



# FAMÍLIA I SALUT MENTAL

MEMÒRIA



Associació **Família  
i Salut Mental** de  
Girona i Comarques

[WWW.FAMILIAISALUTMENTAL.CAT](http://WWW.FAMILIAISALUTMENTAL.CAT)

**2024**





# PRESENTACIÓ



Benvolgudes i benvolguts,

És per a mi un honor adreçar-me a vosaltres per primera vegada com a presidenta de l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques, funció que assumeixo amb orgull des de novembre de 2024. Vaig acceptar el càrrec amb compromís i responsabilitat, amb la ferma voluntat de seguir treballant per a les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies, tal com ho ha fet l'entitat al llarg dels seus més de 25 anys d'història.

Vull expressar el meu més profund agraïment a la Maria Combalia i als membres de la seva junta. La seva dedicació incansable ha estat fonamental per consolidar l'Associació i convertir-la en un referent al territori. Ha estat gràcies a la seva empena i visió que avui comptem amb una xarxa de suport sòlida, amb serveis d'atenció i programes que han ajudat centenars de famílies a conviure i afrontar els reptes de la salut mental. La seva tasca ha deixat una empremta inesborrable, i la nostra missió ara és consolidar i ampliar aquest llegat.

L'Associació ha crescut amb un objectiu clar: defensar els drets de les persones amb problemes de salut mental i oferir a les famílies els recursos i el suport necessari per fer front a les dificultats diàries. Avui som més de 300 famílies ateses i disposem d'una estructura de professionals que treballa amb rigor i proximitat. Tenim reptes per endavant, i la nova junta els assumeix amb determinació.

Gràcies a totes les persones que han fet i fan possible aquest projecte. Junts, continuarem construint una societat més justa i inclusiva per a tothom.

Dora Santamaria i Colomer

Presidenta

Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques

# L'ASSOCIACIÓ

## PROP DE 700 FAMÍLIES ATESES

L'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques és una entitat sense ànim de lucre creada a l'any 1998 per un grup de famílies de persones que tenien algun tipus de problema de salut mental. Volien crear una plataforma que actués per vetllar pels drets d'aquestes persones i les seves famílies i que lluités per cobrir les seves necessitats. Al llarg d'aquests 25 anys d'història, l'associació ha atès més de 700 famílies. Avui dia, l'entitat dona servei a més de 300 famílies i el seu àmbit territorial és Girona i les seves comarques.

## OBJECTIUS

- Donar suport, informar i assessorar les famílies de persones amb problemes de salut mental, oferint-los orientació i acompanyament.
- Millorar la qualitat de vida de les persones amb trastorn mental i la de les seves famílies mitjançant els diferents recursos de l'entitat.
- Impulsar la creació de programes i serveis específics que proporcionin suport i garanties de futur per a les famílies i les persones afectades.
- Sensibilitzar la societat sobre la salut mental i combatre l'estigma, promovent una mirada respectuosa i inclusiva.
- Fomentar la inserció laboral de les persones amb problemes de salut mental, col·laborant en projectes que afavoreixin la seva autonomia i integració.
- Participar activament en iniciatives del sector sanitari i social que millorin la qualitat de vida del col·lectiu i garanteixin els seus drets, amb un enfocament inclusiu i comunitari.





# L'ASSOCIACIÓ

## ÀREES DE TREBALL

### Àrea familiar:

- Seguiment familiar
- Grups d'Ajuda Mútua
- Escola de famílies
- Servei d'atenció psicològica
- Serveis jurídics

