

# MEMORIA ANUAL DE ACTIVIDADES 2022



asociación  
**SALUD MENTAL**  
Murcia y Comarcas  
**AFES**



## INDICE

### **CAPÍTULO 1. DESCRIPCIÓN DE LA ENTIDAD**

1. Origen e historia de la entidad.....	1
2. Presentación de la entidad .....	3
2.1 Datos generales .....	3
2.2 Objetivos .....	6
2.3 Fines .....	6
2.4 Misión.....	8
3. Estructura organizativa y funcionamiento.....	8

### **CAPÍTULO 2. RECURSOS HUMANOS DE LA ENTIDAD**

1. Recursos humanos.....	9
2. Junta directiva .....	10
3. Socios Afes .....	10

### **CAPITULO 3. CENTROS DE LA ENTIDAD**

1. Sede-Centro de Día Murcia.....	11
2. Centro de Día Las Torres de Cotillas y Residencia .....	12
3. Vivienda Tutelada Los Llanos.....	16
4. Centro para el desarrollo del Servicio de Promoción de la Autonomía Personal de Intensidad Especializada.....	17

### **CAPITULO 4. ÁREAS DE TRABAJO**

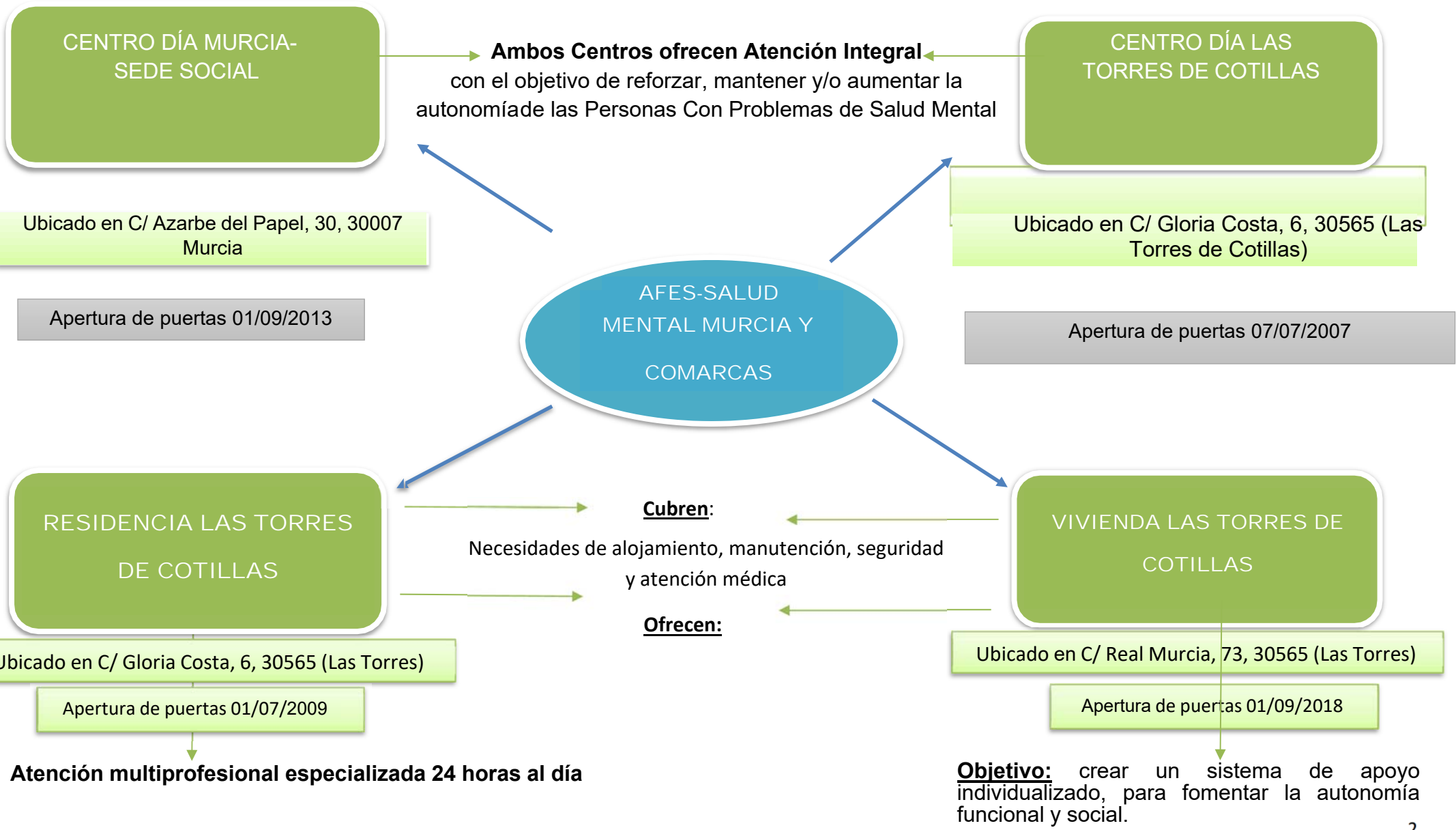
1. Servicios.....	19
1.1 <u>Asociación</u> .....	19
1.1.1 Servicio de Información, Acogida y Orientación sobre salud mental .	19
1.1.2 Atención social .....	19
1.1.3 Servicio de atención psicológica.....	19
1.1.4 Servicios a familias.....	19
1.1.5 Servicio de Promoción de la Autonomía Personal.....	23
1.1.6 Servicio Infante Juvenil.....	24
1.1.7 Servicio de Ocio y Tiempo Libre .....	26
1.1.8 Servicio de Voluntariado Social .....	28

1.1.9 Servicio de Acompañamiento Integral .....	29
1.1.10 Servicio de empleo .....	30
1.2 <u>Centros de Día</u> .....	30
1.3 <u>Residencia</u> .....	36
1.4 <u>Vivienda Tutelada Los Llanos</u> .....	39
2. Programas.....	44
2.1 Centros de Día y Residencia .....	44
2.1.1 Programa de información, orientación, asesoramiento, promoción y participación de familiares.....	40
2.1.2 Programas terapéuticos .....	44
2.1.2.1 <u>Programa Psico-Terapéutico</u> .....	44
2.1.2.2 <u>Programa Socio-Comunitario</u> .....	47
2.1.2.3 <u>Programa Físico-Deportivo</u> .....	52
2.1.2.4 <u>Programa Ocupacional</u> .....	54
3. Actividades extraordinarias de Centros de Día, Residencia y Vivienda .....	55
4. Modificaciones y adaptación al COVID-19 .....	58
5. Formación de profesionales .....	59
6. Relación con otras entidades .....	60
7. Actividades y Eventos .....	60
8. Asamblea Socios.....	65
9. Subvenciones públicas.....	66
10. Otras colaboraciones .....	67
11. AFES en las redes .....	67

## CAPÍTULO 1. DESCRIPCIÓN DE LA ENTIDAD

### 1. Origen e historia de la entidad.





## 2. Presentación de la entidad.

### 2.1 Datos generales.

<b>ENTIDAD</b>	AFES-Salud Mental Murcia y Comarcas
<b>CIF</b>	G-30112049
<b>FECHA DE CONSTITUCIÓN</b>	19 de Abril de 1980
<b>REGISTRO DE ASOCIACIONES DE LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE LA REGIÓN DE MURCIA</b>	Nº 812 Fecha: 1 de julio de 1980
<b>DATOS DE CONTACTO</b>	<b><u>Sede Social y Centro de Día Murcia:</u></b>  <b>Dirección:</b> c/ Azarbe del Papel 30, 30007, Murcia <b>Teléfonos:</b> 968224402 / 968232650 <b>E-mail:</b> <a href="mailto:infoafes@saludmentalmurcia.org">infoafes@saludmentalmurcia.org</a>
	<b><u>Centro de Día y Residencia-Hogar Las Torres:</u></b>  <b>Dirección:</b> Urbanización Los Llanos I c/ Gloria Costa 6, 30565, Torres de Cotillas <b>Teléfonos:</b> 968623895 / 616272629 <b>E-mail:</b> <a href="mailto:infoafes@saludmentalmurcia.org">infoafes@saludmentalmurcia.org</a>
	<b><u>Vivienda Tutelada Los Llanos:</u></b>  <b>Dirección:</b> Urbanización Los Llanos I c/ Real Murcia 73, 30565, Torres de Cotillas <b>Teléfonos:</b> 968 855174 / 665939543 <b>E-mail:</b> <a href="mailto:infoafes@saludmentalmurcia.org">infoafes@saludmentalmurcia.org</a>

**Centro para el desarrollo del Servicio de  
Promoción de la Autonomía Personal de  
Intensidad Especializada.**

**Dirección:** c/ Azarbe del Papel

30, 30007, Murcia

**Teléfonos:** 968224402 /

968232650

**E-mail:** [infoafes@saludmentalmurcia.org](mailto:infoafes@saludmentalmurcia.org)

### DATOS A LO LARGO DEL AÑO

**163**

**BENEFICIARIOS  
CENTRO DE DÍA**

**39**

**BENEFICIARIOS  
RESIDENCIA**

**14**

**BENEFICIARIOS  
VIVIENDA  
TUTELADA**

**80**

**ACOGIDAS**

**79**

**PROFESIONALES**

**333**

**SOCIOS**

**50**

**VOLUNTARIOS**

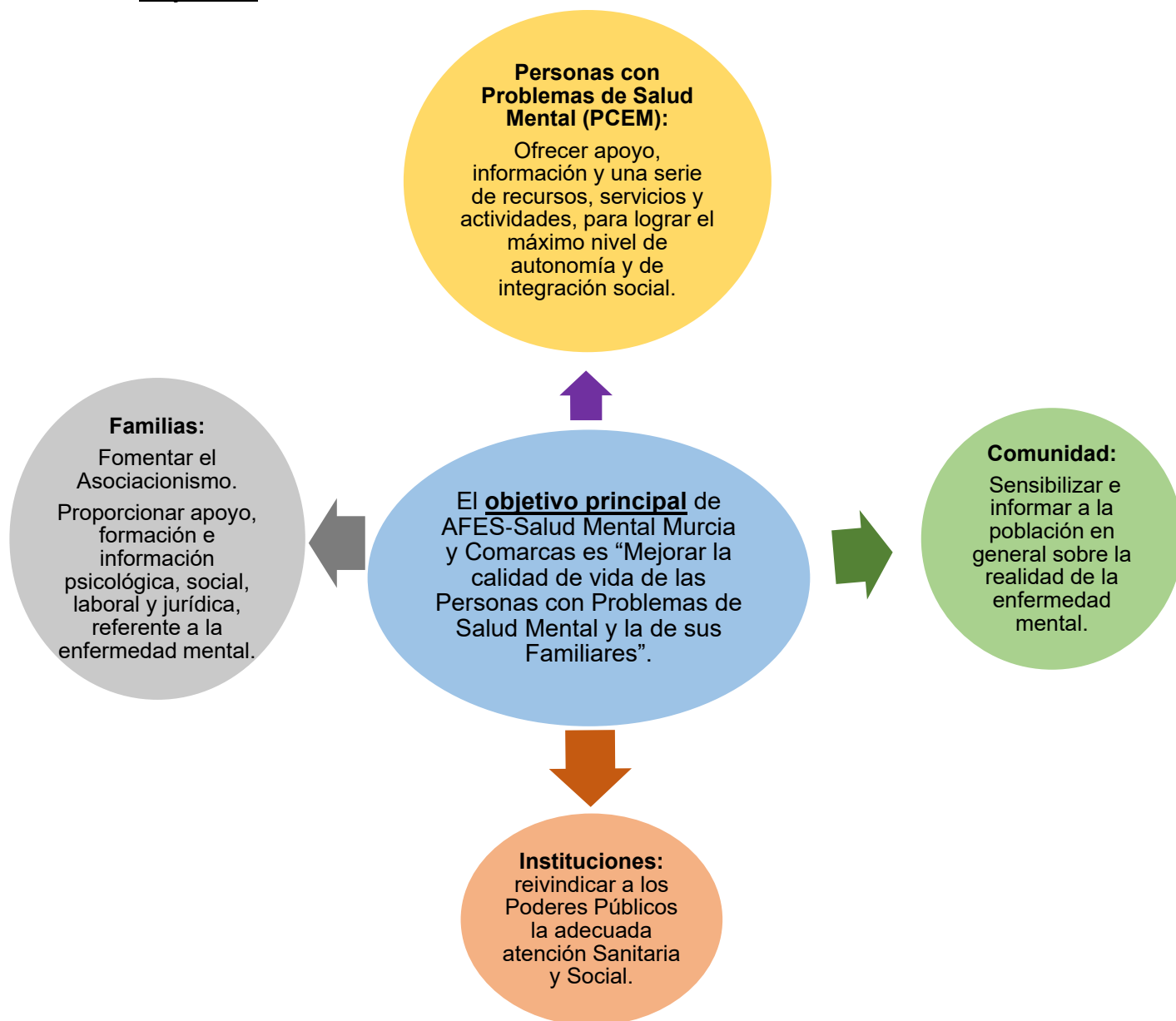
**320**

**FAMILIAS**

**76 OTROS  
SERVICIOS:**

**SEPAP, INFANTO  
JUVENIL, OCIO, AI**

## 2.2 Objetivos.



## 2.3 Fines.

Nuestros fines según el Artículo 8 de los Estatutos de la entidad son:

1. Representar al colectivo de Personas con Problemas de Salud Mental y a sus familiares

4. Crear centros de asistencia social para PCEM.

6. Constituir una sección Infanto-Juvenil para la atención a PCEM y a sus familiares

8. Defender los derechos y atender las necesidades de las personas con discapacidad por problemas de salud mental y sean víctimas de violencia.

2. Defender los intereses del colectivo que representa ante las Autoridades, Órganos y Entidades competentes

## **FINES**

### **AFES-SALUD MENTAL MURCIA Y COMARCAS**

3. Promover actuaciones encaminadas a sensibilizar a las instituciones y a la opinión pública

5. Servir de centro consultivo, de información y orientación para las familias de las PCEM

7. Desarrollar todos los programas necesarios para desarrollar y mantener la autonomía de las PCEM.

9. Promover los valores de altruismo, la acción solidaria y el voluntariado

## 2.4 Misión.



## 3. Estructura organizativa y funcionamiento.

Según los estatutos de la asociación en su artículo 2, la organización interna y el funcionamiento de la asociación será democrático, con pleno respeto al pluralismo.

En su artículo 8, fines de la Asociación, se introduce como novedad: crear centros de asistencia social y de ayuda en sus distintos y variados aspectos que afecten a las PCEM y Personas Mayores: Centros de Día, Viviendas Tuteladas, Residencias, Centros Ocupacionales, etc.

En el Título II, de Estructura y Funcionamiento:

Capítulo I, de los socios:

Artículo 16. Admisión. Pueden ser socios de esta Asociación todas las personas con capacidad de obrar que, deseando cooperar con sus fines, así lo soliciten por escrito en el que conste su aceptación de los Estatutos y Reglamento Interno que pudiera crearse por esta Asociación.

