FUNDACIÓSALUT *plus*

Atenció psicosocial a la persona amb malalties cròniques

MEMÒRIA D'ACTIVITATS 2024

Sant Cugat 25 de Febrer de 2025

www.fundaciosalutplus.cat

INDEX

1. INTRODUCCIÓ.
2. EL PROJECTE DE INTERVENCIÓ COMUNITÀRIA AL 2024.
2.1. Necessitats detectades.
2.2. Proposta i objectius.
2.3. Metodologia.
2.4. Població diana i accés al programa.
3. RESULTATS OBTINGUTS.
4. COMUNICACIO I DIFUSSIÓ DELS RESULTATS.
5. INCORPORACIÓ I SEGUIMENT DELS VOLUNTARIS A LA FUNDACIÓ.
6. CONCLUSIONS I PROJECTES DE FUTUR.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

1. Introducció

La Fundació Salut plus (FSP)va ser posada en marxa al març de 2019 a Sant Cugat del Vallès com a entitat privada sense ànim de lucre amb la missió de planificar i desenvolupar activitats d'atenció psicosocial a persones afectades per malalties cròniques i les seves families a l'àmbit comunitari, incloent l'atenció personalitzada a nivell ambulatori o a nivell domiciliari quan existeixen barreres de mobilitat o d'accessibiltat.

A les següents pàgines presentem les dades mes significatives d'activitats de la Fundació referides al 2024 – es a dir de l' 1 de gener fins al 31 desembre del 2024- un periode marcat per el retorn a la "normalitat post-pandèmia" i per l'impacte posterior de la crisi iniciada per la guerra d'Ucraina i d'Israel.

Per últim hem de resaltar i agrair el paper dels professionals, dels voluntaris i dels usuaris i families FSP durant aquest període, aportant el treball i la creativitat que ens ha permès avançar malgrat les dificultats existents.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

2. La Fundació Salut Plus

2.1.Qui som?

La Fundació Salut Plus és una institució privada sense ànim de lucre, constituïda per una xarxa de professionals vinculats activament al projecte d'atenció psicosocial a les persones amb malalties cròniques per millorar la seva qualitat de vida i el seu benestar. Està inscrita al Registre General de Fundacions de la Generalitat de Catalunya. El seu domicili social esta ubicat a Santa Cugat del Vallés, Carrer Manel Farrés 89, baixos 2 A, amb el codi postal 08173. El seu àmbit d'actuació preferent és el municipi de Sant Cugat del Vallès, el Vallès occidental i la província de Barcelona.

El seu òrgan de govern és el Patronat, integrat per 4 patrons: Gloria Solsona, secretària, Claudia Massé, directora, José Cañete, president i Gisela König, com a vocal. Des de la direcció tècnica s'estructuren 4 àrees de gestió: l'assistencial, l'econòmica i fiscal, la del voluntariat i l'àrea de planificació i desenvolupament. Per últim la FSP compta amb un Consell Assessor multi disciplinar que dona suport i orientació estratègica de la Fundació i les seves finalitats a l'àmbit de les malalties cròniques, que es reuneix de forma mensual i reporta al patronat les línies prioritàries a desenvolupar.

2.2.Quina és la Missió i la Visió de la FSP?

La raó de ser de la Fundació Salut plus és oferir una atenció integrada a les persones que pateixen malalties cròniques o avançades i a les seves famílies, especialment des de la perspectiva psicològica, social i de la salut mental. Aquesta atenció inclou la detecció, prevenció y tractament dels problemes de salut mental associats, la informació i difusió de les malalties cròniques i els recursos disponibles per reduir el seu impacte, la formació i apoderament dels pacients i cuidadors per participar en la gestió de les malalties, l'aplicació i difusió i del Model d'Atenció a la Cronicitat, posant en valor la visió holística de la persona que considera els aspectes físics, mentals i sociofamiliars com a un únic procés. A mes desenvolupa activitats de formació, docència i recerca en col·laboració a d'altres institucions del territori (hospitals, universitats, empreses).

La FSP vol ser un referent en l'àmbit de l'avaluació i l'abordatge biopsicosocial de les malalties cròniques de d'una perspectiva multidisciplinar per la millora de qualitat de vida i benestar de les persones afectades i llurs famílies. Aconsegueix el lideratge en l'aplicació del model d'atenció a la cronicitat així com la sensibilització social i difusió d'aquestes malalties alhora que desenvolupa programes formatius, docents i de recerca de qualitat.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

2.3.Quins són els Valors de la FSP?

Els valors que sustenten la nostra organització són la coherència entre les nostres activitats i la missió, els valors ètics, l'equitat en el servei, la participació i col·laboració entre persones afectades, familiars, professionals, voluntaris i institucions, la transparència i la millora continua dels procediments i activitats per assolir l'excel·lència. A més, assumeix uns valors transversals per tota la organització que són presents a les nostres activitats:
-Ètica: actuar amb principis ètics a tots els nivells de l'organització.
-Dignitat: s'han de garantir els suports necessaris al llarg de tota la vida del malalt a fi de que pugui viure tan dignament com abans.
-Esforç : es l'eix generador del benestar psíquic, físic i espiritual de les persones..
Flexibilitat : ens adaptem a les persones, al seu moment de vida.
-Respecte : es el reconeixement del valor que té la persona per sí mateixa, independentment de les característiques personals i el seu entorn.
-Compromís social :voluntat de complir els objectius tant a nivell de la persona dins del projecte com del mateix projecte cap a la societat, aportant serveis que millorin la qualitat de vida.
-Il·lusió : creiem que som capaços d'il·lusionar i motivar de nou a la persona que pateix les malalties cròniques malgrat les seves limitacions.

