



# MEMÒRIA DEL PLA DE TREBALL ASSOCIACIÓ DARUMA ANY 2020



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

## **INTRODUCCIÓ**

Aquest és el recull d'activitats que ha portat a terme l'associació Daruma al llarg de l'any 2020, juntament amb el tancament del pressupost que ha resultat dels ingressos obtinguts de diferents fonts i de les despeses que aquestes activitats han comportat.

Hem de destacar que totes les actuacions portades a terme al llarg d'aquest any 2020 han estat marcades sense treva per la pandèmia del COVID-19, que ha dificultat molt tant les activitats que porta a terme l'associació com el contacte dels socis a través del GAF i de les trobades col·lectives que fem cada any.

També volem fer esment que aquest ha estat l'any en que l'associació s'havia marcat com a principal objectiu específic fer el Pla Estratègic i, tot i que ho hem assolit, la pandèmia ha fet canviar molts dels nostres plans i sobretot de la metodologia que havíem previst.

En aquesta memòria també hi ha un últim apartat que recull les propostes de millora que, una vegada analitzades totes les activitats que s'han portat a terme, s'han vist necessàries d'aplicar.

## **INDEX**

### **1. DADES IDENTIFICATIVES DE L'ENTITAT**

### **2. PROJECTES I ACTIVITATS PORTATS A TERME**

### **3. ORGANITZACIÓ DE LA TASCA DE LA JUNTA**

### **4. MEMÒRIA ECONÒMICA**

### **5. PROPOSTES DE MILLORA**

## **1. DADES IDENTIFICATIVES**

DARUMA

Amb seu a l'Avda. Del Parc núm. 9, 3<sup>r</sup> pis de Granollers.

CIF G61404612

Telèfon 647473060

@correu [daruma@darumaassociacio.com](mailto:daruma@darumaassociacio.com)

La nostra pàgina web és <http://www.darumaassociacio.com/>

Responsable de l'entitat Francesc Ventura i Riera

La junta directiva està formada pels següents socis:

- \* Francesc Ventura i Riera , President
- \* Agustina Felguera, Vicepresidenta
- \* Santi Duran i Avedillo, tresorer
- \* Isabel Alcalde i Sastre, secretària
- \* Concepció Borrell , vocal
- \* Sergi López , vocal
- \* Montse Aldroufeu, vocal

## **2. PROJECTES I ACTIVITATS PORTATS A TERME**

El Pla de treball d'aquest any ha estat absolutament determinat per la pandèmia i les restriccions que aquesta ha imposat a nivell de trobades, activitats i relacions amb la comunitat .

Un altre dels aspectes que ha marcat el pla de treball d'aquest any ha estat l'elaboració del Pla Estratègic (PE) que ens ha omplert el temps amb diferents actuacions que ha calgut fer per tal d'elaborar-lo.

A banda de les actuacions per portar a terme el PE s'han continuat fent algunes de les activitats que Daruma ja va fer al llarg del curs, condicionades això sí per la pandèmia: xerrades, presentacions de llibres, la participació al dia Mundial de la salut Mental etc...

En aquest apartat les anirem detallant

## 2.1 Grups d'ajuda familiar

Els Grups d'Ajuda familiar amb professional són un servei de suport que afavoreix les relacions interpersonals i promou la sociabilitat. Per això es considera rellevant l'aportació de les pròpies experiències dels membres que els formen i de l'efecte terapèutic que puguin proporcionar com a sistema de suport social.

Els Grups d'Ajuda familiar amb professional consisteixen en un espai periòdic de teràpies de grup, de suport i recolzament a les famílies que tenen algun familiar amb trastorn mental.



Aquest any hi ha hagut 4 grups diferents :

**a)** Grup de teràpia familiar per a pares, mares i parelles de les persones amb TM que fa pocs temps que fan teràpia o bé fa poc que viuen aquesta problemàtica. D'aquesta tipologia se'n fan dos grups, un el dijous de 16 a 17:30 de la tarda i l'altre també en dijous de 18 a 19:30 del vespre. Tenen una periodicitat setmanal.

