

BONES PRÀCTIQUES

taules de
salut mental



Organitza



SalutMental
Catalunya
Coordinadora
Terres de Lleida

amb el suport de

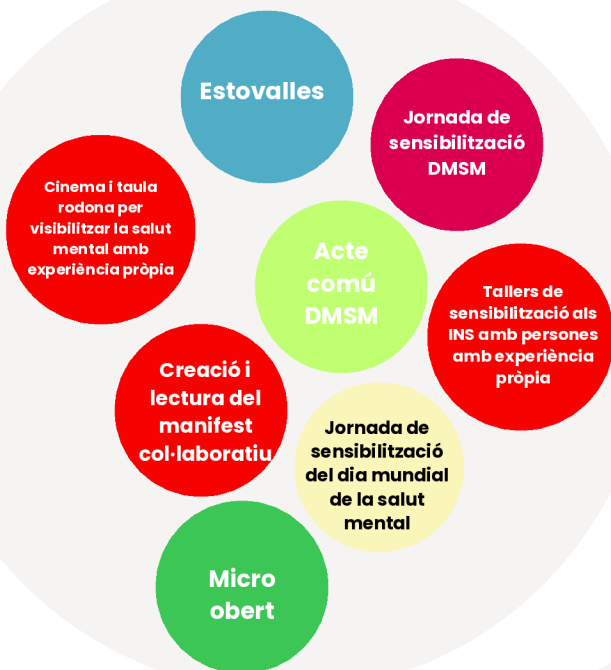


Diputació de Lleida

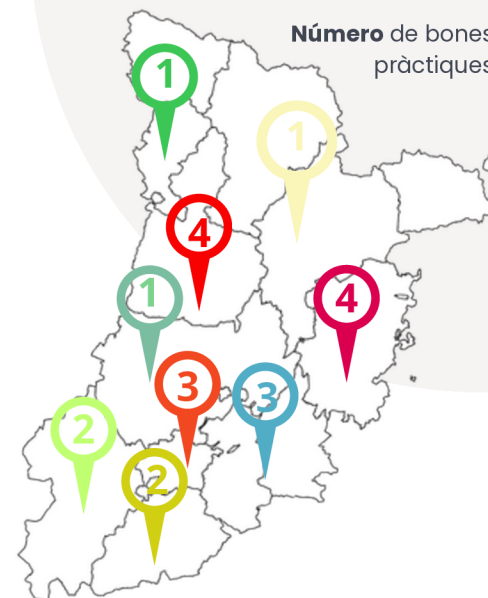


SalutMental
Catalunya

sensibilització



treball en xarxa



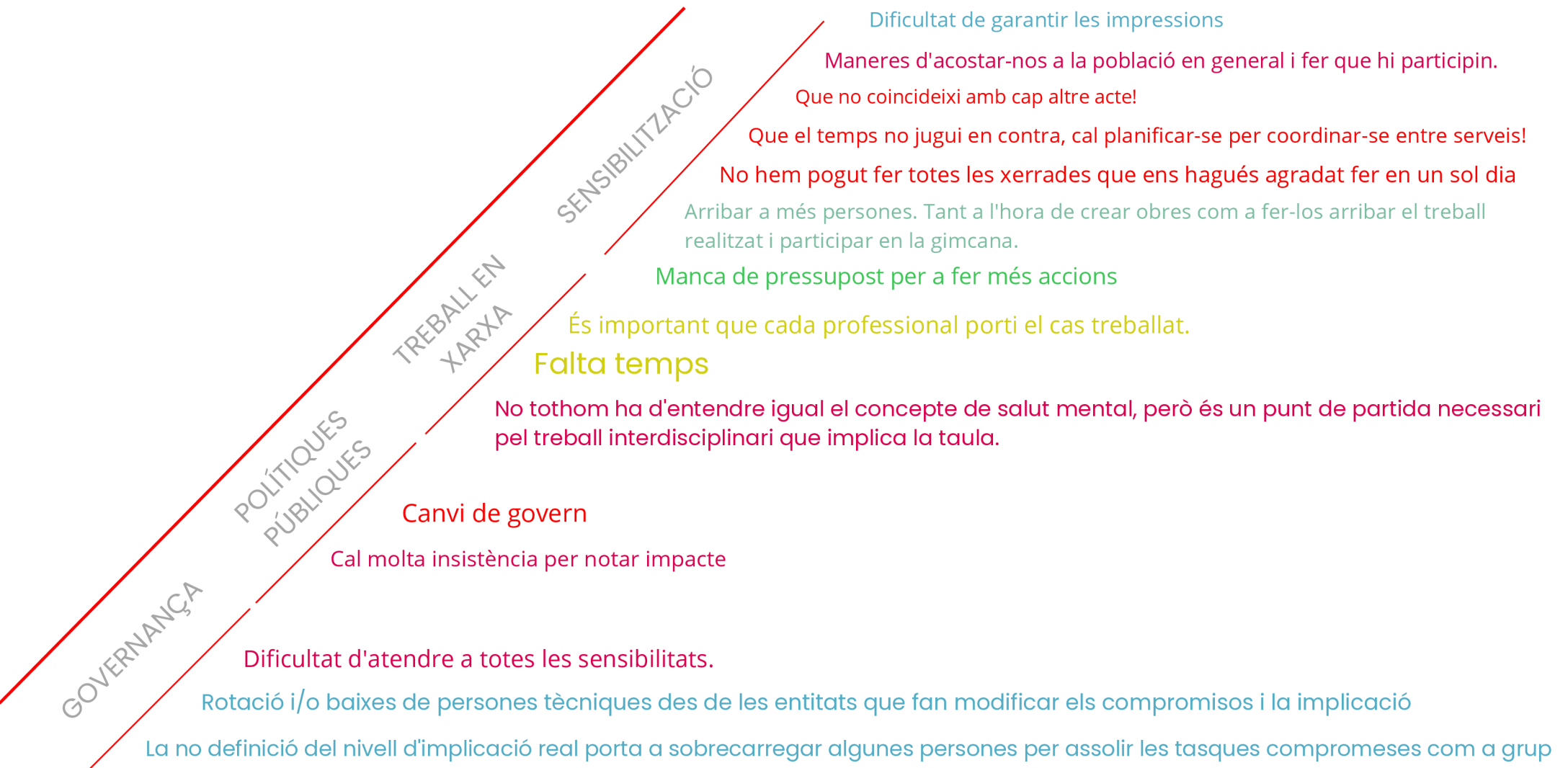
polítiques públiques



governança

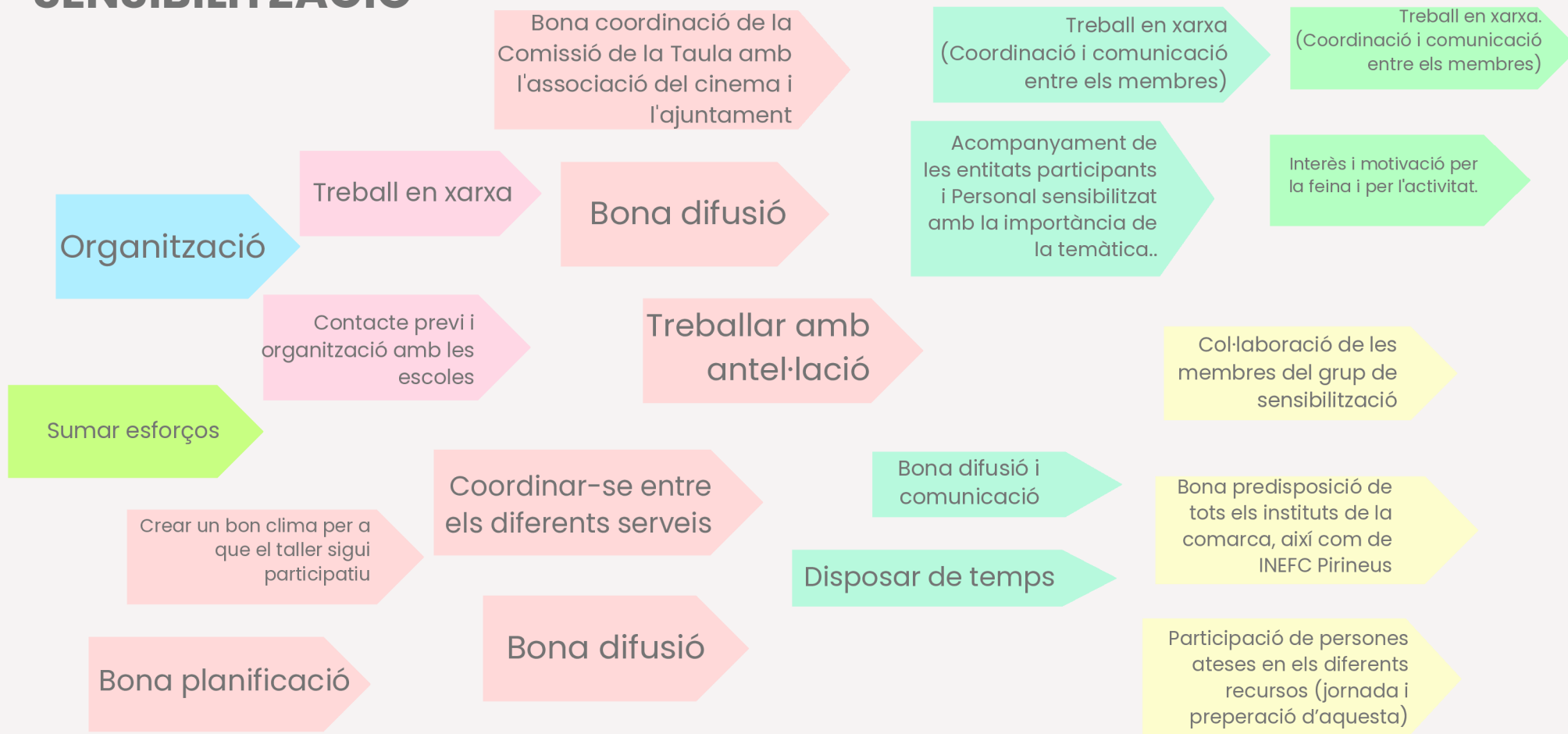


Dificultats



elements clau

SENSIBILITZACIÓ



elements clau

TREBALL EN XARXA

Implicar de manera activa a tots els recursos de la taula

Vincular nous recursos

Coordinar-se i treballar en xarxa

Implicació activa dels professionals dels diferents recursos implicats

Consciència per part dels professionals

Coordinació i la comunicació entre els diferents agents que formen part de la taula.

No jerarquitzar a les persones que formen part de la taula

Treball en xarxa i en equip

Marcar una temporització de les diferents tasques per realitzar l'actuació

Entendre que la perspectiva en la qual s'entén la salut mental s'ha d'acordar per tal de saber la implicació i les línies de treball que es desenvoluparà

POLÍTiques PÚBLIQUES

Participació de tots els membres de la plenària

Facilitat d'accés a la mostra

Implicació professional

Difusió de l'enquesta

Moment de la renovació de la contractació del servei

GOVERNANÇA

Generar espais de debat previs a la creació del protocol perquè es puguin recollir totes les sensibilitats a la proposta d'adhesió a nous membres

Recollir totes les sensibilitats a la proposta d'adhesió a nous membres

Generar punts de trobada en els quals treballar la Salut Mental en el món local/comarcal.

Consciència per part dels professionals.

Facilitar l'accés a la persona per poder treballar des de "dins"

Espai de debat i reflexió per a l'elaboració de la proposta

recursos necessaris

bones pràctiques

SENSIBILITZACIÓ



recursos necessaris

TREBALL EN XARXA

Un professional de cada recurs que atén o facilita suports a infants i joves.

Un responsable per realitzar l'acta, i un responsable per recollir casos