Capítulo II, de los órganos de gobierno:

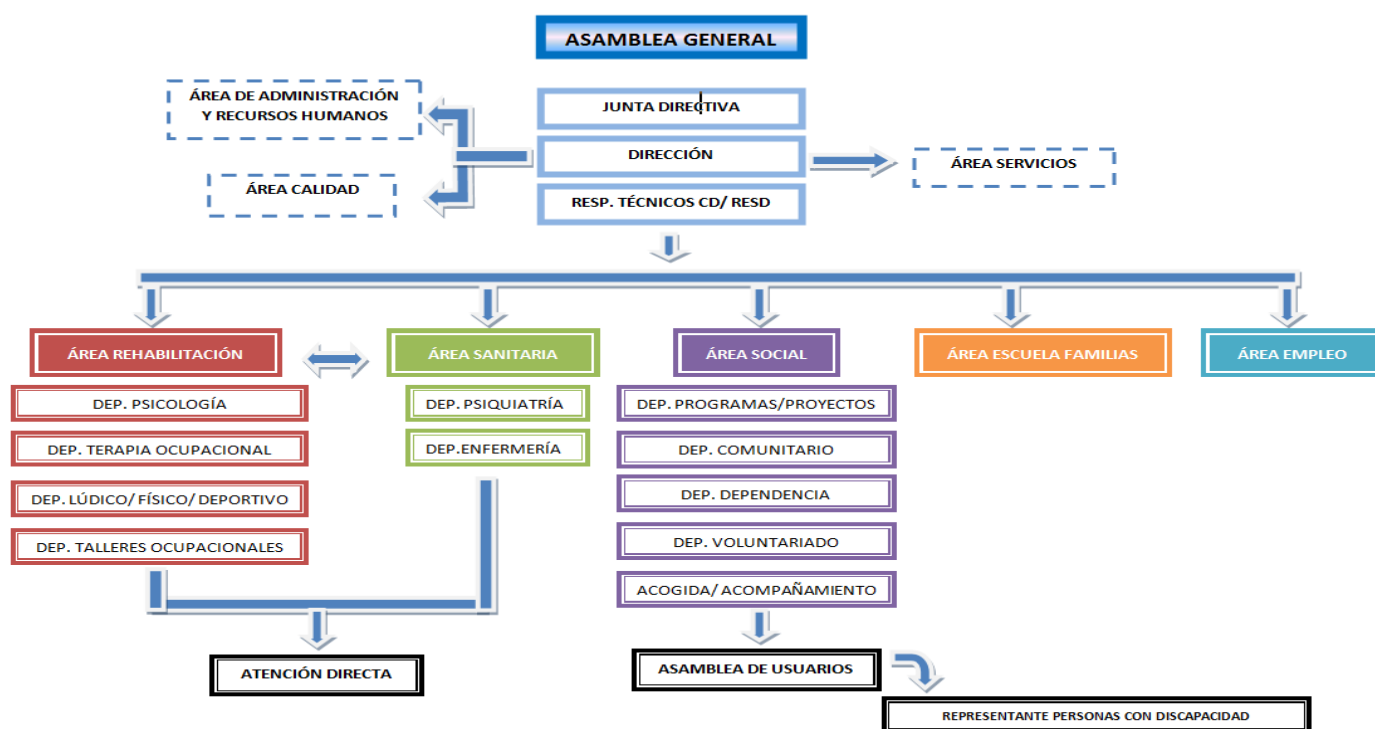
Artículo 21. Órganos de gobierno. AFES se regirá por el sistema de autogobierno y el principio de representación, bajo un criterio de funcionamiento democrático, a través de los siguientes órganos de Gobierno:

- Asamblea General.
- Junta Directiva.
- Comisión Permanente.
- Presidente.

Artículo 27: Composición de la junta. La Junta Directiva estará constituida por:

- Presidente.
- Vicepresidente.
- Secretario.
- Tesorero.
- Vocales, en un número máximo de cinco, de entre los cuales la Junta Directiva nombrará secretario y tesorero suplentes.

Los cargos de la Junta Directiva serán Gratuitos. Organigrama:



## CAPÍTULO 2: RECURSOS HUMANOS DE LA ENTIDAD

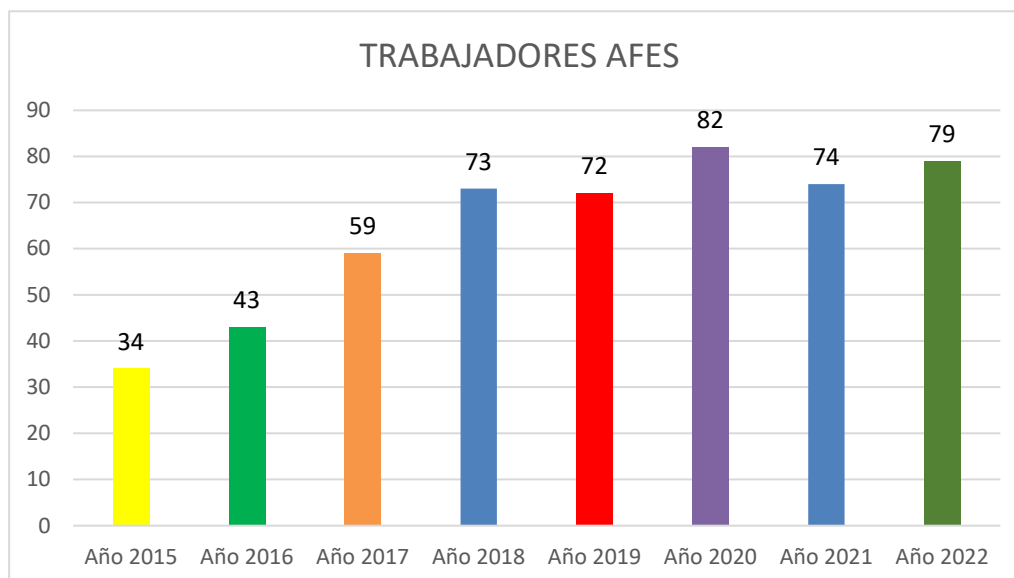
### 1. Recursos humanos.

AFES ha contado con el siguiente personal para el desarrollo de sus objetivos durante el año 2022:

Trabajadores con contrato fijo: 76

Trabajadores con contrato temporal: 3

Total: 79 trabajadores a lo largo del año.



## 2. Junta Directiva.

En el año 2022 la Asociación ha contado con la siguiente Junta Directiva:

Presidenta: María Teresa Martínez Lacárcel

Vicepresidente: Francisco Blas Merlo

Tesorero: Antonio Pérez Ruiz

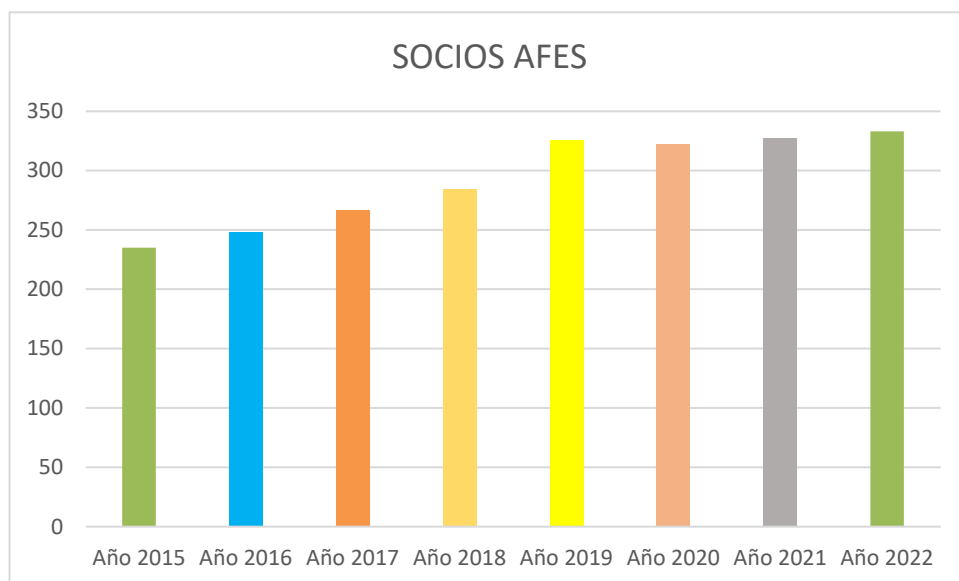
Secretario: Felipe Jimenez Heras

Vocales:

- Sofia Barqueros Lopez
- M. Dolores Miñano Cobos
- Rafael Gálvez Rodríguez
- Josefa Arrixaca Herrera Tornero
- Teodora González González

## 3. Socios AFES.

A 31 de diciembre de 2022 AFES ha contado con un total de 333 socios.



### CAPITULO 3. CENTROS DE LA ENTIDAD

#### 1. Sede y Centro de Día Murcia.

##### 1.1 Datos generales.

<p><b>NOMBRE DEL CENTRO:</b></p> <p>Centro de Día AFES Murcia</p> 	<b>DOMICILIO:</b> C/ Azarbe del Papel,30
	<b>CÓDIGO POSTAL:</b> 30007
	<b>POBLACIÓN:</b> Murcia
	<b>CIF:</b> G-30112049
	<b>TELÉFONOS:</b> 968 224402 // 968232650
<b>DIRECCIÓN CORREO ELECTRÓNICO:</b> E-mail: infoafes@saludmentalmurcia.org	
<b>NÚMERO DE PLAZAS CONCERTADAS EN 2022:</b> 95	<b>Nº PLAZAS PRIVADAS A LO LARGO DEL AÑO:</b> 15

## 1.2 Instalaciones.

El Centro está distribuido de la siguiente forma:

- Planta sótano: cocina, comedor, zona de relajación, garaje y cuarto de baño.
- Planta baja: administración, despacho trabajadores sociales, dependencia, despacho junta directiva, zona de exposición y cuarto de baño.
- Planta primera: dirección, psicología, enfermería, biblioteca, aula terapéutica y cuarto de baño.
- Planta segunda: salón de actos, aula de informática y cuarto de baño.
- Planta tercera: talleres ocupacionales y cuarto de baño.
- Planta cuarta: aula terapéutica, aula polivalente, gimnasio y cuarto de baño.
- Quinta planta: terraza.

## 1.3 Plazas concertadas y privadas.

En el año 2022 en el Centro de Día de Murcia se ha atendido a un total de:

**Plazas Concertadas: 99**

Durante el mismo año se han dado: 6 bajas

- 5 bajas por renunciadas
- 1 baja por fallecimiento.

**Plazas Privadas: 15**

Durante el mismo año se han dado:

- 4 bajas

## 2. Centro de Día y Residencia Las Torres de Cotillas.

### 2.1 Datos generales.

<b>NOMBRE DEL CENTRO:</b> Centro de Día-Afes-Las Torres de Cotillas 	<b>DOMICILIO:</b> Residencial Los Llanos I, C/ Gloria Costa Nº 6
	<b>CÓDIGO POSTAL:</b> 30565
	<b>POBLACIÓN:</b> Las Torres de Cotillas
	<b>CIF:</b> G-30112049
	<b>TELÉFONOS:</b> 968 62 38 95 / 616 27 26 29
<b>DIRECCIÓN CORREO ELECTRÓNICO:</b> E-mail: <a href="mailto:infoafes@saludmentalmurcia.org">infoafes@saludmentalmurcia.org</a>	
<b>NÚMERO DE PLAZAS CONCERTADAS CENTRO DE DÍA EN 2022:</b> 38	<b>Nº PLAZAS PRIVADAS CENTRO DE DÍA A LO LARGO DEL AÑO:</b> 4
<b>NÚMERO DE PLAZAS CONCERTADAS EN RESIDENCIA:</b> 39	<b>Nº PLAZAS PRIVADAS RESIDENCIA A LO LARGO DEL AÑO:</b> 0

### 2.2 Instalaciones.

#### Centro de Día:

- Planta baja: Recepción, 3 despachos de profesionales y técnicos, un aula espaciosa multifuncional y de descanso junto a los despachos de zona exterior. En el bloque colindante con el servicio residencial, se encuentran otras dos aulas para módulos terapéuticos y ocupacionales, sala de lectura y de visitas. Seguidamente se halla la zona de comedor. Se dispone a su vez del servicio de enfermería. Un cuarto despacho, correspondiente al área social asociado al servicio de Centro de día se ubica en la zona residencial. Cuenta también con espacios comunes con Residencia como enfermería, cocina, comedor, baños, sala de lectura, biblioteca y sala de visitas.
- Semisótano: aula de Informática, sala de talleres ocupacionales, almacén y baños.

## **Residencia:**

La Residencia consta de 3 plantas: sótano, planta baja y primera planta.

- Planta primera: 19 habitaciones dobles con aseo compartido en el interior, almacén de limpieza, cuarto de lavadora, cuarto de lencería, aseo de profesionales unisex, terraza y sala de TV.
- Planta baja: 1 habitación doble, 1 habitación simple, 2 baños (uno de hombres y otro de mujeres), cocina, recepción, botiquín, 2 despachos de profesionales, comedor (sala de usos múltiples), patio exterior parcialmente cubierto (con acceso al comedor con rampa).
- Sótano: sala de informática, sala de cerámica (comedor de empleados), 2 aseos (uno de hombres y otro de mujeres), despacho de dirección, despacho de profesionales, vestuario para profesionales, almacén.

### 2.3 Plazas concertadas y privadas.

En el año 2022 en el Centro de Día de Las Torres se ha atendido a un total de:

**Plazas concertadas: 45**

Durante el mismo año se han dado:

- 9 bajas
- 7 altas

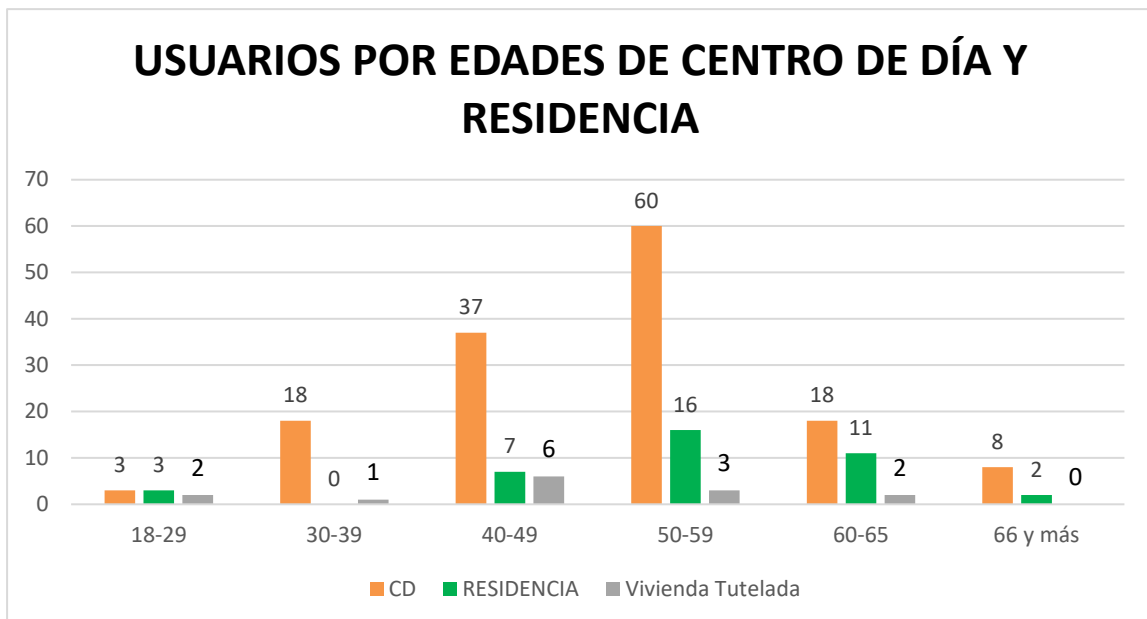
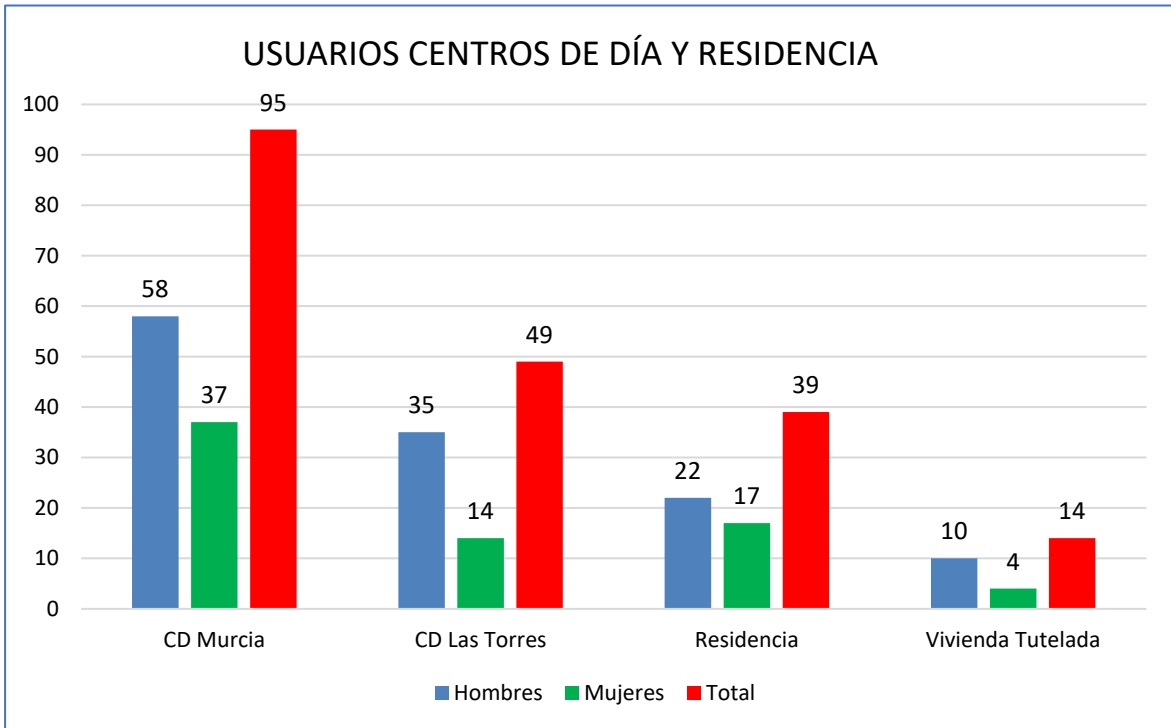
**Plazas privadas: 4**