2.4.Quins són els objectius de la Fundació Salut Plus?

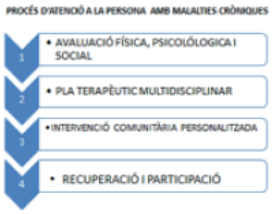
L'objectiu principal de la Fundació Salut Plus és oferir atenció integrada a les persones que pateixen malalties cròniques o avançades i a les seves famílies, especialment des de la perspectiva psicosocial i de la salut mental. Altres objectius relacionats amb l'atenció són: la detecció, prevenció i tractament dels problemes de salut mental associats com els trastorns d'ansietat i la depressió, la formació i apoderament de les persones afectades i llurs famílies per participar en la autogestió i cura de les malalties, facilitar informació i difusió sobre les malalties cròniques i els recursos disponibles per reduir el seu impacte, l'aplicació i difusió del Model d'Atenció a la Cronicitat, posant en valor la visió holística de la persona que considera els aspectes físics, mentals i sociofamiliars com un únic procés.
Per últim la realització d' activitats de formació, docència i recerca en col·laboració amb d'altres institucions del territori en el camp de l'estudi de les malalties cròniques.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

3. Descripció de les activitats.

3.1. Metodologia.

Les activitats de la Fundació són dirigides en primer lloc a les persones amb malalties cròniques (malalties amb un impacte significatiu en la qualitat de vida), en segon lloc a les famílies, persones properes o cuidadors , en tercer lloc als voluntaris i per últim la societat en conjunt.
El procés d'atenció implica una primera entrevista d'acollida per avaluar l'estat físic, psicològic i social de la persona i la seva família i així permetre el disseny personalitzat d'un pla d'intervenció multidisciplinari.



3.2. Tipus d'activitats desenvolupades

3.2.1. Activitats centrades en la persona amb malalties cròniques: assistència i psico-educació.

• Visites ambulatòries d'avaluació. Són visites realitzades al centre assistencial de la FSP o als domicilis amb l'objectiu de realitzar una avaluació integral de la persona i la seva situació en relació a les malalties cròniques que pateix i al seu impacte, amb una orientació mèdica, psicològica i social, per tal d'elaborar un pla d'intervenció. Participa l'equip assistencial multi inclouen al pacient i/o família.

• Visites ambulatòries per intervencions terapèutiques . Poden ser individuals o grupals i poden incloure atenció psicològica, social o mèdica de salut mental.

• Activitats grupals d'autoajuda dirigides a pacients i familiars. Es desenvolupen activitats educatives sobre temes de coneixement de les malalties, dels tractaments, dels factors de risc, dels hàbits saludables i de l'auto maneig de la malaltia i la prevenció.

• Activitats de coordinació. Tenen la funció de conèixer i interactuar amb altres sistemes que participen en la atenció al pacients , tal com els centres d'atenció primària, el PADES, centres privats o institucions sanitàries , per aconseguir una continuïtat i coherència entre les diverses intervencions sobre el pacient i la família.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

3.2.2. Activitats centrades en familiars, persones properes i cuidadors.

Els objectius de suport i apoderament als pacients i familiars es fonamenten en la seva capacitació mitjançant l'aprenentatge de les característiques principals de les malalties, dels seus símptomes i signes, dels hàbits vitals saludables, del compliment dels tractaments i de les pautes pràctiques per actuar davant els problemes o complicacions més habituals, mitjançant la realització de tallers i sessions grupals d'autoajuda.

3.2.3. Activitats centrades en la població general.

Les activitats de difusió i sensibilització social són un aspecte important per el coneixement i reducció de l'estigma social de les malalties cròniques a la població. Amb aquest motiu es dissenyaran xerrades, conferències, presentacions i altres actes presencials com informacions a traves de la web o altres mitjans que alhora facilitaran l'adhesió de voluntaris, socis o persones que col·laborin aportant donatius o d'altres recursos.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

3.3. Espais d'atenció de la Fundació.

Les activitats assistencials i de suport de la fundació són desenvolupades en 3 espais:

• Xalet Negre. Centre d'entitats cíviques i socials de l'Ajuntament de Sant Cugat del Vallès, situat a la Plaça del Coll, número 4, 08172 de Sant Cugat, disposant dels espais d'activitats grupals, tallers i difusió comunitària,

• Seu social de la fundació Salut. Ubicada al carrer Manel Farrés, 89, baixos 2A de Sant Cugat, on es realitzen les activitats assistencials de tipus individual i familiar així com les àrees d'administració i gestió.