Membres de la taula de salut mental, membres de l'eix i també del grup motor

Membres de la taula de salut mental

Tècnics, usuaris, entitats i si pugués ser, també polítics

Una sala per trobar-se el grup

Treballadora social del Centre de Salut Mental Infantojuvenil (CSMIA) -
Treballadora social de l'Àrea Bàsica de Salut (ABS) -
Treballadora social de Serveis Socials Bàsics -
Professional dels recursos comunitaris del territori

Calendari amb els casos a treballar. (Son tres nous cada mes)

Professional que pugués assumir la correcció lingüística

Reflexionar sobre el concepte

Una comissió formada per membres de diferents sectors relacionats amb la salut mental per poder abastar totes les entitats i tots els aspectes relacionats amb la salut mental

Eines o recursos que té cada servei o suport i pugui facilitar a l'espai

Professionals de cada recurs. ordenador i connexió a internet

Formulari/correu a totes les entitats/recursos del territori per recollir la informació, fer-ne el buidatge i després maquetar tots els recursos en format de guia

recursos necessaris

POLÍTIQUES PÚBLIQUES

Temps i
implicació

Recursos
econòmics per
desenvolupar per
desenvolupar la
recerca.

Enquesta
format en línia
i paper

Perquè tingui
impacte...
voluntat
política

Professionals
de primera
línia i persones
afectades.

Membres de la
taula de salut
mental

FGC, Generalitat
de Catalunya i
Consell
Comarcal del
Jussà

GOVERNANÇA

Temps per
a la creació
del protocol

Temps per
a la creació
del protocol

El Grup Motor de la
TSM i els
representants dels
Ajuntaments de la
comarca

Persones
implicades a la
seva redacció

La voluntat dels
professionals i
trobar els espais
adequats per
fomentar aquesta
pràctica

Temps comú de
plenària per
ubicar-se des
d'aquesta
proposta

Tots els
membres de
la plenària

Empatia,
cooperació i
coordinació entre
els agents del
territori.

Consciència de la
possibilitat
d'implicació real
per part dels
membres de la
plenària

Tots els membres
participants de la
TSM (entitats socials,
ajuntament,
educació, salut,
comunicació, etc...)