- 2 baja
- 3 altas

En el año 2022 en la Residencia de Las Torres se ha atendido a un total de:

**Plazas Concertadas: 39**

**Plazas privadas: 0**



### 3. Vivienda Tutelada.

#### 3.1 Datos generales.

<b>NOMBRE DEL CENTRO:</b> Vivienda Tutelada Los Llanos 	<b>DOMICILIO:</b> Residencial Los Llanos I, C/ Real Murcia s/n
	<b>CÓDIGO POSTAL:</b> 30565
	<b>POBLACIÓN:</b> Las Torres de Cotillas
	<b>CIF:</b> G-30112049
	<b>TELÉFONOS:</b> 968 62 38 95 / 616 27 26 29
<b>DIRECCIÓN CORREO ELECTRÓNICO:</b> infoafes@saludmentalmurcia.org	
<b>NÚMERO DE PLAZAS CONCERTADAS:</b> 14	

#### 3.2 Instalaciones.

La Vivienda está distribuida de la siguiente forma:

- Planta sótano: amplia sala multiusos habilitada como gimnasio y zona de lectura y terapias.
- Planta baja: porche, salón, cocina, dormitorio 1 doble, dormitorio 2 doble, dormitorio 3 individual, baño 1, baño 2 y sala de educadores con terraza.
- Planta primera: dormitorio 4 doble con terraza, dormitorio 5 individual, dormitorio 6 doble, dormitorio 7 doble, dormitorio 8 doble, baño 3, baño 4, baño 5 y 2 terrazas.

#### 3.3 Plazas concertadas y privadas.

**Plazas concertadas:** 14

#### 4. Centro para el desarrollo del Servicio de Promoción de la Autonomía Personal de Intensidad Especializada.

##### 4.1 Datos generales.

<b>NOMBRE DEL CENTRO:</b>  Centro para Autonomía Personal  	<b>DOMICILIO:</b> C/ Azarbe del Papel,30	
	<b>CÓDIGO POSTAL:</b> 30007	
	<b>POBLACIÓN:</b> Murcia	
	<b>CIF:</b> G-30112049	
	<b>TELÉFONOS:</b> 968 224402 // 968232650	
<b>DIRECCIÓN CORREO ELECTRÓNICO:</b> E-mail: infoafes@saludmentalmurcia.org		
<b>NÚMERO DE PLAZAS PRIVADAS AUTORIZADAS EN 2022:</b> 14		<b>Nº PLAZAS VINCULADAS A LO LARGO DEL AÑO:</b> 1

##### 4.1 Descripción

Desde el año 2022 AFES cuenta con la acreditación de funcionamiento de este Centro y un total de 14 plazas autorizadas.

Está dirigido a personas con problemas de salud mental y sus familiares, que no están atendidas en los recursos existentes pero que precisan apoyo y asesoramiento para permanecer en su entorno familiar y socio-comunitario.

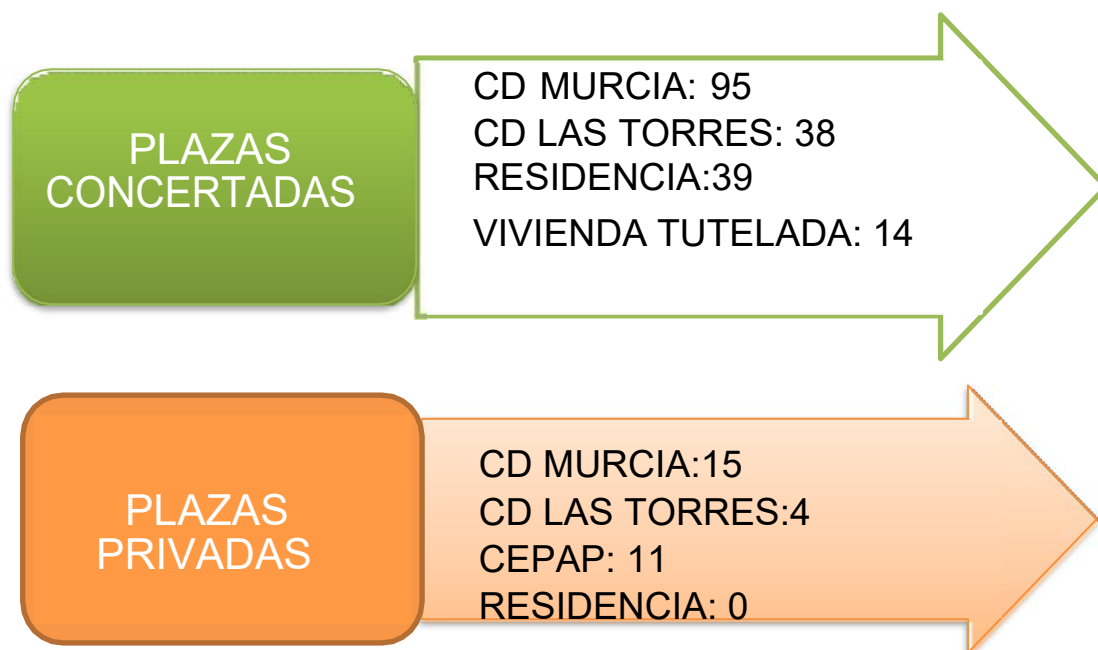
Desde el SEPAP, se pretende dar atención multidisciplinar a aquellas personas que, cumpliendo los requisitos establecidos, necesiten de apoyos, orientación, intervención y seguimientos por parte de un equipo profesional multidisciplinar con el fin de que puedan alcanzar el máximo grado de autonomía para llevar una vida totalmente normalizada.

## PROGRAMAS:

Este Servicio de Promoción de la Autonomía Personal contempla dos modalidades:

- Habilitación Psicosocial: contempla actuaciones encaminadas a:
  - Entrenar en habilidades personales y sociales.
  - Crear estrategias psicoeducativas.
  - Desarrollar redes sociales y de apoyo en las que participe la familia
  - Apoyar la toma propia de decisiones con arreglo a sus preferencias personales y vitales.
  - Apoyar la inserción laboral.
  
- Apoyos personales, atención y cuidados en alojamientos de soporte a la inclusión comunitaria:
  - Asesoramiento en la búsqueda de vivienda
  - Seguimiento e intervención en vivienda.
  - Apoyo durante la búsqueda activa de empleo y mientras realice alguna actividad profesional.

El número de personas atendidas en 2022 en SEPAP ha sido un total de 11 personas: 9 hombres y dos mujeres, llegando a tener una plaza vinculada.



## CAPITULO 4. ÁREAS DE TRABAJO

### 1. Servicios.

#### 1.1 Asociación.

##### 1.1.1 Servicio de Información, Acogida y Orientación sobre Salud Mental.

Con este servicio se ofrece una atención individualizada hacia las Personas con Problemas de Salud Mental y sus familias. La finalidad principal es canalizar las demandas de todas aquellas personas que acuden a la Asociación, derivándolas a los servicios que la propia Asociación desarrolla o bien a aquellos de la Comunidad Autónoma que se estimen oportunos. Por otro lado, se trata de informar y orientar acerca de todo lo relacionado con la enfermedad mental: orientación jurídica, psicológica, social y psiquiátrica.

Durante 2022, se han realizado **80** acogidas entre todos los recursos

##### 1.1.2 Atención social.

Se presta asistencia social a través de un servicio de orientación, gestión y tramitación de documentos para la dependencia, así como un servicio de gestión de ayudas y documentación para la Persona con Problemas de Salud Mental.

##### 1.1.3 Servicio de atención psicológica.

Se atiende a Personas con Problemas de Salud Mental y familias con necesidad de apoyo y seguimiento psicológico a través de entrevistas personales y/o contactos telefónicos.

##### 1.1.4 Servicios a familias:

Objetivos Generales:

- Mejorar la calidad de vida de la persona con problemas de salud mental y de su familia.
- Promover la participación e implicación de la familia en el tratamiento y recuperación del familiar con enfermedad mental.

Objetivos Específicos:

- Proporcionar información psiquiátrica, psicológica, educativa, jurídica y social referente a los problemas de salud mental a los familiares y/o cuidadores.
- Facilitar la aceptación de la situación y dotar a los familiares de instrumentos y estrategias útiles para afrontar la convivencia de forma adecuada y disminuir el estrés.
- Mejorar la capacidad de la familia de detección y prevención de situaciones de riesgo para prevenir recaídas.
- Proporcionarles ejemplos claros de comunicación eficaz y adecuada en la relación con la persona con problemas de salud mental.

- Educar a la familia en ser reforzadores de los hábitos saludables de la Personas con Problemas de Salud Mental favoreciendo el proceso de rehabilitación en casa.
- Alcanzar niveles óptimos de emoción expresada en el entorno familiar de los beneficiarios que permita reducir el número de crisis e ingresos hospitalarios de las personas con problemas de salud mental.
- Esclarecer las actitudes positivas y negativas en la convivencia con la persona con problemas de salud mental: fomentar su autonomía.

A nivel individual: se atiende las demandas de familiares que acuden a la entidad buscando información, orientación y asesoramiento acerca de la enfermedad mental.

A nivel grupal:

- Psicoeducación-Escuela de Familias: tiene un formato psicopedagógico orientado a la transmisión de conocimientos sobre la enfermedad mental y su tratamiento, al desarrollo de habilidades que permitan a los familiares ser más competentes en la resolución de problemas y en el logro de una adecuada relación de convivencia que, en definitiva, contribuya a la estabilidad y rehabilitación social de las personas con problemas de salud mental y a la normalización de su vida personal, familiar y social.

Se ofrece a las familias las herramientas necesarias para ayudarles con su papel de cuidador, propiciando el máximo desarrollo de las capacidades y habilidades de familiares y cuidadores de Personas con Problemas de Salud Mental.

Indicadores de evaluación de la escuela de familias:

- Número de personas atendidas en el servicio de información y asesoramiento social.
- Número de personas que participan en las sesiones de la Escuela de Familias.
- Número de personas que a través de la participación en la Escuela de Familias se involucran en otras actividades de la entidad

En cada sesión está al frente un profesional relacionado con el campo socio-sanitario y especializado en Salud Mental para tratar los diferentes temas y orientar a las familias utilizando en todo momento información de manera clara y accesible.

## SESIONES 2022:

### **1. SESIÓN DE BIENVENIDA.**

- Importancia del movimiento asociativo. Origen y evolución de AFES.
- Presentación de las temáticas.
- Presentación de los profesionales que participan en las sesiones.

### **2. MUJER Y SALUD MENTAL.**

- Conceptos básicos.
- Factores negativos asociados a las mujeres con problemas de salud mental.
- Violencia de género y enfermedades mentales.

### **3. PREJUICIOS, ESTIGMAS Y FALSAS CREENCIAS SOBRE LA SALUD MENTAL.**

- Qué es la estigmatización.
- El riesgo de la exclusión social.
- Cómo combatir los prejuicios.

### **4. AUTONOMÍA EN SALUD MENTAL.**

- Mejorar la autonomía en el autocuidado.
- Cómo favorecer la realización de actividades básicas de la vida diaria.

### **5. REDES SOCIALES Y SALUD MENTAL.**

- Principales patologías asociadas al uso de las redes sociales.
- Pautas de actuación.

### **6. INTRODUCCIÓN A LA SALUD MENTAL.**

- Qué son las enfermedades mentales.
- Conceptos básicos sobre salud mental.
- Clasificación de los trastornos mentales.

### **7. HABILIDADES DE COMUNICACIÓN.**

- Técnicas para mejorar la comunicación en el entorno familiar.
- Asertividad.
- Capacidad para decir NO.

### **8. AFRONTAR LA DEPRESIÓN Y PREVENIR EL SUICIDIO.**

- Orientaciones para familiares y allegados.
- Cómo afrontar la depresión.
- Cómo actuar ante pensamientos suicidas.

### **9. CONVIVENCIA DE VERANO.**

- Evaluación de las sesiones realizadas.
- Puntos fuertes y posibilidades de mejora.
- Pautas de actuación para el periodo vacacional.

#### **10. DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL.**

- Visibilizar los problemas de salud mental.
- La importancia de la movilización colectiva.
- Actividad práctica: elaboración de un comunicado.

#### **11. INTERVENCIÓN BIO-PSICO-SOCIAL.**

- Tratamientos farmacológicos en salud mental.
- Beneficios y efectos secundarios de la toma de medicación.

#### **12. CONVIVENCIA.**

#### **13. CUESTIONES JURÍDICAS: FIGURAS DE PROTECCIÓN**

- Avances y cambios en la legislación
- Principales figuras de protección

#### **14. MODELOS FAMILIARES EN SALUD MENTAL**

- Explicación de los modelos familiares y el ciclo de vital de las personas.
- Estrategias para apoyar y acompañar en los procesos vitales de las personas con problemas de Salud Mental.

#### **15. CUIDAR AL CUIDADOR**

- Principales problemáticas en las personas cuidadoras
- Claves para paliar el estrés del cuidador

#### **16. SESIÓN DE CIERRE**

- Balance del año
- Identificar aspectos positivos y posibilidades de mejora

La metodología de trabajo desarrollada en los cursos es participativa. Abierta al intercambio de información y opiniones, y la aclaración de cualquier duda que pueda surgir.

Se cuenta con el apoyo de recursos técnicos como ordenador y proyector.

Sesiones: quincenales.

- Respiro familiar: es un servicio de apoyo a la familia, que incide positivamente en el proceso de rehabilitación del usuario, ya que aporta información y apoyo e intenta aliviar la sobrecarga física, psíquica y emocional de los cuidadores principales.

A lo largo del año 2022 se ha atendido a un total de 320 familias.

### 1.1.5 Servicio de Promoción de la Autonomía Personal.

Es un espacio dirigido por un equipo de profesionales que tiene como finalidad desarrollar y mantener la capacidad personal de controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias y facilitar la ejecución de las actividades básicas de la vida diaria, de manera que todas las personas puedan llevar una vida lo más autónoma posible, así como mejorar la calidad de vida.

#### Objetivos:

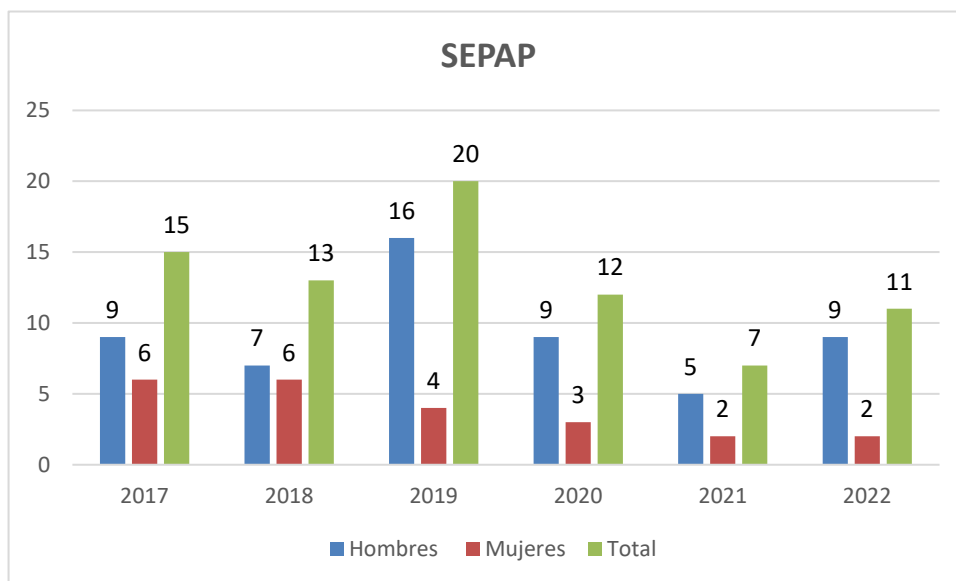
Este Servicio va destinado a aquellas personas que se encuentren en alguna de estas situaciones:

- Personas no dependientes o con Grado 1 de dependencia que no perciben ningún servicio o están a la espera de resolución del mismo.
- Personas con Problemas de Salud Mental con un alto grado de autonomía.
- Personas con Problemas de Salud Mental con un alto grado de aislamiento.