• Atenció directa als domicilis de pacients i familiars. Quan existeixen problemes o barreres per a la mobilitat, els professionals i voluntaris de la Fundació es desplacen als domicilis per realitzar l'atenció als serveis bàsics (servei d'atenció domiciliari) o l'atenció psicosocial.

• Atenció telemàtica. Des de l'inici de la pandèmia al març del 2020 la Fundació va desenvolupar les dues modaltats d'atenció telemàtica: consulta telefònica i atenció per vídeo-consulta individual o grupal.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

4. Intervenció comunitaria al 2024.

4.1. Necessitats detectades i objectius.

Les malalties cròniques s'han convertit per la seva expansió i afectació en un dels problemes sanitaris i socials de la nostra societat. La persistència dels símptomes com dolor, malestar, disfuncions, incertesa i pèrdua d'autonomia entre d'altres, faciliten l'aparició de problemes de salut mental-especialment depressió i ansietat- en més d'un 30% de les persones afectades i les seves famílies, complicant l'evolució i reduint de forma significativa la qualitat de vida. Les dades disponibles mostren que les intervencions mes efectives per prevenir i tractar la depressió i altres problemes de salut mental en persones amb malalties cròniques inclouen la promoció d'hàbits saludables, l'aplicació de tècniques psicosocials de suport individual i grupal i d'autoajuda per afavorir el benestar emocional i l'afrontament de les dificultats derivades de les malalties.

L'activitat bàsica de la FSP, com s'ha dit, ha consistit en l'aplicació d'una intervenció comunitària centrada en les persones amb malalties cròniques i les famílies per millorar l'autonomia, la salut mental i la qualitat de vida. Els objectius específics han estat el promoure un pacient actiu implicat en el seu procés, incrementar l'auto cura i la capacitat d'afrontament, reduir l'estrès, l'ansietat i depressió i millorar la percepció de qualitat de vida del pacient i les famílies. Aquesta intervenció ha implicat una avaluació prèvia i posterior de les mesures i indicadors. Els resultats esperats han estat la reducció significativa dels símptomes d'ansietat i depressió, l'augment de les mesures d'autonomia, de qualitat de vida i de satisfacció personal. La demostració dels resultats positius en el projecte pot permetre validar el model aplicat per a poblacions mes extensa en un futur. La intervenció va ser desenvolupada per l'equip assistencial de la fundació integrat per una psicòloga, treballadora socio-sanitària, un psiquiatre i la cooperació de voluntaris experts.

4.2. Accessibilitat al programa d'atenció de la FSP.

La població diana ha inclòs les persones residents a Barcelona i al Vallès occidental i especialment a Sant Cugat del Vallès, Rubí, Cerdanyola i altres poblacions que són afectats de malalties cròniques i inclouen malalties mentals, càncer, malalties respiratòries i cardiocirculatòries, fibromiàlgia, malalties neuro degeneratives, digestives o d'altres tant en pacients o familiars i cuidadors. Els pacients han accedit sobretot directament a FSP ja que el accés on-line, telefònic o presencial no requeria cap altre requisit. En menor proporció han estat derivats des dels Centres d'atenció primària, Serveis socials municipals, Unitat de crònics (UFC) , Hospital General de Catalunya , Hospital Mútua de Terrassa y Centres mèdics privats.

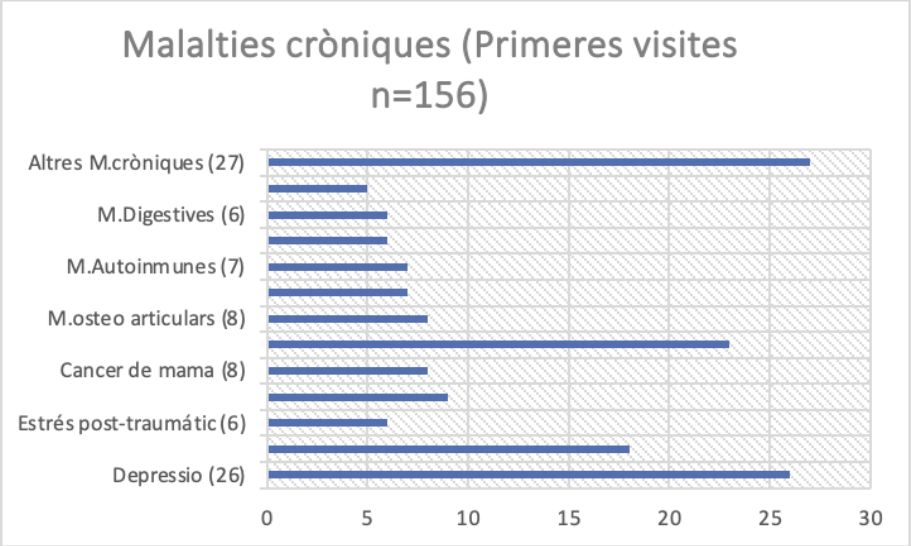
FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

5. Resultats obtinguts

5.1.Atenció a persones amb malalties cròniques i familiars.

Al llarg del 2024 s'han atès un total de 178 persones distribuïdes en 156 persones afectades de malalties cròniques en primera persona (pacients) i 22 familiars o cuidadors.