Estovalles

Activitat de disseny, implementació d'estovalles a locals de restauració per la sensibilització en la salut mental

sensibilització

Organització

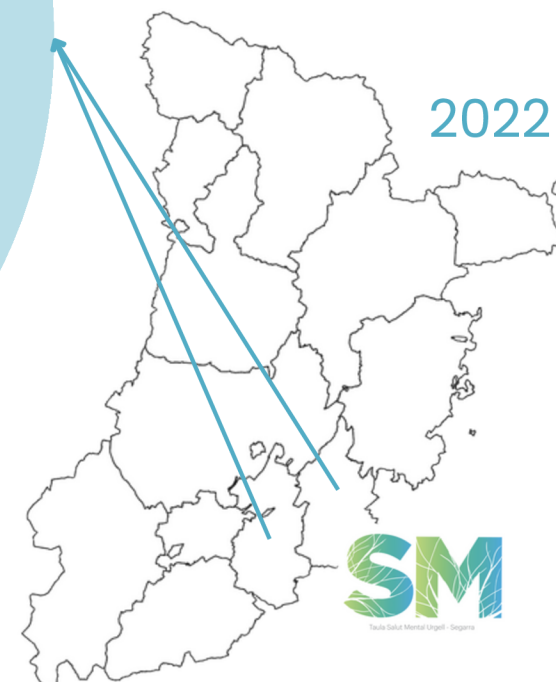
Aconseguir qui
disseny i imprimeixi
les estovalles

difficultat de garantir les impressions

El màxim de
professionals
possibles
implicats

2022

SM
Salut Mental Urgell - Segura



Jornada de sensibilització DMSM

Tret de sortida de la TSM dirigida a la població en general i a les escoles en particular. Activitats a l'espai públic, aprofitant dia de major afluència. Activitats de sensibilització (4 espais diferenciats amb 4 dinàmiques) i stand amb informació de diferents entitats territori. Lectura del manifest i micro obert per compartir experiències en salut mental.

sensibilització

Treball en xarxa

Contacte previ i organització amb les escoles

Espai físic central

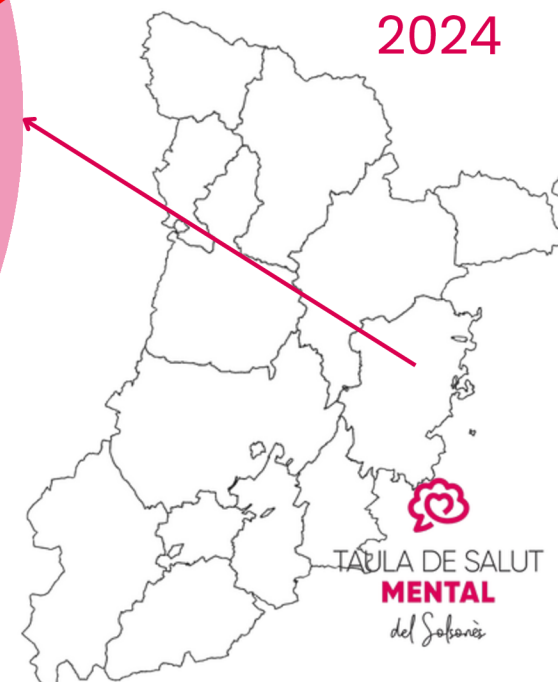
Materials (taules, panells, equip de so...)

Centres educatius, biblioteca, polítics (incidència), administració i entitats

Maneres d'acostar-nos a la població en general i fer que hi participin. *

* al haver-hi participació escoles en cert espai de temps, semblava una activitat infantil i costava que s'hi acostessin a participar.

octubre 2024



Acte comú DMSM

Lectura Manifest i actuacions escèniques de diferents entitats de la ciutat.

sensibilització

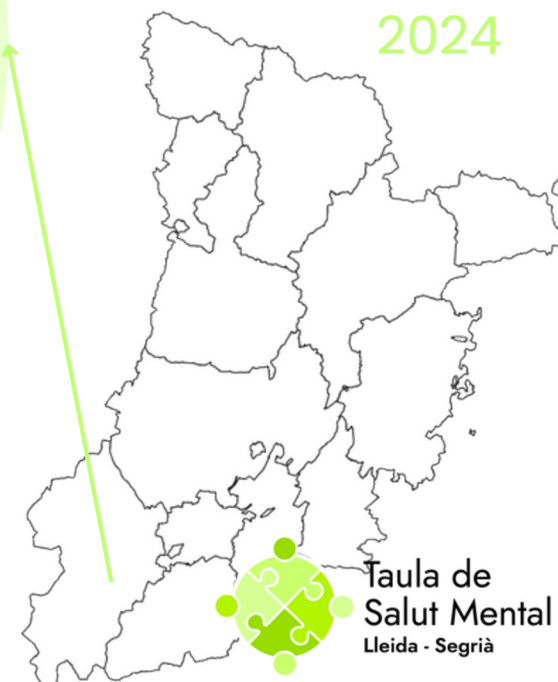
Sumar esforços

Implicació

Professionals
de primera
línia i primeres
persones



2023-
2024



Cinema i taula rodona per visibilitzar la salut mental amb experiència pròpia

Al voltant del DMSM fa tres anys que es col·labora amb l'associació dels Amics del Cinema de Tremp proposant el passi d'una pel·lícula o un documental sobre experiències en primera persona en salut mental amb posterior taula rodona amb persones vinculades al film i/o amb persones del territori que tinguin relació amb aquella problemàtica.

Treballar amb antel·lació

Bona coordinació de la Comissió de la Taula amb l'associació del cinema i l'ajuntament

Bona difusió

Pel·lícula o documental

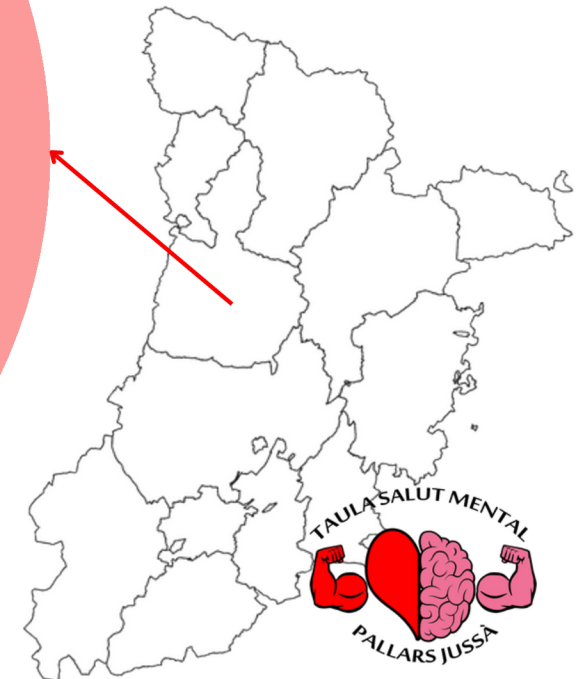
Cartells per fer-ne la difusió

Sala de cinema

Que no coincideixi amb cap altre acte!

