aquest taller posa les bases perquè els joves sàpiguen com, quan i a qui demanar ajuda, desestigmatitzar la salut mental, conèixer-la, etc. També organitzen i participen en jornades (dinamitzant taules, fent tallers, fent xerrades...).
- Acordar nombre de sessions amb els cursos de 4t d'ESO, i 1r i 2n de Batxillerat.
- *Salut Mental Catalunya* és un moviment social de representació, atenció i suport a les persones amb problemes de salut mental i les nostres famílies. Tenen diferents formacions, treballen molt en format taller. Abans passen un qüestionari, per poder treballar a partir de situacions reals que es troben els professionals en el seu dia a dia. Compta amb un catàleg de formacions - [veure catàleg](#)

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

S'observa una gran manca d'habilitats entre adolescents i joves per gestionar les seves emocions. A més, les dades indiquen que els problemes de salut mental entre la població més jove ha empitjorat durant els darrers anys.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☒ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Es poden convidar a entitats com Obertament o Activament, que apropin els testimonis en primera persona a l'alumnat.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de centres educatius que reben la formació.
- Nombre d'alumnes formats.
- Nombre d'entitats juvenils que reben la formació.
- Nombre de participants d'entitats juvenils formats.
- Valoració de les formacions.
- Evolució del coneixement de la temàtica.
- Valoració qualitativa de l'estat en salut mental de l'alumnat i gestió de les seves emocions.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Tenir una bona coordinació entre els centres educatius i el CAP promou una atenció integral i centrada en l'estudiant. Facilita la derivació, la detecció primerenca i la prevenció de problemes de salut mental.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Centres educatius: escoles i instituts
 - Orientadores
 - Cap d'estudis
 - Referent EAP
- Referent de Serveis Socials
 - Centre d'Atenció Primària Olesa, comissió de benestar en l'adolescència - Jaime Rodríguez

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *	QUI LIDERARÀ? *
<i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	
Departament d'Educació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat	Centre d'Atenció Primària Departament d'Educació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☒ QUIN? NO ☐

Prova pilot entre el CAP Olesa i instituts públics del municipi (veure descripció de la proposta).

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Al municipi s'està fent una prova pilot de coordinació entre els instituts públics i el metge referent d'adolescència. Es reuneixen un cop al mes i comparteixen els seus plans de treball per adaptar-se a aquests. La valoració d'aquesta experiència és molt positiva i l'horitzó seria fer-la extensiva també als centres educatius concertats, però comporta certes dificultats per la manca de recursos en els serveis sanitaris.

RECURSOS NECESSARIS *	CALENDARI D'EXECUCIÓ *
<i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	<i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
Recursos humans: És necessari, principalment, que el Centre d'Atenció Primària compti amb els recursos humans suficients per poder consolidar l'espai de coordinació i a més, fer-ho extensiu als centres educatius concertats del municipi.	Les coordinacions es realitzen cada mes o mes i mig.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS*
	<i>Quines?</i>
SÍ ☒ NO ☐	Prova pilot entre el CAP Olesa i instituts públics del municipi (veure descripció de la proposta).

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Com ja s'ha descrit, la prova pilot ja s'està portant a terme, però la manca de recursos del CAP i la saturació dels seus professionals pot afectar o endarrerir la consolidació de la proposta en la totalitat de centres educatius d'Olesa de Montserrat.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

☐ ☐ ☐ ☒ ☐

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Es tracta d'una necessitat i proposta realitzada des dels equips docents, que veuen essencial la creació i consolidació d'aquest tipus d'espai amb el CAP. A més, la valoració dels centres públics que estan participant en la prova pilot és molt positiva i expressen la utilitat de cara a la cura de l'alumnat.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

En aquesta proposta no es contempla la incorporació de les experiències en primera persona en salut mental.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Consolidació o no de la prova pilot.
- Nombre de centres educatius adherits.
- Nombre de sessions realitzades per centre educatiu.

L2B - a.21 FORMACIÓ PER PROFESSIONALS DE LA SALUT SOBRE ATENCIÓ PSICOLÒGICA DE PERSONES GRANS.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

La proposta respon a la necessitat de millorar la qualitat de vida de les persones grans, alleugerint el seu malestar físic i emocional., i de dotar d'eines al personal del centre d'atenció primària per identificar i atendre o derivar a persones grans que pateixen algun tipus de patiment emocional.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Responsables i personal del Centre d'Atenció primària de Salut (CAP) - Mútua de Terrassa.
- UCAR (Unidad Cronicidad y Atención Residencias- CAP).
- Unitat de demències del Sagrat Cor/CSMA.
- Referent de Benestar Emocional del CAP.
- Personal del CSMA.
- Entitats que treballen amb persones grans. Especialment, l'Associació Voluntaris d'Olesa.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones
---	---

- | | |
|--|--|
| Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat. | <ul style="list-style-type: none">- CAP. Mutua de Terrassa- Departament de Salut- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.- Hospital Sagrat Cor - Germanes Hospitalàries.Martorell. |
|--|--|

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Dissenyar i implementar una formació pels professionals del CAP en benestar emocional pel col·lectiu de persones grans. A través de la formació Identificar els buits que hi ha, per a posteriorment, ampliar aquesta formació a membres d'entitats que treballen amb persones grans.