Les malalties cròniques principals (motius de consulta) dels 156 pacients atesos es mostren al següent gràfic. Els trastorns mentals , amb usuaris afectats és la problemàtica mes freqüent, destacant la depressió (26), ansietat crònica (18), el Trastorn por estrès post traumàtic (6) i altres problemes de salut mental (9). La segona patologia mes present és el càncer destacant el carcinoma de mama (8) seguit de altres tipus de càncer (23). Altres malalties inclouen les osteo-articulars (8), neurològiques (7), autoinmunes (7), respiratòries (6), digestives (6) i cardiovasculars (5). Per últim cal ressenyar altres malalties cròniques (27).



Si considerem els familiars o cuidadors que demanen atenció (22) trobem que és el càncer la malaltia que pateix el pacient amb mes freqüència (6), els ictus i malalties degeneratives (5), els trastorns de salut mental (4), les malalties renals (2), el problemes osteo articular (2) i altres malalties (3).

L'edat mitjana dels usuaris ha sigut de 59 anys (17 a 81 anys), el 77 % són del sexe femení (el sexe masculí suposa el 23 %. Entre els familiars i cuidadors que demanen atenció també es mes freqüent el sexe femení (73%). La major part tenen Sant Cugat del Vallès com a municipi de residència (81 %), i la resta procedeixen d'altres municipis de la comarca del Vallés occidental -15 % (Terrassa, Rubí , Cerdanyola ,Montcada) i altres comarques de Barcelona -4%-.

La font de derivació o de contacte amb la FSP ha estat en la gran majoria per recomanació d'altres usuaris (55%), per iniciativa pròpia (18%), derivació de serveis socials (12 %) , metges d'atenció primària (11%), o d'altres recursos (4 %).

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

5.2.Modalitats d'atenció prestada. Presencial.

5.3. Atenció individual.

La major part de les activitats han estat presencials. En total a l'any 2024 s'han fet 1856 atencions individuals, de las quals la gran majoria han estat d'atenció psicològica (mes del 80 %).

A la taula següent s'enumeren les activitats individuals:
Les primeres vistes són molt importants ja que permeten fer una anamnesis i una exploració- inicial, saber quina o quines són les malalties cròniques, conèixer l'entorn i les reaccions habituals, si ha patit o pateix soledat, maltractaments i situar les necessitats dels afectats, orientant les visites consecutives i les psicoteràpies que requereix. Les primeres visites han estat de psicologia principalment ja que una vegada realitzada aniran a altres professionals en funció de les necessitats de la persona i la seva família. S'han realitzat un total de 156 primeres a persones afectades i 22 a familiars o cuidadors. Respecte a les visites successives s'han realitzat 1670 a pacients i 16 a familiars.

Tipus d'atenció		Primeres pacients	Primeres familiars	Succesives pacients	Succesives familiars	Total
Psicologia Ambulatoria	Claudia Masse Delia	101 3	22 -	1037 95	16 -	1176 97
Servei atenció Domicili	Gemma Tudó	24	-	406	-	430
Psiquiatria	Josep Cañete	28	-	59	-	87
TOTAL		156	22	1597	16	1791

5.4.Modalitat d'atenció grupal i de tallers.

Els grups i tallers desenvolupen una funció important a la FSP ja que aporten una font de coneixement i de pràctica que fomenten la interacció social, la millora de les habilitats cognitives, manuals i d'escolta solidària. Es realitzen al l'espai d'activitats del centre cívic "Xalet negre" de Sant Cugat del Vallés.
Com es mostra en la taula següent, el número de tallers que la FSP són 10 i el total de les sessions realitzades durat 2024 han estat de 220, una activitat cada dia laborable de l'any, generant una d'assistències de 1502.

GRUPS TERAPÈUTICS I TALLERS	HORARI	DURACIÓ	SESSIONS	ASSISTÈNCIES
ARTERAPIA	DJ 15,45 a 19h	3 h	36	216
IOGA- MINDFULLNES	Dl de 11 a 12h	1h	28	280
CREIXEMENT PERSONAL	Dt alt 12 a 14	2h	19	152
FLOW (FLUIR)	Dj alt 10/12/13.30	1,50h	34	238
FRANCES	Dl de 10 a 12 h	2h	20	60
CAMINADES	Dl de 10 a 13	3 h	24	120
PILATES	Dj de 17 a 19 h	2 h	16	96
TEATRE	Dl de 16 a 19 h	3 h	30	240
CINEMA	Dv de 16 a 19 h	3 h	8	80
TELEMÀTIQUES	Dl de 18 a 20h	2 h	36	150
TOTAL			**251**	**1632**

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

1. Taller d'Artteràpia.

Sota la direcció Joana de Mestre, el taller es desenvolupa setmanalment els dijous de 15.45 a 19h amb una duració d'unes 3 hores. L'objectiu és fomentar l'experimentació i expressió personal mitjançant els colors i formes inspirades a la natura. Al llarg del 2024 s'han realitzat 36 tallers amb una mitjana de participació de 6 pacients per setmana amb un total de 216 assistències.

