



**FEAFES PALENCIA**  
SALUD MENTAL

# **FEAFES PALENCIA**

## **MEMORIA 2014**



## 1. IDENTIFICACIÓN DE LA ENTIDAD:

*Denominación:* Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental, FEAFES Palencia.

*Domicilio social:* C/ Asterio Mañanós nº 6, Bajo

*Municipio:* Palencia

*Código Postal:* 34005                      *Provincia:* Palencia

*Teléfono:* 979746342                      *Fax:* 979746342

*E-mail:* [palencia@feafescyl.org](mailto:palencia@feafescyl.org) y [feafespalencia@hotmail.com](mailto:feafespalencia@hotmail.com)

*Régimen jurídico:* Ley 191/1964, de 24 de Diciembre, de Asociaciones. La entidad tiene la configuración jurídica de Asociación, al amparo en lo prevenido en el artículo 22 de la Constitución Española, en la Ley Orgánica 1/2002, de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación y las demás disposiciones legales aplicables.

*Registro de Asociaciones:* Registro de Entidades, Servicios y Centros de Carácter Social de Castilla y León

*Número de inscripción:* 34.0108E

*Fecha de inscripción:* 19 de diciembre de 1990

*CIF:* G-34121046

### *Misión:*

La misión de la Asociación consiste en la mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y de sus familias, la defensa de sus derechos y la representación del movimiento asociativo FEAFES.

### *Principios y valores:*

La Asociación comparte la misión, los principios y los valores que postula la Federación FEAFES CyL de la que forma parte, y por tanto:

La Asociación basa su actuación en los principios de consideración de la persona con enfermedad mental como sujeto de derechos y deberes, en plena igualdad con los demás, la importancia de las familias, la calidad en la actuación de las organizaciones y el interés por la globalidad del colectivo de personas con enfermedad mental.

Los valores que la Asociación defiende son: solidaridad entre sus miembros, democracia interna, transparencia en su actuación y gestión, justicia y equidad.



*Fines:*

- 1.- Defender la dignidad de las personas con enfermedad mental y sus familiares, y los derechos que otorga la Constitución Española, el Estatuto de Autonomía de Castilla y León y las leyes a todos los ciudadanos sin distinción.
- 2.- Exhortar a los poderes públicos la remoción de cuantos obstáculos impidan o dificulten la plenitud de los mismos y la realización de una política coherente y efectiva de prevención, educación, tratamiento, rehabilitación, asistencia e integración de dichas personas.
- 3.- Prestar directamente, o mediante su participación en otras entidades, todo tipo de atenciones y servicios que precisen las personas con enfermedad mental y sus familias, en el ámbito territorial de su competencia.
- 4.- Divulgar y formar conciencia colectiva para que la sociedad respete la participación de las personas con enfermedad mental y sus familias en todos los ámbitos de la vida social.
- 5.- Y además, los fines que contemplan los Estatutos de la Federación FEAFES CyL a la que pertenece.

**2. NÚMERO DE SOCIOS/AS:**

*Número total de socios/as:* 156

*Número de personas físicas asociadas:* 156

*Número y naturaleza de las personas jurídicas asociadas:* 0

**3. ACTIVIDADES DESARROLLADAS Y SERVICIOS PRESTADOS:**

*A.1) Relación, características y descripción de cada actividad y/o servicio:*

**1º. SERVICIO DE PROMOCIÓN A LA AUTONOMÍA PERSONAL (SEPAP)**

- **OBJETIVO:**

- Promocionar las Actividades de la Asociación sita en la C/ Asterio Mañanós nº 6, y hacer frente a los gastos que conlleva, personales y materiales; Proporcionando unos servicios integrales, de calidad y eficaces, así como promocionar la Asociación y sus miembros integrantes. Se trata de una prestación de servicios y atención directa a personas con enfermedad mental, familiares y cualquier otra persona interesada.

- 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 actividades básicas de la vida diaria, apoyando también el papel de las familias y/o personas cuidadoras.
- Prevenir situaciones de dependencia y mejorar las capacidades individuales (habilidades personales y sociales).
- Facilitar la autonomía personal para favorecer la participación y desarrollo de las personas con discapacidad en el entorno familiar y comunitario.
- Garantizar a las personas con discapacidad la igualdad de oportunidades y la máxima integración dentro de los servicios ordinarios para todos los ciudadanos.

- **ACTIVIDADES:**

- Búsqueda de los recursos necesarios para prestar un mejor servicio a las personas con enfermedad mental y sus familiares.
- Punto de asesoramiento e información.
- Apoyo a la gestión de los proyectos y servicios y coordinación y formación de recursos humanos.
- Coordinación con otras entidades públicas y privadas relacionadas con Salud Mental.
- Mantenimiento e incremento de la base asociativa.
- Desarrollo de buenas prácticas e implantación de sistemas de gestión de calidad.
- Actividades de sensibilización comunitaria.

I. **ÁREA: ESTIMULACIÓN COGNITIVA:**

- Tratamiento terapéutico que, por medio de técnicas adecuadas, tiene por finalidad mantener, mejorar o recuperar el funcionamiento de alguna o algunas de las capacidades, cognitivas superiores, de las capacidades funcionales, la conducta y/o la afectividad.
- Las actuaciones, se han orientado a retrasar, y a ser posible minorar, el deterioro cognitivo, para mantener las habilidades psicosociales necesarias en las actividades de la vida diaria y toma de decisiones.
- Se han realizado actuaciones, individuales o en grupo, de estimulación de la memoria, concentración y reducción de la fatiga, atención, razonamiento, abstracción, orientación, lenguaje, funciones ejecutivas, cálculo, lecto-escritura, intervenciones sobre las afasias, etc.



- Las actuaciones han incluido también información, asesoramiento y apoyo a las familias y/o personas cuidadoras.