I com a última acció realitzar xerrades o altres activitats dirigides a les persones grans sobre benestar emocional, han de ser sessions vivencials i atractives. És important que aquestes xerrades i activitats les convoqui l' Associació Voluntaris d'Olesa de Montserrat (AVO), que atrau a moltes persones grans del municipi.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
Recursos humans: Es necessita un psiquiatre/psicòleg gerontòleg i persones formadores, professionals de l'Hospital Sagrat Cor. Com a participants en la formació es necessita dels professionals del CAP. L'Ajuntament d'Olesa de Montserrat com agent organitzador.	Pendent de definir.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
SÍ ☒ NO ☐	Hospital Sagrat Cor - Màster en gerontologia i la tècnica de Salut. Agent formador. Salut Mental Catalunya realitzen formacions similars. Projecte fragilitats- CAP Olesa. Objectiu detectar persones grans que estan soles.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?
[Hospital Sagrat Cor](#)- Màster en gerontologia Agent formador.

La tècnica de Salut com agent organitzador.
[Salut Mental Catalunya](#) realitzen formacions similars.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Necessitat d'incrementar l'atenció en la mirada de la salut mental de les persones grans, sobretot des del CAP.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla inicialment. Només valorar-ho si així ho consideren les persones formadores.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ
Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Seguiment a través del programa de prescripció social.
- Enquesta als centres que es prescriuen.
- Enquesta als familiars de les persones grans a les que s'ha fet prescripció social, sobre l'assistència d'aquestes a les activitats prescrites.

L2B - a.22 **ALFABETITZACIÓ DIGITAL PER PERSONES GRANS.**

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Cal reduir al màxim la bretxa digital en el col·lectiu de persones grans.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Instituts d'Olesa de Montserrat.
- Departament d'educació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat..
- Associacions de veïns i veïnes d'Olesa de Montserrat.
- Casal Cívic i comunitari d'Olesa de Montserrat.
- Servei de Teleassistència.
- Creu Roja Baix Llobregat Nord.
- Residències de persones grans d'Olesa de Montserrat.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones
---	---

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	Departament d'Educació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
-----------------------------------	--

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Durant la primera fase treballar amb els instituts, per tal que els joves puguin realitzar càpsules pràctiques (ex. ensenyar a agafar cites catsalut, coses bàsiques que necessiten les persones grans,fer la compra a supermercats..). En aquesta fase inicial, començar a ensenyar a fer les gestions des dels mòbils.

En una segona fase arribar a persones grans que estan a casa, formant a altres joves que puguin anar a les llars. Des de Creu Roja i les associacions de veïns i veïnes es pot formar a joves formadors.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
Recursos materials: Mòbils o tablets que tenen les pròpies persones grans. En la fase als instituts, comptar amb recursos d'aquests com espais.	Pendent de definir.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
SÍ ☒ NO ☐	A Artesa de Segre, han realitzat un projecte similar amb la UPC.. on els formadors eren persones voluntàries. A la residència municipal fan un pilot amb alumnes de les Escolàpies. Els alumnes van a la residència un cop a la setmana a ensenyar a utilitzar tablets, mòbils etc.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Utilitzar els aparells tecnològics que disposen les persones grans.

Alguns instituts estan motivats amb la proposta.

Des del CAP, servei de teleassistència, residències, entitats com l'Associació de voluntaris d'Olesa de Montserrat tenen detectades persones grans que viuen soles,

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Hi ha persones grans que viuen soles, i poden necessitar aquesta alfabetització, però el fet que Olesa sigui un municipi on tothom es coneix facilita que puguin tenir suport.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☒ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla la participació de persones amb experiència pròpia en aquesta acció, més enllà de participar en la formació.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ
Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre d'alumnes participants.
- Nombre de persones grans soles.
- Grau de satisfacció dels joves i de les persones grans.
- Enquesta quantitativa a les activitats.

L2C - a.23 FORMACIONS SOBRE PREVENCIÓ DE CONSUM DE SUBSTÀNCIES TÒXIQUES.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

La diagnosi de salut mental posa en manifest la necessitat de reduir el consum de substàncies tòxiques, especialment entre les persones més joves.