### Àrea sociocomunitària

- Espai Àgora
- Clubs socials
- Respirs Familiars

### Àrea comunicació

- Xerrades
- Accions de sensibilització

## JUNTA DIRECTIVA

**Presidenta:** Teodora Santamaria Colomer

**Secretaria:** Càndida Terradas Comas

**Tresorer:** Josep Maria Solé Chavero

### Vocals:

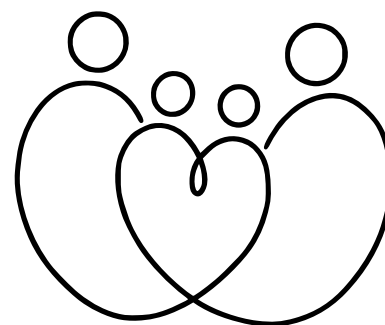
Maria Germà Martí

Núria Martínez Barderi

Esther López Nogué

Joaquín Serrano Herrera

## EN XIFRES

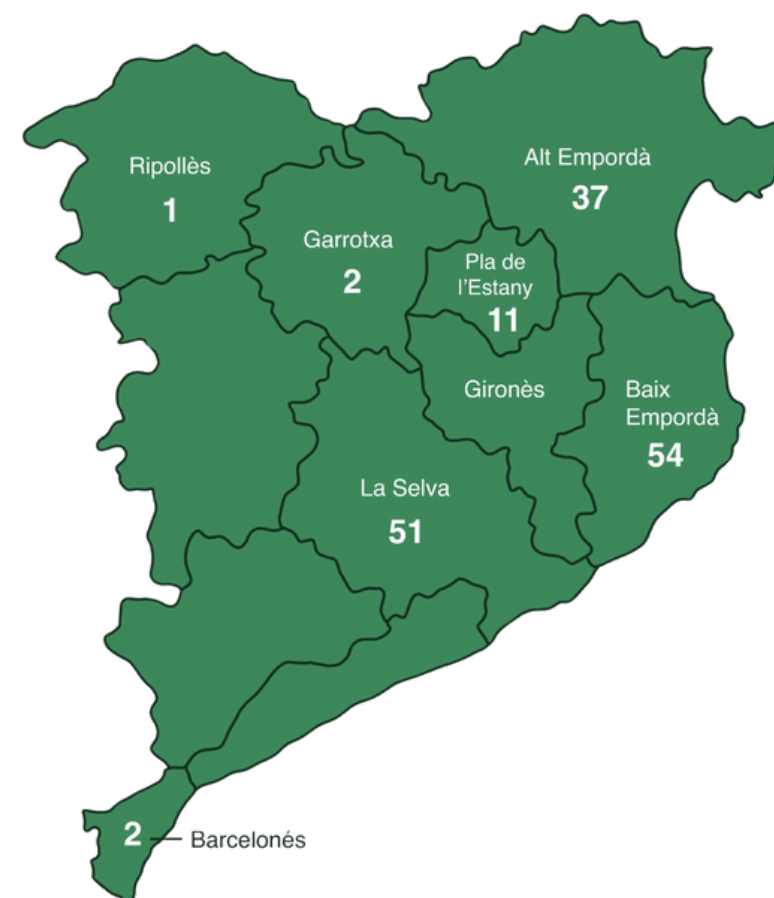


**680 famílies ateses**, a 31 de desembre de 2024 i des de la constitució de l'entitat.

**259 famílies associades.**

Altes: 25

Baixes: 30

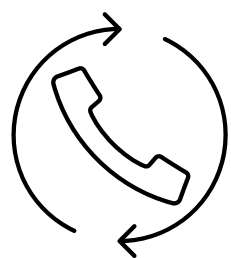




# L'ÀREA FAMILIAR

El Servei d'Atenció a Famílies (SAF) és un espai d'acollida, informació, atenció, orientació, assessorament i suport, adreçat a les famílies. Treballa de manera coordinada amb la resta de serveis de l'entitat i amb els recursos de la xarxa sanitària i social del territori.

## ATENCIÓ



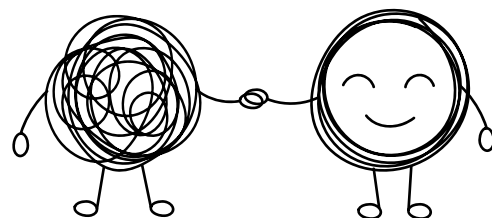
116 consultes telefòniques



4 assessoraments telemàtics



18 visites presencials



2 persones ateses al Servei d'Atenció Psicològica.

