



PLA DE TREBALL ASSOCIACIÓ DARUMA ANY 2024



Daruma: Símbol de la disciplina, la determinació i el sacrifici per aconseguir amb èxit el que es desitja.

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ

2. OBJECTIUS

3. ACTIVITATS I PROJECTES ANY 2024

4. TASCA DE LA JUNTA

5. PRESSUPOST

1.INTRODUCCIÓ

Amb aquest document volem deixar constància de les activitats que l'entitat DARUMA portarà a terme aquest any per tal de fer possibles els objectius que com a associació de familiars tenim encomanats.

La intenció de tot pla de treball és la d'especificar com concretarem els objectius i quines tasques portarem a terme per tal de desenvolupar-los. El pla de treball integra aquelles propostes de millora que han sorgit de la memòria del curs passat i de les propostes que la junta i els socis han anat fent.

Tal i com indica l'esperit japonès del nom de la nostra associació, DARUMA, nosaltres ens posem al servei de l'entitat per aconseguir amb èxit allò que desitgem pels nostres familiars que pateixen un trastorn mental.

2. OBJECTIUS

Els objectius del nostre pla de treball s'han de despendre de la missió, la visió i els valors que té la nostra entitat que en els seus estatuts queden reflectits de la següent manera :

La **missió** (el perquè existeix la nostra associació) de l'entitat és:

- **Protecció de les persones** amb problemàtica de salut mental del Vallès Oriental.
- **Defensa, promoció i desenvolupament dels seus Drets.**
- **Orientació, atenció i recolzament a llurs familiars.**
- **Sensibilitzar a les autoritats públiques**, a les diferents **organitzacions socials i a la societat** en general sobre la **problemàtica i necessitat de les primeres persones.**
- **Promoure la creació de recursos per cobrir les necessitats** de les primeres personals i familiars.
- **Col·laborar** amb les autoritats, organismes i organitzacions tant públiques com privades en el **millor desenvolupament i tractament** de les persones amb problemàtica de salut mental.
- **Contribuir a la millora de l'assistència Sanitària i Social , de l'atenció i informació de les persones afectades i els seus i les seves familiars**, i la **rehabilitació, integració i reinserció social i laboral** de les primeres persones.

La **visió** (què vol ser la nostra associació) de l'entitat és :

- Una entitat de referència al **servei de les famílies** que tenen un familiar o amic amb una problemàtica de salut mental del Vallès Oriental.
- Una entitat **implicada** en la millora dels serveis que s'ofereix a la població amb problemàtica de salut mental
- Una entitat **cooperativa** disposada a treballar per a erradicar l'estigma que la nostra societat té amb les persones que pateixen una problemàtica de salut mental
- Una entitat amb **l'esperit obert a col·laborar** amb totes les entitats i institucions del nostre entorn que treballen per la millora dels serveis socials i sanitaris dedicats a persones amb problemàtica de salut mental

- Una entitat **disposada** a millorar per entomar els reptes que ens planteja la nostra societat en referència a la Salut Mental
- Una entitat **innovadora** que aculli propostes que puguin sensibilitzar i millorar tot allò que faci referència al món de la Salut mental

Els **valors** (quins valors guien les nostres actuacions) de l'entitat són:

- El **servei** a les famílies que tenen un familiar que pateix una problemàtica de salut mental
- El **servei** a la nostra societat per fer més visible la problemàtica de les primeres persones i de llurs familiars
- La **cooperació** amb qualsevol persona, entitat o institució per tal de millorar l'assistència a les primeres persones, fomentant el treball en xarxa dins la comunitat.
- La **transparència** de totes les nostres actuacions i dels objectius que les motiven.
- La **democràcia** entre els i les nostres associats/des per fer de la nostra entitat quelcom que tothom se senti propi i l'ajudi realment a superar la seva situació.
- La **implicació** en qualsevol actuació que afavoreixi el millor coneixement sociosanitari de la salut mental.
- La **constància i la perseverància** en les nostres actuacions per anar assolint el objectius que com a entitat ens hem marcat.
- La tasca per **reduir l'estigma i autoestigma** en salut mental en els agents sociosanitaris, els familiars i les primeres persones.

OBJECTIUS PER L'ANY 2024

- 1.** Orientar, atendre i donar suport a les famílies que tenen algun familiar amb TM
- 2.** Sensibilitzar a les autoritats públiques, a les diferents organitzacions socials i a la societat en general sobre la problemàtica i les necessitats de les primeres persones i els seus familiars.
- 3.** Promoure la creació de recursos per cobrir les necessitats de les primeres personals i familiars.
- 4.** Col·laborar amb les autoritats, organismes i organitzacions tant públiques com privades en el millor desenvolupament i tractament de les persones amb problemàtica de salut mental i de les seves famílies.
- 5.** Contribuir a la millora de l'assistència Sanitària i Social , de l'atenció i informació de les persones afectades i els seus i les seves familiars, i la rehabilitació, integració i reinserció social i laboral de les primeres persones.
- 6.** Treballar per a erradicar l'estigma que la nostra societat té amb les persones que pateixen una problemàtica de salut mental.
- 7.** Col·laborar amb totes les entitats i institucions del nostre entorn que treballen per la millora dels serveis socials i sanitaris dedicats a les persones amb problemàtica de salut mental i a llurs familiars.