La proposta vol augmentar la informació i formació dels diferents agents socials que poden incidir d'una manera més efectiva en la prevenció del consum de substàncies tòxiques, treballant amb el jovent així incidir directament en els hàbits d'un futur pròxim entre la població adulta.

Resulta necessari detectar els primers consums, les situacions familiars que siguin de consum, patrons que es reproduïxen, etc.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Centres educatius.
- Espais públics.
- Punt Jove.
- Centre d'Atenció Primària, CAP
- CAP: Pediatria
- CSMA
- CSMIJ.
- Cabalbaix.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones
---	---

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat | <ul style="list-style-type: none">- Cabalbaix.- Joventut.- Departament de Salut. Ajuntament d'Olesa de Montserrat. |
|---|--|

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☒ QUIN? NO ☐

Des de Salut Ajuntament s'ofereixen formacions a primària en relació amb els usos de les pantalles i a secundària sobre tabac i alcohol, sobre drogues en general, sobre pantalles. Des de l'Ajuntament s'està obert a noves demandes, a canvis en el format etc., sempre a demanda del centre educatiu.

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es considera que el format de les formacions ha de ser dinàmic (per exemple a través de la tècnica del teatre fòrum). Aquestes formacions es poden realitzar a serveis socials, als plans d'intervenció, xerrades a les escoles. Generar sinergies per arribar al màxim de persones i grups. Es veu la comunicació com un element important. La idea d'aquestes formacions és sensibilitzar.

Es podria complementar amb una campanya.

En familiars d'infants i joves que han consumit es treballarà en l'elaboració d'un protocol de maltractament.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
---	---

Recursos materials: Espais del municipi i dels centres educatius. Recursos humans: Professionals formadors. Algú que faci el disseny comunicatiu de la campanya.	Pendent de definir
--	--------------------

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
---	--

- | | |
|--|---|
| SÍ ☒ NO ☐ | <ul style="list-style-type: none">- Cabalbaix ha fet algun teatre fòrum sobre aquesta temàtica.- Energy Control- Creu Roja "Som nit". |
|--|---|

- Ampliar “Festa la teva”
- Formació a barres.
- Campanya de reducció de danys pel consum d'alcohol- Bebeu menys “Generalitat”.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

La Diputació de Barcelona ofereix formació a tècnics de l'Ajuntament sobre temes diversos. El referent de formació de l'ajuntament s'ha de dirigir a la Direcció del Servei Formatiu (DSF) i demanar el que volen. També tenen el banc d'acció formativa (BAF), on la DIBA ofereix formacions com, per exemple, introducció al model de recuperació. L'ajuntament demana i se'ls notifica si tenen plaça.
<https://recursos-formatius-ens.diba.cat/>

Spott- Diputació de Barcelona: Spott té un catàleg d'activitats sobre l'addicció de drogues i pantalles dirigides a joves de 12-21 anys i als seus familiars <https://www.diba.cat/es/web/spott/cat%C3%A0leg-de-serveis>. També realitza tractament per aquests joves, si no estan atesos pel municipi. En el cas que el jove no vulgui assistir, pot atendre a les seves famílies en la seva seu de Barcelona. La demanda en els dos casos l'ha de fer Serveis Socials municipals.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

El consum de substàncies tòxiques es dona, cada cop, en edats més primerenques i cal incidir-hi.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Les persones amb experiència pròpia en consum de substàncies tòxiques poden participar en alguna de les formacions compartint la seva experiència.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de centres educatius que reben la formació.
- Nombre d'alumnes i familiars formats.
- Nombre d'entitats juvenils que reben la formació.
- Nombre de participants d'entitats juvenils formats.

L2C - a.24 **CAMPANYA DE SENSIBILITZACIÓ SOBRE EL RISC DEL CONSUM DE SUBSTÀNCIES TÒXIQUES.**

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Es necessita potenciar la detecció precoç de problemes relacionats amb els consums de drogues, desmitificar el món de la droga i el consum, i reflexionar sobre els referents musicals que molts cops tenen la gent jove i que fan apologia de les drogues.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Departament de Joventut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament d'educació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Centres educatius d'Olesa de Montserrat
- Espai Jove l'Escorxador.
- CSMA/CSMIJ
- Cabalbaix
- RBEC - Referent emocional del CAP
- Persones consumidores de substàncies tòxiques.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *

La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? *

Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat. Grup de treball de Salut Mental.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *

Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Es vol realitzar una campanya de sensibilització sobre els problemes de consum de substàncies tòxiques, no només com a acció preventiva sinó que també tingui un component motivador. Caldria vincular la campanya a l'àmbit curricular de les escoles, que les campanyes es facin des de les escoles, que el departament d'educació ho pugui incorporar.