En el año 2022 se ha desarrollado este Servicio contemplando dos modalidades:

- **Habilitación Psicosocial:** actividades como:
  - Entrenar en habilidades personales y sociales.
  - Crear estrategias psicoeducativas.
  - Desarrollar redes sociales y de apoyo en las que participe la familia
  - Apoyar la toma propia de decisiones con arreglo a sus preferencias personales y vitales.
  - Apoyar la inserción laboral.
- **Apoyos personales, atención y cuidados en alojamientos de soporte a la inclusión comunitaria:**
  - Asesoramiento en la búsqueda de vivienda
  - Seguimiento e intervención en vivienda.
  - Apoyo durante la búsqueda activa de empleo y mientras realice alguna actividad profesional.

A lo largo del año 2022 han participado en este servicio un total de 11 usuarios, siendo 9 hombres y 2 mujeres, contando con una plaza vinculada al servicio a 31/12/2022.



### 1.1.6 Servicio Infanto Juvenil

Servicio de atención multidisciplinar dirigido a población infanto-juvenil que cursa en Centros Educativos de la Región de Murcia y está diagnosticada de algún problema de salud mental, posean riesgo de padecerlo o tengan progenitores diagnosticados con algún problema de salud mental.

Actividades desarrolladas a lo largo del año:

- A nivel individual:
  - Sesiones individuales a usuarios.
  - Servicio de acogida y orientación a los familiares interesados.
  - Intervenciones en centros educativos con alumnos que presentan dificultades de adaptación al medio escolar y/o problemas de índole psicológica.
  
- A nivel grupal:
  - Grupo presencial en el centro de AFES con sesiones semanales de una hora de duración.
  - Charlas de promoción de la salud mental y de prevención de los trastornos psicológicos en centros educativos.
  - Actuaciones con las familias de los menores implicados.

Las cifras de alumnos destinatarios de las charlas de prevención y sensibilización que se han llevado a cabo han sido:

- **I.E.S. Salvador Sandoval** (Las Torres de Cotillas): 5 grupos de 2º de ESO; 4 grupos de 3º de ESO; 1 grupo de FPB. Una media (aproximada) de 21 alumnos por clase. Total de alumnos: 210 alumnos.
- **Exposición en el espacio 585m**: Grupos de 1º y 2º de la FP Atención a personas en situación de dependencia del I.E.S. Juan Carlos I. Una media (aproximada) de 14 alumnos por grupo. Total de alumnos: 28 alumnos.
- **Universidad de Murcia** (Campus de Espinardo): Charla para los alumnos de la asignatura de Psicopatología de 2º del Grado Universitario en Psicología. Total de alumnos: 60 alumnos.
- **I.E.S. Sanje** (Alcantarilla): 5 grupos de 3º de ESO; 4 grupos de 4º de ESO; 1 grupo de Bachiller; 3 grupos de FP (Administrativo, Electricidad y Soldadura). Una medida (aproximada) de 20 alumnos por grupo. Total de alumnos: 260 alumnos.
- **CPEI Bas Arteaga** (Sucina): 2 grupos de 2º de ESO y un grupo de 3º de ESO. Una media (aproximada) de 22 alumnos por grupo. Total de alumnos: 66 alumnos.
- **I.E.S. La Flota** (Murcia): 6 grupos de 4º de ESO. Una media (aproximada) de 25 alumnos por grupo. Total de alumnos: 150 alumnos.
- **I.E.S. El Carmen** (Murcia): 6 grupos de 4º de ESO. Una media (aproximada) de 22 alumnos por grupo. Total de alumnos: 132 alumnos.

Total de alumnos aproximados: 906 alumnos.

#### Intervenciones en centros educativos

Se han llevado a cabo en dos institutos. En uno de ellos se atendió a un único alumno diagnosticado con problemas de salud mental y que presentaba una situación personal, social, familiar y académica muy compleja. En el otro instituto se realizó una charla en una clase de 4º de ESO en la que había varios alumnos con problemas de ansiedad y autolesiones; además, se intervino individualmente con dos de estos alumnos.

- **I.E.S Vicente Medina** (Archena): 1 alumno.
- **I.E.S. Juan Carlos I**: Un total aproximado de 30 alumnos.

Total de alumnos aproximado: 31 alumnos.

### Atención directa

En el presente curso se ha atendido a 7 niños y adolescentes de entre 13 y 18 años, de los cuales 5 permanecen actualmente en nuestro servicio.

En el Servicio de Infanto Juvenil a lo largo del año 2022 entre las charlas del programa Descubre, las intervenciones en institutos y jóvenes a los que se les ha brindado atención directa, nuestro servicio ha llegado a un total de: 944 niños y adolescentes.

#### 1.1.7 Servicio de Ocio y Tiempo Libre.

El calendario del servicio de ocio se realiza de forma cuatrimestral. Para realizarlo se ha contado con la participación de los usuarios así como el calendario de fiestas y eventos locales y regionales.

Las actividades que se han realizado han sido variadas en cuanto a temática (Culturales, medioambientales, deportivas, lúdicas, religiosas...), teniéndose en cuenta alternar actividades que suponían algún coste como aquellas que eran gratuitas.

A través de este servicio se favorecen las relaciones sociales, la autonomía y la integración de las Personas con Problemas de Salud Mental en la comunidad.

Las actividades de ocio y tiempo libre que se han organizado este año son:

#### ENERO

- Feria Navideña.
- Bolera.
- Museo de Bellas.

#### FEBRERO

- Museo de la Ciencia y el Agua.
- Visita al Casino.
- Filmoteca Regional.
- Ruta por el Río.

#### MARZO

- Acuario Universidad.
- Manifestacion Atención Primaria.
- Karaoke.

### ABRIL

- Procesiones Murcia.
- Pasacalles Entierro de la Sardina.
- Museo de la Ciencia y el Agua.

### MAYO

- Teatro en la calle.
- Mercadillos.
- Karaoke.

### JUNIO

- Película en Fimoteca Regional.
- Karaoke.
- Comida verano.

### SEPTIEMBRE

- Feria de Murcia.
- Karaoke.
- Película en Fimoteca Regional.

### OCTUBRE

- Actividades por Día Mundial de Salud Mental.
- Mercado Medieval Monteagudo.
- Feria de la Ciencia y Tecnología.
- Feria de juegos en Atalayas.

### NOVIEMBRE

- Karaoke.
- Bolera.
- Museo Arqueológico.
- Excursión.

### DICIEMBRE

- Stand Gran Vía Discapacidad.
- Karaoke.
- Museo Bellas Artes.

A lo largo del año han pasado por el servicio de ocio y tiempo libre un total de 30 personas: 18 hombres y 12 mujeres.

### 1.1.8 Servicio de Voluntariado Social.

Desde este servicio se establecen actividades dirigidas a la captación, sensibilización, divulgación y promoción del voluntariado. Además, las actividades de carácter voluntario vienen coordinadas y dirigidas por los profesionales de esta entidad, los cuales canalizan la voluntad de participación mediante el apoyo en los diversos talleres, con la previa formación correspondiente.

El objetivo principal de este servicio es la sensibilización, mentalización y fomento del voluntariado, con el fin de apoyar la rehabilitación psicosocial de las Personas con Problemas de Salud Mental.

El voluntariado social precisa de personas “solidarias” para desarrollar o reforzar distintas acciones y mejorar la calidad de dichas actividades. Es igualmente importante adecuar el ofrecimiento de los voluntarios a las tareas más pertinentes. Los rasgos a valorar en las personas que quieren comprometerse con la acción voluntaria, requieren que tengamos en cuenta una serie de aspectos que guardan relación con las siguientes variables:

- Edad y sexo.
- Disponibilidad de tiempo libre real.
- Motivaciones para con el colectivo o los destinatarios de la acción.
- Aptitudes o capacidades de las personas voluntarias. Formación, experiencias previas.
- Aptitudes o cualidades.
- Funciones que deben orientar al voluntario en su acción solidaria para ese colectivo.
- Tareas concretas que realizará el voluntario en esa actividad.

Se emiten, asimismo, certificados para todos aquellos que lo solicitan para la obtención de créditos en el ámbito universitario y para adjuntar al currículum según horas de servicio de voluntariado realizado.

- El voluntariado en AFES ha participado en:
  - o Feria de Voluntariado UCAM.
  - o Semana de la psicología y logopedia.
  - o Salidas de Ocio y Tiempo Libre.
  - o Apoyo en talleres.
  - o Actos y eventos asociativos.

A lo largo del año 2022 se ha contado con la colaboración de 50 personas voluntarios.

### 1.1.9 Servicio de Acompañamiento Integral.

#### **Descripción**

Es un programa de acompañamiento terapéutico, individualizado e integral que pretende favorecer la continuidad de la atención a las personas con problemas de salud mental y el desarrollo de la autonomía personal.

Este programa es un conjunto de prestaciones de carácter psicosocial especializado dirigido a personas con problemas de salud mental grave y a sus familias, desarrollado por personal cualificado que interviene en la prevención, la educación y la rehabilitación con el fin de que se mantenga en su entorno comunitario con una calidad de vida digna.

Las personas que participan en este programa llevan a cabo un Plan Individualizado de Intervención (PII) que les permite el acceso a actuaciones de rehabilitación como: psicoeducación, habilidades sociales, afrontamiento del estrés, habilidades de la vida diaria, rehabilitación cognitiva, intervención familiar, intervención comunitaria e intervención institucional.

Este proyecto ha continuado su funcionamiento a pesar de la situación sanitaria, viendo aumentada su demanda por las necesidades de los beneficiarios del programa, así como por la suspensión de la atención socio-sanitaria de manera presencial.

Se ha atendido a un total de **57** beneficiarios (siendo 35 beneficiarios directos y 22 familiares y allegados).



### 1.1.10 Servicio empleo

Desde el año 2017 la Asociación AFES- SALUD MENTAL MURCIA Y COMARCAS está comprometida con la inclusión sociolaboral de las personas con problemas de Salud Mental y/o drogodependencias mediante el PROGRAMA EUROEMPLOO SALUD MENTAL DE LA REGIÓN DE MURCIA del Servicio Murciano de Salud (SMS) y cofinanciado por el Fondo Social Europeo (FSE).

Durante el año 2022, el Insertor laboral como profesional y en representación de la entidad, ha atendido a 59 personas con Enfermedad Mental Grave en los Centros de Salud Mental de las Áreas I y VII de nuestra Región. Se han llevado a cabo acciones de acompañamiento, búsqueda de empleo, apoyo y seguimiento en el puesto de trabajo. Los programas de inclusión laboral con colectivos vulnerables constituyen una base fundamental en el proceso de recuperación de las personas con problemas de Salud Mental.

### 1.2 Centros de Día.

Ambos Centros de Día cuentan con los siguientes servicios:

#### 1.2.1 Prestaciones básicas.

##### Servicios básicos:

- *Servicio de almuerzo y comida en Centro de Día.*

A las personas usuarias de los dos centros se les ha garantizado una alimentación equilibrada, consistiendo ésta en: almuerzo y comida.

La carta mensual de los menús de las comidas ha sido supervisada a fin de garantizar el aporte dietético y calórico adecuado para los usuarios. Copiada dicha carta está expuesta en las instalaciones de ambos Centros a disposición tanto de usuarios como familiares.

Se les ha ofrecido un menú de régimen adecuado a sus necesidades a las personas usuarias que lo han precisado por prescripción médica.

El Centro de Día de Murcia tiene contratado el servicio de comedor con la empresa de SERUNION.

El Centro de Día Las Torres funciona con personal de cocina propio, el cual también da servicio a los residentes y usuarios de Vivienda.

Durante 2022 han hecho uso de este servicio de comedor 162 personas.

- *Servicio de Transporte Centro de Día.*

En Murcia se cuenta con dos autobuses que hacen rutas discrecionales (habiéndose ampliado la segunda ruta desde el mes de septiembre).

En Las Torres de Cotillas se hace las rutas contando con un autobús y una furgoneta. Tanto los autobuses como las furgonetas realizan un recorrido desde diferentes puntos de Murcia y pedanías hasta ambos Centros de Día y viceversa. El objetivo principal de este servicio es facilitar la asistencia a los centros. También se realizan planes personalizados de transporte con el fin de potenciar la autonomía de nuestros usuarios.

Durante este año han hecho uso de este servicio un total de 120 personas entre ambos centros:

Transporte en autobús: 104

Transporte en furgoneta: 16 personas

### **Recorrido transporte autobús Murcia:**

#### Ruta 1

- Carrefour Zaraiche.
- Espinardo
- Zarandona
- La Albatalla
- Puente Tocinos (3 paradas)
- Llano de Brujas
- Casillas (2 paradas)
- El Esparragal
- Cabezo de Torres
- AFES

#### Ruta 2

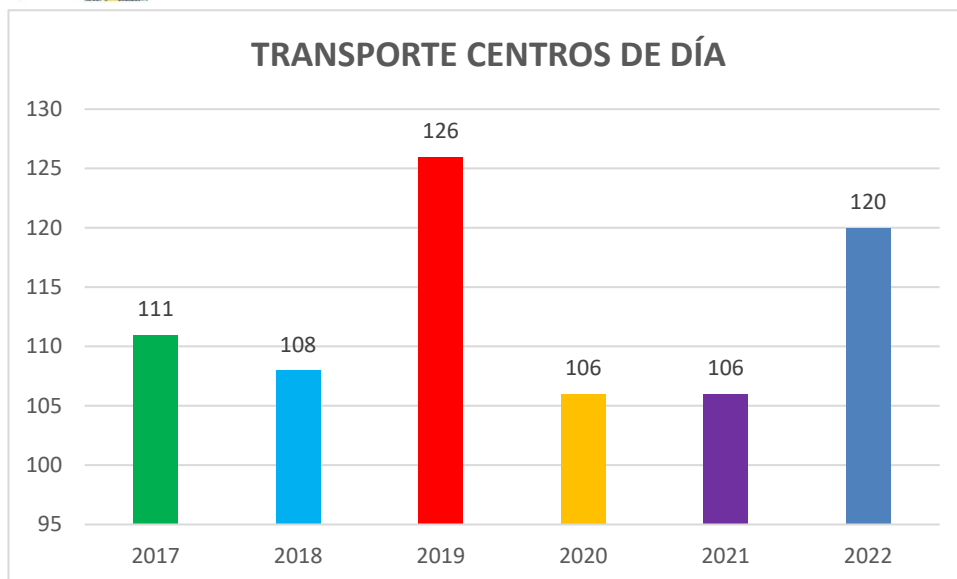
- Alquerías
- Orilla del Azarbe
- Cruce del Raal
- Los Ramos (2 paradas)
- Torreagüera. (2 paradas).
- Beniaján.
- El Charco
- Lavadero Santa Catalina
- Carretera Alcantarilla (2 paradas)
- Confitería Espinosa
- Complejo 5 Estrellas
- Los Dolores
- Avenida 1º Mayo
- Plaza Circular
- AFES

### Recorrido autobús Las Torres

- Alcantarilla:
  - Cabezo Verde
  - Aviación
  - Manila
  - Hero
- Archena
  - Entrada por sanatorio
  - Urbanización Rio Soil, bar latino
  - A. Gálvez-cruce Morte
- Ceutí
- Alguazas
- Las Torres
  - C/Mula
  - Las Monjas
  - Fripozo

### Recorrido furgoneta Las Torres

- Corvera
- Valladolides
- El Palmar
- San Ginés
- AFES-Las Torres de Cotillas
- Mula
- Pliego
- Albudeite
- Campos del Río
- Las Torres
- AFES-Las Torres de Cotillas



### Servicios terapéuticos.

- Asistencia en las actividades básicas de la vida diaria (AVD).