## GRUPS D'AJUDA MÚTUA

Espais d'autosuport continuat adreçats a persones que han viscut o viuen una experiència de patiment psicològic. La participació és voluntària i té com a objectius oferir suport mutu, fomentar l'empoderament, combatre l'estigma i refer o enfortir la xarxa de relacions socials.

Els familiars hi comparteixen vivències, inquietuds i preocupacions, exposant una realitat pròpia que, alhora, és compartida per moltes altres famílies.



**Girona** | 10 sessions  
**Figueres** | 8 sessions  
**Palafruguell** | 9 sessions  
**Banyoles** | 2 sessions



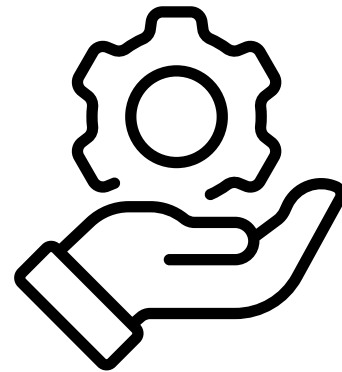




# ÀREA SOCIOCOMUNITÀRIA

## ELS CLUBS SOCIALS

Els clubs socials són una estructura de suport social. Tenen com a missió contribuir a que les persones amb un problema de salut mental utilitzin les activitats de lleure per assolir hàbits de salut, independència, autonomia i participació en i amb la comunitat. També certes habilitats. Els clubs socials tenen una funció rehabilitadora i d'inclusió social. S'hi realitza un programa grupal d'activitats i tallers amb seguiment individualitzat, on la persona és la protagonista en decidir l'ocupació del seu temps.



2024 | 153 persones usuàries

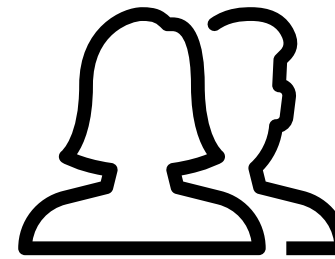
L'any 2004, la SGAE va col·laborar amb l'entitat proporcionant professionals per a diversos tallers musicals i de ràdio. A Blanes, en el marc del programa Menjant-nos el tarro, es va dur a terme un taller de ràdio a càrrec del director i guionista Xavi Berraondo. A Girona, la cantant Yolanda Pereira, del grup Amistades Peligrosas, va dirigir un taller musical, i a Palafrugell, la també cantant Nerea Bruixa va impartir-ne un altre. A més, durant el concert de Nadal de l'Associació vam comptar amb l'actuació de Johnny Big Stone, que va posar el punt final a aquesta sèrie d'activitats culturals.





# ÀREA SOCIOCOMUNITÀRIA

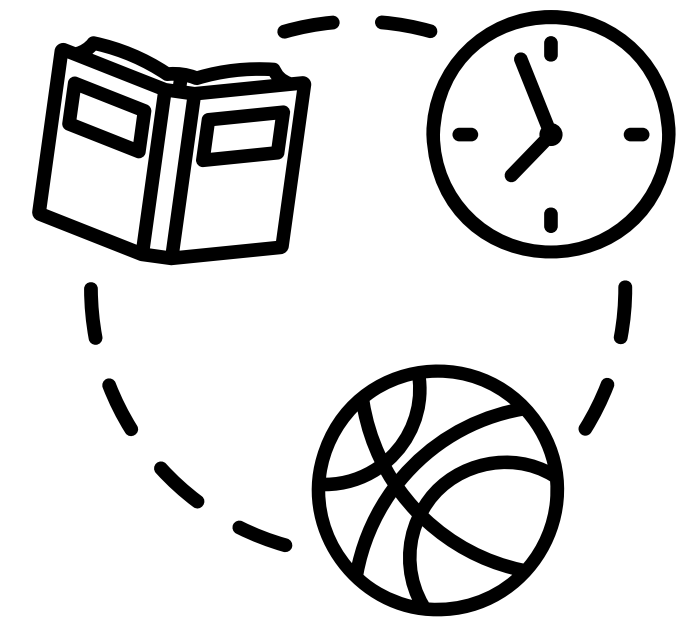
ELS CLUBS SOCIALS | EL CERCLE, DE GIRONA