Previ a la campanya, fer una enquesta en línia, a partir de 3r d'ESO per saber els consums actuals, i que les dades recollides serveixin per encaminar la campanya. Aquesta campanya serà personalitzada per a cada servei: CAS, Serveis Socials, Olesa al carrer...

Des del CAS de referència d'Olesa disposen de persones usuàries que poden ser imatge de la campanya.

Relacionat amb la campanya realitzar activitats d'aprenentatge i servei amb 4t ESO vinculat a "Olesa al carrer". Incorporar aquestes activitats en el marc del treball de recerca.

RECURSOS NECESSARIS *

Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

CALENDARI D'EXECUCIÓ *

Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Recursos humans:
Professional especialista en el disseny de campanya de comunicació.

Professorat de 3r i 4t d'ESO per a passar l'enquesta i veure com ho incorporen en les activitats d'aprenentatge i servei.

Durant el curs escolar

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

Quines?

SÍ ☒ NO ☐ - [Obertament](#). Entitat dedicada a la salut mental. Fa campanyes de sensibilització.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Professionals i persones consumidores dels serveis implicats.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Es fan accions als centres educatius, la campanya és una altra manera de sensibilitzar.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Incorporar a persones consumidores, la seva presència pot ser a través d'imatges, donant el seu testimoni o altres maneres que sorgeixin.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de persones consumidores participants en la campanya.
- Nombre d'instituts implicats.
- Nombre d'activitats més enllà de la campanya.
- Enquestes posteriors als alumnes implicats.

L2C - a.25 **CREAR UNA XARXA D'ATENCIÓ A LES NECESSITATS BÀSIQUES DE LES PERSONES CONSUMIDORES.**

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Hi ha algunes necessitats bàsiques de les persones consumidores adultes que necessiten ser cobertes com per exemple el transport, la higiene, l'alimentació, el sensellarisme...

Més enllà del grup de treball de salut mental, cal generar una xarxa de prevenció i intervenció per reduir el consum de substàncies tòxiques entre la població adulta. Hi ha poca coordinació o desconeixement de projectes existents en altres municipis com Alcohòlics Anònims o Projecte Home.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Departament de Serveis Socials -Ajuntament d'Olesa de Montserrat.- Oficina Local d'Habitatge (OLH)- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.- CAS- CAP. | <ul style="list-style-type: none">- CSMA/CSMIJ.- Olesa al Carrer.- Equipaments municipals d'Olesa de Montserrat.- Entitats i fundacions que intervenen en el consum de substàncies tòxiques. .- Cabalbaix. |
|---|--|

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? *
---	------------------------

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	Grup de treball de salut mental.
-----------------------------------	----------------------------------

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Cal generar una xarxa entre els agents citats, per intervenir i prevenir en el consum de substàncies. Una primera actuació seria fer una trobada (a poder ser mensual), per atacar en primera instància les necessitats bàsiques de les persones que necessiten ser cobertes. Es tracta de conèixer en profunditat els recursos, que les figures tècniques puguin conèixer de primera mà les necessitats de les persones usuàries, visitant aquelles entitats que treballen a peu de carrer o amb atenció directa.

Pròximament obrirà el projecte "Les Paules" que oferirà Servei 24h de dutxa.

També cal reprendre el grup de treball de casos complexos on participen: Ismael, policia local, Andrea Caparrós, CSMA, Educador, CAS, Olesa al carrer, Cabalbaix, CAP. I també reprendre el grup de treball de protocol urgències on participen: SEM, Tomás Castelló, Pablo Escanez, Oriol Hita, Mireia Luna, Marta López, Policia Local.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
Recursos materials: Espai per a realitzar les reunions. Les persones usuàries necessitaran una T-mobilitat, per dirigir-se als recursos.	Pendent de definir.
Recursos humans: I els professionals han de tenir disponibilitat per a reunir-se.	

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
---	--

SÍ ☒ NO ☐	- Servei Alberg Espai de Terrassa. - Metzineres de Barcelona. - Calor i cafè de Barcelona. Servei de reducció de danys, anteriorment el gestionava Spott, dirigit a usuaris que estaven en aquell moment en consum actiu, i fins i tot, alguns d'ells estaven al carrer i no tenien un suport
--	---

- protector. En el 2017 ho assumeix l'Ajuntament de Barcelona. L'objectiu és la cobertura de necessitats bàsiques, treballar la part de responsabilització personal pel que fa a la seva salut, i fomentar la sol·licitud de demandes assistencials per part dels usuaris. Fomentar pràctiques sense risc i canalitzar les demandes de caire biopsicosocial. Intervenció majoritàriament individual, i depèn del perfil d'intervenció més grupal.
- Santa Lluïsa Merillach de Barcelona.
 - Menjadors socials.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Amb els professionals dels serveis a implicar, i amb experiències que hem anomenat en l'apartat d'experiències similars, com a inspiradores.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Per definir.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla la participació de persones amb problemes de salut mental o dels seus familiars en aquesta acció

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de persones usuàries que atendra la Xarxa.
- Grau de satisfacció de les persones usuàries.
- Nombre de trobades del grup de treball de casos complexos i del protocol d'urgències.