3. ACTIVITATS I PROJECTES ANY 2024

OBJECTIU 1. Orientar, atendre i donar suport a les famílies que tenen algun familiar amb Trastorn Mental

1.1 Mantenir els Grups d'Ajuda Familiar que es porten a terme a l'associació

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Planificar els grups amb els psicòlegs • Assistir als grups per conèixer de primera mà el seu funcionament • Mantenir una conversa amb els membres del GAF que no venen de forma assídua per conèixer el perquè. • Valorar amb els psicòlegs i els assistents als grups el seu funcionament i impacte de les trobades en la seva quotidianitat. • Elaborar un qüestionari d'avaluació per conèixer el funcionament dels grups. • Donar a conèixer l'existència dels GAF's als diferents serveis de SM de la zona. • Donar a conèixer el GAF infanto-juvenil a través del CSMIJ i l'EAP
Responsables	Junta de Daruma Psicòlegs dels grups : Miquel Miranda i Dayana Márquez
Recursos	Econòmics per pagar els serveis dels psicòlegs Hores de treball dels voluntaris de la junta. Cartellisme Anunci a premsa.
Temporització	Dimecres setmanalment 2 grups de familiars, un de 16,15h a 17,45h i l'altre de 18h a 19,30 h Dimecres quinzenalment 1 grup de germans de 19,30 a 20h Dimarts quinzenalment 1 grup de famílies de joves de 18,30h a 20h Dilluns quinzenalment 1 grup de famílies veteranes de 16h a 17,30h
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que assisteixen als grups Amb converses amb els psicòlegs i amb una trobada amb els psicòlegs a finals de juliol Amb converses amb els assistents al GAF
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar amb els psicòlegs i els assistents als grups el seu funcionament i impacte de les trobades en la seva quotidianitat. • Passar un qüestionari d'avaluació per conèixer el funcionament dels grups. • Nombre de persones assistents als GAF's

1.2 Planificar xerrades amb especialistes sobre els temes que interessin als nostres socis

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Conversa als membres del GAF per saber quins temes tenen interès en conèixer • Cercar als especialistes dels temes i proposar-los de venir a fer una xerrada. • Si és una xerrada molt interessant obrir-la al públic • Planificar les trobades espaiades en el temps al llarg de l'any
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Econòmics per pagar els serveis dels especialistes Espai comunitari 2 ^a planta de l'edifici AISS Si s'obre al públic espai municipal (Museu etc.) Cartellisme Anunci a premsa
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	Al finalitzar la trobada conversa amb els assistents per conèixer la seva percepció.
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que les persones dels GAF' i socis de Daruma mostrin la seva satisfacció per les xerrades efectuades.

1.3 Crear un grup de GAM amb els socis que varen fer el curs de facilitadors de GAM

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Començar a funcionar un cop al mes amb els membres que es van formar • Cal plantejar-nos quina dimensió volem donar al GAM que han iniciat dos socis de la junta, per valorar si se'n poden beneficiar alguns dels nostres socis.
Responsables	Membres de la junta que es van formar amb GAM
Recursos	Hores dels voluntaris Espai de Daruma
Temporització	Mensual dijous de 17 a 18,30h
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que assisteixen als grups

Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que les persones del GAM mostrin la seva satisfacció per les trobades efectuades. • Que al llarg del curs s'incorporin alguns familiars al GAM
------------------	---

1.4 Acollida i orientació als familiars que es dirigeixen a l'associació

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar un registre de les persones que s'entrevisten per conèixer quins serveis han derivat a les famílies i altres dades que ens demanen per demanar subvenció. • Mantenir l'acollida a les persones que es dirigeixen a l'associació a través de trobades personals. • Comunicar als psicòlegs la incorporació de les persones als GAF's.
Responsables	Junta de Daruma: Santi i Francesc Psicòlegs dels grups : Miquel Miranda i Dayana
Recursos	Hores del voluntaris que fan l'acollida
Temporització	Acordades amb la persona que fa la demanada.
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que assisteixen als grups Amb converses amb els psicòlegs i amb una trobada amb els psicòlegs a finals de juliol
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que s'hagi elaborat un full de registre per conèixer quins serveis han derivat a les famílies i altres dades que ens demanen per demanar subvenció. • Que s'hagui realitzat l'acollida a l'associació a través de trobades personals. • Que s'hagi comunicat als psicòlegs la incorporació de les persones als GAF's.

1.5 Suport individualitzat a les famílies

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Informar als socis a través de carta a l'inici de curs d'aquesta possibilitat i explicar-los que el psicòleg dels GAF's fa un preu especial a les famílies sòcies de Daruma.. • Informa també a l'assemblea de socis
Responsables	Psicòlegs : Miquel Miranda i Dayana
Recursos	Cada soci paga aquest servei directament al psicòleg/ga
Temporització	A demanda de les famílies que hi vulguin anar
Seguiment	L'Associació no fa un seguiment explícit d'aquesta actuació, queda a criteri del psicòleg que fa l'orientació individual i de la família.
Avaluació	L'Associació no fa una avaluació d'aquesta actuació, queda a criteri del psicòleg que fa l'orientació individual i de la família.