2024 | 49 homes i 14 dones

## Activitats setmanals i mitjana d'assistència

- Activitats autogestionades: 6 | Activitats puntuals: 8
- Assemblea: 10 | Cuina: 8
- Dibuix: 8 | Dissabtes: 9
- Esport: 6 | Informàtica: 6
- Karaoke: 6 | Manualitats: 7
- Memòria: 7 | Oci: 8
- Piscina: 5 | Psicologia: 7
- Sessió activitat física: 5 | Taller de cant: 3
- Teatre: 10 | Tennis: 6
- Videofòrum: 7 | Videojocs: 7
- Visites culturals: 6

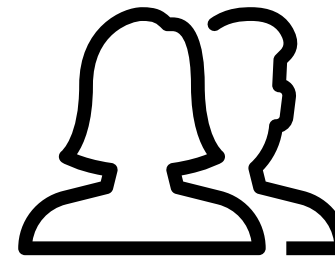






# ÀREA SOCIOCOMUNITÀRIA

ELS CLUBS SOCIALS | PALAFRUGELL



2024 | 16 homes i 13 dones

## Activitats setmanals i mitjana d'assistència

- Activitats puntuals: 8 | Activitat de dissabte: 8
- Circ: 8 | Assemblea: 8
- Jocs d'oci: 9 | Manualitats: 3
- Piscina: 7 | Informàtica: 11
- Psicologia: 9 | Tarda de cinema: 8
- Xocolatada: 8