L2C - a.26 FORMACIÓ EN RISCOS LABORALS VINCULATS AL CONSUM DE SUBSTÀNCIES TÒXIQUES.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *

La proposta vol formar part del conjunt d'accions per reduir el consum de substàncies tòxiques entre la població adulta.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Promoció econòmica Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Cabalbaix

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? *
--	-----------------

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	- Cabalbaix - Departament de Promoció econòmica. Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
-----------------------------------	--

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Realització d'una formació sobre els riscos laborals vinculada al consum de substàncies tòxiques i en el marc del departament de promoció econòmica

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
--	--

Recursos materials: Espai per realitzar la formació Recursos humans: Persones formadores	Pendent de definir
---	--------------------

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
--	---

SÍ ☐ NO ☒

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?
POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?
L'Agència de Salut Pública de Catalunya disposa d'uns [programes formatius](#) sobre tabac, alcohol i altres drogues.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?
POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA
Pendent de definir

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX



ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

En les formacions, els aprenentatges que aporten les persones que pateixen una problemàtica en primera persona tenen major impacte que les que no aprofiten l'experiència en primera persona com una oportunitat.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de formacions realitzades.
- Nombre de persones participants en la formació.
- Nombre de persones en primera persona que participen.
- Grau de satisfacció de les persones que reben la formació.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Donat que es detecta desconexió per part dels diversos departaments de l'Ajuntament d'Olesa en relació al que s'està executant des de la taula de salut mental del municipi, i dels projectes de salut mental en general:

Cal incorporar la mirada de la salut mental comunitària de manera transversal en les polítiques públiques de l'Ajuntament. Així com cal promoure el coneixement entre departaments de l'Ajuntament d'Olesa, per tenir un imaginari real de totes les tasques que s'estan realitzant per atendre la salut mental en el municipi.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Departament de Promoció Econòmica.
 - Departament d'Esports.
 - Departament de Polítiques Migratòries, Antiracisme i Cooperació.
 - Departament de Gènere, Feminismes i LGTBIQ+.
 - Departament d'Habitatge.
 - Departament Gestió de l'Espai Públic i d'Equipaments.
 - Departament de Joventut.
 - Departament de Cultura i festes.
- Serveis Socials.
 - OAC.
 - Departament de Medi Ambient i Sostenibilitat.
 - Departament d'Educació i Infància
 - Responsables polítics.
 - Policia.
 - Departament de Participació Ciutadana
 - Serveis tècnics.
 - Departament de Salut.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *
La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...

QUI LIDERARÀ? * Salut i àrea de prevenció a les persones

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

Departament de Salut- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
Àrea de serveis a les persones - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN?

NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Realitzar una Jornada presencial, d'una durada aproximada de dues, amb una primera part on exposar sintèticament aquells projectes i accions concretes que es desenvolupen en els diferents Departaments que toquin directament o indirectament el tema de la salut mental (és a dir, hi ha projectes antiracisme que contribueixen a la millora de la salut mental encara que no sigui el seu objectiu principal). Posteriorment, recollir i visualitzar tot allò que s'està fent a través de la intranet, o a través del correu.

A continuació, una segona part, a poder ser dinamitzada externament, més informal, on promoure un espai de relació, que busqui una cohesió i coneixença entre les persones.Tenir present, que fer un pica - pica, aquest facilita que les persones es relacionin.

RECURSOS NECESSARIS *
Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?

Recursos humans/econòmics:
Temps reconegut per poder-hi assistir a la jornada com a professionals.
Recursos econòmics per externalitzar la dinamització segona part de la Jornada i fer un pica -pica.
Recursos materials:
Espai on realitzar la Jornada, com l'Espai Jove l'Escorxador.
Un projector.

CALENDARI D'EXECUCIÓ *
Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?

Fer-ho durant el 2025. Durant 2024 es finalitza el Pla Local de Salut i el Pla Local de Salut mental. Aquest any es realitzarà, a proposta de la regidoria de salut, una jornada oberta a professionals i ciutadania més genèrica sobre Salut.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *

EXPERIÈNCIES REFERENTS*

SÍ ☒ NO ☐

- A Martorell van fer un sociograma conjunt en salut mental. I una jornada sobre esport i salut mental.

- La Xarxa d'Infància d'Olesa de Montserrat, fa un plenari anual accions, on també incorporen accions de salut mental.