1.5 Taller de meditació i mindfulness

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • S'informa als socis a través de carta a l'inici de curs d'aquesta possibilitat. • S'informa també a l'assemblea de socis • Valorar la possibilitat amb els socis que hi assisteixen de fer-la setmanalment pagant quota.
Responsables	Junta Terapeuta Espai Nacre : Alba
Recursos	El cost de l'activitat (terapeuta i espai) va a càrrec de l'associació. Si als socis als agrada ampliaríem a una vegada per setmana i en aquest cas cadascú pagaria la seva quota.
Temporització	Es porta a terme l'últim dilluns de cada mes de 5 a 6 de la tarda
Seguiment	El seguiment es realitza mensualment a la junta a través de les opinions dels socis assistents. Converses amb la terapeuta Seguiment a través de les sessions de junta i de l'assistència d'alguns membres de la junta a la sessió.

Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de persones que hi assisteixen • Que el grup es mantingui estable o bé augmenti • Que els assistents al grup mostrin un alt grau de satisfacció • Que l'entitat disposi de prou recursos per poder mantenir-ne el pagament
------------------	--

1.5 Activitats lúdiques amb els socis

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • La junta planifica les activitats a fer i contacte els llocs on es vol anar. • S'informa als socis a través de carta a l'inici de curs , a través del wappz i dels grups de GAF's • Es fa una carta informativa per a cada una de les activitats planificades
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Cada soci assumeix el cost de les activitats que es porten a terme, llevat de la sortida de primavera que l'associació paga l'autocar per anar al lloc i les entrades de la visita que es porti a terme.
Temporització	<ul style="list-style-type: none"> • Sortida de primavera al mes de maig, al Museu del Ferrocarril de Vilanova i la Geltrú i dinar a Vilanova i la Geltrú. • Dinar de socis, dia 16 de novembre amb la possibilitat de fer-lo al restaurant can Collet de St. Antoni de Vilamajor. Es desestima fer-lo per Nadal atès que per aquestes dates els preus són molt elevats.
Seguiment	Són activitats lúdiques que no tenen un seguiment específic llevat de la resposta que els socis tenen envers les mateixes
Avaluació	Es valora de forma positiva el fet que a la sortida hi assisteixin un mínim de 30 socis i uns 50 al dinar de germanor.

OBJECTIU 2. Sensibilitzar a les autoritats públiques, a les diferents organitzacions socials i a la societat en general sobre la problemàtica i les necessitats de les primeres persones i dels seus familiars.

2.1 Organitzar xerrades i presentacions de llibres	
Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Recerca de persones que tinguin algun tema important a explicar en referència a la SM • Fer una prospecció sobre temes que interessin als nostres socis • Valorar la necessitat i la possibilitat de fer la presentació a Granollers oberta al públic o només per als socis. • Posar-nos en contacte amb les persones que poden fer la presentació. • Valorar el cost econòmic que suposa i veure si disposem de prou recursos per fer-les. • Cercar subvencions i/o ajuda econòmica • Valorar la poca assistència dels socis a les activitats obertes a la ciutat.
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Econòmics per pagar les conferències i/o presentacions Espais de la ciutat (museu, llibreria La Gralla...) Espai de Daruma cartellisme Publicitat
Temporització	A llarg de l'any espaiades en el temps, cada mes aproximadament
Seguiment	Amb converses amb els assistents a les xerrades Valoració en la reunió de junta Pensar en algun sistema per implicar als socis en les activitats que fa l'entitat: valorar la possibilitat d'implicar-los personalment en algun aspecte de l'organització.
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que s'hagi augmentat el nombre de socis assistents a les activitats organitzades per a la ciutadania • Que hagi organitzat suficients activitats per donar cobertura a les motivacions dels socis que assisteixen als GAF's • A través de una enquesta al wappz constatar que almenys un 75% dels assistents a les activitats manifestin que l'activitat ha estat útil i satisfactòria.

2.2 Promoure jornades i conferències amb col·laboració amb altres entitats

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Converses amb les entitats de SM del territori per valorar la possibilitat de fer alguna actuació conjunta. • Fer una prospecció sobre temes que interessin als nostres socis i als de les altres entitats amb qui col·laborem. • Recerca de les persones que ens puguin parlar dels temes triats. • Posar-nos en contacte amb les persones que poden fer la presentació. • Valorar el cost econòmic que suposa i veure si disposem de prou recursos per fer-les. • Cercar subvencions i/o ajuda econòmica
Responsables	Junta de Daruma Entitats participants (Taula de SM, Activament, Ocell de Foc, Benito Menni...)
Recursos	Econòmics per pagar les conferències i/o presentacions Espais de la ciutat (Museu de Granollers, llibreria La Gralla, altres espai del Vallès Oriental central...) Cartellisme Publicitat
Temporització	A llarg de l'any espaciades en el temps.
Seguiment	Al final de les activitats programades amb els membres de la junta i els altres membres de les entitats organitzadores.
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que s'hagi augmentat el nombre de socis assistents a les activitats organitzades per a la ciutadania • Que les entitats organitzadores consideren que l'activitat ha estat útil i satisfactòria.

OBJECTIU 3. Promoure la creació de recursos per cobrir les necessitats de les primeres persones i els familiars.