2. Taller de Ioga.

S'han realitzat de forma setmanal els dilluns de 11 a 12 hores a la sala multifuncional del Xalet Negre. Els objectius han estat fomentar un espai de connexió amb el cos, la relaxació, la visualització i l'atenció plena per fomentar l'autocontrol de les emocions, l'acceptació i l'autosuperació. S'han realitzat un total de 28 sessions amb un pro mig de 10 assistències (280 en total). Curs impartit per Mònica Monés.

3. Taller de creixement personal.

Te la finalitat d'analitzar les experiències personals i les emocions generades per contribuir al creixement i la maduració individual. Es realitza un dimarts al mes i alterna 2 grups de 12 a 14h. S'han realitzat un total de 19 sessions durant 2024, amb 150 assistències. Taller impartit per Dèlia G.Sureda.

4. Taller de suport emocional "flow" (fluir).

Te lloc els dijous quinzenal de 10 a 12h i de 12 a 13.30h. L'objectiu del taller és dotar d'eines emocionals davant l'adversitat. S'han realitat 34 sessions presencials amb la participació mitja de 7 usuaris de mitjana, amb un total de 238 assistències. Taller impartit per Gemma Tudó.

5. Taller de francès.

Te lloc els dilluns de 10 a 12h amb l'objectiu de conèixer aquesta llengua mitjançant la conversa i la interacció. S'han realizat 20 sessions durant 2024 amb un total de 60 assistències. Taller impartit per Antoinette

6. Taller de Caminades.

Reuneix diferents usuaris amb la finalitat de caminar en grup mentre es dialoga i es fa esport de forma suau. El taller es realitza els dilluns de 10 a 13 hores. Durant 2024 s'han dut a terme 24 sessions, amb una assistència total de 120. Les caminades les porta Roberto Asón.

7. Taller de pilates.

Es realitza cada dijous de 17 a 19. L'objectiu de l'activitat es el moviment del cos i la relació amb l'espai i les emocions que l'acompanyen. S'ha realitat 16 sessions durant el període amb una assistència mitja de 6 participants, generant un total de 96 en total.

8. Grup de teatre.

Sota la coordinació de Joan Ramon Porqueras el grup esta integrat per usuaris de la FSP que desenvolupen i representen l'obra, posant de manifest la vida i l'afany de superació que envolta el patir alguna de les malalties. Participen un total de 12 usuaris que es reuneixen setmanalment els dilluns de 16 a 19 h preparant l'obra que van interpretar a l'auditori el 27/5/24. Número de tallers 30 Total assistències 290.

9. Taller Cinema.

Te lloc el primer divendres de cada mes de 16 a 19h. El cine serveix per visualitzar situacions i histories seleccionades que despres són objecte de comentari i aprenentatge. Durant 2024 es van realitzar 8 sessions amb una participació de 10 usuaris i un total de 80 assistències.

10. Tallers telemàtics: lectura i escriptura. A càrrec de Pura Piera.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

5.5. Activitats socials.

Les finalitats d'aquestes activitats són fomentar la socialització i evitar l'aïllament i la solitud no desitjada en els usuaris i familiars de la FSP a l'hora que augmenta la xarxa social vinculada i es ressalten determinades celebracions. Destaquem les mes importants de 2024.

• 8 de maig de 2024.

CONCERT A LUZ DE GAS. Cel·lebrant els 5 anys de la FSP.

Concert benèfic per la Fundació amb la participació altruista de 5 musics i cantants tal com mostra el cartell. Assistència aproximada: 180 persones.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

Celebració del "Dia de les malalties cròniques a Sant Cugat "

• TEATRE AUDITORI DE SANT CUGAT. Diumenge 27 d'octubre de 2024 a les 18 hores. Representació de l'obra "HOTEL IDEAL" de Joan Ramon Porqueras per el grup de teatre de la Fundació Salut Plus.

La Fundació Salut Plus recapta més de 9.000 euros amb l'espectacle 'Hotel ideal' per mes de 700 assistents!

https://www.totsantcugat.cat/actualitat/cultura/fundacio-salut-plus-recapta-mes-9000-euros-espectacle-hotel-ideal_2204877102.html!

Per últim, el transcurs de l'activitat de la FSP ha significat la reunió mensual dels voluntaris i els professionals -unes 20 persones de mitjana durant dues hores – amb els objectius de millora de la metodologia, proximitat i coneixement de la realitat dels malalts crònic i llurs famílies.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

6. Comunicació i difusió dels resultats obtinguts.

La comunicació dels aspectes mes destacats del projecte te ha quedat registrada a la web de la fundació (www.fundaciosalutplus.cat) ressaltant les entrevistes i publicacions en mitjans de comunicació d'àmbit local que resumim a continuació.

6.1.Comunicació al mitja local "Tot Sant Cugat".

Articles publicats per usuaris de la Fundació Salut Plus durant el 2024.