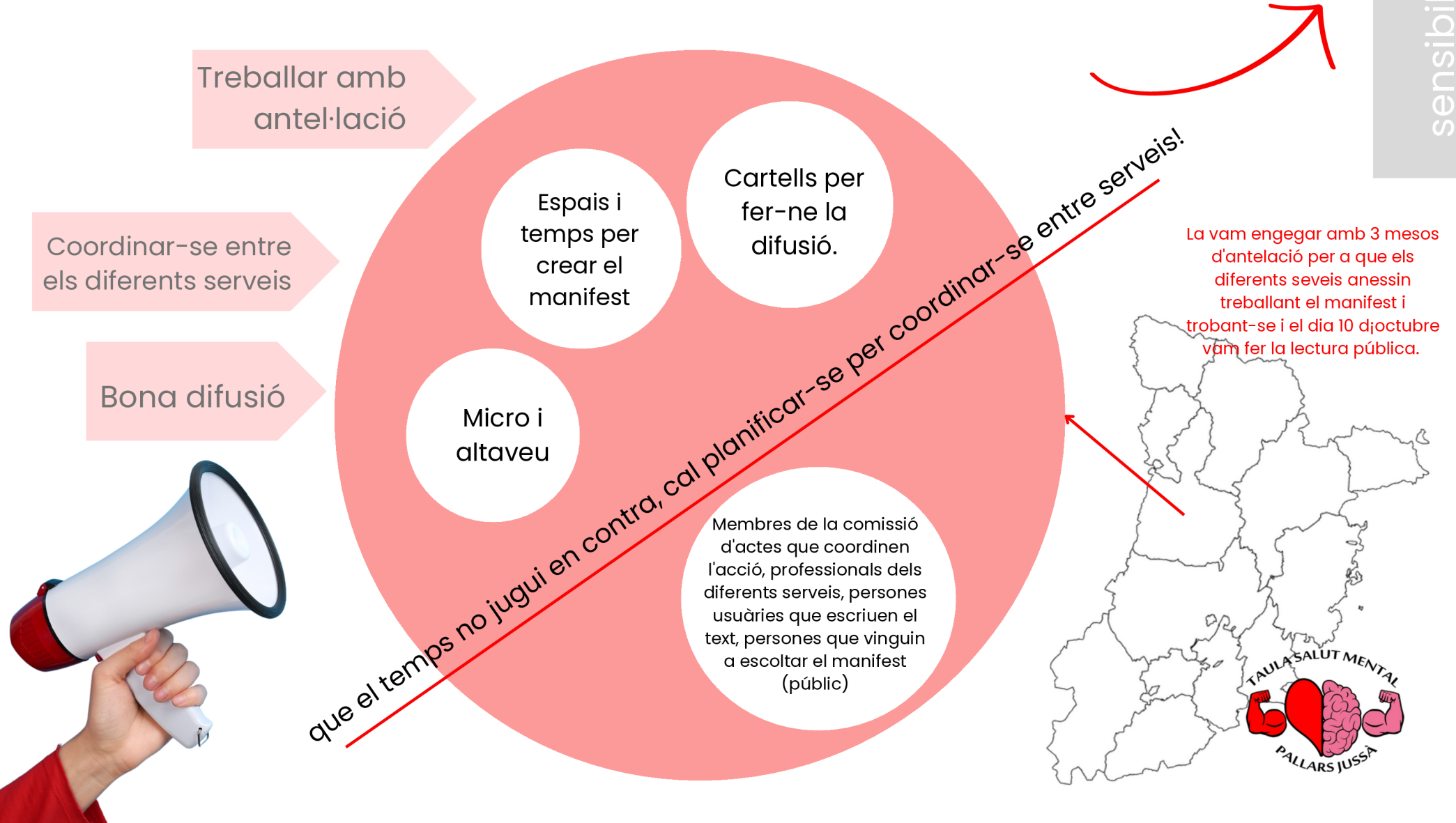
Els membres de la comissió d'actes de la Taula, membres de l'associació dels Amics del Cinema, l'ajuntament, la gent que participa a la taula rodona i el públic

Es duen a terme un divendres de mes. De vegades coincidint amb l'octubre al voltant del DMSM i altres vegades en un altre mes



Creació i lectura del manifest col·laboratiu

Des de la Comissió d'Actes de la TSM es va proposar que el DMSM es llegís un manifest en obert, a la Rambla de Tremp, creat i redactat per persones usuàries del SRC Tremp, club social Alba Jussà i club social Sort. Van poder-lo llegir aquell dia i es van convocar persones polítiques i mitjans de comunicació locals.



Tallers de sensibilització als INS amb persones amb experiència pròpia

Tallers a 2n de batxillerat dels INS de la comarca i a 2n cicle de CAI i APD de l'INS de Tremp. Els tallers els duen a terme persones de l'associació AEP (AMB Experiència Pròpia), persones voluntàries i activistes que els fan un taller sobre estigma i salut mental sense que l'alumnat sàpiga que són persones que han passat o estan passant per un procés de problemàtica de salut mental i al final del taller expliquen la seva experiència i obren torn obert de preguntes, dubtes, comentaris, etc.

Crear un bon clima per a que el taller sigui participatiu

Bona planificació

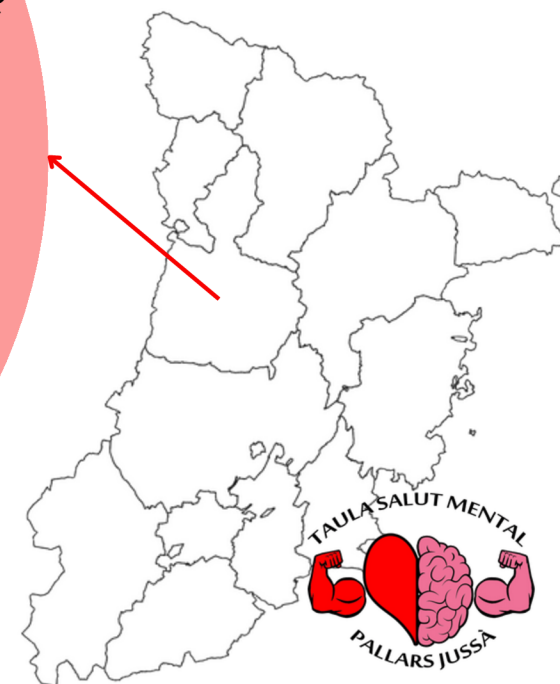
Pressupost d'educació o del Consell per pagar les despeses del viatge de les persones talleristes

Aules i projector

Talleristes d' AEP, docents, alumnat, grup de treball de la TSM per coordinar

no hem pogut fer totes les xerrades que ens hagués agradat fer en un sol dia
hi ha algunes classes poc participatives

des de 2022



Artreveix-te

Campanya de sensibilització per la Salut Mental de la població de la Noguera que consisteix en crear una obra d'art on es plasmin diferents maneres de cuidar la salut mental. Finalment es van exposar les obres al carrer o en alguns equipaments i es va crear una gimcana per poder fer un recorregut arreu de Balaguer.

sensibilització

Treball en xarxa
(coordinació i comunicació
entre els membres)

Acompanyament de
les entitats participants
i personal sensibilitzat
amb la importància de
la temàtica..

Bona difusió i comunicació

Disposar de temps

arribar a més persones, tant a l'hora de crear obres com a fer-los
arribar el treball realitzat i participar en la gimcana.

Pressupost

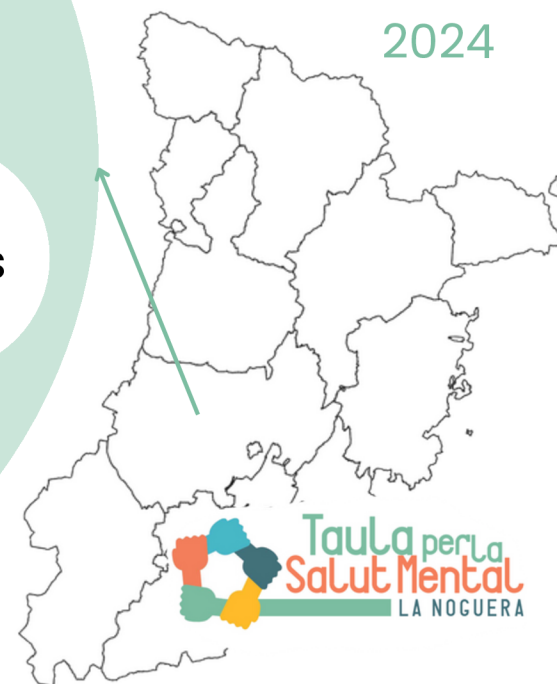
Espais públics
on poder
exposar les
obres.