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Es disposa d'espais municipals on realitzar la jornada, com l'Espai jove l'Escorxador. I en relació de recursos humans és fonamental la presència del personal de cada departament de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

És important saber que fan les companyes per conèixer i poder fer la feina millor. Ser conscient de tots els recursos de què disposem i com podem millorar la Salut Mental de forma conjunta.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla la participació de persones amb problemes de salut mental ni dels seus familiars en aquesta actuació.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Assistència en nombre de persones 50% de persones de l'ajuntament i fita 100% de representació departaments.
- Nombre d'experiències compartides.
- Preguntes tipus kahoot
- Nombre de polítics: 80%
- Realitzar una jornada a l'any.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Cal garantir la informació i formació sobre salut mental a professionals d'equipaments i serveis públics.

La necessitat que cobreix és la falta d'informació al respecte dels trastorns en salut mental, possibilitats de derivació i com fer-ne ús d'un adequat llenguatge per no estigmatitzar per a professionals que cada dia treballen directament amb persones.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- OAC.
- Departament d'Esports - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Serveis Socials - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Promoció econòmica - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament d'Habitatge - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Joventut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de polítiques migratòries, antiracisme i cooperació - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de gènere, feminismes i LGTBIQ+ - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament d'Educació i infància - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Participació Ciutadana - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? *
---	------------------------

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	Grup de Treball de Salut Mental.
-----------------------------------	----------------------------------

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? ☒ NO ☐

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Realització de càpsules específiques, enfocades a casos pràctics, intercanvi experiències exitoses, etc. Que les càpsules estiguin repartides en el temps i que es puguin realitzar per departaments concrets. Així, assegurar que totes les persones del departament puguin rebre la formació.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
---	---

Recursos humans: Cercar una entitat formadora. Recursos materials: Espais municipals Recursos econòmics: Recursos econòmics per externalitzar la formació.	Depèn dels recursos econòmics inicials.
--	---

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
---	--

SÍ ☒ NO ☐	Any 2023 es fa una formació LGTBI+ a l'Ajuntament des dels Departaments de polítiques migratòries, antiracisme i cooperació, i de gènere, feminismes i LGTBIQ+. Des de Salut s'ha realitzat amb l'OAC, formacions com aquesta amb l'Associació de Salut Mental, poden fer-ho amb altres departaments.
--	---

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Econòmics i de recursos humans:

- La *Diputació de Barcelona* ofereix formació a personal tècnic dels Ajuntaments. Es pot demanar formació sobre qualsevol temàtica.

Els recursos de la DIBA per a formacions no planificades els ha de demanar el referent de formació de l'Ajuntament, que s'ha de dirigir a la Direcció del Servei Formatiu (DSF) i fer la demanda. Hi ha un pressupost formatiu limitat per a cada municipi, i els recursos sortien d'aquesta bossa de recursos adjudicats.

A més, la DIBA també compta amb un Banc d'Acció Formativa (BAF), des d'on s'ofereixen formacions ja desenvolupades, moltes vinculades a la salut mental. L'Ajuntament ha de demanar voluntat d'assistència i la DIBA confirma l'existència de places: pels ajuntaments és el CRAF (<https://recursos-formatius-ens.diba.cat/>)

- *Salut Mental Catalunya* té un catàleg de formacions penjat a la seva web. Ofereixen formacions a professionals ja sigui en entorn de diferents organitzacions que els que volen simplement és donar formació als seus equips, per tal que tinguin nocions de Salut Mental (sensibilitzar i donar eines. a nivell molt bàsic).

<https://www.salutmental.org/que-fem/formacio-smc/>.

També ofereixen formacions a professionals de diferents sectors (Parlem de Salut Mental), professionals que ja es dediquen a fer un rol d'acompanyament (educadors, docents..), per què adquireixen eines i recursos per tal que puguin fer aquest acompanyament amb més eines. Posen èmfasi en recursos comunitaris que sols els que menys es coneixen (grups de suport etc). Separen les formacions que van dirigides a professionals que treballen amb joves i els que treballen amb persones adultes.

- *Sagrat Cor*: ofereixen formacions en salut mental i per trencar l'estigma a professionals.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

En el Departament d'Esports s'atenen 13.000 usuaris. 400 nens fan extraescolars esportives. Sempre hi ha situacions on es necessita formació per fer una bona atenció en aquest àmbit.

Des del Departament de Joventut és important poder assessorar i derivar a les persones usuàries.

En general, és important, saber detectar situacions i actuar amb conseqüència, estar sensibilitzats també amb els/les companys/es.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

Les persones amb experiència pròpia en salut mental poden participar explicant les seves pròpies experiències, però depèn també si ho considera la persona formadora.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Nombre de sessions/formacions.
- Nombre de departaments a què s'ha arribat %
- Nombre de persones que han assistit a la formació. 30% assistència persona i 80% acreditats.
- Fita realitzar dos edicions a l'any.