6.2. La Fundació Salut Plus ha participat amb un projecte amb "La Caixa" de St. Cugat.

6.3. Directori Entitats Ajuntament de Sant Cugat del Vallès.

https://www.santcugat.cat/directori/fundacio-salut-plus9

Ajuntament de Sant Cugat
Sanitaris i serveis socials
Fundació Salut Plus
Plaça d'en Coll, 4 - 08172 Sant Cugat del Vallès
675 700 737
fundaciosalutplus@fundaciosalutplus.cat
www.fundaciosalutplus.cat
Horari d'activitat: de dilluns a divendres taller individual de 9 a 15h, dilluns de 10 a 13h consulta psiquiàtrica, dimarts de 9 a 14h tallers de grup i relaxació, dimarts i dijous de 17 a 19h. Horari d'atenció al públic: dilluns i divendres de 9 a 15h, dilluns de 10 a 13h, dimarts de 9 a 14h, dimarts i dijous de 17 a 19h. Més informació: Fundació Salut Plus.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

6.4. Altres noticies de la web: https://www.fundaciosalutplus.cat/noticies/

A nivell de comunicació la Fundació té diferents targets: usuaris/es, personal, voluntaris/es, empresa privada, empresa pública, fundacions privades/públiques, etc. Per cadascun d'ells la manera d'abordar la comunicació serà diferent i amb objectius específics.

El centre de tot és el pacient o usuari/ia. Està permanentment ben comunicat per mitjans privats i públics,així com amb la directora de la Fundació com amb els diferents voluntaris o comissions que l'han d'assistir.

Els voluntaris/es estan comunicats entre sí a través de comunicacions privades o bé mitjançant l'enllaç via directora. La Fundació es comunica amb la resta de la població a través de la seva pàgina web www.fundaciosalutplus.-cat. S'han editat pòsters, roll up i tríptics amb tota mena d'indicacions per posar-s'hi en contacte i/o aportar donacions. Tot segueix una mateixa línia gràfica, molt sòlida, que pretén captar l'atenció i ser memoritzada per part del potencial usuari/a, voluntari/a i donant. De cara al branding, esmentat als objectius de la Fundació, s'implementaran campanyes a xarxes socials, que es retro alimentaran amb la pàgina web i d'altres elements propis de la comunicació off line.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

7. Incorporació i seguiment dels voluntaris a la fundació.

El voluntariat és un element molt important en les entitats sense ànim de lucre ja que aporta amb la seva participació les idees i la implicació el possibilita l'acompliment de gran part dels seus objectius. La Fundació Salut Plus va ser fundada al 2019 amb la missió de millorar la qualitat de vida de les persones amb malalties cròniques que són a la comunitat, i com altres entitats, considera els voluntaris col·laboradors necessaris ja que junt amb el patronat i l'equip assistencial professional, pot dur a terme la majoria de tasques i objectius de l'organització.

El voluntari es vincula a un compromís amb la missió de la FSP que te un caràcter mixt, social i de salut.

El cicle de gestió del voluntariat inclou una perspectiva general sobre la gestió de les persones voluntàries i les seves funcions a l'entitat, essent un pas necessari per impulsar accions en el conjunt. La direcció és la primera a considerar la importància dels voluntaris i la seva contribució d'aquest col·lectiu a l'entitat, i per altra part considera que els voluntaris i voluntàries se'n sentin part de l'organització. Els beneficis del voluntariat són molts. Per fer-los realitat cal que, en el marc de l'organització, es garanteixi bona gestió d'aquest col·lectiu. El Manual de gestió del voluntariat vol facilitar aquesta tasca a les organitzacions, de manera que qualsevol tipus d'entitat pugui adaptar el manual a les vostres necessitats en aquest àmbit.

Les entitats, com la FSP, que treballen amb voluntaris, han de comptar amb un model de cicle de voluntariat , que detalli les diferents accionen totes les fases de la vinculació, des de la captació fins a la desvinculació.

7.1. CAPTACIÓ

La primera fase del cicle de voluntariat és la captació, és a dir aquell moment en el qual la FSP dona a conèixer la tasca per a la qual necessita el voluntari o voluntària. Per fer això s'haurà d'exposar el perfil de la persona voluntària, indicant les habilitats i capacitats concretes o genèriques que es cerquen d'acord amb la seva missió. El procés de captació de l'entitat s'ha d'adaptar a la realitat del model de voluntariat que se segueix. En el cas del voluntariat propi, cal assenyalar explícitament el programa de voluntariat com una peça clau dels serveis de la entitat. centre. Per als models mixt cal que les diferents entitats estiguin alineades en els seus valors i objectius i coordinin la captació. Aquí pot ser aconsellable fer una reunió amb les persones encarregades de la comunicació de cada òrgan.

Una de les qüestions a coordinar són els canals de captació, que poden ser sessions informatives a l'entitat o al centre, espais comunitaris alineats amb la missió on disposar tríptics i cartells (altres centres de salut, biblioteques, centres de dia, punts de voluntariat dels ajuntaments, parròquies...) i les xarxes socials.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

7.2. SELECCIÓ

La fase de selecció implica escollir entre les persones voluntàries en funció del seu perfil, la motivació i altres factors en una entrevista que resulta o en la incorporació de la persona o en la desestimació de la candidatura. És un procés on la persona voluntària també pot decidir si vol o no integrar se en l'entitat, essent un moment de coneixement i valoració mútua. Per a fer la selecció, cal que tant l'entitat com el centre de salut estableixin uns paràmetres. Una de les preguntes que s'han de fer és quins perfils necessiten a l'equip, i quins aspectes han de ser homogenis i heterogenis. S'hauran de definir molt bé els papers professionals per evitar solapaments d'activitats, i els voluntaris no han d'exercir la feina del personal contractat del centre. Un altre tema a tenir en compte és que algunes de les tasques de voluntariat als centres demanen certes condicions físiques o mentals. És per això que l'entrevista pot ser un bon moment per preguntar, sempre amb respecte si la persona es podria trobar amb alguna dificultat per a desenvolupar determinades accions. Sempre s'haurà d'especificar el perquè de la pregunta.