Se ofrece el apoyo necesario en la realización de las actividades básicas de la vida diaria a las personas que presenten dificultades a la hora de desarrollar actividades relacionadas con: alimentación, aseo, baño, control de esfínteres, movilidad personal, sueño y descanso.

- Servicio de Atención Psicológica.

- o Historias clínicas:

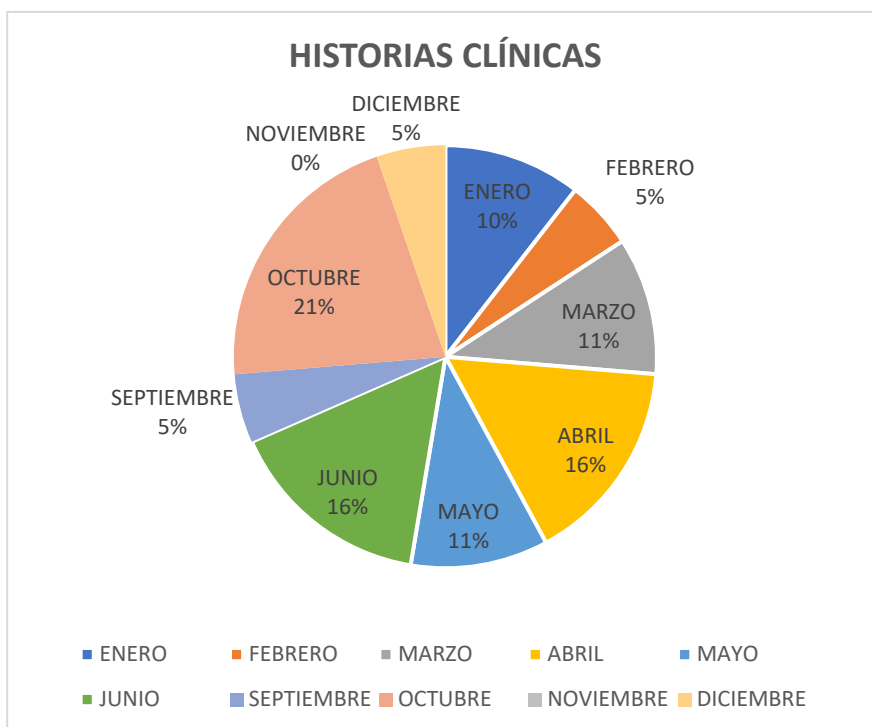
La Historia Clínica es una entrevista semiestructurada en la que se valora el funcionamiento psicosocial de la persona con problemas de salud mental.

Tras la acogida técnica realizada por la trabajadora social, el psicólogo recoge los datos relacionados con la evolución de la enfermedad y la influencia del ambiente socio-familiar que la persona ha tenido a lo largo de su vida. Esta entrevista facilita el conocimiento de la historia familiar y sus dificultades, así como los síntomas, pródromos y tratamientos de la enfermedad mental.

A partir de la Historia Clínica el psicólogo valora las habilidades, déficits y motivaciones de la familia y la persona con enfermedad mental, y llega a acuerdos con los mismos para derivarlos a los distintos programas de la Asociación y/o a otros recursos comunitarios.

Estos datos se incorporan al expediente de cada persona.

Las historias clínicas se realizan con cada nuevo usuario que se va a incorporar a cualquiera de los servicios o programas de AFES.



- Seguimientos psicológicos:

Se llevan a cabo de forma mensual con cada usuario. En ellos, se refuerza su participación en los diferentes programas de la asociación, su adaptación al grupo, aceptación y afrontamiento de los síntomas de la enfermedad mental, se le apoya y orienta en la resolución de conflictos, se interviene con él en situación de crisis o aparición de pródomos y se le ofrece psicoeducación de síntomas de la enfermedad. Existe coordinación con otros profesionales en caso necesario (psiquiatras, trabajador social, etc.). Cuando el usuario tiene faltas de asistencia se realiza seguimiento telefónico.

- Servicio de Atención Social.

A través de este servicio se atiende a los usuarios tanto si demandan ayuda para gestionar y tramitar cuestiones sociales como si por parte de los profesionales se detecta necesidad de algún recurso al que puedan acceder.

Orientación y recursos: Llamadas telefónicas en coordinación con SS.SS, CSM y otros recursos.

Gestiones varias: recordatorios de renovación del Documento Nacional de Identidad (DNI), solicitudes iniciales y renovaciones del certificado

de discapacidad, clasificación informes y nuevas aportaciones documentales en programa informático y en expedientes de usuarios, gestiones de ayudas (AIPD), gestión y acompañamiento a empadronamientos...

- En materia de Dependencia (informes, solicitudes, revisiones...): 25
  - Certificado discapacidad (renovación, valoración inicial...): 3
  - Gestiones varias (notas informativas IMAS, informes de medidas de apoyo...): 8
  - Solicitud de ayudas (AIPD, bono transporte...): 9
  - Atención en las áreas de enfermería, medicina general y psiquiátrica y área social:
    - Nº de acompañamientos a Centros de Salud: 13 presenciales (Y aproximadamente unas 25 atenciones/ gestiones telefónicas semanales).
    - Nº de acompañamientos a Especialistas: 7
    - Nº de Acompañamientos a Psiquiatría: 7
- Servicio de enfermería/atención sanitaria.

Una de las funciones de enfermería es controlar la salud de nuestros usuarios mediante seguimientos y registros de calidad para así tener un mejor juicio clínico de su estado de bienestar.

Los profesionales encargados de este servicio son Auxiliares de Enfermería y Diplomados Universitarios en Enfermería. Cuando un nuevo usuario se incorpora al centro se realiza una entrevista de acogida desde este servicio para completar su Historia Clínica y poder hacer un seguimiento y control específico de sus enfermedades.

Dentro de este servicio se llevan a cabo las siguientes actividades:

- Preparación de medicación y revisión de los cambios de la misma.
- Cura de heridas leves.
- Toma de constantes vitales.
- Control de diabetes e hipertensión.
- Seguimiento de visitas médicas.
- Aplicar inyectables por prescripción médica.
- Emisión de informes para especialistas.
- Seguimientos de enfermería, que incluyen controles periódicos de TA, pulso, glucemias y peso.
- Control de alergias y otras enfermedades que padezca el usuario.
- Aplicación de todos los protocolos de actuación y su posterior seguimiento.
- Taller de Educación Para la Salud.

- Terapia Ocupacional.

La Terapia Ocupacional juega un papel importante en la intervención de cada usuario a la hora de ofrecer técnicas y actuaciones para prevenir y mantener su salud, favoreciendo las capacidades de cada persona y fomentando su mejora en todos los niveles. Se pretende que, a través de la valoración funcional y las actividades, enfocadas a fines terapéuticos, alcancen su máxima capacidad de autonomía, pudiendo llevar una vida normalizada.

Se trabaja de forma individual y personalizada teniendo en cuenta su formade vida y entorno socio-familiar en cada una de las fases de la enfermedad.

### 1.3 Residencia.

Todos los usuarios de Residencia reciben cuidados, atención y rehabilitación en el marco residencial con supervisiónlas 24 horas por personal especializado. Desde la declaración del Estado de Alarma se hace una separación de servicios, siendo independientes Centro de Día de Residencia.

#### 1.3.1 Prestaciones básicas.

##### Servicios básicos:

##### – Alojamiento.

En el que son garantizados su confort y seguridad básicos.

- Dicho confort incluye la limpieza diaria tanto de las habitaciones como de las zonas comunes.
- Uso de las salas de convivencia y demás espacios comunes del Centro.

##### ➤ Manutención.

- Pensión alimenticia diaria (desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena), atendiendo a que los menús sean variados, los cuales son elaborados por un nutricionista profesional, cuidando su presentacióny garantizando el aporte calórico y dietético adecuado.
- Dietas especiales para personas que lo requieran por prescripción médica.
- Ayuda de tercera persona a los residentes que no puedan comer por sí mismos, utilizando los medios técnicos apropiados.
- Del servicio de comedor se encarga el servicio de cocina de la residencia

Durante 2022 han hecho uso de este servicio de comedor 39 personas.

➤ Asistencia en las actividades de la vida diaria.

En lo que respecta a esta área ocupacional los usuarios de residencia desempeñan estas ocupaciones bajo la supervisión de auxiliares clínicos y con la coordinación y seguimiento del personal de enfermería y coordinador de programas.

Dichas ocupaciones están marcadas por un horario rutinario con el objetivo de crear hábitos en nuestros residentes.

Dentro de las actividades de la vida diaria nos encontramos:

- Baño/ducha: las auxiliares clínicas son las encargadas de supervisar dichas tareas, así como ejecutarlas en el caso que los residentes lo necesiten.
  - Higiene personal y aseo: todas las ocupaciones encaminadas a conseguir un buen status de higiene en materia buco-dental, de cabello, oídos, piel y uñas (incluimos también el cuidado de productos de apoyo).
  - Vestido: los armarios de cada residente tienen clasificadas la ropa y eso facilita el desempeño de esta ocupación.
  - Alimentación y comida: esta ocupación se realiza bajo la supervisión de las auxiliares clínicas y el personal de enfermería.
  - Toma de medicación: el personal del servicio de enfermería y las auxiliares clínicas son los encargados de preparar y dispensar (promoviendo en todo momento la autonomía en los casos que sea posible) la medicación en las diferentes comidas.
  - Sueño/descanso: desempeñándose bajo la supervisión constante de las auxiliares y el equipo de enfermería; interviniendo en caso de incontinencias y despertares frecuentes.
- Actividades Instrumentales de la Vida Diaria:
- Crear y mantener el hogar: dentro de esta ocupación encontramos diferentes actividades desempeñadas por parte de los residentes. A saber:
    - Quitar y poner la mesa durante las cenas.
    - Ordenar la habitación y hacer la cama por las mañanas.
    - Mantener un nivel de orden adaptativo en los cuartos de baño y las salas comunes.

- Colocar la ropa personal. Esta ocupación es realizada de manera independiente y supervisada con la ayuda directa de las auxiliares clínicas.
  - Manejo del dinero y realización de compras: a los residentes que realizan salidas al exterior se les facilita una pequeña cantidad de dinero personal para controlar que el mismo lo emplee de manera adecuada.
- Lavandería y planchado: la residencia cuenta con un servicio de lavandería propio, donde se realiza el lavado y planchado de la ropa personal, así como de la ropa de cama y resto de lencería.

### Servicios terapéuticos

#### ➤ Área de autonomía:

##### ➤ Intervenciones Individuales.

Se interviene a nivel individual en el desarrollo de las habilidades relacionadas con el desempeño y desarrollo de actividades de la vida diariabásicas.

La metodología en la intervención se realiza mediante la resolución de incidencias registradas o deficiencias observadas en el día a día, interviniendo en cada caso de forma específica y puntual y llevando a cabo un seguimiento del usuario en coordinación entre las auxiliares y la terapeuta.

#### ➤ Áreas de intervención:

- Higiene personal: higiene bucal, ducha, imagen, uso apropiado de la ropa en función de la meteorología, etc.
- Orden de habitación y enseres personales: ordenar y mantener el ordenen armario, baño de la habitación.
- Alimentación: intervenciones e indicaciones en comedor, en relación al uso de cubiertos y servilleta, velocidad en la ingesta, postura, permanencia y tiempo de espera, recogida de bandejas.

#### ➤ Grupos de promoción de la autonomía.

Se establecen grupos de trabajo organizados para que todos los residentes desarrollen tareas comunitarias relacionadas con actividades básicas de la vida diaria.

- Cocina: se desarrollan tareas de apoyo en el comedor, poniendo mesasy al finalizar la limpieza de mesas, barrer y fregar el suelo colocando lassillas.

- Ayudar a preparar el comedor.
- Apoyo en las gestiones de compra con el profesional de referencia.
- Mantenimiento de zonas comunes (limpieza de escaleras) Tirar la basura.

Participan todos los residentes adaptando la tarea al perfil de cada usuario/a. 39 residentes en total.

### 1.3.2. Prestaciones accesorias.

#### Atención Social

- En materia de Dependencia (informes, solicitudes, revisiones...): 9
- Orientación y recursos: 17
- Gestiones varias: 130
- Certificado discapacidad (renovación, valoración inicial...): 3
- Solicitud de ayudas (AIPD, bono transporte...): 5

Atención en las áreas de enfermería, medicina general y psiquiátrica y área social:

- Se ha atendido alrededor de 15 personas diarias en el servicio de enfermería a nivel de consulta.
  - Nº de acompañamientos a Centros de Salud: 87 presenciales (Y aproximadamente unas 12 atenciones/ gestiones telefónicas semanales).
  - Nº de acompañamientos a Especialistas: 56
  - Nº de Acompañamientos a Psiquiatría: 103

## 1.4 Vivienda Tutelada.

### 1.4.1. Prestaciones Básicas.

#### Servicios básicos:

- **Alojamiento:** en el que son garantizados su confort y seguridad básicos. Dicho confort, incluye:
  - Limpieza diaria tanto de las habitaciones como de las zonas comunes.
  - Uso de las salas de convivencia y demás espacios comunes de la vivienda.
  - Uso de la ropa de cama, mesa y aseo de las que la Vivienda está dotada, así como el cambio periódico y renovación de los mismos.
  - Lavado, planchado y repaso de ropa y calzado.

- **Manutención:**

- Pensión alimenticia diaria (desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena), atendiendo a que los menús sean variados, los cuales son elaborados por un nutricionista profesional, cuidando su presentación y garantizando el aporte calórico y dietético adecuado.
- Dietas especiales para personas que lo requieran por prescripción médica.
- En el proceso de fomento de la autonomía de los residentes en Vivienda se procedió al inicio de elaboración de las comidas y cenas por ellos mismos al inicio de este año.
- Los desayunos y meriendas, son elaborados en la vivienda.

- **Atención y apoyo en las actividades de la vida diaria.**

En lo que respecta a las actividades de la vida diaria, los usuarios de la Vivienda Tutelada desempeñan estas ocupaciones de forma autónoma con el apoyo y supervisión del responsable de vivienda y el psicólogo junto con el trabajo y reeducación diarios de la integradora social y responsable de la vivienda. Dichas ocupaciones están marcadas por horarios rutinarios y grupos de trabajo, con el objetivo de fomentar la autonomía funcional y social en nuestros usuarios.

Dentro de las actividades de la vida diaria nos encontramos:

- Actividades de la vida diaria básicas:
  - Sueño y descanso: regulados por los horarios establecidos en la vivienda y supervisado por los educadores de la misma a través de rondas nocturnas e intervenciones individuales pautadas por el psicólogo y el coordinador, en los casos que así lo requieran (insomnio, incontinencia...).
  - Alimentación: esta ocupación se realiza bajo la supervisión del profesional que se encuentre en la vivienda en cada franja horaria:
    - Desayuno → auxiliar
    - Almuerzo → auxiliar
    - Comida → auxiliar
    - Merienda → auxiliar
    - Cena → auxiliar

- Baño/ducha: los educadores son los encargados de supervisar la correcta realización de dicha tarea, así como de prestar la ayuda necesaria a los usuarios que lo requieran.
- Higiene personal y aseo: los educadores son los encargados de supervisar la correcta realización de estas ocupaciones (higiene dental, peinado, afeitado...), así como de la frecuencia con que se realizan.
- Higiene en el inodoro y control de esfínteres: los educadores son los encargados de llevar a cabo las pautas establecidas por el psicólogo y el responsable de vivienda para la intervención individual con los usuarios que presentan algún tipo de alteración en esta ocupación.
- Vestido: los educadores son los encargados de supervisar el correcto orden y limpieza en los armarios de los usuarios, así como de dar las pautas necesarias a los auxiliares para intervenir individualmente cuando se detecten irregularidades.