## II. ÁREA: HABILITACIÓN PSICOSOCIAL:

- Conjunto de actuaciones encaminadas a prestar apoyos, transitorios o permanentes, a fin de mejorar las posibilidades de mantener en el entorno familiar y social en las condiciones más normalizadas e independientes que sea posible.
- Se han realizado actuaciones individuales o en grupo, encaminadas a:
  - Entrenar en habilidades personales y sociales.
  - Crear estrategias psicoeducativas.
  - Desarrollar redes sociales y de apoyo en las que participe la familia (escuela de familias, ayuda mutua, y información, asesoramiento y apoyo a las familias y/o personas cuidadoras).
  - Realizar actividades estructuradas de ocupación del tiempo libre.
  - Apoyar la inserción laboral.
- La ejecución de dichas actuaciones se ha realizado mediante:
  - La evaluación funcional de las habilidades de la persona usuaria en relación con las exigencias de su entorno.
  - El entrenamiento en las habilidades necesarias.
  - El seguimiento del usuario en los diferentes ambientes de su entorno.
  - El fomento de la ciudadanía, la participación activa en la comunidad, y en los recursos culturales, deportivos y de ocio.
  - La implicación del usuario y sus familias.

### - **BENEFICIARIOS**

En este Servicio, se distinguen claramente dos tipos de perfiles, por una parte, acuden personas con enfermedad mental, con edades comprendidas entre los 25 y los 35 años, mayoritariamente hombres; Por otra parte acuden familiares de personas con enfermedad mental, con edades comprendidas entre los 45 y los 65 años, mayoritariamente mujeres.

Así mismo, en un menor porcentaje, atendemos a otras Entidades, tanto sanitarias como sociales en busca de algún tipo de información concreta y a población en general y personas sensibilizadas con la problemática.

En el año 2014 hemos atendido 915 consultas en este Servicio.

Consultas más frecuentes:

- Dudas acerca de las enfermedades mentales, causas, diagnóstico, tratamientos....
- Dudas sobre recursos para Personas con Enfermedad Mental: Centros especializados, viviendas apoyadas....
- Dudas sobre ayudas, prestaciones, pensiones, para Personas con Enfermedad Mental.
- Información sobre la Asociación y todos los Programas que se llevan a cabo.

Dentro de las áreas de Estimulación Cognitiva y Rehabilitación Psicosocial durante el año 2014, se beneficiaron 40 personas con discapacidad por enfermedad mental.

## **2º- PROGRAMA DE APOYO A FAMILIAS**

### **- OBJETIVOS:**

- Ofrecer a las familias y/o cuidadores principales un conjunto de actuaciones de información, formación, asesoramiento y apoyo para mejorar su capacidad de manejo de la enfermedad mental, contribuyendo con ello a promover la autonomía personal de las personas con enfermedad mental y contribuir a mejorar su calidad de vida.
- Concienciar a las familias de su papel como agentes de cambio, rehabilitación y normalización de las personas con enfermedad mental.
- Contribuir a la comprensión de las familias de los aspectos relacionados con las enfermedades mentales.
- Mejorar las habilidades de los familiares para afrontar el estrés y los problemas. Modificar los estilos de afrontamiento no eficaces, reduciéndose así el impacto de los acontecimientos y el nivel de estrés familiar, y mejorando la capacidad de solución de problemas.
- Mejorar la comunicación y el clima intrafamiliar.
- Crear una alianza de trabajo productiva para la rehabilitación del usuario, entre las familias y los profesionales.
- Favorecer el incremento de la red social de la familia, promocionando el asociacionismo y los grupos de ayuda mutua.
- Prevenir situaciones de crisis personal y/o familiar, evitando el deterioro familiar y favoreciendo la permanencia en su entorno.
- El objeto específico del servicio de atención psicológica incluido dentro de este programa es ofrecer orientación psicológica tanto a las personas que padecen enfermedad mental como a sus familiares o allegados, con el fin de ofrecer apoyo y facilitar el abordaje de la enfermedad y las complicaciones emocionales



y conductuales generadas por ésta.

- **ACTIVIDADES:**

I. INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y FORMACIÓN.

- Información sobre enfermedad mental, grave o prolongada, causas, diagnóstico, tratamientos....
- Orientación sobre recursos para Personas con Enfermedad Mental: Centros especializados, viviendas apoyadas....
- Información y gestión de ayudas, prestaciones, pensiones, para Personas con Enfermedad Mental.
- Atención directa de demandas y solicitudes.
- Información sobre la Asociación y todos los Programas que se llevan a cabo.

II. APOYO ESPECIALIZADO

- Evaluaciones terapéuticas
- Entrevista personal, aplicación de cuestionarios, inventarios y escalas
- Análisis funcional de los casos
- Intervención terapéutica
- Terapia cognitiva : Técnicas
- Técnicas del control de la activación
- Entrenamiento en habilidades sociales
- Técnicas de modificación de conducta
- Técnicas de resolución de problemas
- Psicoeducación: afectivo-sexual, tóxicos, enfermedad y medicación.

III. RESPIRO FAMILIAR.

- Salidas lúdico-culturales por la capital Palentina

IV. ATENCIÓN PSICOLÓGICA INDIVIDUALIZADA

- Atención directa por parte de la psicóloga a todos los familiares que lo soliciten el servicio.
- Atención directa por parte de la psicóloga a todos los usuarios que soliciten el servicio.
- Se llevan a cabo sesiones familiares para identificar dificultades y conflictos

dentro de la unidad familiar, ya sea causados por la enfermedad o bien por otros factores o situaciones preexistentes. Se presentan y se practican las técnicas de solución de conflictos y problemas y se desarrollan habilidades saludables de comunicación a través de ejercicios específicos.

- **BENEFICIARIOS**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 64 familiares o allegados de personas con enfermedad mental.