La FSP requereix que els voluntaris compti amb certes competències especifiques:

- Habilitats psicoterapèutiques (psicòlegs, altres professionals amb formació en psicoteràpies).
- Habilitats socials (treballadores socials o sociosanitària).
- Habilitats sanitàries (infermeria, medicina o psiquiatria).
- Habilitats de administració o informàtica.

7.3. ACOLLIDA

L'acollida és la fase de l'inici de la col·laboració entre el voluntari i l'entitat. Té un aspecte formal que és la firma del document de compromís, on s'especifica la voluntat de la persona de respectar els seus horaris, participar en les formacions i les reunions, les funcions assignades i el que esperem de la seva col·laboració. En aquesta fase com a norma general s'inclou una formació inicial obligatòria, que en els casos del voluntariat de sociosanitària com la FSP és molt important per organitzar l'entitat i les seves relacions amb altres dispositius o centres: nocions de prevenció i higiene aplicada als usuaris, acompanyaments, formació i aprenentatge de les malalties cròniques mes freqüents. També s'aprofita per presentar alguns voluntaris i col·laboradors així com els professionals de referència i el coordinador del voluntariat. És recomanable programar dues o tres sessions d'acollida a l'any per a totes les persones que s'hagin vinculat en els últims mesos.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

7.4. INCORPORACIÓ

Després de l'acollida ve la fase d'incorporació, moment en què la comunicació entre els diferents agents implicats en la col·laboració comença. Per valorar-ho, és aconsellable organitzar una reunió amb les persones voluntàries i les referents de voluntariat de l'entitat i dels centres vinculats. Seguidament, caldrà fer una sessió de presentació del nou equip de voluntariat a totes les persones assalariades, explicant-los a aquests les activitats que duran a terme les persones voluntàries. En tot moment es tractarà de posar les persones ateses al centre vinculat i el seu benestar com l'objectiu de la col·laboració.

7.5. FORMACIÓ

El voluntariat social i sanitari ha d'introduir en el seu cicle tres tipus de formació: bàsica, continuada durant l'acció i complementària a la bàsica, i específica, per a aprofundir en temes concrets. Tots aquests tipus de formació han d'involucrar diferents actors, i en el cas del voluntariat de la FSP és especialment important implicar els professionals socials i de la salut en aquests processos. Per al voluntariat sanitari, la formació bàsica ha d'incloure una visita al centre, un repàs de les mesures d'higiene i seguretat, un organigrama del personal sanitari, i una exposició dels circuits de comunicació i les pautes d'actuació per a resoldre incidències i desenvolupar la tasca voluntària (límits normatius, salut física i mental de la persona atesa, situacions emocionalment difícils...).

La formació continuada, d'altra banda, és periòdica, hi ha d'incloure sessions de supervisió i de promoció del treball en equip.

Per últim, la formació específica del voluntariat dependrà de les necessitats de l'equip, de les característiques de les funcions que desenvolupa i dels objectius de la entitat. Aquestes formacions poden ser pagades per l'entitat o, si escau, assumides per les persones voluntàries.

A part d'aquestes tipologies formatives, en el voluntariat sociosanitari és recomanable incloure formació en prevenció del 'burnout'.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

7.6. ACOMPANYAMENT

En tots els programes de voluntariat cal una figura referent que faci un seguiment de les persones que col·laboren durant tota la durada del voluntariat. És un aspecte necessari per a enfortir el compromís i la responsabilitat de la persona, tot establint una conversa constant que permeti identificar i ajustar les motivacions de la seva tasca.

L'acompanyament, a més, és especialment necessari al voluntariat sociosanitari perquè s'hi poden donar situacions de frustració, on la persona sent que no pot ajudar tant com voldria. En aquests casos, cal que la persona responsable actualitzi la seva situació per tal que continuï sentint-se part activa del programa. És un seguiment que hauran de fer alhora els centres de salut i l'entitat, però l'equilibri pot fluctuar depenent de les seves respectives realitats: per exemple, si l'entitat és petita, l'acompanyament per part del centre haurà de ser més gran.

Una de les eines per a dur a terme aquest acompanyament és l'anomenada avaluació 'in itinere', que ve a ser un formulari amb uns indicadors bàsics establerts conjuntament entre tots els agents implicats. L'enquesta resultant l'hauran de respondre el voluntariat, l'entitat, el centre de salut i les persones ateses.

Una altra eina útil són, evidentment, les reunions. És aconsellable que s'organitzin trobades periòdiques entre les persones responsables del voluntariat i de la entitat.