3.1 Treballar amb la TSMA de Granollers i Comarca	
Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Participar en les reunions de la TSMA de Granollers i Comarca i en les seves comissions • Aportar les iniciatives que sorgeixin a l'entitat i als grups del GAF's per millorar els recursos d'atenció als nostres familiars. • Aportar iniciatives per millorar els recursos als les famílies • Fer un seguiment de la implementació dels recursos que es porten a terme a la nostra zona • Fer d'altaveu de les necessitats no cobertes en referència a l'atenció dels nostres familiars i de les famílies. • Demanar als membres dels GAF's quins són els serveis i/o recursos que no funcionen i fer la denuncia a la TSMA
Responsables	Junta de Daruma Membres que assisteixen a la TSMA i a les seves comissions. Grups de GAF's
Recursos	Temps dels membres de la junta Temps de les persones que assisteixen a les reunions de les comissions i de la TSMA
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta A les trobades a les comissions de treball de la TSMA Al plenari de la TSMA
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Hem participar en les reunions de la TSMA de Granollers i Comarca i en les seves comissions • Hem aportar les iniciatives que han sorgit a l'entitat i als grups de familiars . • Hem fet un seguiment de la implementació dels recursos que es porten a terme a la nostra zona • Hem demanar als membres dels grups de famílies quins són els serveis i/o recursos que no funcionen i fer la denuncia a la TSMA

3.1 Treballar amb la Federació Salut Mental Catalunya

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Participar en les reunions de l'assemblea de la FSMC. • Participar en les comissions de la FSMC • Aportar les iniciatives que sorgeixin a l'entitat i als grups del GAF's per millorar els recursos d'atenció als nostres familiars. • Aportar iniciatives per millorar els recursos a les famílies • Fer d'altaveu de les necessitats no cobertes en referència a l'atenció dels nostres familiars i de les famílies. • Demanar als membres dels GAF's quins són els serveis i/o recursos que no funcionen i fer la denuncia a la FSMC • Fer un recull de la vulneració dels drets que pateixen els nostres familiars amb TM i les mateixes famílies i traslladar-les a l'espai Situa't.
Responsables	Junta de Daruma Membres que participen a les comissions de SMC. Grups de GAF's
Recursos	Temps dels membres de la junta Temps de les persones que assisteixen a les reunions de les comissions de la FSM
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que assisteixen als grups
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • El president de Daruma ha participat en totes les assemblees de la FSMC. • Alguns membres de la junta hem participat en les comissions de treball de la FSMC (incidència política, famílies ...) • Hem aportat les iniciatives que han sorgit als grups de famílies per millorar els recursos a les famílies • Hem fet d'altaveu de les necessitats no cobertes en l'atenció dels nostres familiars i de les famílies. • Hem fet un recull de la vulneració dels drets que pateixen els nostres familiars amb TM i les mateixes famílies i les hem traslladat a l'Espai Situa't.

OBJECTIU 4. Col·laborar amb les autoritats, organismes i organitzacions tant públiques com privades en el millor desenvolupament i tractament de les persones amb problemàtica de SM i de les seves famílies.

4.1 Mantenir i millorar la relació amb els proveïdors socio-sanitaris

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Establir contactes amb els diferents recursos de salut mental de la zona per donar-los la informació de qui som i les tasques que fem. • Fer-los propostes concretes de millora de les actuacions que porten a terme des del nostre punt de vista. • Fer els passos necessaris per implementar a la planta de subaguts de l'Hospital de psiquiatria de Granollers el projecte del «Familiar Expert» • Explicar als socis i als familiars dels GAF's en especial, el projecte del «Familiar expert» • Demanar la col·laboració dels familiars dels GAF's que consideren que poden fer aquesta tasca.
Responsables	Junta de Daruma Familiars del GAF's
Recursos	Temps dels membres de la junta Temps de les persones dels GAF's que s'hi impliquin
Temporització	1 dia a la setmana , dues hores Al llarg de l'any
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que facin de «familiar expert» Amb trobades amb els socis que facin de familiar expert Amb trobades amb la coordinació de la planta de subaguts
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que s'impliquin en el projecte alguns familiars dels GAF's • Que hagin fet ús del serveis del familiar expert almenys 10 famílies a l'any • Que les famílies a qui s'ha donat a conèixer els serveis de Daruma, explicitin que conèixer-nos els ha estat útil. • Que alguna de les famílies a qui s'ha donat a conèixer el serveis s'hagin incorporat als grups d'ajuda amb professional.

4.2 Participació en la Taula de Salut Mental i Addiccions de Granollers

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenir la nostra presència i bona interlocució amb la Taula de Salut Mental i addiccions de Granollers i ser membres actius de les comissions que es creïn. • Na Isabel participa a la TSMA de Granollers en nom de Daruma i com a coordinadora • Alguns membres de la junta participen a les comissions de la TSMA (antiestigma i Dia mundial de la SM). • Demanar als membres dels GAF's que han anat a les reunions de la Diagnosi de SM de Granollers si volen formar part d'algunes de les comissions de la TSMA • Treballar conjuntament amb la TSMA per impulsar el model comunitari i reivindicar les millores pertinents. Posar el tema sobre la taula, iniciar el debat i empènyer per tal que els diferents actors obrint camins laborals, d'habitatge i altres.
Responsables	Junta de Daruma Membres de la TSMA i components de les comissions.
Recursos	Temps dels membres de la junta Temps de les persones dels GAF's que s'hi impliquin
Temporització	Al llarg de l'any quan hi hagi reunions
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que assisteixen als grups. Amb trobades amb els socis que assisteixin a les comissions de la TSMA
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que s'impliquin en el projecte alguns familiars dels GAF's • Fer aportacions significatives a les diferents trobades. • Que les activitats en les que participem ajudin a fer difusió de la problemàtica de la Salut Mental i lluitin contra l'estigma, • Haver proposat a la TSMA que impulsi el model comunitari. • Posar el tema sobre la taula, iniciar el debat i empènyer per tal que els diferents actors obrint camins laborals, d'habitatge i altres.