L3B - a.29 ENQUESTA DE BENESTAR EMOCIONAL.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dóna resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Hi ha la necessitat d'obtenir dades quantitatives i qualitatives sobre el benestar emocional de les persones treballadores de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat. Hi ha una sensació de sobrecàrrega i un nombre, que es percep important, de baixes del personal treballador de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat. Aquesta sobrecàrrega provoca malestar emocional en els professionals dels serveis i pot afectar directament a l'atenció que s'ofereix.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Equip de treball intern format per professionals de diferents departaments. En el pilotatge, l'Ajuntament d'Olesa ha de fer participar al comitè i junta de personal.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? *
---	------------------------

Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	Departament de Recursos humans i de Salut- Ajuntament d'Olesa de Montserrat. Segurament des del Departament de Salut faran un encàrrec extern per donar suport a aquesta proposta. Coordinar la proposta amb el Comitè i la junta de personal.
-----------------------------------	--

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? ☒ NO

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Primer de tot cal crear l'enquesta. En aquesta tenir present que cal afegir preguntes sobre l'aplicació del conveni, i preguntes obertes per tal de recollir necessitats de formació i altres.

Posteriorment, enviar-la al personal treballador dels diferents departaments de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

Un cop obtinguts els resultats de compartir-los en un espai nou format pels caps de departaments. Aquest espai es crea per definir criteris organitzatius compartits amb l'objectiu de millorar el benestar emocional de les persones treballadores de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
---	---

Recursos humans: Recerca d'un agent extern que dissenyi l'enquesta, en les preguntes a realitzar. Salut Mental Catalunya pot realitzar aquest encàrrec, tot i que no ho han fet mai.	En l'últim trimestre de l'any, donat que abans s'ha de buscar un agent extern que dissenyi l'enquesta.
--	--

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
---	--

SÍ ☐ NO ☒

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Des del Departament de Salut es pot disposar de recursos per externalitzar el suport en el disseny de l'enquesta.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Hi ha una sensació per part d'alguns professionals de sobrecàrrega en la feina que realitzen, i existència de diverses baixes laborals.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla en aquesta actuació.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Enquesta de satisfacció als treballadors sobre l'enquesta.
- Nombre de persones que valoren l'enquesta com a acció en positiu.
- Enquesta de satisfacció als caps de departament.
- Nombre de persones que valoren l'enquesta com a acció en positiu.
- Nombre d'enquestes omplertes.

L3B - a.30 UNIFICAR CRITERIS ORGANITZATIUS DE L'AJUNTAMENT.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Necessitat de disposar del mateix marc normatiu i mateixa aplicació per a totes les persones treballadores dels diferents departaments de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *

- Responsables dels diferents departaments de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat. Comitè i junta de personal.

DE QUI ÉS COMPETÈNCIA *	QUI LIDERARÀ? *
<i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	
Ajuntament d'Olesa de Montserrat	Departament de RRHH i Departament de Salut - Ajuntament d'Olesa de Montserrat

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Convocar aquest espai posterior a tenir els resultats de l'enquesta, proposada com acció en aquest Pla de Salut Mental d'Olesa de Montserrat.

En aquest espai realitzar retorn de les dades de l'enquesta al personal treballador, compartir l'aplicació del conveni en cada departament, valorar si cal donar continuïtat a l'espai, i aplicar els acords treballats.

RECURSOS NECESSARIS *	CALENDARI D'EXECUCIÓ *
<i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	<i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
Recursos materials: Sala de plens Ajuntament d'Olesa de Montserrat. Recursos humans: Caps de departament de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	Un cop realitzat el buidatge dels resultats de l'enquesta (L3B - A1), per poder compartir els resultats.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS*
	Quines?
SÍ ☐ NO ☒	

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Es compta amb l'espai de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat i caps de departament de L'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☐ ☒ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Depèn dels resultats obtinguts en l'enquesta. En l'actualitat es valora important per la sensació de càrrega que transmeten algunes persones treballadores, així com les baixes de personal que afecten diferents departaments.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?



EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla en aquesta acció.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ
Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Enquesta de satisfacció a personal treballador i caps dels departaments de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.
- Nombre de caps de departament en l'espai de treball.
- Nombre d'acords als quals s'arriba.

L3B - a.31 FORMACIÓ ANTIESTIGMA AL PERSONAL DE L'AJUNTAMENT D'OLESA DE MONTSERRAT.

NECESSITAT A LA QUAL DÓNA RESPOSTA *
Necessitat a la que dona resposta, arguments per proposar aquesta acció, hipòtesi de l'acció, descripció.