#### 1.4.2. Prestaciones Accesorias:

##### - **Actividades de la vida diaria avanzadas:**

- Manejo del dinero y realización de compras: cada usuario suele tener una cantidad fija semanal establecida para las salidas de ocio. Además, son los propios usuarios los que realizan sus gestiones y compras personales (tabaco, productos de aseo, objetos personales, etc.). La gestión y control del dinero personal la realiza el responsable de vivienda a partir de las pautas establecidas por cada familia.
- Preparación de la comida: para la realización de estas actividades, los usuarios están divididos en grupos de trabajo:
  - Grupos de cocina para las tareas de quitar y poner la mesa en desayunos, almuerzos, comidas y cenas, fregar los platos, servir la comida, recoger y limpiar la cocina, etc.
  - Grupos de elaboración de comidas y cenas, para el cocinado y preparación del menú de las mismas.

Cada grupo tiene establecidos unos días a la semana para, de forma autónoma realizar dichas tareas, siempre supervisadas y reconducidas, si fuera necesario, por el profesional que se encuentra en la vivienda en cada una de las comidas establecidas al día.

- Cuidado de la casa: para la realización de estas actividades, los usuarios están divididos en grupos de trabajo. Cada grupo tiene establecidas las tareas que tienen que realizar a diario. Todo ello, a partir de las pautas y recomendaciones del educador.

- Lavado de ropa: El grupo de lavandería realiza de forma autónoma: poner la lavadora, tender, recoger, doblar y planchar la ropa. Estas actividades son supervisadas y reconducidas tanto por el responsable de vivienda como los educadores, dependiendo de la franja horaria en la que se lleven a cabo. Todo ello, a partir de las pautas y recomendaciones del coordinador de la vivienda.
- Movilidad funcional avanzada: todos los usuarios de la vivienda son totalmente autónomos para hacer uso del transporte público. En cuanto a la organización de las salidas y transporte, suelen contar con el apoyo y supervisión del coordinador de la vivienda.
- Medicación: a pesar de que la mayoría de usuarios son autónomos y responsables en el uso de la medicación, ésta la preparan en la vivienda por ellos mismos bajo la supervisión del educador de turno, para después ser administrada por el profesional que se encuentre en la Vivienda durante cada toma.
- Comunicación, habilidades sociales, utilización de la comunidad, habilidades académicas funcionales, trabajo y ocio y tiempo libre:
- Ocio y tiempo libre: todas las personas de la vivienda disfrutan de salidas de ocio y tiempo libre durante 3 días a la semana. En estas salidas de 2 horas de duración, nuestros usuarios suelen frecuentar zonas de ocio (parques, bares), deportivas (gimnasio, gerontogimnasia, pista de atletismo) y culturales (biblioteca, eventos) del municipio, dependiendo de las preferencias de cada uno de ellos. Tanto el psicólogo como el responsable de la vivienda, orientan, ayudan en la planificación, siguen e intervienen si es necesario, para el correcto desarrollo de estas actividades.

Por otro lado, nuestros usuarios también participan en las actividades de ocio que se organizan: salidas, asistencia a eventos, convivencias, etc.

- Formación y trabajo: la intervención en estas actividades es llevada a cabo por el coordinador de la vivienda y de forma personal e individualizada dependiendo de las capacidades e intereses de cada uno de los usuarios.

- Utilización de la comunidad: todos nuestros usuarios hacen uso de los recursos del municipio, dependiendo de sus intereses y las restricciones por la situación COVID. Algunas de las actividades realizadas son: asistencia a eventos públicos, participación en los cursos de gerontogimnasia ofertados por el ayuntamiento, asistencia a las formaciones en academias, uso de la biblioteca municipal, etc.

- **Atención en las áreas de enfermería, medicina general y psiquiátrica:**

La Vivienda no dispone de servicio de enfermería. Los usuarios hacen uso del servicio público de salud acompañados de un profesional o de forma autónoma. Para ello, se valora con anterioridad el tipo de cita, así como el nivel de autonomía del usuario para poder determinar el modo de realización de la misma.

El número de acompañamientos realizados por profesionales de la Vivienda en el año 2022, ha sido el siguiente:

- Psiquiatra: 40
- Centros de salud: 14
- Especialistas: 10

- **Gestiones desde el área social:**

- Orientación y recursos: 12 (formaciones del SEF).
- Empadronamientos: 1
- Certificado discapacidad (renovación, valoración inicial...) 1
- Solicitud de ayudas (AIPD, bono transporte...): 2
- En materia de Dependencia (informes, solicitudes, revisiones...)

- **Gestiones varias:**

Tanto desde Coordinación como desde el área psicológica, se han emitido todos los informes solicitados por las familias, así como los requeridos por otros recursos. Los usuarios han realizado 12 formaciones del SEF.

## 2. Programas:

### 2.1 Centros de Día y Residencia.

#### 2.1.1 Programa de información, orientación, asesoramiento, promoción y participación de familiares.

Como parte del proceso de rehabilitación se realizan seguimientos e intervenciones con la familia del usuario, con el objetivo de ofrecer apoyo e intercambiar información, ya que la familia es una parte necesaria que tiene que implicarse activamente, influyendo de manera continua en la evolución de la enfermedad de sus familiares. Con las intervenciones familiares se han reforzado los seguimientos individuales de los usuarios. Se ha intervenido tanto de manera presencial como telefónica.

#### 2.1.2 Programas terapéuticos.

A lo largo del año 2022 se ha seguido el siguiente programa:

##### 2.1.2.1 Programa Psico-Terapéutico.

#### **GAT (Grupo de Ayuda Terapéutica)**

Se crea un espacio para compartir sus vivencias personales y recibir consejos mutuamente sobre ciertas situaciones que les inquietan, un espacio de desahogo y reflexión. Se han impartido temas considerados imprescindibles para conseguir que los asistentes mejoren terapéuticamente y así puedan aplicar los conocimientos aprendidos en su vida cotidiana.

#### **Mindfulness y Control Emocional**

Con este taller se ha aprendido a cómo desconectar el modo “piloto automático” de la mente racional preocupada por el pasado y/o futuro y ocuparnos del presente activando nuestra mente intuitiva.

A través de este taller se han constatado muchos cambios positivos como, por ejemplo, la mejora significativa de las relaciones entre los miembros y una progresiva flexibilidad en la relación con su cuerpo.

#### **Creencias**

Orientado a la Prevención de la Violencia de Género y Empoderamiento, ha tenido el objetivo de aprender a gestionar y resolver conflictos en materia de género y realizar acciones que visibilicen el papel de igualdad de las personas y las hagan protagonistas activas de su proceso de desarrollo personal y social dentro de un modelo de inclusión y aceptación de las diferencias.

Ha consistido en un programa de entrenamiento práctico, dividido en grupos de hombres y mujeres y sesiones puntuales conjuntas

### **Inteligencia emocional**

Desde el taller se trabaja la identificación de las emociones básicas y universales en uno mismo y en los demás a nivel mental, corporal y respiratorio. Existe variabilidad entre los componentes del grupo a la hora de concretar la emoción que están sintiendo. Este año se ha trabajado la gestión emocional a través de los miedos presentes de forma predominante, desde el enfoque de propiciar su transformación en fuerza resolutiva para gestionar con la mayor eficacia esta crisis social, familiar y personal.

### **Emocionarte**

pretende profundizar en la identificación y la comprensión de las emociones, de una manera lúdica a través de obras de arte (cuadros, poesía, etc.).

### **Patología Dual**

Cuando nos referimos a la patología dual, hacemos referencia a la coexistencia de dos cuadros psicopatológicos que se dan de forma simultánea, uno sería la drogodependencia y otro la problemática psiquiátrica.

Aunque la persona se encuentre en una abstinencia total desde hace tiempo, se considera que es vulnerable a la recaída en el consumo. Es por ello, que consideramos imprescindible crear un grupo dónde todos sus integrantes puedan conocer más en profundidad el por qué de su sintomatología, la enfermedad, adicciones y se valgan y nutran de la experiencia de los demás compañeros.

### **Estimulación Cognitiva**

Se pretende conseguir agilidad y plasticidad que ayude a la persona, siempre dentro de sus limitaciones, a desenvolverse en las tareas cotidianas y ejercitar ciertos aspectos que en su rutina diaria no realiza. Los ejercicios realizados a lo largo de las sesiones se han extraído de diferentes manuales, todos ellos diseñados y especializados en tareas cognitivas.

### **Escuela de adultos**

Incluye contenidos que abarcan necesidades educativas de aprendizaje básicas relacionadas con la lectoescritura y otras que se puedan detectar que les sirvan para llevar una vida más adaptativa, dando prioridad a las necesidades educativas y aspiraciones de los participantes para su desarrollo personal.

### **Psicología a través del comic**

A través del cómic se pueden abordar todo tipo de experiencias vitales (depresión, ansiedad, adicciones, duelo, divorcio, etc..). Siendo además cada vez más prolífica la creación de obras en el ámbito de la Salud Mental. El taller pretende por tanto apostar por una nueva modalidad de acercamiento a temáticas de interés individual y social, eligiendo las novelas gráficas debido a que la representación de los contenidos se lleva a cabo de una manera más intuitiva y asequible para los participantes.

### **Psicología Positiva**

Se parte de una concepción del aburrimiento, de la búsqueda de estímulos, del sentido vital y de la tolerancia al estrés, incertidumbre.

En conjunto, se ha creado un cuerpo de contenidos que pretenden ayudar a que cada participante se encuentre mejor preparado para asumir las exigencias de cada día, y pueda disponer de amplitud suficiente para manejar estresores y construir un plan de vida más satisfactorio.

### **Psicología de la salud**

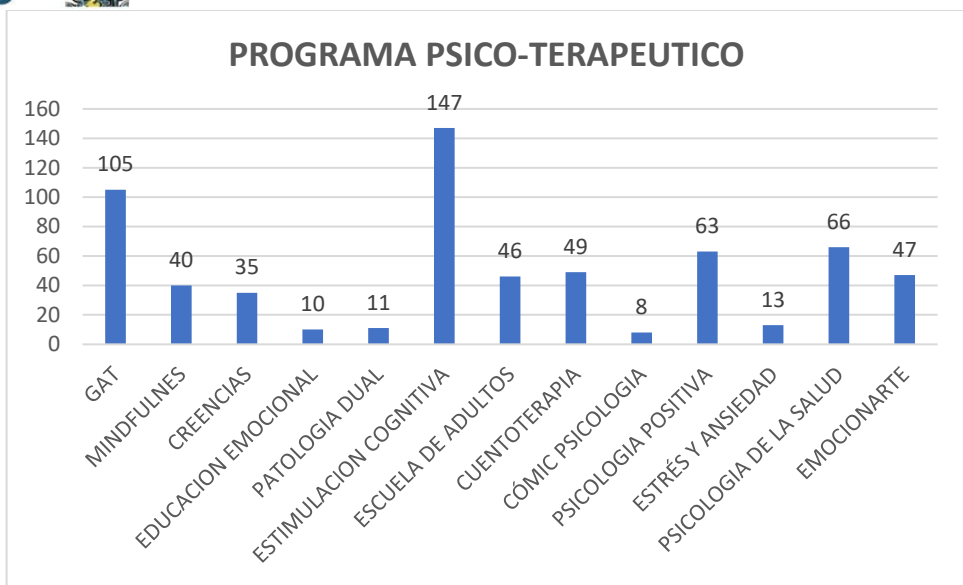
Se parte de los conocimientos y experiencias que toda persona posee, reforzando la capacidad de reflexión y análisis sobre lo que se trabaja, así como intentando incorporar nuevos conocimientos con validez ecológica.

### **Educación Emocional**

El autoconocimiento, la empatía, la comunicación asertiva, la confianza, la autoestima, las habilidades sociales, la cooperación, son sólo algunos de los aspectos tratados por la Educación Emocional, como gran paraguas conceptual y que se trabajan a través de dinámicas grupales. Sobre la habilidad de identificar las emociones y los sentimientos, se van construyendo el resto de habilidades que conforman la inteligencia emocional. Se han trabajado las competencias emocionales, dirigidas a la propia persona, y las competencias interpersonales, dirigidas al resto.

### **Cuentoterapia**

Durante las sesiones de Cuentoterapia se han transmitido mensajes acerca de su mundo interior, abriendo caminos de conciencia, con el fin de cambiar y despertando su empatía. Además del valor terapéutico, se suma su gran valor preventivo, sin olvidar que durante la realización también adquiere un componente lúdico para las personas. Mediante los cuentos se aportan soluciones que quien escucha procesa inconscientemente y que le ayudan a encontrar sus propios recursos adquiriendo así un componente terapéutico.



### 2.1.2.2 Programa socio-comunitario:

#### **Radio**

El uso de la radio en rehabilitación psicosocial con personas con TMG consigue beneficios terapéuticos en los participantes y una reducción del estigma social en la sociedad. A través de la participación en la realización de un programa de radio, se favorece el desarrollo de un papel activo de la persona con problemas de salud mental realizando una actividad que le da la posibilidad de luchar por sí misma contra el estigma. Además, la radio se configura como un medio de participación social ideal desde el que acometer esta lucha anti estigma.

#### **Habilidades Sociales**

Las habilidades sociales comprenden un amplio conjunto de elementos de comunicación verbal y no verbal así como factores cognitivos que poseen una gran influencia en la eficacia del comportamiento interpersonal. Se trata, en suma, de intentar mantener, reforzar y/o mejorar las relaciones personales para optimizar el funcionamiento diario de los usuarios que participen en el taller.

#### **Prensa social y actualidad**

En la impartición de este taller de Prensa y Actualidad se ha procurado abordar las habilidades que permiten al usuario familiarizarse y progresar en esta era digital. Se ha tratado de promover la lectura de textos y su comprensión, así como la capacidad de pensar de forma independiente y de expresar ideas de forma clara y simple. Cobran pues importancia la reflexión y el compromiso pudiendo el usuario llegar a asumir un juicio ético personal acorde con los valores básicos de la sociedad en la que vive.

### **Club Social**

El taller de Club Social, pretende apoyar a personas con problemas de salud mental, evitando el aislamiento y fomentando las relaciones interpersonales. Los usuarios de este taller, cuentan con un espacio físico, en el que se reúnen para realizar actividades recreativas y lúdicas, y hacen uso, asimismo, de los recursos socioculturales del centro, tales como, lectura, juegos de mesa, música, pintura y actividades en el ordenador.

### **Serie-fórum**

Este taller ha supuesto un beneficiado en la concentración, capacidad reflexiva, crítica y memoria de los usuarios al tener que retener la información de los capítulos vistos anteriormente, suponiendo al mismo tiempo de un rato de ocio para ellos. Muchos de ellos no tienen acceso o bien porque el horario no es compatible con sus rutinas diarias o por no disponer de recursos económicos para pagar ese tipo de plataformas.

### **Cine fórum**

El cine fórum es mucho más que presentar una la película y discutir en torno a ella. Comporta una serie de pasos:

- Programación de las películas
- Selección de la película.
- Visionado y
- Coloquio o fórum.

Al final de la proyección el animador del fórum interviene brevemente para subrayar aquellos aspectos que considera más importantes y los que exigen o necesitan de una explicación complementaria. Pero, sobre todo, anima al grupo para lograr la mayor participación posible.

### **Empoderamiento**

Cuando hablamos de empoderamiento individual nos referimos a que el sujeto debe tomar el control, con el objetivo de alcanzar su autodeterminación y autonomía, tratando de recuperar su lugar en la sociedad, asumiendo el control sobre la vida, apoyar a otros iguales como expertos en el trastorno y, en el proceso de recuperación, crear grupos de ayuda mutua para que el esfuerzo sea compartido y se dé la opción a otras personas de participar en el proceso.

### **Actividades Básicas de la Vida diaria (ABVD)**

Dentro de la autonomía se engloban desde las actividades más básicas de la vida diaria (el autocuidado, la alimentación, la movilidad...) a las más instrumentales (gestión del hogar, manejo del dinero, pedir citas médicas...) así como una óptima gestión del ocio y tiempo libre tanto dentro como fuera del hogar.

### **Autonomía avanzada**

Este taller ha mejorado la autonomía de las personas, dotándoles de diversas alternativas para conocer las nuevas tecnologías.

Les ha empoderado para realizar gestiones administrativas como sacar cita del médico, reservar un hotel, reservar un restaurante, conocer líneas de transporte público o conocer nuevas redes sociales.

### **Expresión musical**

En este taller se fomenta en los usuarios la capacidad creadora, fomentando la memorización de las letras de las canciones, creando un clima de buena armonía entre los integrantes del grupo, enseñándoles que todos somos necesarios para la realización del taller y que cada uno debe aportar lo mejor de sí mismo.