<b>3º- PROGRAMA DE APOYO PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL EN VIVIENDAS</b>
--

- **OBJETIVOS:**

- Dentro de este servicio se persigue el objetivo de facilitar un sistema de alojamiento alternativo al medio familiar, a personas con discapacidad que por razón de su enfermedad mental, presentan algunas dificultades para cubrir autónomamente sus necesidades de alojamiento y soporte, porque no disponen de medios, no tienen familia o esta no puede atenderles.
- Maximizar la autonomía personal y social de cada usuario.
- Promover y potenciar la integración comunitaria, apoyando su funcionamiento social.
- Evitar procesos de deterioro, abandono y exclusión social.
- Crear o reforzar los lazos afectivos y la estabilidad emocional incrementando la cohesión de grupo, apoyo mutuo y solidaridad a través de la convivencia.
- Mejorar las relaciones interpersonales estableciendo relaciones significativas en la comunidad.
- Apoyar a las familias, mejorando sus capacidades y recursos y promoviendo la mejora en su calidad de vida.

- **ACTIVIDADES:**

I. ALOJAMIENTO

- Una vivienda alquilada, situada en la [REDACTED] cuenta con 128 m<sup>2</sup> construidos y 118 m<sup>2</sup> útiles, distribuidos en cuatro habitaciones, cocina con terraza, salón y dos cuartos de baño.
- Una vivienda cedida por el Excmo. Ayuntamiento de Palencia, situada en [REDACTED], cuenta con 136 m<sup>2</sup> construidos y 100 m<sup>2</sup>



útiles distribuidos en cuatro habitaciones, cocina con terraza, salón con terraza y dos cuartos de baño.

## II. APOYO A LA INTEGRACIÓN SOCIAL Y AUTONOMÍA PERSONAL

- Programa de acceso y adaptación de la vivienda.
- Programa de autocuidado y actividades básicas:
  - Aseo personal, vestido y cuidado de la propia imagen.
  - Psicoeducación y Educación para la salud.
  - Adherencia a la medicación.
  - Hábitos de vida saludable.
- Programa de autonomía doméstica y actividades instrumentales: Su objetivo es organizar un estilo de vida y convivencia lo más normalizado posible con la implicación y participación activa de los residentes en el funcionamiento del piso, siempre bajo la supervisión y el apoyo del personal.
- Conforme al nivel de autonomía de cada usuario se ha organizado el manejo del dinero, las tareas de limpieza y cuidado de las habitaciones, así como de la ropa y demás pertenencias. Se han establecido turnos de colaboración para la limpieza de espacios comunes, realización de compras, lavado de ropa, etc...
- Programa de preparación para la convivencia:
  - Habilidades de convivencia y resolución de conflictos.
  - Tutorías individuales y reuniones grupales.
  - Intervención en situación de crisis
- Programa de soporte y apoyo social:
  - Actividades de ocio y tiempo libre.
  - Apoyo en la realización de trámites y gestiones burocráticas.
  - Apoyo y aseguramiento de la asistencia a citas médicas.
  - Seguimiento de la integración en la comunidad y apoyo para la utilización de recursos.
  - Seguimiento de la actividad rehabilitadora, formativa, ocupacional o laboral desempeñada.
- Programa de intervención familiar:
  - Información y asesoramiento familiar
  - Promoción de las redes informales de apoyo
- Programa de mejora continua de la calidad de los servicios dispensados
- Se ha realizado una evaluación funcional de cada residente tras su ingreso que ha incluido las siguientes áreas: autocuidado, salud, relaciones sociales y

familiares, autonomía económica y capacitación, autonomía doméstica, convivencia en integración social, ocio y tiempo libre.

- Se ha diseñado un Plan de Atención Individual, de manera coordinada con todos los dispositivos de referencia para el tratamiento y seguimiento clínico de cada persona, así como aquellos de carácter rehabilitador, ocupacional o laboral en los que pueda participar.
- En el diseño del Plan de Atención Individual han intervenido los propios usuarios aportando sus demandas y expectativas en relación con el proyecto de vida que desean desarrollar y los apoyos que precisan para ello.

- **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 11 personas con discapacidad por enfermedad mental y 11 familias y/o allegados de personas con discapacidad por enfermedad mental.

**4º- PROGRAMA DE ATENCIÓN DOMICILIARIA (SADEM)**

- **OBJETIVOS:**

- Incorporación activa a los recursos socio-comunitarios con el objetivo de mantener a la persona con enfermedad mental en su entorno comunitario con una calidad de vida digna en la que exista una implicación del usuario en su rehabilitación, participación familiar en la recuperación e implicación de la comunidad.
- Individuales:
  - Formar al usuario sobre las características de su enfermedad y su curso.
  - Mejorar su conciencia de enfermedad y adherencia al tratamiento.
  - Potenciar la adopción de estilos de vida saludables.
  - Favorecer el manejo adecuado de la sintomatología propia de la enfermedad.
  - Potenciar el nivel de autonomía.
  - Potenciar el nivel de autoestima.
  - Potenciar las capacidades cognitivas.
  - Dotar y potenciar las conductas adaptativas.
  - Dotar y potenciar las habilidades sociales.
  - Facilitar su incorporación a otros servicios de la comunidad.
  - Potenciar la adopción de roles adecuados a las características del usuario.
- Familiares:
  - Formar a la familia sobre las características de la enfermedad y su curso.



- Potenciar la aceptación de la enfermedad y la necesidad de los tratamientos.
- Favorecer los niveles de colaboración y responsabilidad de todos los miembros de la unidad familiar.
- Favorecer las pautas de comunicación y de relación adecuadas.
- Potenciar la accesibilidad de la familia a los recursos comunitarios.
- Dotar y potenciar la red social de apoyo a la familia.
- Dotar y potenciar las habilidades necesarias para afrontar las situaciones conflictivas y de crisis.
- Proporcionar apoyo emocional.
  
- Comunitarios:
  - Incorporar recursos comunitarios normalizados que integren en sus actividades a personas usuarias de este servicio.
  - Coordinar actuaciones con los recursos comunitarios de salud mental y servicios sociales.
  - Derivar a la Asociación y a otras instancias privadas y públicas las carencias detectadas a través de este servicio.
  - Incorporar voluntariado social.
  