7.7 DESVINCULACIÓ

L'última fase de tot cicle de voluntariat és la desvinculació, que reflectirà el grau d'èxit de les fases anteriors. En tot cas, pot donar-se tant per iniciativa de l'entitat com de la persona voluntària, així com per part del centre de salut en els models extern i mixt. Sigui com sigui, aquest moment ha de disposar d'espais on poder valorar conjuntament les raons de la desvinculació, on s'inclogui també un agraïment, una valoració de la tasca i un acord pel que fa a la relació que es mantindrà en un futur.

A més, a banda dels diferents documents que cal firmar en la desvinculació (certificat de participació, formulari amb els motius de la desvinculació, recull de valoracions...) és aconsellable que el tancament es dugui a terme en una mena de cerimònia de comiat i reconeixement públic. Això no serà només ben valorat per part del voluntariat, sinó que també permetrà a les persones ateses acomiadar-se de les persones que les han acompanyat.

7.8. BALANÇ DEL VOLUNTARIAT

Van iniciar el 2024 amb 27 voluntaris. Es van desvincular 3 voluntari i per contra es van sumar 2voluntaris sent el balanç final a 31-12-2024 van ser 26 voluntaris vinculats.

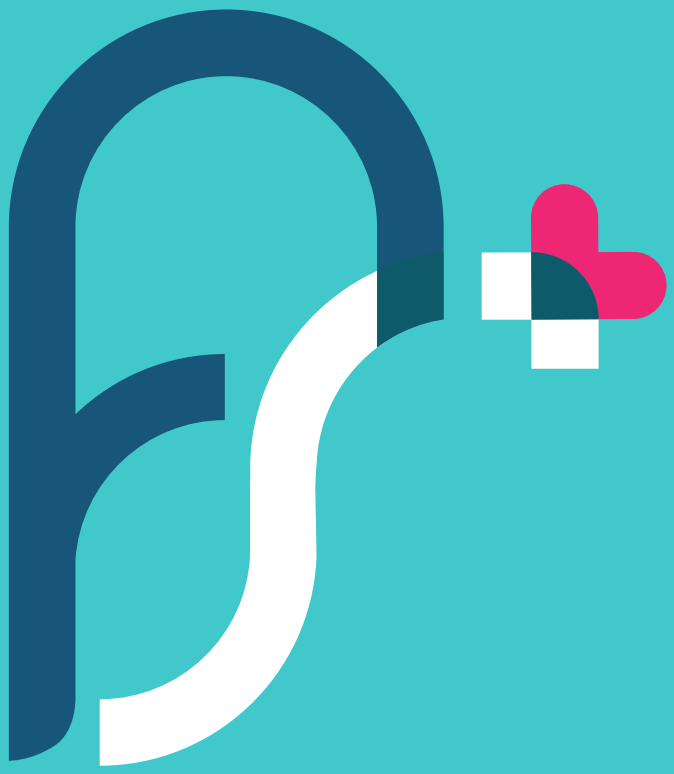
FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona

8. Conclussions i projectes de futur.

Desprès de valorar els diferents objectius generals i les activitats realitzades al 2024 podem concloure s'han complert la majoria dels objectius proposats.
En primer lloc, l'accés dels usuaris al projecte s'ha situat dins els límit previstos malgrat les dificultats la restriccions de les derivacions de la xarxa sociosanitària permetent la vinculació de .... persones amb malalties cròniques i ... dels seus familiars.
La severitat dels diagnòstics dels pacients participants posen de manifest l'important risc per la salut física i la salut mental que ha representat l'aïllament les limitacions potencials als que han de fer front en la situació pandèmia. Respecte a l'aïllament i la solitud no desitjada, el projecte ha
permès un contacte regular, presencial i online amb els pacients i familiars mantenint una mitjana de mes de 10 contactes per pacient a l'any per recollir les demandes d'atenció no resoltes, tant a nivell individual com grupal.
En segon lloc, la gran part dels pacients i familiars han incrementat el grau de coneixement de les malalties, les possibilitats de millora i afrontament en relació a la formació rebuda als tallers de psico-educació i de suport emocional, a l'hora que han vist incrementada la seva capacitat per resoldre conflictes i millorar el clima familiar.
Per últim, la FSP ha mostrat que la integració d'un únic recurs comunitari que reuneix aspectes assistencials, de socialització i psico-educatius amb persones amb malalties cròniques i llurs famílies, constitueix un sistema d'atenció efectiu tant per la detecció i resolució dels problemes socials i de salut que afecten a les persones com per el seu dinamisme i el seu cost limitat.

Com a nous reptes de futur, la Fundació Salut Plus preveu desenvolupar nous projectes
enfocats en la millora de la salut i la qualitat de vida percebuda per persones i familiars amb malalties cròniques a la comunitat considerant l'ús de noves tecnologies que permetin l'accessibilitat a la població i la combinació de tècniques d'intervenció psicològica, intervenció social i a activitats psico-educatives en mostres mes amples.

FUNDACIÓ SALUT *PLUS*
C/ Manel Farrès, 89, baixos, 2A
Tel. 629735313
08173. Sant cugat del vallès
Barcelona



FUNDACIÓSALUT *plus*

Atenció psicosocial a la persona amb malalties cròniques

www.fundaciosalutplus.cat