### **Teatro**

Con aprendizaje de las normas básicas del arte escénico, se han interpretado diversas obras en diferentes escenarios. Se ha fomentado en los usuarios la capacidad creadora, intentando que pierdan el miedo escénico y la sensación de que se pueden equivocar, al mismo tiempo que se ha fomentado la memorización del texto de las obras de teatro.

### **Estimulación Sensorial**

Desde Terapia Ocupacional, se describe la estimulación sensorial como la activación de un receptor sensorial por una forma de energía interna o externa. La estimulación sensorial como metodología pretende favorecer la maduración del Sistema Nervioso Central (SNC) a través de experiencias relacionadas con los sentidos exteroceptivos (vista, oído, tacto, olfato y gusto) y/o de los sentidos interoceptivos (propiocepción y vestibular), buscando respuestas u objetivos relacionados con:

- El nivel de alerta.
- La mejora de los aprendizajes y de las habilidades del usuario.
- Mayor contacto con el ambiente.
- Ampliación de la participación y la motivación de la persona

Desde la parte lúdica utilizamos la estimulación sensorial a través de video juegos que favorecen la atención corporal y la estimulación a través del impacto en la estructura cerebral, el cual, aumenta el tamaño de algunas regiones y activa otras haciéndolas más eficientes, como la de la atención y las habilidades visuoespaciales. Generalmente se realizan minijuegos en esos juegos o competiciones, las cuales participan usuarios y usuarias de 2 en 2 o de 4 en 4, según el juego. Juegan a juegos deportivos, de baile, de cultura general y música.

### **Motricidad Fina**

Taller creativo textil en el que los usuarios/as se han beneficiado de la acción de tejer, anudar, recortar, pegar y encajar piezas. Las piezas trabajadas generaban diferentes tipos de texturas y han sido tanto en formato plano como en 3D. Este taller ha estado planteado para la distensión y entretenimiento de los/las participantes que a su vez ha revertido de forma directa en la estimulación de las conexiones neuronales haciendo trabajar el área creativa y motora del cerebro, la sensitiva, la visual, la auditiva y el lenguaje. Se tiene en consideración aquellas personas que requieren de un trabajo con las manos por motivos de movilidad reducida o temblores en ellas.

### **Informática**

Con este taller se facilita la integración de las personas en la sociedad y la interacción entre ellas.

El uso de tecnologías actuales, ayuda a mejorar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y favorecer su independencia en la actualidad. Esto también favorece la creatividad, la cohesión de grupo y la autonomía.

Entre otros contenidos: se han adquirido conocimientos de redes sociales y su funcionamiento, capacitado en el uso del ordenador y la búsqueda de artículos o noticias interesantes así como potenciado las capacidades psicomotrices mediante la mecanografía.

### **Blog**

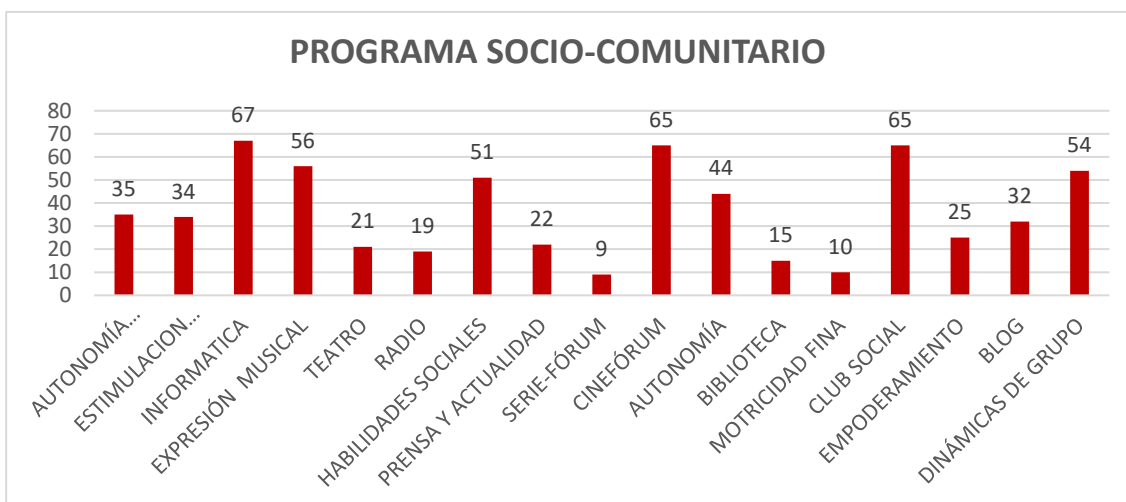
Las redes sociales y blogs se han convertido en una herramienta más de trabajo para empresas y asociaciones. De la misma manera, la difusión de las actividades de la asociación a través de estas plataformas permite, no solo dar a conocer a la sociedad murciana y española (y mundial) como se gestiona una asociación, sino que contribuye a la eliminación de prejuicios y estigmas presentes en la sociedad en relación a las enfermedades mentales. Se actualiza periódicamente con contenidos creados por los propios participantes del taller.

### **Biblioteca**

La mayoría de los/las participantes que han acudido al taller, en su cotidianeidad, no tienen acceso a libros, periódicos, ordenadores etc que los conecten con la actualidad o les proporcionen riqueza cultural, que beneficie su imaginación, memoria y concentración. Se ha llevado a cabo una sesión a la semana de 1,30 h en la que se ha hecho uso de una sala tranquila y silenciosa para leer libros y usar medios audiovisuales. Existía la posibilidad de poder sacarse el carnet de la biblioteca como práctica de habilidades sociales y comunicación con el personal de la biblioteca.

## Dinámicas de grupo

Las dinámicas de grupo se han centrado en estimular las diferentes funciones cognitivas. Por ello a través de actividades y juegos se ha buscado mantener las habilidades intelectuales, sociales y de autonomía del individuo para lograr una mejora en la autonomía de su día a día.



### 2.1.2.3 Programa físico-deportivo:

#### Deporte

Con este taller se pretende que las personas sean más activas, trabajen su cuerpo desde el movimiento y a la vez entablen relaciones sociales con otras personas a través del deporte, así como mejorar su salud.

#### Fútbol Sala

La práctica del fútbol sala permite el aprendizaje y la búsqueda de actitudes y valores morales y volitivas, al establecer una relación de amistad y trabajo en grupo junto con los compañeros de equipo, la aparición del espíritu de lucha y la disciplina que dan como resultado el triunfo con humildad o la aceptación propia de la derrota en donde en nuestras vidas se pueden ver reflejadas estas actitudes

#### Psicomotricidad

La estimulación psicomotriz ha demostrado ser muy eficaz en la mejora de la salud tanto física como psicológica de la persona. Por ello, este taller pretende transmitir la importancia de mantenerse activo y conservar un estilo de vida saludable para sentirse mejor, ampliando el tiempo de independencia y la satisfacción personal de los asistentes. Todo ello en un ambiente amable y colaborativo.

Se han realizado actividades con música y materiales complementarios (pelotas, globos, materiales reutilizados...), juegos sencillos y cuentos psicomotores. Dichas actividades han ido encaminadas hacia el mantenimiento de la memoria, el conocimiento del propio cuerpo, la lateralidad, el sentido del ritmo y de la coordinación motriz.

### **Rutas de orientación**

Hay varios motivos por los que se realiza este taller uno de ellos es para que los usuarios que lo realicen ganen gran capacidad de orientación, ya que a la mayoría de las personas con problemas de salud mental les cuesta orientarse, con este taller se pretende ayudarles a mejorar su orientación a través de diferentes rutas andando por la ciudad. También existen otros motivos para la práctica de este taller como: prevenir enfermedades cardíacas, mantenerse activos y en forma.

No consiste únicamente en salir a pasear si no que durante un tiempo determinado se camina por distintas zonas de Murcia y Las Torres de Cotillas y se conoce el entorno (a través de herramientas como callejeros, google maps)

También se trabaja el civismo, el respeto por las calles y su mobiliariourbano.

### **Taller de Bailes**

El baile es una forma de expresión creativa lo que ayuda a conectar con uno mismo, potenciando y fomentando la espontaneidad y la creatividad que llevamos dentro ayudando a la mente a descentrarse de los problemas y preocupaciones que la inundan durante el día.

En nuestra asociación, se celebran a lo largo del año diferentes actividades asociativas y eventos en las que solemos ofrecer actuaciones grupales. En este taller se elaboran y ensayan los mismos.

### **Pádel**

La práctica de este deporte ayuda a mejorar la capacidad física y evitar el sedentarismo en los participantes, se desarrolla una mayor coordinación y reflejos, al mismo tiempo que se socializa con los compañeros y se conocen las reglas básicas de este deporte.

### **Relajación**

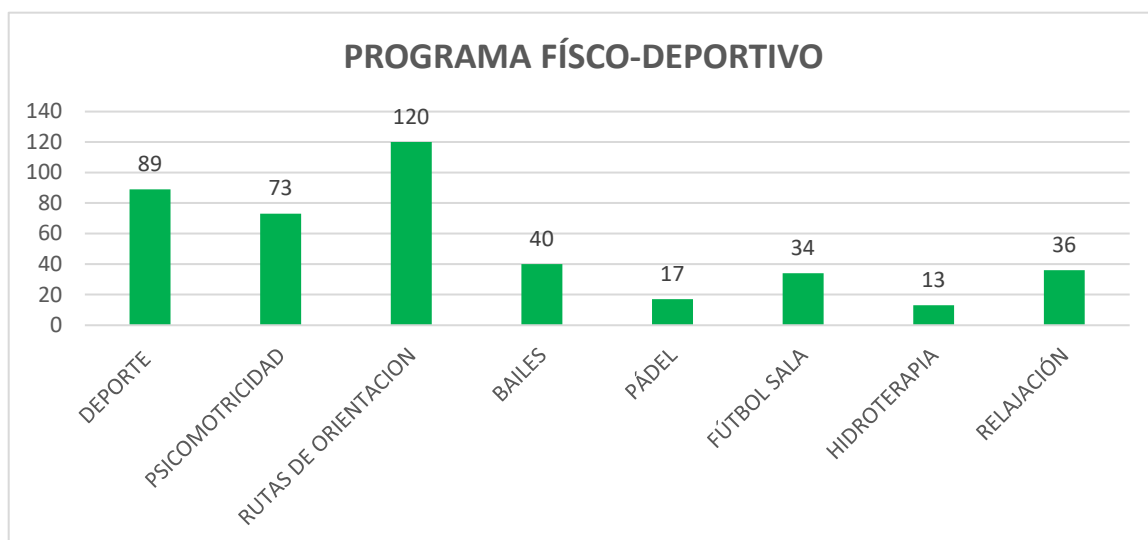
La finalidad de este taller ha sido dotar a los usuarios de las técnicas de relajación más eficaces para reducir su ansiedad y que puedan utilizarlas por sí mismos de forma autónoma y eficaz. Se ha tratado de que los asistentes adquieran un mayor grado de autonomía y una percepción de autocontrol. Con este taller los usuarios han mejorado la coordinación de los movimientos así como su concentración.

## Hidroterapia

El ejercicio y actividades acuáticas beneficia a las personas con problemas de salud mental permitiendo la estimulación de determinadas capacidades y habilidades que están de alguna forma más deterioradas por su patología en cuanto al área psicológica (receptores sensoriales y sistema nervioso, funciones cognitivas como la memoria y atención, control emocional de estados ansiosos etc), social (aislamiento, autonomía, comunicación interpersonal...), físico (cuestiones cardiovasculares, resistencia y fuerza muscular, flexibilidad, equilibrio y agilidad o capacidad de reacción) etc.

El taller se realiza de forma grupal en la piscina municipal cubierta de Las Torres de Cotillas.

Además de interactuar con el resto de la población y sentirse una parte activa del pueblo. Al finalizar, se duchan y cambian de ropa en las instalaciones, lo que fomenta su autonomía personal y ejercita estas actividades de la vida diaria.



### 2.1.2.4 Programa ocupacional:

#### **Cerámica terapéutica**

Este taller está orientado a la formación de los usuarios en el aprendizaje de las técnicas para la realización y manipulación de productos cerámicos. Además, es un soporte terapéutico en su realización, ya que este trabajo, favorece aspectos como: motricidad fina y gruesa; coordinación motora-visual; relación de tamaños; etcétera; así como el desarrollo de la creatividad artística.

### **Agroterapia**

En este taller los usuarios tienen la oportunidad de desarrollarse física y mentalmente con una actividad tan reconfortante como el cuidado de un huerto, esto los lleva a ser capaces de asumir responsabilidades y a sentirse útiles, mejoran su autoestima y sociabilidad al tiempo que, en el plano físico, se consiguen beneficios de tipo motor y de movilidad.

### **Manualidades**

Dentro de este espacio, se exploran las capacidades creativas individuales y la expresión y gestión emocional en grupo.

Del mismo modo, posibilita expresar los sentimientos, emociones y pensamientos. Las terapias del arte, se ocupan de encontrar un lenguaje que permita manifestar lo que no se puede expresar de otra forma, y tienen el propósito de tratar problemas psicológicos, afectivos o sociales.

### **Pintura**

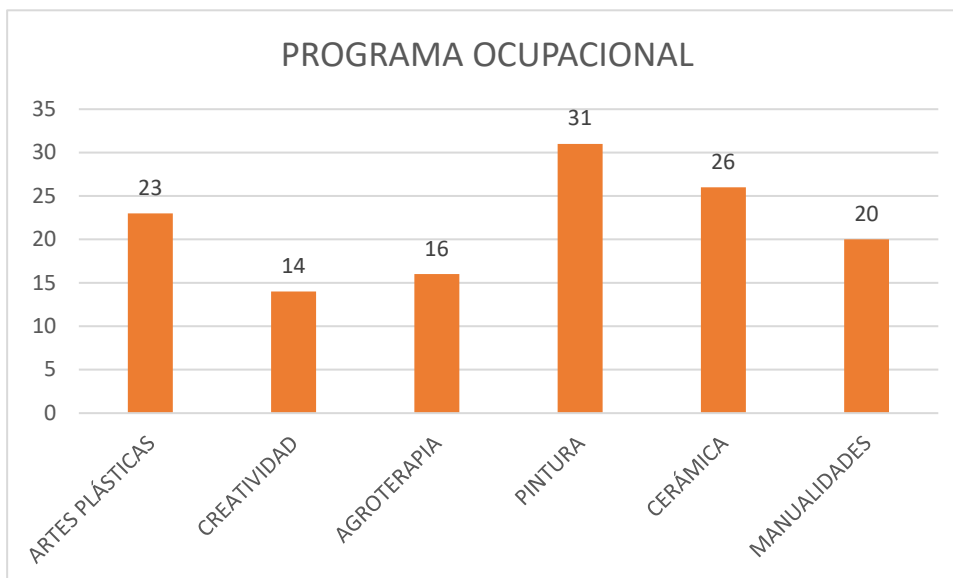
La pintura y el arte es una de las mejores formas que tiene el ser humano de aprender a concentrarse en una tarea y conseguir relajar la mente, concentrándose únicamente en el proyecto pictórico, desde el Taller de Pintura y Dibujo de Afes hemos fomentado esa vía de escape que nos proporciona el Arte para seguir trabajando tanto las habilidades motrices como las cognitivas.

### **Creatividad**

Se ha pretendido ofrecer un espacio de confianza en el que a través de diferentes propuestas pudieran encontrarse con su yo creador y espontáneo, en el que poder expresar y jugar a través de los materiales, ya fuera de forma individual o junto a otros compañeros/as. Destacar que no se ha dado importancia al valor estético de la obra, sino que se ha centrado sobre todo en el proceso de creación de su obra y en la función expresiva de cada participante.

### **Artes plásticas**

En el taller de arte se ha puesto de manifiesto el trabajo a nivel manipulativo para mejorar destrezas de movilidad en manos, aprender conceptos y ponerlos en práctica, estimular el cerebro, tanto el lado lógico y racional como el lado creativo y emocional. El trabajo desde el arte se ha convertido en un tipo de comunicación de otro modo favoreciendo la expresión y estados de fluidez y calma. Los participantes han estado en contacto con diferentes texturas, soportes, pigmentos etc.