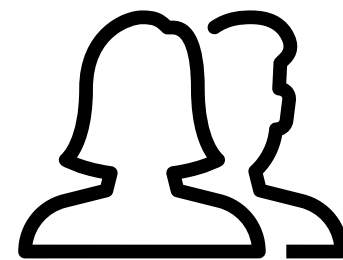






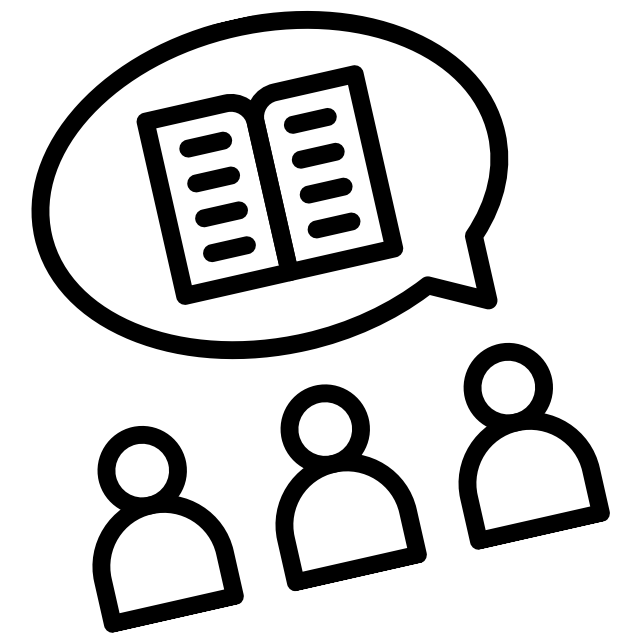
# ÀREA SOCIOCOMUNITÀRIA

ELS CLUBS SOCIALS | BLANES



2024 | 20 dones i 17 homes

**Activitats setmanals i mitjana d'assistència**



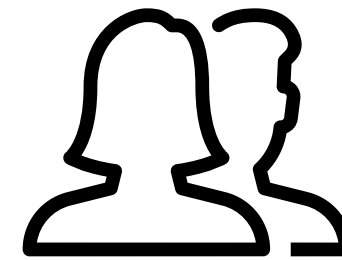
- Activitats puntuals: 10 | Activitat a Santa Coloma: 4
- Activitat autoorganitzada: 4 | Activitats amb SRC Maresme: 5.
- Activitats estiu (platja i toc, Bàdminton i petanca, Relaxació i musicoteràpia): 6
- Activitats culturals: 9 | Activitats esportives: 6
- Art i manualitats: 7 | Assemblea associació: 9
- Club de lectura: 13 | Cuina interna: 7
- El Nostre Espa: 4, programa obert i flexible d'habilitats emocionals i socials.
- Espai Àgora: 10
- Estico: 7 | Informàtica: 4
- Mou-te: 5 | Ràdio : 4
- Sortides dissabtes: 6 | Toc i passeig: 13
- Videofòrum: 6





# ÀREA SOCIOCOMUNITÀRIA

ELS CLUBS SOCIALS | FIGUERES



2024 | 15 homes i 9 dones

**Activitats setmanals i mitjana d'assistència**

- Activitats lúdiques dissabte: 9 | Activitats de Nadal: 9
- Activitats puntuals: 8 | Anglès: 7
- Assemblea genera: 8 | aminada: 3
- Català: 7 | Club de lectura: 8
- Club de lectura taverna libreria: 9 | Colloqui cultural: 7
- Consell de participació: 12 | Costura: 4
- Cuina: 8 | El toc: 6
- Estimulació cognitiva: 7 | Francès: 6
- Grup de treball: 10 | Informàtica: 9
- Jocs de taula: 6 | Manualitat dia de la dona: 5
- Manualitats: 7 | Musicoteràpia: 7
- Piscina: 5 | Sortides cap de setmana: 7
- Sortides entre setmana: 7 | Taller psicologia: 6
- Taller relaxació: 1 | Videofòrum : 7





# ÀREA SOCIOCOMUNITÀRIA

## ELS RESPIRS FAMILIARS

Molt sovint, els vincles familiars amb un membre que pateix un problema de salut mental es veuen sobrecarregats pel grau de dependència que es genera dins del nucli familiar. Per tal de donar resposta a les necessitats de les persones afectades, així com dels seus familiars i cuidadors, la nostra entitat organitza anualment els Respirs familiars. Aquestes estades vacacionals ofereixen a les persones usuàries l'oportunitat de gaudir del seu temps lliure en un entorn integrador i normalitzador, sempre amb l'objectiu de fomentar la seva autonomia i proporcionar moments d'entreteniment.

Durant l'any 2024, s'han organitzat 5 Respirs familiars, amb la participació de 49 persones. Els destins escollits: Barbastro, Barcelona, Almeria-Mojácar, la Selva del Camp i Setcases.





# ÀREA SOCIOCOMUNITÀRIA

## L'ESPAI ÀGORA



L'Espai Àgora és un projecte de l'entitat dirigit exclusivament a persones amb problemes de salut mental. En aquest espai, les persones participants poden tractar temes relacionats amb la vida diària, sense la presència dels familiars, amb l'objectiu d'ajudar-les a resoldre situacions quotidianes que els poden generar dificultats. L'Espai Àgora busca proporcionar eines pràctiques i emocionals que afavoreixin el benestar i la seva autonomia, oferint un suport individualitzat per millorar la seva qualitat de vida i facilitar-los l'adaptació als reptes del dia a dia.

L'any 2024 s'ha dut a terme una sessió sobre sexualitat, afectivitat i assetjament sexual, a la qual hi van assistir 25 persones.



# SENSIBILITZACIÓ I DIVULGACIÓ

Un dels objectius fundacionals de l'entitat ha estat la lluita contra l'estigma social de la malaltia mental, i en aquest marc, l'associació ha organitzat des de la seva creació centenars xerrades divulgatives obertes a tothom. En aquest àmbit d'activitat destaquen les campanyes anuals commemoratives del Dia Mundial de la Salut Mental i la participació en les iniciatives ciutadanes de tota la demarcació gironina.