**b)** Grup de teràpia familiar per a germans de persones amb TM, es troben els dijous de 19 a 20:30 h quinzenalment.

**c)** Grup de teràpia familiar per a pares, mares i parelles veteranes que fa molt temps que tenen a un familiar amb TM, es troben els dijous de 10 a 11:30 h quinzenalment.

Aquest any ha continuat com a conductor dels grups el psicòleg Miquel Miranda, que està molt ben valorat per tots els components dels grups. Si l'economia de l'entitat i les subvencions ens ho permeten, mantindrem a aquest professional.

La pandèmia va fer que tota la primera etapa de confinament, del 14 de març a finals de maig, no es podessin fer els grups. Per aquest motiu cada un dels grups, a través de diferents membres de la junta, es va anar organitzant per fer trobades virtuals a través del wapp. Van ser trobades no organitzades i sense temes concrets a parlar, amb l'objectiu principal de no perdre el contacte i donar-nos suport mutu en aquest moments de aïllament total. Es valora molt positivament per part de tots els assistents a les trobades virtuals. Quan varem poder, es van reprendre les trobades presencials amb les mesures que les autoritats sanitàries recomanaven. Es van allargar fins a finals de juliol i es van començar a primers de setembre per compensar tots els dies que no ens havíem pogut trobar.

## 2.2 Ajuda individualitzada a les famílies

L'Ajuda Individualitzada i professionalitzada s'ha ofert a tots els socis que vulguin consultar amb un professional quan per la seva situació personal, no únicament familiar, es veuen amb la necessitat de rebre un suport i ajuda complementària.

És un servei ben acollit i, tot i que no se'n fa un ús gaire extens, considerem que cal mantenir-lo.

## 2.3 Participació en el dia de la salut mental

Aquest any la celebració del dia mundial de la Salut Mental ha estat també marcada per la pandèmia i totes les activitats que es feien s'han hagut de replantejar. No es va poder fer el teatre del grup Imagina amb els alumnes dels centres de Granollers, tampoc es va fer la caminada popular ni cap de les activitats que hi van relacionades i a les que Daruma dona suport (botifarrada , parada informativa venda de loteria etc...)

Per contra Daruma hi va participar a través d'altres activitats :

a) Convocatòria del **Concurs de cartells del dia mundial de la Salut Mental**, que organitza i subvenciona DARUMA.

Aquest any la guanyadora ha estat Maria Luisa Torres Sanz. L'exposició de cartells s'ha fet a la Biblioteca Can Pedrals i el lliurament del premi s'ha hagut de fer a través de transferència bancària, doncs la guanyadora és de Tarragona i no es podia desplaçar fins a Granollers.



**b) Dijous 8 d'octubre a les 18.30 h. Sala d'actes del Museu de Granollers**

**Conferència: "Com construir i gestionar un patrimoni protegit per a persones amb discapacitat"**, a càrrec de Montse Benito, assessora juridicofiscal de la discapacitat  
Cal inscripció prèvia a: [daruma@darumaassociacio.com](mailto:daruma@darumaassociacio.com)  
o al telèfon 639708661

Organitza: Associació Daruma de familiars per la salut mental



**c) Dimarts 20 d'octubre a les 18.30 h. Sala d'actes de la parròquia de Sant Esteve de Granollers**

**Conferència: "Mites i realitats sobre la salut mental"**

Amb el Dr. Panicali, psiquiatra. Marta Jover, activista d'Activament i Isabel Alcalde de l'Associació Daruma, de Familiars per la salut Mental del Vallès Oriental.

Organitza : AGEVO

Es va valorar molt positivament , tant per part dels ponents com dels assistents a la xerrada. Es valora exportar aquest format de conferència altres espais ciutadans.