Cal desplegar recursos per abordar el malestar emocional en els professionals dels serveis.

SECTORS/ACTORS IMPLICATS *	
- Tots els departaments de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat - CSMA - Referent de benestar emocional RBEC - Centre d'Atenció Primària	
DE QUI ÉS COMPETÈNCIA * <i>La proposta és competència de Diputació, Generalitat, Ajuntament, Associacions i entitats...</i>	QUI LIDERARÀ? *
Ajuntament d'Olesa de Montserrat.	Departament de RRHH i de Salut Pública- Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

AQUESTA PROPOSTA S'ESTÀ REALITZANT O PREVISTA DINS D'UN ALTRE PLA?*

SÍ ☐ QUIN? NO ☒

DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA *
Quines passes/fases concretes s'han de donar per portar a terme la proposta?

Aquesta formació s'enfoca a entendre que hi ha persones diferents, entendre la diferència, com parlar de manera assertiva, no es centra en l'existència d'un diagnòstic.

En una segona fase, es contempla l'elaboració d'un protocol d'adaptació de llocs de treball, per tal que les reubicacions es realitzin de manera planificada.

RECURSOS NECESSARIS * <i>Quins recursos materials, econòmics, humans necessitem per desenvolupar la proposta?</i>	CALENDARI D'EXECUCIÓ * <i>Quan ens imaginem executar-la? En alguns mesos o dates concretes?</i>
Recursos econòmics i humans: El departament de RRHH disposa d'alguns recursos econòmics per poder externalitzar alguna formació si és necessari. Recursos materials: Es disposa d'espais municipals on realitzar la formació.	Primer realitzar l'enquesta, a continuació creació de l'espai amb caps de departaments, ambdues accions incloses com accions en el Pla Local de Salut Mental. I posteriorment realitzar aquesta formació.

CONEIXES ALGUNA EXPERIÈNCIA SIMILAR? *	EXPERIÈNCIES REFERENTS* <i>Quines?</i>
SÍ ☒ NO ☐	Des del CSMA s'ha fet amb algun departament una sessió on s'explica no només que és la malaltia mental i com a intervenir, sinó també com identificar entre els companys/es el patiment, i com companys/es estan vivint la seva ansietat. Des del CSMA es fa un programa amb col·laboració amb atenció primària on es realitzen activitats de suport i ajuda a les pròpies professionals de salut. Aquestes iniciatives s'han començat a fer i es podria valorar fer-la a l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat

COM DE VIABLE ÉS LA PROPOSTA?

POC ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ MOLT

AMB QUINS RECURSOS PODEM COMPTAR?

Es pot comptar amb recursos econòmics que disposen des de RRHH de l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat.

Econòmics i de recursos humans:

Personal del CSMA i del CAP (RBEC).

La *Diputació de Barcelona* ofereix formació a personal tècnic dels Ajuntaments. Es pot demanar formació sobre qualsevol temàtica.

Els recursos de la DIBA per a formacions no planificades els ha de demanar el referent de formació de l'Ajuntament, que s'ha de dirigir a la Direcció del Servei Formatiu (DSF) i fer la demanda. Hi ha un pressupost formatiu limitat per a cada municipi, i els recursos sortien d'aquesta bossa de recursos adjudicats.

A més, la DIBA també compta amb un Banc d'Acció Formativa (BAF), des d'on s'ofereixen formacions ja desenvolupades, moltes vinculades a la salut mental. L'Ajuntament ha de demanar voluntat d'assistència i la DIBA confirma l'existència de places:

<https://recursos-formatius-ens.diba.cat/>

Hospital Sagrat Cor: ofereixen formacions en salut mental i per trencar l'estigma a professionals.

QUIN GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA?

POCA ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ MOLTA

JUSTIFIQUEU EL GRAU D'URGÈNCIA/IMPORTÀNCIA

Aquesta acció està vinculada a altres accions prèvies.

QUIN GRAU D'IMPLICACIÓ PODEN TENIR LES PERSONES AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA DE SALUT MENTAL I/O ELS SEUS FAMILIARS?

BAIX ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ALT

EXPLIQUEU EN QUINA PART DE L'ACCIÓ I COM HO FARÍEU

No es contempla perquè no està enfocada a un diagnòstic.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

Quines fites i indicadors s'han de plantejar?

- Enquesta de satisfacció final avaluant el procés.
- Grau de satisfacció de les accions relacionades (enquesta, espai de caps de departament i formació).



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Igualtat
i Sostenibilitat Social

Gerència de Serveis Socials

Recinte Mundet. Edifici Serradell Trabal, 4a planta
Passeig de la Vall d'Hebron, 171
08035 Barcelona
www.diba.cat/benestar
gs.benestars@diba.cat