- Institucionales:
  - Evaluación cuantitativa y cualitativa de calidad del programa
  - Adecuación y ajuste a la realidad socio-sanitaria actual
  - Coordinación y homologación
  - Promoción del programa en áreas de ámbito rural

- **ACTIVIDADES:**

I. RECEPCIÓN DE LA DEMANDA:

La identificación del sujeto de actuación, se realiza por un Trabajador Social:

- Recepción.
- Procedencia:
  - . Del propio usuario.
  - . De la familia.
  - . De los dispositivos sociales.
  - . De los dispositivos sanitarios.
  - . De otros.
- Motivo:
  - . Carencia de asistencia sanitaria.
  - . Carencia de rehabilitación psicosocial.
  - . Vivir solo
  - . Vivir con familiares no capacitados para su cuidado.
  - . Predominio de síntomas negativos.
  - . Existencia de factores de riesgo
  - . Riesgo de desintegración

## II. ESTUDIO INDIVIDUALIZADO:

Se realiza por el psicólogo y el trabajador social:

- Entrevista de evaluación.
- Visitas domiciliarias.
- Estudio de los informes que aporta el beneficiario.
- Aplicación de pruebas individualizadas al usuario y a la familia:
  - a. Nivel Individual:
    - i. Aspectos relacionados con:
      1. La enfermedad.
      2. El comportamiento.
      3. Relaciones familiares.
      4. Roles sociales.
      5. Relación con el servicio SADEM.
    - b. Nivel familiar. Aspectos relacionados con la situación y posicionamiento familiar.
    - c. Nivel comunitario. Aspectos relacionados con la situación y posicionamiento de la comunidad hacia el enfermo.
  - Reuniones de coordinación Interna y externa.
  - La resolución de la demanda adoptará alguna de las siguientes modalidades:
    1. Admitido.
    2. Lista de espera.
    3. Derivado.
    4. No admitido.

### I. PLAN INDIVIDUALIZADO DE INTERVENCIÓN:

La propuesta se presenta en un primer momento en las reuniones de coordinación interna del equipo multidisciplinar del SADEM que bajo la supervisión del coordinador del mismo, determina la elaboración y puesta en marcha del Plan de Intervención, recogiendo los aspectos definidos anteriormente. Las actividades específicas del SADEM tienen como base los programas de Rehabilitación psicosocial siguientes:

- Psicoeducación.
- Habilidades sociales.
- Afrontamiento del estrés.
- Habilidades de la vida diaria.
- Rehabilitación cognitiva
- Intervención comunitaria
- Intervención familiar.

### II. EJECUCIÓN:

Prioritariamente en el propio domicilio del usuario. Se realiza por el equipo multidisciplinar, Psicóloga, T.S. y Educadora. En las instalaciones de la Asociación y en el exterior. Frecuencia:

- Actividad directa intensa (intervención de al menos 7H/ semana).
- Actividad directa media (intervención de 3 H/ semana).



- Actividad directa seguimiento (intervención de al menos 4h/quincenal).
- Actividad directa seguimiento de derivación (intervención de al menos 2H/mensual).

### III. EVALUACIÓN:

De *seguimiento y control*, se establece como un proceso continuo y dinámico, contemplando:

- La evaluación general del servicio.
- La evaluación individualizada de cada usuario.

### IV. EVALUACIÓN FINAL- MEMORIA FINAL

#### - **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 33 personas con discapacidad por enfermedad mental y familias o cuidadores de las personas con enfermedad mental. La población diana de este Servicio han sido fundamentalmente las personas con enfermedad mental grave estabilizados psicológicamente y que hayan presentado de forma consistente déficit o discapacidades en áreas básicas de la vida cotidiana, o con grave riesgo de padecerlas en un futuro cercano, en concordancia con el principio de Prevención. Por tanto, el servicio se ha dirigido preferentemente a personas con enfermedad mental crónica.

Igualmente, las actividades de Rehabilitación Psicosocial que ha incorporado el Servicio se han dirigido a aquellas personas que viven en la comunidad y que, sin un apoyo técnico y de recursos especializados hubiesen visto seriamente comprometida su permanencia en la misma con una calidad de vida aceptable.

### **5º- PROGRAMA DE ESCUELA DE FAMILIAS-AYUDA MUTUA**

#### - **OBJETIVOS:**

- Mejorar y favorecer la convivencia familiar, posibilitando la permanencia en su entorno de la persona con enfermedad mental.
- Potenciar habilidades de comunicación familiar
- Favorecer la resolución de problemas
- Reducir el nivel de estrés y sobrecarga familiar
- Favorecer el sentimiento de pertenencia grupal.
- Fomentar la recuperación de roles sociales y familiares perdidos
- Romper el aislamiento social y estigmas de la familia

- **ACTIVIDADES:**

- Evaluación inicial y valoración de seguimiento y continuidad
- Recepción, demanda de nuevos casos
- Determinación del calendario
- Elaboración del material formativo
- Establecimiento de los grupos de familias
- Análisis de evaluación técnica (cada 3 meses)
- Sesiones de grupo (cada 15 días)
- Actividades complementarias de convivencia y autoayuda
- Establecimiento de los grupos de ayuda mutua
- Detección de recursos comunitarios para las personas con enfermedad mental
- Coordinación con diferentes recursos comunitarios (Salud mental, servicios sociales, centro base..)
- Desarrollo de actuaciones de Atención Directa
- Evaluación de control y seguimiento
- Evaluación final

- **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2013, se beneficiaron 53 familiares o allegados de personas con discapacidad por enfermedad mental.

<b>6º- PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD</b>
--

- **OBJETIVOS:**

- El objetivo del Programa de Prevención y Promoción de la Salud es proporcionar a las personas con enfermedad mental información relevante y estrategias que le permitan mejorar aspectos relacionados con la alimentación, la actividad física y la autoestima, de tal manera que junto a su tratamiento de base, les ayude a mejorar su calidad de vida.
- Promover la práctica de hábitos y estilos de vida saludables
- Educar a las personas con enfermedad mental en la prevención de la enfermedad física, proporcionando materiales educativos para complementar la información suministrada por los profesionales de la Red de Salud Mental.
- Detectar los posibles casos de riesgo de sufrir problemas de salud en personas con enfermedad mental, interviniendo precozmente en estas situaciones.