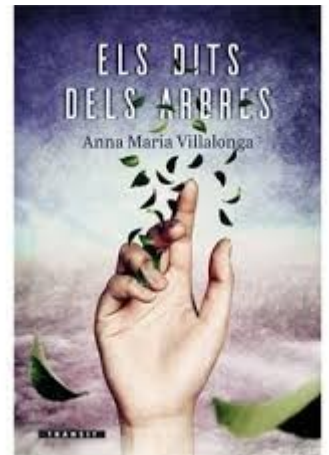
**d)** Exposició de cartells del concurs pel Dia Mundial de la Salut Mental'21a la Biblioteca Can Pedrals

**e)** Dimarts 27 d'octubre a les 18 h. Sala d'actes del Museu de la Tela

**Presentació llibre: *Els dits dels arbres***

Amb l'autora, Anna M. Villalonga, escriptora i professora de literatura catalana (UB)

Organitza: Associació Daruma de familiars per la salut mental



**f)** També hem participat com a membres actius a la Setmana de la salut mental als mitjans locals

**Ràdio Granollers.** Espai especial dedicat a la Salut Mental del 5 al 9 d'octubre, a les 11.30 h

**Vallès Oriental TV.** Entrevistes i espais especials del 9 al 16 d'octubre, als programes *Hangar*, *A fons*, *la entrevista* i *Busquem respostes*



## 2.4 Sortides de convivència amb els associats i els seu fills

Enguany tampoc hem pogut portar a terme la sortida de primavera ni el dinar de Nadal amb els associats i els seus fills /es.

La sortida era a Manlleu a visitar el Museu del Ter i la Colònia Tèxtil Rossinyol.



Només varem poder fer un berenar de comiat del curs el mes de juliol que va coincidir amb una de les assemblees de presentació del PE

## 2.5 Projecte Parelles artístiques

Parelles Artístiques consisteix en la creació i la posterior exposició d'unes obres realitzades per parelles artístiques formades per un artista amateur vinculat a recursos de salut mental i per un artista professional. L'exposició és la presentació pública de les obres i la culminació del treball realitzat, però es valora sobretot el procés creatiu que viu cadascuna de les parelles.

Aquest any. Degut també a la pandèmia, no s'ha pogut portar a terme el projecte.

En aquests moments estem preparant juntament amb la fàbrica de les Arts de Roca Umbert i Activament Granollers el projecte que es portarà a terme la llarg del 1<sup>r</sup> trimestre del 2021 i que es farà extensiu atots els



artistes de la ciutat culminat en una jornada de tallers i conferències sobre salut mental.

## **2.6 Participem als projectes de salut mental de la zona**

Hem estat present a totes les organitzacions de salut mental que estan actives a Granollers i a nivell de Catalunya. Aquest any Daruma fa la coordinació de la **Taula de Salut Mental de Granollers**, formem part del grup **Antiestigma** de la Taula de Salut Mental, som membres de la **Federació Salut Mental Catalunya i de les Associacions de Familiars de Malalts Mentals de Catalunya** FECAFAM, socis d'**ACTIVA't**, i col·laboradors de la Fundació LAR i dels clubs socials del Portalet (Granollers) i la Torrassa (Llinars). També participem i assistim a conferències, seminari i/o congressos de salut que s'organitzen a la nostra zona.

Concretament aquest any hem participat al taller sobre emocions, a partir de la música i el moviment, que s'ha fet al TAG amb el grup de Teatre Les Impuxibles, els dies 11, 24 i 27 de febrer. Va ser una experiència realment enriquidora i que ens va permetre entendre una mica millor el sentiments dels nostres fills envers el seu trastorn i el paper que hi juga la família en la seva recuperació.

També hem participat al projecte « Fent costat entre famílies» Projecte de famílies voluntàries per poder acompanyar altres famílies. L'objectiu és que les persones amb experiència en tenir cura d'un familiar o persona propera amb problemes de salut mental es formin per oferir suport emocional, acompanyament i orientació a altres persones que estan passant per una situació similar.

## **2.7 Conferències i presentació de llibres**

A banda de la conferència i la presentació del llibre que es va fer a l'entorn de la celebració del Dia Mundial de la salut mental, Daruma no va poder fer cap altra de les conferències i presentacions de llibres que tenia previstos.

Esperem que, a mesura que vagi minvant la potència de contagis de la COVID 19, podrem reprendre la nostra activitat informativa i divulgativa. Queden pendents de cara al 2021 la xerrada pels socis sobre la situació legal dels nostres fills (testament, curatela ...) un cop nosaltres no hi siguem. La demanarem a l'entitat d'Osona l'Esguard.