1.264 Persones beneficiades  
38 actuacions



07/02/2024 – Figueres, Fundació Salut Empordà (FSE)  
Acte: Organitzat per la Taula Social de Figueres per la Salut Mental.  
Ponents: Imma Rius (psicòloga del CSMA de l'Alt Empordà) i Sylvia Miàs (psicòloga de referent de benestar emocional i comunitari de l'ABS L'Escala).  
Assistents: 10 persones.

29/02/2024 – Figueres, FSE  
Acte: Salut mental en l'adolescència.  
Ponents: Teresa Busquets i Gemma Jordi (psicòlogues del CSMIJ de l'Alt Empordà) i Nuria Roig (pediatra de la FSE i impulsora de l'estudi sobre "Detecció i atenció precoç de trastorns mentals" a la consulta de Pediatria).  
Assistents: 22 persones.

27/04/2024 – Palafrugell, Pati de Can Genís  
Acte: Com millorar l'autoestima.  
Ponent: Raul Bermudo (psicòleg del Club Social de Palafrugell).  
Assistents: 24 persones.

08/10/2024 – Figueres, Servei Rehabilitació Comunitària Figueres  
Acte: Presentació del club social.  
Assistents: 10 persones.

Dia Mundial de la Salut Mental

05/10/2024 – Girona, Centre Cívic Sant Narcís  
Acte: Obra de teatre "Desmelénate" (Usuaris del Club Social "El Cercle").  
Director: David Estany.  
Assistents: 70 persones.

05/10/2024 – Girona, Centre Cívic Sant Narcís  
Acte: Actuació dels usuaris del Club Social de Palafrugell.  
Assistents: 70 persones.

08/10/2024 – Palafrugell, Can Genís  
Acte: Cuidem la salut mental a la feina (Presentació prelaboral Platja d'Aro/Palafrugell).  
Ponent: Mònica Mutós (Cap d'àrea social Fundació Drissa).  
Assistents: 25 persones.

08/10/2024 – Palafrugell, Can Genís  
Acte: Exposició "Fem pinya pel nostre benestar" (Usuaris del Club Social de Palafrugell).  
Assistents: 25 persones.



# SENSIBILITZACIÓ I DIVULGACIÓ

10/10/2024 – Figueres, La Cate

Acte: Videofòrum “Ballant la Locura” (Dirigit a alumnes de secundària).

Assistents: 236 persones.

10/10/2024 – Girona, Generalitat de Catalunya.

Acte: Lectura del Manifest.

Presidents: Jaume Heredia (director del CatSalut a Girona) i Helga Nuell (directora dels Serveis Territorials i Inclusió).

Assistents: 10 persones.

11/10/2024 – Figueres, La Cate

Acte: Taula Rodona sobre “Salut Mental: passat, present i nous paradigmes de la salut mental”.

Ponents: Antonio Cao de Jesús (psicòleg de l'SRC de l'Alt Empordà) i Alícia Baltasar (doctora en Salut i Qualitat de Vida, professora de la Facultat d'Infermeria).

Assistents: 76 persones.

11/10/2024 – Figueres, La Cate

Acte: Taula Rodona sobre “La Salut Mental a l'adolescència: una responsabilitat col·lectiva”.

Ponents: Olga Roig (directora Equip Atenció Psicològica, Departament d'Ensenyament), Alícia Rubio (infermera Programa Salut i Escola, Departament de Salut), Teresa Busquets (psicòloga CSMIJ).

Assistents: 76 persones.

11/10/2024 – Figueres, La Cate

Acte: Ponència i Debat sobre “Radiografia: La situació de la salut mental en el jovent català” (Consell Nacional de la Joventut de Catalunya).

Ponents: Carla Andreu Pujades (CNJC), Anna Amer (tècnica de joventut de Figueres), Mai Oltra (Influencer, Salut Mental i Xarxes), Xavier Aldámiz-Echevarría (docent IES Muntaner, llicenciat en psicologia).