Temps

Implicació i
motivació

Membres de la
taula, les entitats
col·laboradores

2024



Jornada de sensibilització del dia mundial de la salut mental

Jornada de sensibilització dirigida a totes les alumnes de primer d'ESO de la comarca de l'Alt Urgell. Es comença amb una petita presentació sobre mites i realitats en relació a la salut mental; es fa una entrevista a una primera persona; i s'acaba la jornada amb jocs organitzats per alumnes de INEFC Pirineus.

Col·laboració de les membres del grup de sensibilització

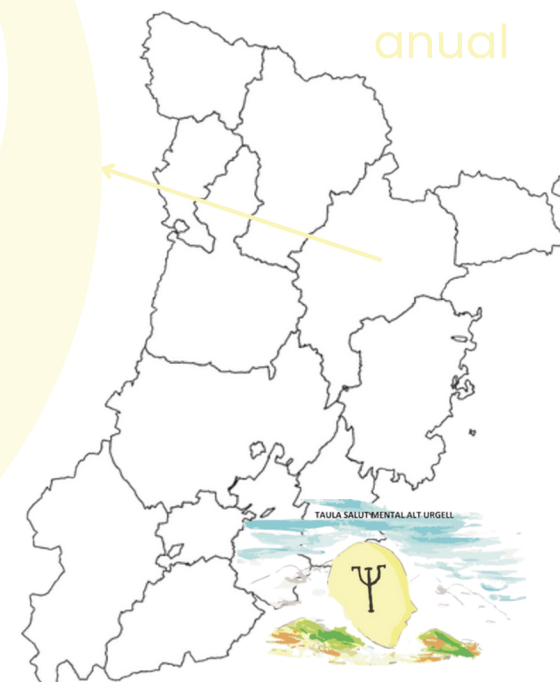
Bona predisposició de tots els instituts de la comarca, així com de INEFC Pirineus

Participació de persones ateses en els diferents recursos (jornada i preparació d'aquesta)

Espai (sala gran, camp de futbol)

Recursos informàtics (ordinador, projector, so)

Membres de la taula de salut mental (entitats tercer sector, tècniques d'administracions públiques), participants dels serveis, INEFC Pirineus, Instituts.



Micro obert

Acte realitzat per la lluita contra l'estigma amb l'objectiu de visibilitzar la salut mental a través de la lectura de contes, activitats musicals.....

treball en xarxa
(Coordinació i comunicació
entre els membres)

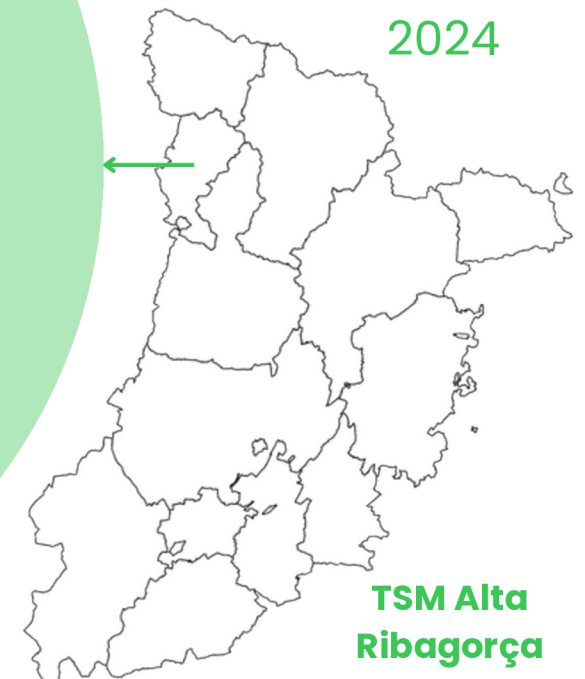
Interès i motivació per la
feina i per l'activitat



Local i
projector

manca de pressupost per a fer més accions

Totes les persones,
professionals i població
en general que
treballem per les
persones.



Idea comuna de què entenem per salut mental

Posar en comú el llenguatge per tal de saber des de quina perspectiva es treballa a la taula i entendre que l'imaginari coincideix.

No jerarquitzar a les persones que formen part de la taula

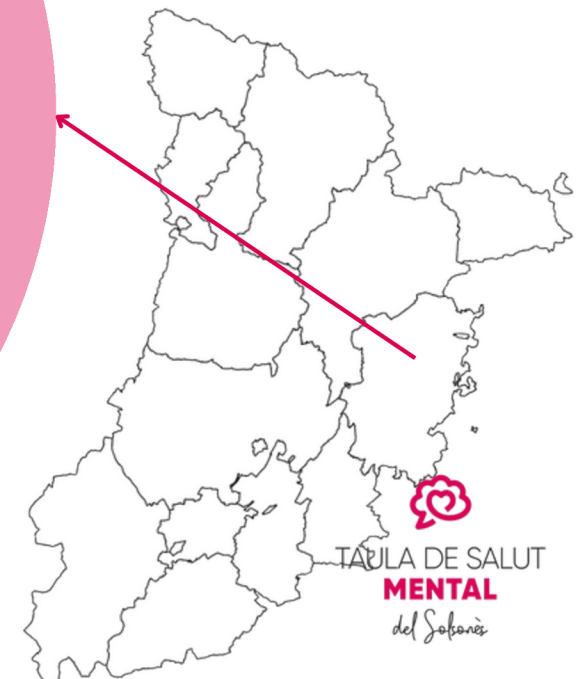
Entendre que la perspectiva en la qual s'entén la salut mental s'ha d'acordar per tal de saber la implicació i les línies de treball que es desenvoluparà.

Reflexionar sobre el concepte

No tothom ha d'entendre igual el concepte de salut mental, però és un punt de partida necessari pel treball interdisciplinari que implica la taula.