També queden pendents altres més relacionades amb els trastorns. Hem pensat de contactar amb persones mediàtiques que poguessin venir a explicar com els afecta el trastorn en la seva vida quotidiana i com ho l'han superat. L'objectiu és intentant que les persones que en parlin siguin prou conegudes per aconseguir l'efecte de donar-ho a conèixer fora de l'entorn de la Salut Mental. Les possibilitats serien les següents: Ricard Ustrell (ansietat), Roger de Gràcia (Trastorn bipolar), Mercedes Milà (depressió ). També teníem pensat de fer activitats en altres poblacions de la comarca per a donar a conèixer l'associació (per exemple muntar parades per sant Jordi a poblacions on tenim associats), però tampoc ha estat possible. Resta pendent per l'any 2021.

## 2.8 Cicle de Cinema per la Salut Mental

Conjuntament amb l'Entitat Activament Granollers (Col·lectiu Actiu de Persones amb l'Experiència del Trastorn Mental), alguns professionals de la psiquiatria del Centre de Salut Mental Benito Menni, i Daruma (Associació de familiars per la salut mental del Vallès Oriental) ens hem proposat portar a terme un cicle de cinema dedicat a la salut Mental. La regidoria de salut de l'Ajuntament de Granollers subvencionarà el projecte.

Els objectius són els següents:

- ➔ Canviar actituds i comportaments en relació a les persones que tenen un trastorn de salut mental.
- ➔ Posar a disposició de la ciutadania films que reflecteixin la problemàtica que viu la persona que pateix un trastorn mental
- ➔ Sensibilitzar la població en general de la problemàtica que l'estigma contra la salut mental provoca al nostre entorn social.
- ➔ Establir un debat sobre com superar les barreres i l'estigma a través del fòrum que es faci de la pel·lícula visionada.
- ➔ Aportar l'experiència de la primera persona, dels familiars i dels professionals al fòrum perquè totes hem de poder donar la nostra visió sobre el trastorn mental.

No ha estat possible iniciar el cicle doncs ens hem vist immersos en les restriccions que ha portat la pandèmia.

Ens proposem iniciar-lo tant bon punt les mesures sanitàries i organitzatives ens ho permetin.

Com a primer tast del Cicle de cinema els dies 20, 21 i 22 de febrer van presentar a demanda de l'AC la Pel·lícula Joker. Ho hem preparat conjuntament amb ActivaMent i amb alguns psiquiatres de Benito Menni a nivell particular ( Francesco Panicali i Ferran Viñas). Va ser una sessió molt concorreguda. Al fòrum posterior hi van participar moltes persones interessades en la SM, sobretot primeres persones i va resultar molt interessant.



## DESMUNTANT JOKER

EDISON FEBRER 2020

Joker té moltes lectures,  
la nostra és la de la Salut Mental.

20, 21 i 22 de febrer al Cinema Edison.  
Presentació a l'inici de cada sessió i  
cinefòrum el 22 febrer després de la projecció

**ACTIVAMENT.**  
Col·lectiu Actiu de Persones amb l'Experiència del Trastorn Mental

**DARUMA.**  
Associació de Familiars per la Salut Mental del Vallès Oriental

Francesco Panicali i Ferran Viñas psiquiatres del  
Complex Assistencial en Salut Mental **BENITO MENNI**



### 3. ORGANITZACIÓ TASCA DE LA JUNTA

Aquest any, a nivell organitzatiu, l'associació ha portat a terme les següents actuacions.« Fent costat entre famílies» Projecte de famílies voluntàries per poder acompanyar altres famílies. L'objectiu és que les persones amb experiència en tenir cura d'un familiar o persona propera amb problemes de salut mental es formin per oferir suport emocional, acompanyament i orientació a altres persones que estan passant per una situació similar.



### 3.1 Elaboració del Projecte Estratègic



Enguany, al llarg de l'any 2020, hem portat a terme el procés d'elaboració del Projecte Estratègic, que hem hagut d'anar reestructurant i modificant a mesura que la pandèmia anava fent estralls en nosaltres.