- **ACTIVIDADES:**

- I. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN
- II. COMPRA INTELIGENTE: PRIMER PASO PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE
- III. TÉCNICAS CULINARIAS SALUDABLES, HIGIENE EN LA COCINA
- IV. CONSERVACIÓN Y RECONSTITUCIÓN DE LOS ALIMENTOS EN EL HOGAR
- V. HIGIENE Y SALUD (AUTOCUIDADO)
- VI. ACTIVIDAD FÍSICA
- VII. ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES

Antes de finalizar el programa realizamos una serie de sesiones grupales de recuerdo, que incluía discusión de sus experiencias personales en lo referente al programa, las dificultades aparecidas, así como sus expectativas y preocupaciones.

- **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 10 personas con discapacidad por enfermedad mental, que estuvieran afectadas negativamente por algunos aspectos de su estilo de vida de entre los que se incluye, la falta de ejercicio y una dieta inadecuada.

**7º- PROGRAMA DE PSICOEDUCACIÓN Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD POR ENFERMEDAD MENTAL**

- **OBJETIVOS:**

- La Psicoeducación tiene dos grandes objetivos: informar y educar sobre la enfermedad mental para Aceptar la enfermedad, asumir su gravedad y larga evolución, así como concienciar sobre el gran potencial existente en la persona con enfermedad mental para mejorar su calidad de vida.
- La promoción de la salud sirve fundamentalmente para proporcionar a las personas con enfermedad mental información relevante y estrategias que les permitan mejorar aspectos relacionados con la alimentación, la actividad física y la autoestima, de tal manera que junto a su tratamiento de base, les ayude a mejorar su calidad de vida.
- Adquirir conocimientos básicos sobre la enfermedad.
- Reducir la carga familiar para el mejor afrontamiento de los problemas

derivados de la enfermedad.

- Permitir una mayor comprensión del comportamiento de la persona afectada por una enfermedad mental.
- Favorecer la relación con otras personas que tienen el mismo problema, trabajando mutuamente la des-dramatización y eliminación del estigma de la enfermedad mental.
- Aprender las habilidades sociales necesarias para poder interactuar mejor en su entorno de forma satisfactoria.
- Dotar de estrategias necesarias para un mejor afrontamiento de las situaciones que puedan generar estrés.
- Promover la práctica de hábitos y estilos de vida saludables
- Educar a las personas con enfermedad mental en la prevención de la enfermedad física, proporcionando materiales educativos para complementar la información suministrada por los profesionales de la Red de Salud Mental.
- Detectar los posibles casos de riesgo de sufrir problemas de salud en personas con enfermedad mental, interviniendo precozmente en estas situaciones.

- **ACTIVIDADES:**

I. PSICOEDUCACIÓN

- Presentaciones
- Cuestionario de conocimientos previos, necesidades, intereses y motivaciones individuales
- Descarga Emocional
- Qué es la Salud Mental
- Mitos y Realidades sobre la Salud Mental
- Aceptación de la Enfermedad
- Estigma Social
- Esquizofrenia y otros trastornos frecuentes.
- Síntomas positivos y negativos de la enfermedad.
- Prevención: Señales de alarma ante una recaída.
- Habilidades de comunicación.
- Beneficios de tomar la medicación: cómo contrarrestar los efectos secundarios.
- Autoestima saludable y autoaceptación
- Problemas de convivencia
- Estilos de comunicación: pasivo, asertivo, agresivo.

II. HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

- Alimentación y Nutrición.
- Las normas dietéticas para una vida más sana.
- Cómo fijarse unas metas y alcanzarlas.
- Cuáles son las raciones adecuadas.
- Cómo desarrollar sistemas de ayuda para mantener una dieta y un estilo de vida sanos.
- Los problemas de salud que se pueden reducir o evitar con una dieta y un estilo



de vida sanos.

- Higiene y Salud (autocuidado).
- Actividad Física.
- Los efectos beneficiosos de hacer ejercicio de forma regular.
- Cómo empezar y mantener un programa de ejercicio físico.
- Diferentes tipos de programas de ejercicio físico.
- Reconocer los obstáculos que impiden frecuentemente hacer ejercicio.
- Educación Afectivo-Sexual / Autoestima
- Prevención de Toxicomanías.
- Tabaquismo / alcoholismo

- **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 10 personas con discapacidad por enfermedad mental grave, con dificultades de aceptación del diagnóstico de su enfermedad y con estilos de vida poco saludables.

**8º- PROGRAMA DE ITINERARIOS PERSONALIZADOS DE APOYO AL EMPLEO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD POR ENFERMEDAD MENTAL (FSE)**

- **OBJETIVOS:**

- El principal cometido del servicio de Intermediación Laboral es promover la igualdad de oportunidades de las personas con enfermedad mental en su acceso al empleo. Incidiendo en medidas formativas, en la capacitación laboral y en acciones dirigidas al mercado de trabajo relacionadas con la responsabilidad y sensibilización social.
- Motivar, orientar y asesorar para la búsqueda de empleo.
- Facilitar orientación e información a personas con enfermedad mental a cerca de ofertas de trabajo, nuevos yacimientos de empleo, etc..
- Apoyar la búsqueda activa de empleo, promoviendo el seguimiento directo de las acciones emprendidas por los usuarios.
- Coordinación con empresas posibles contratadoras, ofreciéndoles información acerca de los usuarios, promoviendo una imagen positiva de la enfermedad mental.
- Creación de una bolsa de empleo para personas con enfermedad mental

- **ACTIVIDADES:**

- I. ENTREVISTA INDIVIDUALIZADA
- II. FICHA FORMATIVA-LABORAL
- III. VALORACIÓN INDIVIDUALIZADA
- IV. ITINERARIO PERSONALIZADO DE INSERCIÓN LABORAL
- V. TUTORÍAS PERSONALIZADAS DE ORIENTACIÓN PARA EL

- EMPLEO
- VI. SEGUIMIENTO INDIVIDUALIZADO, TANTO EN EL PERÍODO FORMATIVO COMO EN LA INCORPORACIÓN A UN PUESTO DE TRABAJO
  - VII. SENSIBILIZACIÓN Y MEDIACIÓN ENTRE LA EMPRESA Y LAS PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL
  - VIII. BOLSA DE EMPLEO PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL
  - IX. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LAS ACCIONES EMPRENDIDAS

- **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 68 personas con discapacidad por enfermedad mental, en situación de desempleo.