4.3 Participació en el PROSPECT i el PROENFA

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Planificar les sessions dels PROSPECT de familiars. • Participar en el PROSPECT de Vic • Planificar el PROENFA de Benito Menni de Granollers • Participar en el PROENFA del Servei de Rehabilitació Comunitària de Granollers. • Posar-nos en contacte amb el servei de rehabilitació comunitària.
Responsables	Junta de Daruma Sílvia i Isabel
Recursos	Hores dels membres de la junta Hores de les persones que participen al PROSPECT i al PROENFA
Temporització	PROSPECT el mes de maig a Vic PROENFA el mes de maig, 1 sessió amb familiars
Seguiment	El PROENFA a la reunió de junta amb els membres que hi han anat i amb la valoració dels treballadors socials del SRC Del PROSPECT a través de l'avaluació que fa la mateixa formació en el moment d'acabar-la
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que els familiars que han assistit al PROENFA considerin que els ha estat útil la informació que se'ls ha donat de Daruma • Que els treballadors del SRC estiguin satisfets amb la sessió que ha preparat Daruma • Indicadors de seguiment d'estudis • Pel que fa al PROSPECT els ítems d'avaluació els posa el mateix programa

4.4 Mantenir i millorar la relació amb l'Ajuntament de Granollers

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Demanar una trobada amb el regidor de salut • Demanar una trobada amb l'alcaldeessa. • Planificar els aspectes que volem tractar en aquestes trobades : Què passarà amb les entitats que hi ha on volen fer la biblioteca, ampliar els espais de l'associació, neteja de l'edifici de l'AISS, proposar-los que a través dels seus Consell de participació sensibilitzin a l'empresariat per tal que es contracti a persones amb diferents graus de diversitat. • Parlar amb l'Àrea de Serveis Socials de l'Ajuntament per oferir-nos a ajudar a les famílies que tenen algun membre amb trastorn mental, per conèixer les seves necessitats i poder-los oferir ajudes
-------------------	--

	específiques.
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Temps dels membres de la junta
Temporització	Abril Maig
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Haver-nos reunit amb l'alcaldeessa per tractar del futur de l'associació i de com l'Ajuntament pot ajudar-nos a desenvolupar els nostres projectes. • Haver-nos reunit amb el regidor de salut per veure com ens pot ajudar a desenvolupar els nostres projectes. • Haver parlat Parlar amb l'Àrea de Serveis Socials de l'Ajuntament per oferir-nos a ajudar a les famílies de persones amb TM

OBJECTIU 5. Contribuir a la millora de l'assistència Sanitària i Social, de l'atenció i informació de les persones afectades i els seus i les seves familiars, i la rehabilitació, integració i reinserció social i laboral de les primeres persones.

5.1 Participació en el projecte Parelles artístiques

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Posar-nos en contacte amb l'Espai d'Arts de Roca Umbert i l'associació en primera persona Activament per organitzar el projecte. • S'informa del projecte als artistes residents a Roca Umbert i a altres que l'associació coneix. • En el moment d'iniciar el projecte de 2023 es parlarà amb les entitats per tal de presentar-los el projecte, triar la parella artística i acordar les qüestions pràctiques. • En Francesc Ventura i en Joan Corbera van als tallers per fer algunes fotos del artistes i una gravació del procés artístic per penjar a la web del projecte i a la web de Daruma. • Amb col·laboració amb l'associació El Far de La Garriga, fer una exposició conjunta de les obres al centre Cívic Nord de Granollers. • Portar i anar a recollir les obres al lloc de l'exposició general de tot Catalunya.
-------------------	---

Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Temps de les persones de la junta Material que ens ofereix l'Espai d'art de Roca Umbert Suport que ofereix l'associació Osonament Cartellisme
Temporització	Entre els mesos de febrer i octubre
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta Amb trobades i converses amb els artistes Amb trobades i converses amb la responsable de l'espai d'art
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Ens hem posat en contacte amb l'Espai d'Arts de Roca Umbert, amb l'associació Activament, als artistes residents a Roca Umbert. • Que s'hagin fet algunes fotos del artistes i una gravació del procés artístic per penjar a la web del projecte i a la web de Daruma. • Haver fet una exposició conjunta de les obres realitzades al centre Cívic Nord de Granollers.

5.2 Participació en els projectes de Salut Mental de la zona

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Formar part de les organitzacions de salut mental que estan actives a Granollers i a nivell de Catalunya. • Ser membres actius de la Taula de Salut Mental de Granollers, de la comissió Antiestigma de la Taula de Salut Mental, de la comissió del Dia Mundial de la Salut Mental. • Ser membres de la Federació Salut Mental Catalunya i de la Federació d'Associacions de Familiars de Malats Mentals de Catalunya FECAFAM. • Ser col·laboradors de la Fundació LAR, dels clubs socials del Portalet (Granollers) i la Torrassa (Llinars) i d'Activament. • Assistir bé participar en conferències, seminaris i/o congressos de salut mental que s'organitzen a la nostra zona i als entorns de Barcelona.
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Temps dels membres de la junta Econòmics en cas d'assistència a congressos i reunions a Barcelona
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que assisteixen a les reunions.

Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que es mantingui la nostra col·laboració en les organitzacions de les que formem part • Haver estat membres actius de la TSMA de Granollers i haver participat en les actuacions que portin a terme.
------------------	---

5.3 Posar en marxa el projecte del «familiar expert»

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Parlar amb el psiquiatre Ferran Viñas per proposar-li la idea de disposar d'un espai a l'hospital de psiquiatria per poder atendre als familiars de les persones que debuten amb una malaltia mental. • En cas positiu posar-nos d'acord en el dia de la setmana i l'horari en que podríem anar a l'Hospital • Fer un pla d'actuació implicant als membres de la junta i als membres dels GAF que ho vulguin. • Explicar el projecte als membres del GAF per implicar-los en el projecte.
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Temps dels voluntaris que es facin càrrec del projecte.
Temporització	1 dia a la setmana al llarg de l'any
Seguiment	En les reunions de junta En trobades específiques amb el coordinador de l'hospital En trobades específiques amb els voluntaris que actuen de «familiar expert»
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Haver fet un pla d'actuació del «familiar expert» • Haver implicat als membres de la junta i alguns membres dels GAF en el projecte. • Que almenys 10 famílies hagin sigut ateses pels membres de la nostra associació

5.4 Fer una programació d'articles d'opinió als diaris de la ciutat sobre salut mental

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Planificar un llistat de temes sobre SM conjuntament amb els membres de l'associació dels que en poguéssim fer articles d'opinió. • Proposar als membres dels GAF's de fer algun article del tema que es veiessin en cor, de forma periòdica en preferència una vegada l mes. • Proposar a la TSMA de compartir el fet de fer articles a premsa per si volen compartir-lo amb Daruma.
-------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Parlar amb els diaris locals i comarcals per veure si acceptarien els articles com a columna una vegada al mes. • Enviar als articles a la premsa (El 9 Nou, Som Granollers...)
Responsables	Junta de Daruma Voluntaris de Daruma membres de les altres associacions de la TSMA Comissió de comunicació de la TSMA
Recursos	Temps dels voluntaris
Temporització	Una vegada al mes
Seguiment	En les reunions de junta En les reunions de la comissió de comunicació de la TSMA En trobades específiques amb les persones que han fet articles
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • S'ha fet un llistat de temes sobre SM per fer articles d'opinió. • S'ha proposat als membres dels GAF's de fer algun article del tema de SM • S'ha proposat a la TSMA compartir el projecte de fer articles a premsa. • S'ha parlat amb els diaris locals i comarcals per proposar-los la publicació d'una columna sobre SM una vegada al mes.

OBJECTIU 6. Treballar per a erradicar l'estigma que la nostra societat té amb les persones que pateixen una problemàtica de salut mental.

6.1 Patrocinar l'obra de teatre del teatre Imagina per a alumnes de 3^r i 4^t de primària

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Fer el contacte amb Teatre imagina per proposar-los la representació de l'obra de titelles del Centre de Dia Santa Eulàlia (Hospitalet de Llobregat). • Parlar amb l'Ajuntament de Granollers i la regidoria de salut de l'ajuntament de Granollers. • Pagar l'autocar per portar el grup a Granollers • Pagar l'esmorzar dels actors.
Responsables	Junta de Daruma Regidoria de salut de l'Ajuntament de Granollers
Recursos	Econòmics per pagar l'autocar i l'esmorzar dels actors.
Temporització	El dia 10 d'octubre
Seguiment	El mateix dia 10 d'octubre amb l'assistència de membres de la junta a la representació
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Indicadors de satisfacció de les escoles assistents a través d'una enquesta que se'ls fa des de la regidoria de salut

6.2 Mantenir converses amb Gran Centre per proposar-los de fer una jornada dedicada a la SM

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Parlar amb la junta de Gran Centre • Demanar-los fer una jornada dedicada a la SM
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Temps dels voluntaris de Daruma Temps de la junta de Gran Centre
Temporització	El dia de la jornada de Gran Centre
Seguiment	A través de reunions de Junta i de Gran Centre

Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Haver parlat amb la junta de Gran Centre
------------------	--

OBJECTIU 7. Una entitat amb l'esperit obert a col·laborar amb totes les entitats i institucions del nostre entorn que treballen per la millora dels serveis socials i sanitaris dedicats a les persones amb problemàtica de salut mental i a llurs familiars.

7.1 Participació en el Dia Mundial de la Salut Mental de Granollers	
Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Continuar a la comissió organitzadora del DMSM • Participar activament en l'organització de la caminada. • Portar els comptes dels diners que genera la caminada, en un compte corrent generat especial per aquests diners. • Demanar explícitament més col·laboració als associats per fer el muntatge de les activitats a les quals participem. • Informar als nostres socis a través de wap's up, @correu i carta dels actes que es fan a Granollers, per facilitar-los la seva participació i implicació. • Informar de les activitats que es fan el dia Mundial de la Salut Mental al nostre face bouke i a la nostra pàgina web. • Tenir una taula informativa de la associació al lloc d'inici de la caminada.
Responsables	Junta de Daruma Voluntaris de l'associació
Recursos	Voluntaris de l'associació cartellisme cartes i wazap socis
Temporització	El dia de la caminada per la SM, 20 d'octubre
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta que assisteixen als grups Amb converses amb els psicòlegs i amb una trobada amb els psicòlegs a finals de juliol

Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Daruma ha format part de la comissió organitzadora del DMSM i ha participat en les actuacions de la caminada. • S'han portat els comptes de la caminada i s'han pagat les despeses generades. • Els socis de Daruma han col·laborat en el muntatge de les activitats en les que participem. • S'ha informat als nostres socis a través de wap's up, @correu i carta dels actes que es fan a Granollers. • S'ha informat de les activitats que es fan el dia Mundial de la Salut Mental al nostre face bouke i a la nostra pàgina web.
------------------	---

7.2 Participació en el DMSM de Catalunya

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Assistir als actes del DMSM de Catalunya • Informar als socis dels actes que es celebraran pel DMSM a Berga. • Animar als socis a participar als actes del DMSM de Catalunya, facilitant-los el transport, si és necessari
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Econòmics per pagar el transport a Berga Temps dels socis que assisteixin a la commemoració.
Temporització	Dissabte 12 d'octubre
Seguiment	En la trobada amb els membres de la junta i els socis que hi hagi assistit
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Al menys 4 membres de la junta han assistit als actes del DMSM de Catalunya a Berga. • S'ha informat als socis dels actes que es celebraran pel DMSM a Berga. • S'ha animat als socis a participar als actes del DMSM de Catalunya

7.3 Concurs de cartells del dia mundial de la Salut Mental

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Fer la Convocatòria del Concurs de cartells del dia mundial de la Salut Mental. • Recollir els cartells i fer-ne una primera selecció. • Contactar amb la biblioteca Can Pedrals per fer l'exposició dels cartells. • Fer la selecció del guanyador conjuntament amb el regidor de salut, la tècnica de la biblioteca i la coordinadora de Bennito Menni.
-------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Posar-nos en contacte amb la persona guanyadora i fer el lliurament del premi
Responsables	Junta de Daruma Regidor de salut de l'Ajuntament de Granollers Tècnica de la biblioteca Can Pedrals Coordinadora de Bennito Menni.
Recursos	Econòmics per pagar el premi Temps dels voluntaris per preparar l'exposició. Espai de la Biblioteca Can Pedrals cartellisme publicitat cartes als serveis de SM
Temporització	Del 7 al 20 d'octubre
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta.
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • S'ha fet la convocatòria del Concurs de cartells i hi han participat almenys 50 persones. • S'ha fet una primera selecció i s'han portat a la biblioteca Can Pedrals per fer l'exposició. • S'ha portat a terme l'expo entre els dies 7 i 20 d'octubre • S'ha seleccionat la persona guanyadora. • S'ha fet el lliurament del premi i se n'ha informat a la premsa local

7.4 Participació en el dia de Sant Jordi amb una parada informativa al carrer

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Demanar permís a l'Ajuntament de Granollers per posar una parada al carrer el dia de Sant Jordi • Compar roses per vendre aquest dia • Fer un llistat de persones que puguin atendre la parada al llarg del dia de sant Jordi. • Fer un punt de llibre per regalar on s'expliquin els serveis de Daruma, l'objectiu de la parada es donar a conèixer les activitats i els serveis que Daruma pot oferir a les famílies que tenen una persona amb un trastorn mental.
Responsables	Junta de Daruma Voluntaris de l'associació

Recursos	Temps dels voluntaris de l'associació Permís de l'ocupació de la via pública de l'Ajuntament de Granollers Econòmics per pagar les roses i fer els punts de llibre
Temporització	Dia de Sant Jordi, 23 d'abril
Seguiment	Amb una trobada amb els membres de la junta després de Sant Jordi.
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • S'ha fet la parada per Sant Jordi. • S'ha implicat als socis en atendre la parada. • S'ha regalat un punt de llibre on s'expliquen els serveis de Daruma.

4. TASQUES DE LA JUNTA

A. Elaborar els protocols de totes les actuacions que fa la junta

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Cada membre de la junta ha de redactar un protocol de les tasques que fa amb les referències necessàries per a portar-les a terme. • Consensuar les tasques a nivell de junta • Deixar-les per escrit per el relleu de l'actual junta • Endreçar-los al drive del gmail de Daruma
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Temps dels membres de la junta i de les reunions de junta Estructura per fer els protocols gmail Daruma
Temporització	En hores de treball personal A la junta el mes de juliol de 2024
Seguiment	A les reunions de junta
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Que a final d'any hi hagi un protocol de cada un dels càrrecs de la junta penjats al drive del gmail de Daruma

B. Incorporar en la gestió i la coordinació de Daruma l'Espai Situa't.

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinar-nos amb la FSMC per fer el traspàs de l'Espai Situa't • Integrar a na Jèssica a les juntes de Daruma • Valorar amb la FSMC per tal que portin la gestió econòmica de l'associació.
Responsables	Junta de Daruma Unitat de gestió de SMC
Recursos	Temps de la junta Econòmics per pagar els serveis de la gestió Econòmics per pagar l'Espai Situa't
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta Trobades amb la SMC (Carmen Segura) Amb les trobades amb la responsable de l'espai Situa't Una vegada a l'any amb una reunió de coordinació amb tots els agents de SM de la zona
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Grau de satisfacció elevat de junta pel traspàs • Mínimes dificultats en la gestió de la subvenció de l'espai Situa't • Bona relació amb FSMC • Bon grau de satisfacció de la professional de l'Espai Situa't