Membres de la taula de salut mental

2024



Guia de recursos de salut mental

Guia amb els recursos de salut mental de la zona, entenent la salut mental com un estat complet de benestar, de manera que s'han inclòs recursos assistencials, ocupacionals, d'oci i lleure, d'acompanyament per a la vida diària, entre d'altres. A part de tenir un recull accessible per a tothom, també ha sigut una manera de reprendre el contacte amb les entitats, actualitzar la seva situació i cartera de serveis i recordar la seva importància com a possible agent de derivació en el dia a dia

Implicar de manera activa a tots els recursos de la taula

Vincular nous recursos

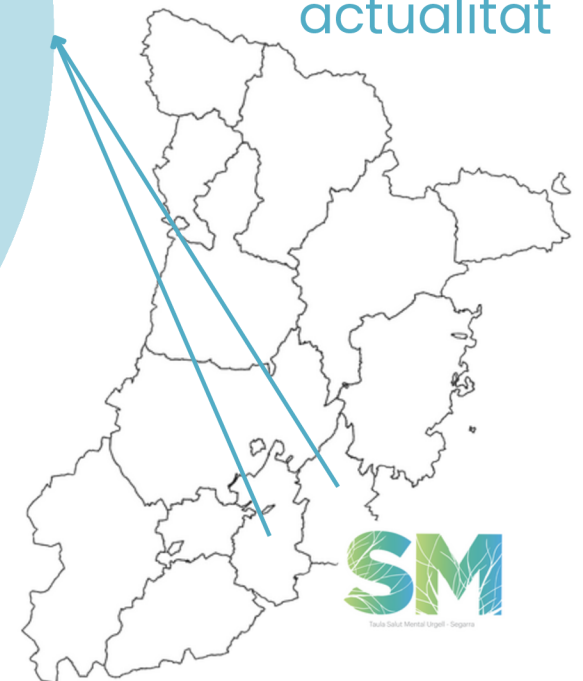
Coordinar-se i treballar en xarxa

Una comissió formada per membres de diferents sectors relacionats amb la salut mental per poder abastar totes les entitats i tots els aspectes relacionats amb la salut mental

Tècnics, usuaris, entitats i si pogués ser, també polítics



2023-
actualitat



Comissió de casos

Espai de coordinació interdisciplinària format per professionals de diferents àmbits socials i sanitaris amb l'objectiu d'abordar situacions complexes de manera integral i col·laborativa. Aquesta comissió permet compartir informació, analitzar casos en profunditat i definir conjuntament les millors propostes d'intervenció, garantint una resposta adaptada a les necessitats específiques de cada situació.

Consciència per part dels professionals.

Portar els casos treballats prèviament

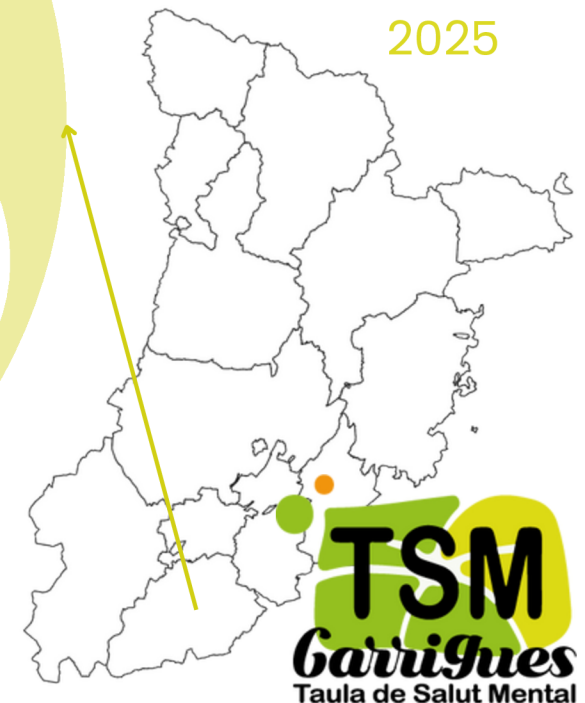
Calendari amb els casos a treballar (Son tres nous cada mes)

Treballadora social del Centre de Salut Mental Infantojuvenil (CSMIA) -
Treballadora social de l'Àrea Bàsica de Salut (ABS) -
Treballadora social de Serveis Socials Bàsics -
Professional dels recursos comunitaris del territori

És important que cada professional porti el cas treballat.
Tenim un temps limitat per cada cas!

Un responsable per realitzar l'acta, i un responsable per recollir casos

Professionals de cada recurs, ordinador i connexió a internet.



TSM
Garrigues
Taula de Salut Mental

Comissió infantojuvenil

Es crea per promoure la salut mental i el benestar emocional d'infants i joves de les Garrigues mitjançant accions de sensibilització, prevenció i coordinació comunitària, amb un enfocament inclusiu i participatiu que prioritzi les necessitats específiques d'aquest col·lectiu, garantint l'accés a recursos, serveis i espais de suport adaptats. Aquest espai està creat per diferents agents del territori que ofereixen suports a infants i joves de les Garrigues.

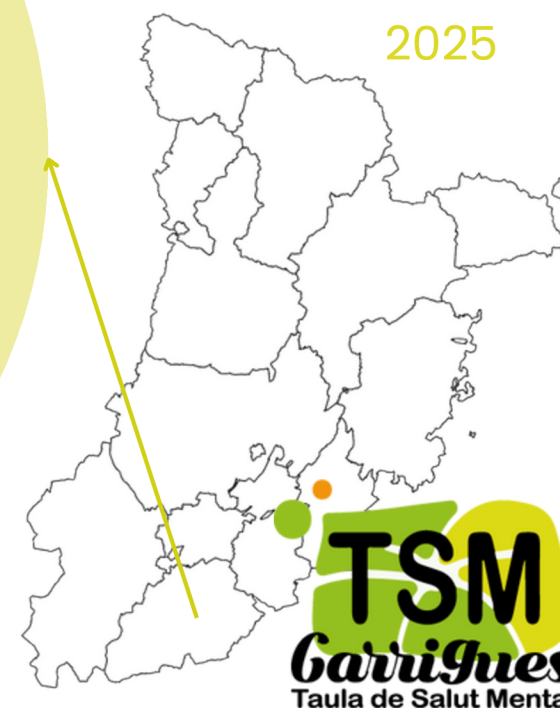
Implicació activa dels professionals dels diferents recursos implicats.

Una sala per trobar-se el grup

Un professional de cada recurs que atén o facilita suports a infants i joves.

Eines o recursos que té cada servei o suport i pugui facilitar a l'espai.

falta temps



Guia de recursos

Durant l'any 2024 des del grup motor de la taula del Pla d'Urgell i les companyes de l'Eix 1, es va elaborar una guia de recursos dels diferents serveis que es troben al Pla d'Urgell orientats a la salut mental. Això ha portat a conèixer millor els agents que treballen al territori la salut mental, poder-los recollir en un mateix document i doncs, poder fer una bona difusió per tal que arribi a la ciutadania interessada en els diferents recursos

Coordinació i la comunicació entre els diferents agents que formen part de la taula.

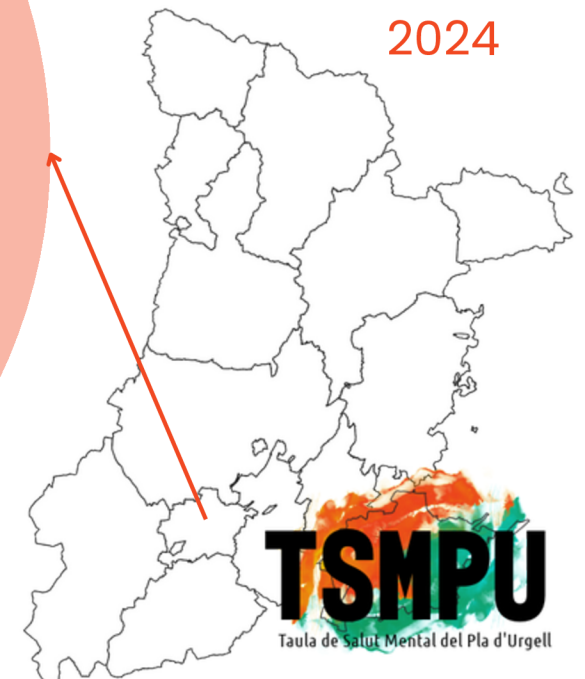
Treball en xarxa i en equip

Marcar una temporització de les diferents tasques per realitzar l'actuació

Professional que pugués assumir la correcció lingüística

Membres de la taula de salut mental, membres de l'eix i també del grup motor.