### 3. Actividades extraordinarias de Centro de Día, Residencia y Vivienda

- Celebraciones:
  - Fiestas: de carnaval, día del padre y de la madre, semana santa, primavera, bando de la huerta, día de la madre, Halloween.
  - Días Internacionales: Día de la Mujer, Día Mundial del Reciclaje, Día de la Tolerancia, Día contra la violencia de género: documentales, debates, manualidades, charlas, concienciación social por el Día Internacional de la Paz, Día Internacional de la Intolerancia, Día en Contra de la Violencia hacia la Mujer, Día Internacional de la Discapacidad.
- Salidas:
  - Lúdicas: visita al Salón del Manga y la Cultura Japonesa de Murcia, Terranatura, albergue de Isla Plana para los usuarios de Atención Residencial
  - Deportivas: fiesta del deporte, la salud y la Solidaridad organizada por la Asociación de AFESMO, visita a la Federación de Fútbol.
  - Medioambientales: excursión Valle Perdido.
  - Exposiciones en diferentes entidades: cárcel Vieja de Murcia, sala de exposiciones La Glorieta, la Biblioteca Municipal Las Torres...
- Actividades por temporadas:
  - Navidad: visita a belenes, fiesta con familias, Roscón de Reyes, Fiesta de Nochevieja.
  - Semana Santa y fiestas primavera: salidas al Centro Comercial Nueva Condomina y Thader.
  - Verano: excursión a la piscina Murcia Parque, creación de abanicos, photocall, marcapáginas, bingo, cine de verano, karaoke, amigo invisible, paseos barco, fiesta del verano.

- Talleres extraordinarios: talleres de psico educación y actividades para la concienciación y sensibilización para la prevención del suicidio, actividades educativas medio ambientales a través del contacto con empresa Ecoembes, Talleres conjuntos con el TAFAD.
- Participaciones en:
  - Encuentro Regional del Proyecto Únicas (Comisión de mujeres e igualdad del Cermi).
  - Il Bienal Internacional de Arte Outsider y Diverso con la exposición de algunas obras de pintura realizadas por usuarios y usuarias de Centro de Día.
  - Il Jornada de arte inclusivo: pintura en directo y exposición de cuadros.
  - Acto Policia Nacional en plaza Cardenal Belluga.
  - Concentración salud mental.







#### 4. Modificaciones y adaptación al COVID.

A lo largo del año 2022 se han mantenido algunos protocolos preventivos y de actuación, así como planes de contingencia que se crearon para la situación COVID-19.

##### ➤ Protocolos

- Medidas generales de información y actuación.
- Medidas de higiene.
- Medidas de control de acceso al centro (durante el primer trimestre).
- Medidas de limpieza y desinfección.
- Infección por COVID-19 para trabajadores.
- Ventilación.
- Medidas de seguridad.

- Medidas preventivas generales
- Acceso a la vivienda tras ingresos hospitalarios.
- Prevención para trabajadores.
- De salidas terapéuticas
- De visitas.

### ➤ En Vivienda y Residencia

Se han respetado siempre las indicaciones dadas desde Salud Pública y el IMAS.

A lo largo del año 2022 las limitaciones han sido más restrictivas en el primer semestre.

Las visitas por parte de los familiares vuelven casi a la normalidad, aunque se ha intentado que fueran en espacio abiertos y ventilados, no era necesaria cita previa pero sí un aviso de la misma.

Se vuelven a permitir las salidas a casa de los familiares, no siendo necesaria PCR a la vuelta, pero sí control de síntomas.

En el caso de un ingreso hospitalario si era necesaria una PCR para volver a la Residencia/Vivienda.

Los usuarios de Atención Residencial cuando coincidían con otro recurso diferente si han tenido que llevar la mascarilla.

Las salidas de ocio vuelven a la rutina normal en horario de tarde y fines de semana.

Se reactivan los programas educativos para los usuarios de siendo un total de 4 personas las que vuelven a formación en el Instituto y los programas laborales con el SEF, haciendo cursos de: competencias básicas digitales, B1 Inglés, Auxiliar Administrativo (prácticas en residencia de Auxiliar Administrativo), iniciación Android y grabador de datos.

## 5. Formación de profesionales:

- Acto “Presentación de la guía jurídica básica- Más de 100 preguntas acerca de la Discapacidad”. Organizado por **Fundación La Caixa y Fundación Aequitas** en colaboración con el Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI) y la Fundación ONCE. En modalidad online (streaming).
- Charla “Prevención del suicidio en las etapas de la vida”: Actividad financiada por la **Consejería de la Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias, Política Social y Transparencia, por el Servicio Murciano de Salud y el Ayuntamiento**. Modalidad online.
- El profesional como modelo en la intervención con usuarios de vivienda tutelada.

**AFES Salud Mental Murcia y comarcas.** Modalidad presencial.

- Curso de “Planificación Centrada en la Persona”: en la modalidad online. Organizado por **El Instituto Superior de Estudios Sociales y Sociosanitarios**
- Curso de Primeros auxilios. Organizado por **AFES Salud Mental Murcia y comarcas.** Modalidad presencial.
- Curso y simulacro de emergencia y evacuación. Modalidad presencial. Organizado por la empresa **Índice, Formación y Consultoría.**
- Curso de manipulador de alimentos. Modalidad online. **Organizada Índice Formación y Consultoría.**
- Jornadas sobre empleo y discapacidad. Modalidad presencial. Organizadas por **Consejería de la Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias, Política Social y Transparencia, por el Servicio Murciano de Salud y el Ayuntamiento.**
- Jornadas formativas: modelos de vivienda, Atención Centrada en la Persona, figura asistente personal, proyectos y recursos de las Asociaciones. Organizadas desde el **CERMI.**
- Jornadas Salud Mental. Nuevos Escenarios. Recuperación a través del empleo. Organizadas desde el **CERMI.**
- **ECAM de trabajo:** Proyectos y justificaciones, Trabajo Social, Ocio y tiempo libre, Comunicación, Fondos Europeos, Centros Especiales de Empleo. Organizadas por la **Federación Salud Mental Región de Murcia.**

## 6. Relación con otras entidades:

- Gestión y Reuniones con otras Entidades: 34  
Se trabaja de forma coordinada con otras entidades, administración, Servicio Murciano de Salud y SS.SS para coordinar casos internos o futuros casos de usuarios

## 7. Actividades y Eventos Asociación:

- **Deportivos:**
  - o Liga Regional de fútbol sala Pro Salud Mental. FEAFES-Región de Murcia. Se retoma la Liga de Fútbol de Salud Mental organizada por la AMJE. De forma periódica se hacen encuentros deportivos entre las diferentes asociaciones.



- **De voluntariado:**

- o Ferias de voluntariado organizadas por la UCAM y la Universidad de Murcia.

- **Comunitarios:**

- o Participación en actividades organizadas por el ayuntamiento.
- o Mesa Participativa en el Ayto de Las Torres de Cotillas: **RED POR LA INCLUSIÓN SOCIAL**
- o Homenaje del partido popular a nuestra presidenta por toda una labor de dedicación, apoyo y engrandecimiento del buen nombre de las Torres de Cotillas.

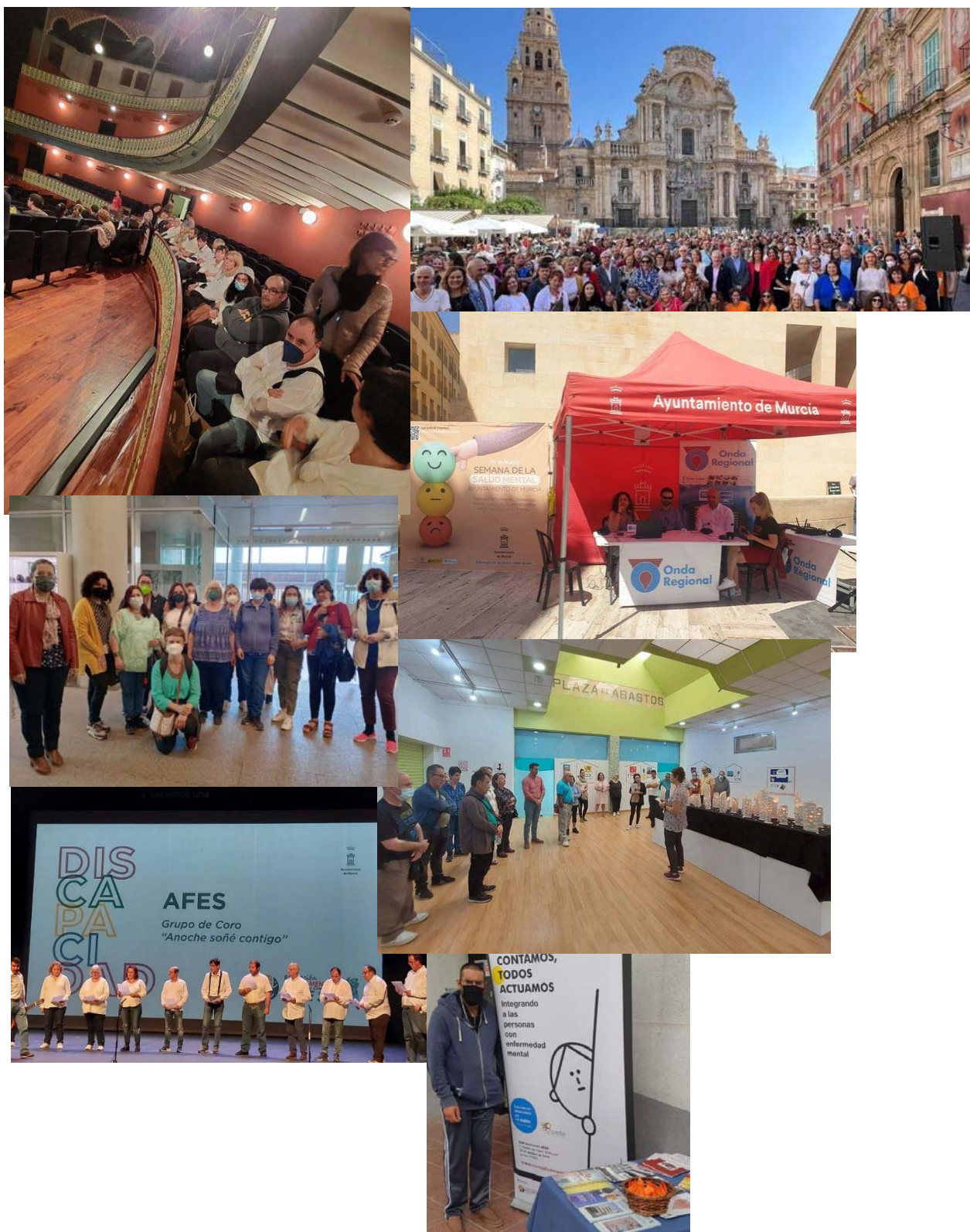


- **Sensibilización**

- Ferias:
  - o De Asociaciones y organizaciones sin ánimo de lucro en la Gran Vía de la ciudad organizadas por el Ayuntamiento.
  - o Por el Día Internacional de la Discapacidad en Gran Vía.
- Días Especiales:
  - o Celebración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad.
  - o Día Mundial de la Salud Mental: organización y participación en actos del Día Mundial de la Salud Mental. Lectura del manifiesto y colocación de mesas informativas para informar sobre el Día Mundial de la Salud Mental donde participan profesionales, usuarios y usuarias y voluntarios y voluntarias.

- Charlas de sensibilización:
  - Sobre salud mental en la Facultad de Psicología de la UMU.
  - Impartidas por diferentes profesionales del centro en diferentes entidades públicas y privadas: Facultad de Psicología, Instituto Juan Carlos I, Hospital Morales Meseguer, UCAM.
  
- Movilizaciones por la Salud Mental. Participación en la semana de la psicología y logopedia organizado por la Universidad de Murcia. Stand informativo desde nuestra Asociación.
  
- Exposición en el espacio 585m2 con motivo del Día Mundial de la Salud Mental: “Arte y expresión en Salud Mental”.
  
- Participación en eventos:
  - Gala/Entrega de premios por el Día de la Discapacidad en el Centro Social Universitario de Murcia (Espinardo).
  - Gala discapacidad en el Teatro Circo.
  - Participación en la semana Europea- con una entrevista a los psicólogos de Onda Regional.





- **Lúdicos:**

- o Viaje verano con el IMSERSO a Asturias del 26 de mayo al 2 de junio.



- o X Certamen de Cortos de Asociaciones de Salud Mental en la Filmoteca Regional.
- o Jornada lúdica y familiar en PupaClown

- **Reivindicativos:**

- o Reuniones Comité Pro Salud Mental en Primera Persona: algunas usuarias de nuestro centro participan en el Comité en Primera Persona para llegar a acuerdos en la defensa de sus derechos y mejoras de los servicios que perciben.

## 8. Asamblea de socios

### 8.1 Ordinaria

Celebrada el 23 de junio 2022 con los siguientes puntos a tratar:

- Lectura y aprobación, si procede, del Acta de la reunión anterior.
- Lectura y aprobación, si procede de las cuentas anuales del ejercicio 2021.
- Presentación de la memoria del año 2021.
- Aprobación de los presupuestos para el año 2022.
- Objetivos para el año 2022.
- Aprobación nuevos miembros de la Junta Directiva.
- Ruegos y preguntas.

## 8.2 Extraordinaria.

- Celebrada el 15 de diciembre 2022 con los siguientes puntos a tratar:
- Aprobación de la compra de un inmueble sito en Murcia para uso como vivienda tutelada.
- Modificación Art. 8 de nuestros estatutos.
- Renovación cargos Junta Directiva.

## 9. Subvenciones públicas

Nombre programa/proyecto	Origen
Programa de Intervención Familiar: Psicoeducación y Grupos de Ayuda Mutua.	Cofinanciado por la Consejería Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias, Política Social y transparencia. Convocatoria IRPF 2022. A través de Federación Salud Mental R.M.
Programa de Acompañamiento Integral a Personas con Problemas de Salud Mental.	Cofinanciado por la Consejería Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias, Política Social y transparencia. Convocatoria IRPF 2022. A través de Federación Salud Mental R.M.
Programa de inversión de equipamiento informático para la residencia.	Cofinanciado por la Consejería Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias, Política Social y transparencia. Convocatoria IRPF 2022. A través de Federación Salud Mental R.M.
Servicio acompañamiento integral (antiguo convenio educador social)	Financiado por el Ayuntamiento de Murcia. Concejalía de Salud y Transformación Digital.
Programa de Ocio y Tiempo Libre para Personas con Problemas de Salud Mental AFES	Cofinanciado por Consejería de Salud. Servicio Murciano de Salud a través de la Federación Salud Mental R.M.
Contratación Insertor Laboral. Programa de Inserción Laboral AFES.	Financiado por Programa Euroempleo Salud Mental. Cofinanciado por Fondos Europeos y Servicio Murciano de Salud.
Programa de Familias AFES	Cofinanciado por Programa de Información, Orientación y Asesoramiento a familias y/o programas de gestión para la promoción de la participación activa de las familias en el movimiento asociativo de la Consejería de Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias, Política Social y transparencia.
Programa de Ocio y Tiempo Libre para Personas con Problemas de Salud Mental AFES	Cofinanciado por el Ayuntamiento de Las Torres de Cotillas. Concejalía de Servicios Sociales.
Ayuda para Programas de Integración Laboral	Cofinanciado por el Programa de inclusión y corresponsabilidad social del Instituto Murciano de Acción Social (IMAS), dependiente de la Consejería Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias, Política Social y transparencia.
Proyecto para mejora de la empleabilidad AFES	Cofinanciado por el Ayuntamiento de Murcia. Servicio de Empleo.

## 10. Otras colaboraciones

- Concesión por parte de Acción Social Fundación la Caixa de una subvención para llevar a cabo el “Plan de eficiencia energética para la mejora de las instalaciones en la Residencia-hogar AFES”.
- Gracias a la colaboración de @vicepresidenciaregmurcia hemos renovado el equipamiento de nuestra residencia hogar en las Torres de Cotillas.

## 11. Datos de Afes en las redes:

A lo largo del año 2022 hemos obtenido en las redes sociales:



786 seguidores  
Instagram



990 seguidores  
Facebook



14.000  
visualizaciones  
youtube

65 seguidores  
Youtube



322  
seguidores  
twitter



336 visitas  
Blog