C. Coordinació amb l'Ajuntament de Granollers

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenir la bona relació amb l'Administració local de Granollers • Demanar una reunió amb l'Ajuntament de Granollers per sol·licitar l'ampliació dels espais de l'associació i valorar la neteja dels espais comuns de l'edifici. • Plantejar la situació del canvi d'espai quan es faci la nova biblioteca. • Fer una trobada amb les diferents associacions i serveis que hi ha a l'AISS • Entrevistar-nos amb altres ajuntaments de la comarca i donar-los a conèixer la nostra tasca, a través de visites als ajuntaments on tenim socis: Canovelles, Llinars, Les Franqueses, Sant Celoni, Bigues i Riells, Sta. Eulàlia i Lliça
Responsables	Junta de Daruma

Recursos	Temps dels membres de la junta
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	A través de les reunions de junta
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Aconseguir que l'Ajuntament ens cedeixi l'espai de la Federació d'AMPA's • Aconseguir que totes les entitats que estan a l'edifici paguin la neteja dels espais comuns. • Haver-nos plantejat la situació del canvi d'espai quan es faci la nova biblioteca, conjuntament amb les diferents associacions i serveis que hi ha a l'AISS • Haver fet una trobada amb l'Ajuntament de Granollers per sol·licitar l'ampliació dels espais de l'associació i valorar la neteja dels espais comuns de l'edifici.

D. Coordinació amb la Federació Salut Mental Catalunya

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar els aspectes en els que ens poden donar suport i demanar-lo. • Oferir la nostra experiència en els temes que ens sentim capaços. • Formar part dels grups de treball que crea la FSMC: incidència política, junta SMC,
Responsables	Junta de Daruma
Recursos	Temps dels membres de la junta
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	Al llarg de les trobades amb els membres de la junta Amb converses amb els professionals de SMC
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • La junta fa fet un llistat dels aspectes que creu que SMC ens pot donar suport. • Hem demanat suport a SMC en els temes que ens ha semblat necessari. • Hem ofert la nostra experiència en els temes que ens sentim capaços. • Hem format part dels grups de treball que ha creat la FSMC: incidència política, junta SMC,

E. Demanda de subvencions a les administracions

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Estar al cas de la publicació de les convocatòries de subvencions que fa l'administració. • Elaborar els plans de treball per presentar-los a les subvencions • Fer el seguiment de les subvencions presentades a través del Drive del gmail de Daruma • Fer les justificacions de les subvencions atorgades.
Responsables	Junta de Daruma Professional de l'Espai Situa't Unitat de gestió de la FSMC
Recursos	Temps dels membres de la junta Temps de la professional de l'espai Situa't Quota de la unitat de gestió de SMC
Temporització	Al llarg de l'any Quan surtin les subvencions
Seguiment	A través del calendari que estableixin les entitats que donen subvenció
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Aconseguir les subvencions de la CONVO 24 • Fer la justificació dels projectes de la CONVO 24 a termini • Haver registrat tots els documents de les subvencions al drive del gmail de Daruma

F. Donar a conèixer Daruma i els serveis que oferim als diferents recursos de SM de la nostra zona

Actuacions	<ul style="list-style-type: none"> • Planificar les trobades als serveis • Fer un possible calendari de visites als recursos • Posar-nos en contacte amb els serveis per acordar visita
Responsables	Junta de Daruma Professional de l'Espai Situa't Unitat de gestió de la FSMC
Recursos	Temps dels membres de la junta Transport per anar als municipis
Temporització	Al llarg de l'any
Seguiment	A través de les reunions de junta

Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> • Haver fet una planificació de trobades als serveis i un calendari de visites als recursos • Haver visitat almenys 4 serveis dels que hi ha a la nostra zona
------------------	--

5. PRESSUPOST

INGRESSOS

CONCEPTE	QUANTITAT
Quotes socis	10.700€
Loteria de Nadal 2024	1.000€
Subvenció Consell Comarcal del Vallès Oriental	600€
Subvenció Caixa Bank	5.000€
Subvenció CONVO 24 Generalitat de Catalunya	6.400€

TOTAL INGRESSOS.....23.700 €

DESPESES

CONCEPTE	QUANTITAT
Teràpia psicòleg GAF's adults	11.000€
Teràpia psicològa Infanto juvenil	1.300€
Mindfulness Espai nacre	700€
Assegurances	380€
Telèfon	700€
Neteja local i espais comuns	1.000€
Gestoria	350€
Enviaments de correus	400€
Desplaçaments	350€
Despeses varies (premi cartell,berenar Nadal, altres)	500€
Professionals externs	1.400€
Material oficina	450€
Sortides Socis	500€
Quota associat Federació SMC	225€

Despeses bancàries	550€
Cursos formació	300€
Manteniment Informàtica	200€

TOTAL DESPESES.....19.915€

NOMENCLATOR

GAF Grup d'ajuda familiar

SM Salut mental

TM Trastorn mental

CSMIJ Centre de salut mental infanto juvenil

EAP Equip d'assessorament psicopedagògic

GAM Grup d'ajuda mútua

TSMA Taula de salut mental i addiccions

FSMC Federació Salut Mental Catalunya

SMC Salut mental Catalunya

PROSPECT Formació per a familiars, primers persones i professionals

PROENFA Formació per a familiars amb un familiar amb trastorn mental

FECAFAM Federació catalana d'associacions de familiars i persones amb problemes de SM

LAR Fundació tutelar per a persones amb TM i/o cognitiu

DMSM Dia Mundial de la salut mental

AMPAS Associació de mares i pares

CONVO 24 Convocatòria de subvenció any 24

El president de Daruma

Francesc Ventura i Riera