<b>9º- PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL A FAMILIARES Y PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL EN EL MEDIO RURAL</b>
---

- **OBJETIVOS:**

- Aceptar la enfermedad, y asumir su gravedad y larga evolución.
- Concienciar sobre el gran potencial existente en la persona con enfermedad mental para mejorar su calidad de vida.
- Reducir la carga familiar facilitando la adquisición de habilidades para el manejo de la enfermedad y para mejorar sus relaciones.
- Adquirir conocimientos básicos sobre la enfermedad.
- Reducir la carga familiar para el mejor afrontamiento de los problemas derivados de la enfermedad.
- Permitir una mayor comprensión del comportamiento de la persona afectada por una enfermedad mental.
- Favorecer la relación con otras familias que tienen el mismo problema, trabajando mutuamente la des-dramatización y eliminación del estigma de la enfermedad mental.
- Adquirir conocimientos básicos sobre la enfermedad.
- Permitir una mayor comprensión del comportamiento de la persona afectada por una enfermedad mental.
- Sensibilizar a la población en general sobre los problemas de Salud mental
- Mejorar el conocimiento y promover la formación sobre la enfermedad mental en la población general
- Modificar las actitudes hacia las personas con enfermedad mental en la sociedad en general.
- Implementar actuaciones que disminuyan la discriminación asociada al estigma. Promover acciones positivas que modifiquen y mejoren el imaginario colectivo de la enfermedad mental.
- Difundir y promover las mejores prácticas en la lucha contra el estigma.



- **ACTIVIDADES:**

I. MÓDULO DE INFORMACIÓN SOBRE LA ENFERMEDAD MENTAL. “PRESENTACIÓN. ¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD MENTAL?”

- Conocimiento de la enfermedad: síntomas positivos y negativos, curso, pronóstico y el estigma de la enfermedad.
- Medicación: tipos, efectos sobre la enfermedad, efectos secundarios y formas de afrontarlos, pautas de toma de medicación e importancia de la adherencia al tratamiento.

II. MÓDULO DE HABILIDADES DE COMUNICACIÓN Y MEJORA DEL CLIMA FAMILIAR. “FACTORES DE PROTECCIÓN Y RIESGO EN EL CURSO DE LAS ENFERMEDADES MENTALES”

III. MÓDULO DE MANEJO DEL ESTRÉS Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS CONCRETOS. “INTERVENCIÓN EN CRISIS”

- Prevención de recaídas: pródromos y pautas de actuación ante las crisis.

IV. MÓDULO DE MEJORA DE RECURSOS Y DE LA RED SOCIAL DE APOYO. “COBERTURA SOCIAL FRENTE A LA ENFERMEDAD MENTAL”

- Recursos sanitarios y sociales: la red de salud mental, los servicios sociales y aspectos jurídicos.

V. VIDEO FÓRUM

- Fragmentos de Películas: “Una mente maravillosa”, “Las Horas” y “Mejor imposible”; Para ilustrar y explicar cuatro tipos de enfermedades mentales diferentes, Esquizofrenia, Trastorno Bipolar, Depresión mayor y Trastorno obsesivo compulsivo.

- **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 65 familias de personas con discapacidad por enfermedad mental, con residencia en el medio rural.

**9.1- PROGRAMA DE OCIO INCLUSIVO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD POR ENFERMEDAD MENTAL EN EL MEDIO RURAL**

- **OBJETIVOS:**

- Promover programas y servicios de ocio específico, dirigidos por profesionales especializados que faciliten la integración en la comunidad.
- Fomentar actitudes favorables hacia el ocio, incrementando el nivel de motivación y autonomía de la persona.
- Adquirir las habilidades de la vida diaria necesarias para un mayor desenvolvimiento y autonomía en su entorno personal y social.
- Aprender las habilidades sociales necesarias para poder interactuar mejor en su entorno de forma satisfactoria.
- Dotar de estrategias necesarias para un mejor afrontamiento de las situaciones que puedan generar estrés.
- Mejorar el deterioro cognitivo que provoca esta discapacidad.

- **ACTIVIDADES:**

- Dinámicas de consenso: se han trabajado a través de actividades guiadas la capacidad de los usuarios para tomar una decisión en grupo, exponer sus argumentos y opiniones y aceptar las de los demás.
- Dinámicas de conocimiento: actividades dirigidas con el objetivo de que los miembros del grupo se conozcan entre ellos más profundamente.
- Juegos de motricidad: dadas las características de los usuarios del grupo de ha trabajado la motricidad fina a través de juegos con piezas y diferentes manualidades.
- Juegos y actividades de estimulación cognitiva: acciones dirigidas a reforzar y mantener las capacidades cognitivas de los usuarios y evitar el deterioro.
- Celebraciones: se ha celebrado con los usuarios diferentes fechas significativas como los cumpleaños y las diferentes festividades tanto locales como nacionales.
- Entrenamiento de las Habilidades Sociales: a través de juegos dirigidos a mejorar su desenvolvimiento social.
- Entrenamiento del pensamiento lateral a través de pequeños acertijos o adivinanzas en las que también se ha buscado que los usuarios aprendan a buscar nuevas soluciones a los problemas tanto de forma individual como en grupo.

- **BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 6 usuarios con discapacidad por enfermedad mental, con residencia en el medio rural (Paredes de Nava).