Formulari/correu a totes les entitats/recursos del territori per recollir la informació, fer-ne el buidatge i després maquetar tots els recursos en format de guia.



El Solsonès necessita salut mental 100%

Recull d'argumentari coral per part de tots els membres de la plenària per tal de garantir l'objectiu 100% Salut Mental; això implica tenir a l'abast professionals amb condicions dignes que puguin tenir continuïtat al territori, així com actuar des de la prevenció, la detecció i la reparació en tota la població de la comarca.

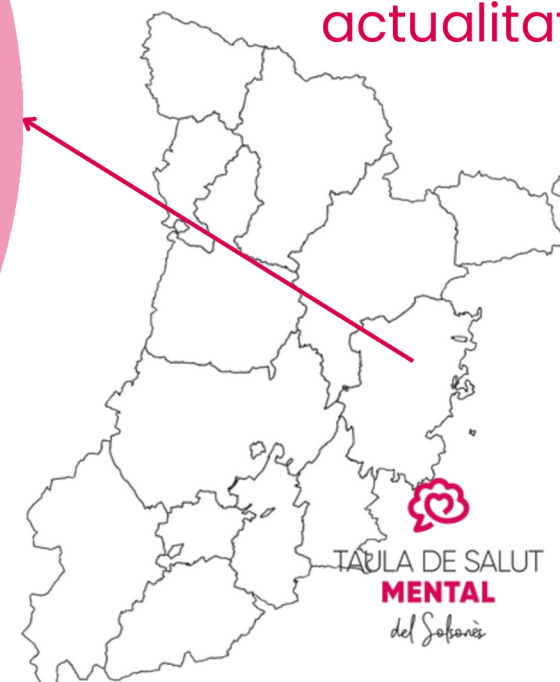
Participació de
tots els membres
de la plenària

Temps i
implicació

cal molta insistència per notar impacte

Membres de la
taula de salut
mental

2024 -
actualitat



La situació en l'àmbit de l'habitatge en el col·lectiu de persones amb problemes de salut mental

Recerca promoguda per la Taula de Salut Mental de Lleida-Segrià, executada per la Universitat de Lleida (UdL) i finançada per la Diputació de Lleida. S'ha dut a terme amb el propòsit d'aportar un coneixement significatiu en tres aspectes. En primer lloc, en la caracterització del perfil sociodemogràfic de les persones que presenten una discapacitat derivada d'una malaltia mental al Segrià i la seva situació actual en relació amb l'habitatge. En segon lloc, en la descripció de les principals necessitats, problemàtiques i expectatives d'aquest grup de població vers aquest àmbit. I, en tercer lloc, en la perspectiva que els principals agents professionals vinculats amb la temàtica presenten sobre la qüestió de l'habitatge en salut mental.

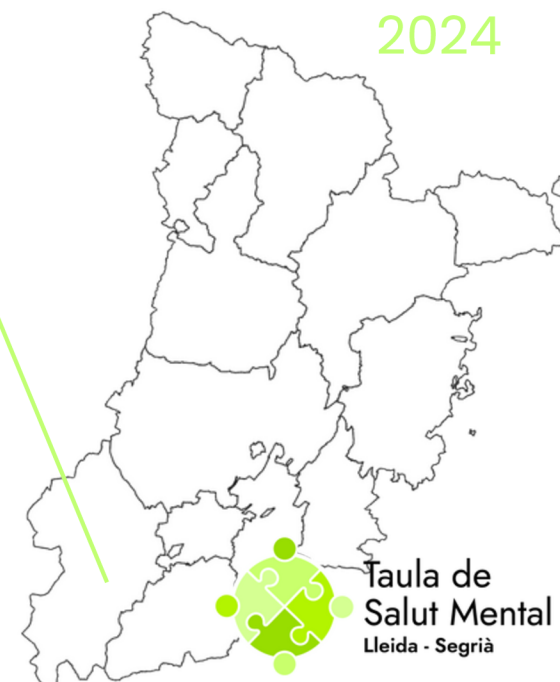
Facilitat d'accés a la mostra.

Implicació professional

Recursos econòmics per desenvolupar per desenvolupar la recerca.

Professionals de primera línia i persones afectades.

2023-
2024



Diagnosi de transport

Diagnòstic de l'accés al transport públic a la comarca del Pallars Jussà; durant 3 mesos es va estudiar la freqüència, preus, titulars del servei, usuaris/es dels diferents serveis. La idea era replantejar els horaris i freqüències, especialment dels trens, ja que estan pensats perquè la gent vingui el cap de setmana, però no perquè els que hi viuen puguin desplaçar-se a Lleida durant la setmana per atendre necessitats que només es poden cubrir des de la capital de la província com la visita a metges especialistes.

Difusió de l'enquesta

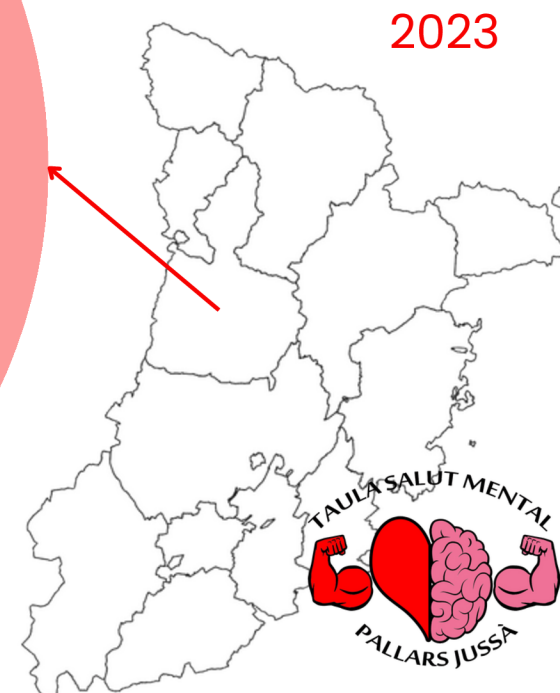
Moment de la renovació
de la contractació del
servei

Enquesta
format en línia
i paper

Perquè tingui
impacte...
voluntat
política

canvi de govern

FGC, Generalitat
de Catalunya i
Consell
Comarcal del
Jussà



2023

Protocol d'adhesió a la TSM Solsonès

Creació d'un protocol que estableix el procés d'adhesió d'entitats al Taula de Salut Mental del Solsonès, amb l'objectiu de vetllar per la coherència de les propostes i accions, així com garantir la diversitat de veus i interessos dins de la taula.

governança

Generar espais de debat previs a la creació del protocol perquè es puguin recollir totes les sensibilitats a la proposta d'adhesió a nous membres

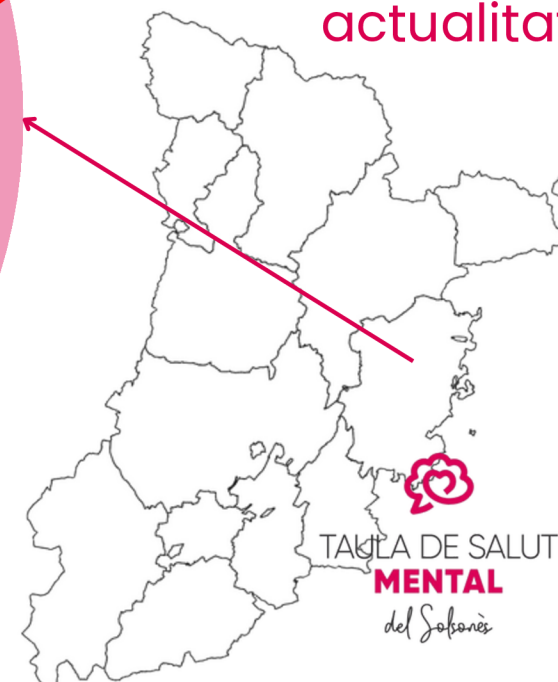
temps per al debat

temps per a la creació del protocol

persones implicades a la seva redacció

Dificultat d'atendre a totes les sensibilitats.