Assistents: 76 persones.

11/10/2024 – Figueres, La Cate

Acte: Ponència sobre “El cervell de l'adolescent”.

Ponent: David Bueno (doctor en Biologia i professor de Genètica a la Universitat de Barcelona).

Assistents: 151 persones.

11/10/2024 – Figueres, La Cate

Acte: Presentació de la Guia d'Entitats de Figueres.

Ponent: Xavier López (RBEC Figueres).

Assistents: 76 persones.

15/10/2024 – Figueres, Fundació Salut Empordà (Hospital de Figueres)

Acte: Xerrada per als professionals FSE.

Ponent: Elsa Quiñonero (psicòloga equip de salut mental del CSMA de l'Alt Empordà).

Assistents: 19 persones.

17/10/2024 – Banyoles, La Cúpula

Acte: Cuidem la salut mental a la feina (Presentació prelaboral).

Ponent: Mònica Mutós (cap d'Àrea Social de Fundació Drissa).

Assistents: 8 persones.

30/10/2024 – Blanes, Biblioteca Comarcal de Blanes

Acte: Cuidem la salut mental a la feina (Presentació prelaboral Blanes).

Ponent: Mònica Mutós (cap d'àrea social Fundació Drissa).

Assistents: 18 persones.

30/10/2024 – 23/11/2024 – Blanes, Biblioteca Comarcal de Blanes

Acte: Exposició “Donem la cara per la salut mental” (Usuaris del Club Social de Blanes).

Assistents: 18 persones.



# SENSIBILITZACIÓ I DIVULGACIÓ

07/02/2024 – 22/03/2024 – Figueres, Hospital de Figueres  
Acte: Exposició "Art i Salut Mental" (obra realitzada per Pedro Halac).

22/02/2024 – Figueres, FSE (Hospital de Figueres)  
Acte: Taller de resiliència creativa sobre l'obra de Pedro Halac.  
Ponent: Ariel Halac (germà de l'artista).  
Assistents: 15 persones.

16/03/2024 – Girona, GEIEG de Palau  
Acte: Barbacoa.  
Assistents: 51 persones.

23/04/2024 – Dia de Sant Jordi  
Acte: Parades dels diferents clubs socials de Girona, Figueres, Palafrugell i Blanes.  
26/04 – 28/04/2024 – Palafrugell, El Pati de Sant Genís  
Acte: Exposició "Flors i Violes" (Títol: El jardí de la Barbie).

11/05 – 19/05/2024 – Girona, Espai Marfà  
Acte: Temps de Flors Girona (Títol: Renéixer: Un Homenatge Floral a la Resiliència).

25/05/2024 – Figueres  
Acte: Posa't a la meua pell. Jornades matinals de sensibilització i inclusió de les discapacitats.

29/05/2024 – Girona, Hotel d'Entitats  
Acte: Assemblea General Ordinària.  
Assistents: 13 persones.

23/09/2024 – Girona, Hotel d'Entitats  
Acte: Assemblea General Extraordinària.  
Assistents: 56 persones.

26/09/2024 – Participació al Camp d'Innovació en Salut Comunitària a les Comarques Gironines.  
Organització: Mecanisme de Descoberta d'Oportunitats de l'estratègia RIS3CAT2023.

17/11/2024 – Blanes, Sortida Plaça de la Sardana  
Acte: Cursa de Blanes (Part de la inscripció va destinada als afectats per les inundacions del DANA).  
Assistents: 85 persones.

18/11/2024 – Girona  
Acte: Assemblea General Extraordinària.  
Assistents: 48 persones.  
28/11/2024 – Palafrugell  
Acte: Fira d'entitats i voluntariat.  
14/12/2024 – Girona  
Acte: Esmorzar i Concert de Nadal.  
Assistents: 79 persones.





# MEMÒRIA 2024 GRACIES!



Amb agraïment pel suport rebut aquest 2024



Escola Sant Jordi,  
de Sant Jordi Desvalls