## **10- CURSO DE TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA CON UTILIZACIÓN DE MAQUINARIA**

### **- OBJETIVOS:**

- Ejecutar la limpieza de superficies con maquinaria a través de diferentes técnicas y procedimientos:
  - Preparar las superficies y el espacio para realizar la limpieza determinando los productos, útiles y máquinas para la misma.
  - Emplear los útiles, máquinas, accesorios y productos de limpieza siguiendo las recomendaciones del fabricante, para garantizar la mayor eficacia y mantenimiento de los mismos
  - Seleccionar el procedimiento y ejecutar la limpieza con maquinaria empleando útiles y productos para alcanzar los resultados previstos

### **- METODOLOGÍA:**

Los contenidos se van a transmitir con una metodología expositiva / participativa y muy práctica.

La exposición de los contenidos será de tipo verbal y con apoyo de recursos visuales (cañón retroproyector).

Al comienzo de cada sesión y mediante preguntas directas a los alumnos o interlocuciones grupales, se averiguarán las ideas previas de los alumnos sobre los contenidos específicos a tratar.

Los alumnos contarán con un manual didáctico, que permitirá el correcto seguimiento de las sesiones.

La expresión y el lenguaje serán concisos, simplificando los términos más técnicos, ayudando así a su comprensión sin evitar su desconocimiento, necesario en un campo de intervención al que se van a dedicar profesionalmente.

Se fomentará la participación del alumno aprovechando el grupo y las actividades realizadas para que cada uno exponga sus opiniones, experiencias, etc. El docente generará debates e inquietudes a través de preguntas, actuando de mediador de grupo, con el fin de generar conocimientos basados en la experiencia y cambios más generales en sus aptitudes hacia el empleo en limpieza.

### **- BENEFICIARIOS:**

De este Programa, durante el año 2014, se beneficiaron 13 usuarios con discapacidad por enfermedad mental y en situación de desempleo.

*A) Resultados obtenidos con la realización de las actividades y/o servicios:*

Los resultados de los diferentes Programas y Servicios que se ofrecen desde FEAFES Palencia, han sido muy positivos, destacamos el aumento de participación, a todos los niveles, ya sea de socios, usuarios, voluntarios y población en general sensibilizada con la problemática de la enfermedad mental, respecto a años anteriores.

A lo largo de este periodo se ha producido una mejora de la coordinación, no sólo interna, entre los miembros del equipo, sino también con todos aquellos profesionales de los distintos recursos relacionados con la Educación, la Salud y los Servicios Sociales.

Se ha observado un aumento de la visibilidad de la Asociación, de su misión y fines debido a los Programas de Sensibilización Comunitaria y al Servicio de Información y Orientación que ha sufrido un aumento de consultas, no sólo por familiares o personas con enfermedad mental sino también de otros recursos, profesionales y de población en general.

Se ha logrado una mayor integración social de las personas con enfermedad mental que participan en los diferentes Programas y Servicios, que se ha hecho notable en un aumento en la participación de estos en actividades normalizadas fuera de la Asociación y en el descenso de ingresos hospitalarios.

Así mismo desde el año 2012 la Asociación FEAFES Palencia está Certificada con el Sello de Calidad según la norma ISO: 9001:2008, y desde el año 2014 está considerada entidad de utilidad pública por el Ministerio del Interior.

*B) Grado o nivel de cumplimiento de los fines estatutarios:*

Todos los Programas, Actividades y Servicios que se realizan en FEAFES Palencia se basan en los fines estatutarios de la asociación, manteniendo y fomentando los mismos; mejorando la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familias.

Cada vez es mayor el trabajo que nuestra Entidad realiza para Exhortar a los poderes públicos para que se realice una política coherente y efectiva de prevención, educación, tratamiento, rehabilitación, asistencia e integración de las personas con enfermedad mental.

Así mismo, a través de las diferentes actividades que ofrece FEAFES Palencia se consigue una mayor integración en la comunidad de las personas con enfermedad mental y sus familias, así como un mayor conocimiento por parte de la sociedad de la realidad de la enfermedad mental.



#### 4. BENEFICIARIOS/AS O USUARIOS/AS DE LAS ACTIVIDADES Y/O SERVICIOS QUE PRESTA FEAFES PALENCIA:

*A) Número de beneficiarios/as:<sup>1</sup>*

Los beneficiarios de las actividades de FEAFES Palencia, son primordialmente personas diagnosticadas de enfermedad mental y sus familiares o allegados, aunque también se benefician de nuestros servicios Profesionales de la Educación, la salud y los Servicios Sociales y la población en general.

El número total de beneficiarios y las características vienen reflejados en la explicación de los diferentes Programas y Servicios (ver apartados de beneficiarios en el punto 3 de la memoria)

*b) Clase y grado de atención de atención que reciben los beneficiarios/as:<sup>2</sup>*

Los Programas y Servicios que se prestan desde FEAFES Palencia se desarrollan de manera anual, por lo que se atiende a los beneficiarios durante todo el año, en la medida de los programas en los que participan.

*c) Requisitos exigidos para ostentar la condición de beneficiario/a:<sup>3</sup>*

Cualquier persona puede ser beneficiario de los Servicios que presta FEAFES Palencia, ya que no se exige la condición de socio para ser beneficiario de los mismos.

Para participar en determinados Programas concretos se exige estar diagnosticado de enfermedad mental, en posesión del certificado de discapacidad o ser familiar o allegado de una persona con enfermedad mental (ver apartados de beneficiarios en el punto 3 de la memoria).

En algunos de los servicios que ofrece la Asociación existe un copago para el que se tienen en cuenta la situación socio-económica de la unidad familiar.

---

<sup>1</sup> En el caso de que haya distintas clases de usuarios/as o beneficiarios/as en función de la diversificación de servicios que preste la entidad.

<sup>2</sup> Este apartado tendrá en cuenta las distintas clases de beneficiarios/as o usuarios/as haya.