2024 - actualitat



Definició del model de participació

Definició de les diferents formes de participar a la taula per tal de poder recollir les diversitats de formes possibles d'estar a la taula de salut mental

Espai de debat i reflexió
per a l'elaboració de la
proposta

consciència de la
possibilitat
d'implicació real
per part dels
membres de la
plenmària

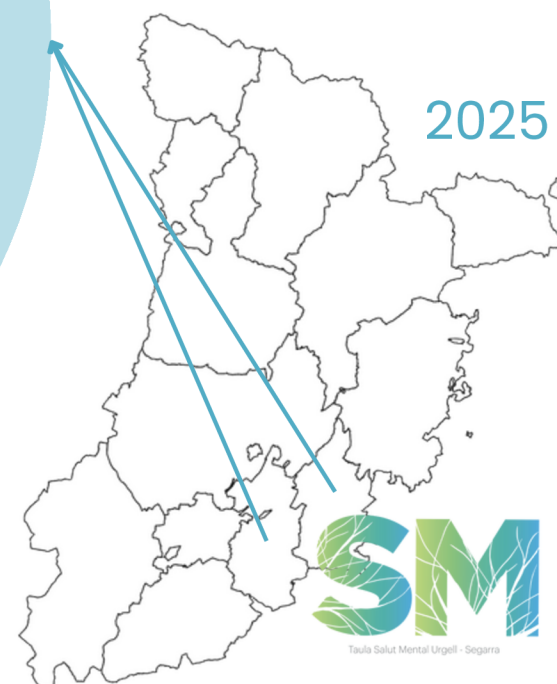
temps comú de
plenària per
ubicar-se des
d'aquesta
proposta

tots els
membres de la
plenària

la no definició del nivell d'implicació real porta a sobrecarregar
algunes persones per assolir les tasques compromeses com a grup

rotació i/o baixes de persones tècniques des de les entitats que fan modificar els compromisos i la implicació

governança



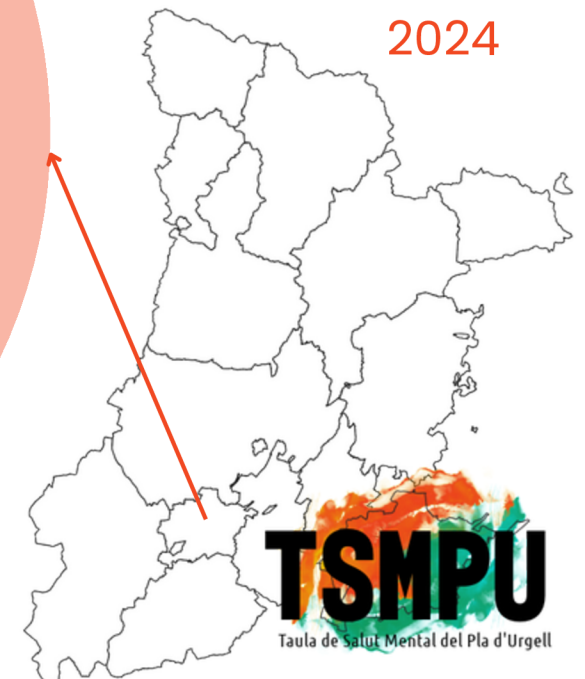
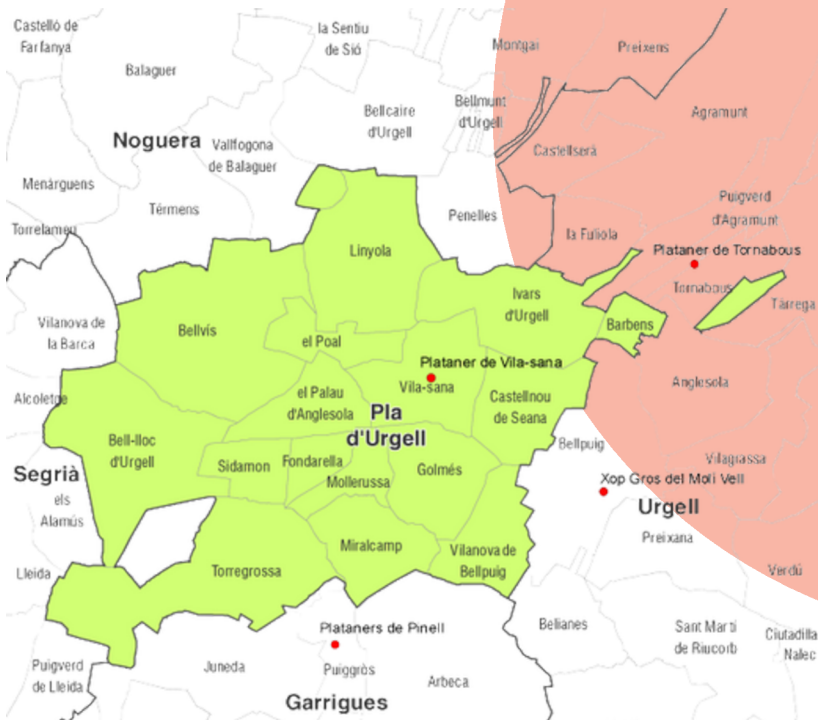
Adhesió de 10 ajuntaments locals

S'han adherit diversos ajuntaments de la comarca a la TSM per tal de treballar en les bones pràctiques de la salut mental. Com a objectiu ha assolir al llarg del 2025, ens hem plantejat que es puguin adherir la resta dels ajuntaments.

generar punts de trobada en
els quals treballar la Salut
Mental en el món
local/comarcal

La voluntat dels
professionals i
trobar els espais
adequats per
fomentar aquesta
pràctica

El Grup Motor de la
TSM i els
representants dels
Ajuntaments de la
comarca



Participació activa a la TSM en primera persona

S'ha facilitat la participació de membres en 1a persona, tant al grup motor com a l'eix II, a partir d'oferir la possibilitat de participar de forma voluntària a totes les primeres persones implicades amb els recursos que hi ha la taula

Consciència per part dels professionals.

Facilitar l'accés a 1a persona per poder treballar des de "dins"

Empatia,
cooperació i
coordinació entre
els agents del
territori.

Tots els membres
participants de la
TSM ((entitats
socials, ajuntament,
educació, salut,
comunicació, etc...))