<sup>3</sup> Se indicarán los requisitos exigidos por la asociación para el acceso a sus servicios, incluidas las condiciones económicas establecidas en cada uno de los distintos servicios prestados.

**5. MEDIOS MATERIALES Y RECURSOS CON LOS QUE CUENTA LA ENTIDAD:**

*A) Centros o establecimientos de la entidad*

Número: 3: Una Sede Social y dos Viviendas Supervisadas

**Características:**

**SEDE SOCIAL:** La Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental, FEAFES Palencia con domicilio social en C/ Asterio Mañanós nº 6, bajo; posee un local destinado a ser la Sede Social de la Asociación situado en Palencia, cuenta con una superficie útil de 120 m2, estando distribuido en las siguientes dependencias:

. Recepción: Un panel informativo, un buzón de sugerencias y 2 sillas; Y Sala de lectura: una mesa, 6 sillas, 2 armarios archivadores, 1 máquina de café.

. Zona de despachos (2): Despacho nº1: 2 puestos de trabajo, 4 sillas 3 armarios archivadores. Despacho nº 2: un puesto de trabajo, una mesa de reuniones, 5 sillas, 3 armarios archivadores.

. 2 Aseos

. Cocina completa

. Zona de talleres o actividades con una superficie total de unos 30 m2 distribuidos en dos zonas, una aula que cuenta con unos 20 m2 aproximadamente dispone de seis mesas rectangulares, 12 sillas, un retroproyector y pantalla, un televisor con video y dvd, también un cañón para la exposición mediante Power Point y cuenta con una sala de ordenadores anexa de 10 m2.

Contamos además con 4 equipos informáticos de sobremesa, 5 equipos informáticos portátiles, 3 Impresoras, fotocopiadoras, fax.

La iluminación del aula cuenta con un total de 6 focos con cuatro fluorescentes por cada foco, disponiendo también de los correspondientes aparatos autónomos de señalización y emergencia que entrarán en funcionamiento al faltar la tensión de la red permitiendo la salida al exterior en caso de necesidad.

El acceso tanto al Centro cumple con todas las medidas señaladas en la normativa, siendo accesible en su totalidad a todas las estancias de la misma al carecer de rampas y elementos que dificulten su acceso, estando todo el local perfectamente acondicionado para el acceso al mismo con silla de ruedas y además disponiendo de una salida de emergencia que corresponde a la puerta de acceso al centro que se encuentra siempre abierta y señalizado el recorrido de evacuación.

El local se encuentra situado en una calle de un barrio céntrico de la ciudad, con fácil acceso tanto andando como en coche, teniendo aparcamientos siempre disponibles. Todas las líneas de autobús urbano, estacionan cerca del centro, siendo la periodicidad de los mismos de cada 15-20 minutos.

**VIVIENDA 1:** Ubicada en [REDACTED], se encuentra situada en un bloque destinado a viviendas, con acceso desde el portal y cuenta con un ascensor.

Superficie y equipamiento: Cuenta con 128m2 construidos, 118 m2 útiles, distribuidos de la siguiente forma:

Vestíbulo, Salón, Cocina, Galería, Pasillo, Dormitorio 1, Dormitorio 2, Dormitorio 3, Dormitorio 4, Baño 1, Baño 2, Hall-vestidor, Servicios :Cuenta con las instalaciones necesarias de agua, luz, gas y calefacción.

Nº de plazas: 4+1 de respiro (mixtas)



**VIVIENDA 2:** Ubicada: [REDACTED], se encuentra situada en un bloque destinado a viviendas, con acceso desde el portal y desde la cochera, cuenta con dos ascensores.

Superficie y equipamiento: Cuenta con 136m2 construidos, 100 m2 útiles, distribuidos de la siguiente forma:

Vestíbulo, Salón, Terraza comunica con el salón, Cocina completamente amueblada y con electrodomésticos. Galería, comunica con la cocina. Distribuidor-Pasillo, Dormitorio 1, Dormitorio 2, Dormitorio 3, Dormitorio 4, Aseo, Baño, Servicios, Cuenta con las instalaciones necesarias de agua, luz, gas y calefacción.

Nº de plazas: 4 (mixtas)

Titularidad o relación jurídica (propiedad, dº de usufructo, arrendamiento, etc.):

Sede Social: Cesión gratuita del local propiedad del Excmo. Ayuntamiento de Palencia, sito en la Calle Asterio Mañanós nº 6 de Palencia, hasta el 21 de diciembre de 2037, pudiendo ser esta cesión prorrogada.

Vivienda Nº 1: En alquiler.

Vivienda Nº 2: Cesión gratuita de la vivienda sita en [REDACTED], propiedad del Excmo. Ayuntamiento de Palencia.

## 6. RETRIBUCIONES DE LA JUNTA DIRECTIVA:

NINGUNO de los miembros de la Junta Directiva de la Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental, FEAFES Palencia, percibe retribución alguna por razón de cargo o prestación de servicios, ni desempeñan ningún puesto de trabajo dentro de la Entidad.

Sí perciben la cuantía por los gastos con motivo de prestar el servicio específico que le corresponda como miembro de Junta Directiva, tales como dietas por desplazamientos.

## 7. ORGANIZACIÓN DE LOS DISTINTOS SERVICIOS:

Todos los Servicios y Programas que se llevan a cabo desde FEAFES Palencia se prestan en su Sede Social, salvo tres Programas:

- Programa de Estimulación Cognitiva: donde la actividad de Deporte y Piscina se realizan en una cancha alquilada y una calle de la Piscina Municipal ambas situadas en el Pabellón público de deporte de “Campos Góticos” de Palencia.
- Programa de Apoyo para la Integración Social en Viviendas: que se desarrolla en las dos viviendas con las que cuenta FEAFES Palencia en Cesión y en alquiler.
- Programa de atención psicosocial a familiares y personas con enfermedad mental en el Medio Rural: se realiza en diferentes espacios facilitados por los CEAS de los municipios a los que se acude (Bibliotecas, ayuntamientos etc...)