Per la seva realització hem tingut en compte els objectius que els estatuts de la nostra associació té presents com a missió d'ençà que va nàixer, aviat farà 25 anys .

Ha estat un treball minuciós de converses amb els socis, amb els proveïdors sanitaris i amb els col·laboradors de l'entitat.

Per elaborar aquest projecte també ens ha afectat les restriccions de la COVID que no ens ha permès de fer les trobades previstes i algunes de les quals s'han hagut de fer a novell telemàtic. De tota manera hem aconseguit de fer una avaluació global diagnòstica de la nostra associació, hem

elaborat els punts bàsics de la nostra missió, visió i valors i finalment, a partir de les propostes, hem elaborat uns objectius estratègics i unes activitats per portar-los a terme.

L'hem aprovat per assemblea de socis i el mes de gener de 2021 el presentarem a la ciutadania de Granollers.

Per portar-lo a terme hem rebut una subvenció de Generalitat de 2.865 € que utilitzarem per pagar els serveis de la tècnica que hem contractat i altres despeses que generi el projecte .

### **3.2 Participació a la Comissió de replantejament de la celebració del Dia Mundial de la Salut Mental**

Hem participat a la comissió de la FSMC que va replantejar el format de celebració del dia Mundial de la Salut Mental. Aquest any 2020 s'havia de portar a terme a Igualada però donades les circumstàncies no es va poder fer. Daruma havia proposat de fer la celebració a Granollers l'any 2021 però segurament si es pot portar a terme es farà a l'indret on s'havia de fer .





### **3.3 Demanda de subvencions**

Aquest any hem demanat les següents subvencions: IRPF, Caixa Banc, COPC, Col·legi oficial de psicòlegs de Catalunya.

D'aquestes subvencions ens han atorgat la del IRPF de la que havíem demanat 2.480€ però només ens n'han donat 969 € que s'ha utilitzat per pagar els honoraris del psicòleg dels GAF, grups d'ajuda familiar.

Caixa banc ens ha atorgat una subvenció no finalista de 3000€ i la del Col·legi oficial de psicòlegs de Catalunya no ens ha estat concedida.

En aquesta tasca així com a administrar la documentació de l'associació i tenir una mirada més professional sobre els diferents temes que volem endegar, ens hi ha ajudat na Cristina Domínguez, que fa una jornada de 4 hores setmanals.

### **3.4 Coordinació de la taula de Salut Mental i Addiccions de Granollers**

Aquest any, a partir del mes de març, la coordinació de la TSMA de Granollers l'ha portada a terme na Isabel Alcalde, secretària de la Junta de Daruma..

## 4. MEMÒRIA ECONÒMICA

Aquest any no hi ha hagut dèficit, hem superat l'any amb un ingrés positiu de 240, 41 €, de tota manera, si volem mantenir el nivell de despesa de l'associació, ens cal continuar cercant altres canals de subvenció.

### INGRESSOS :

Quotes socis.....	9.264 €
Venda loteria de Nadal .....	930€
Subvencions Generalitat.....	5.340,95€
Subvenció La Caixa.....	3.000€
<b>TOTAL INGRESSOS .....</b>	<b>18.534,95 €</b>

### DESPESES

Despeses Bancaries.....	264,37€
Despeses gestió de rebuts.....	587,42€
Psicòleg grups de teràpia familiar .....	7.810 €
Professionals externs.....	1.818,98
Assegurances.....	371,52€
Telèfon.....	194,28€
Despeses oficina.....	440,68€
Correus.....	384,65€
Despeses Federació Salut Mental Catalunya .....	203,89€

Despeses viatges.....	86,15€
Despeses varies.....	414,97€
Neteja local.....	202,57€
Salaris.....	2.434,56€
Seguretat social.....	768,24€
Elaboració Pàgina web Daruma .....	968€
Presentació del Pla Estratègic .....	1.377€
<b>TOTAL DESPESES .....</b>	<b>18.327,92 €</b>

## 5. PROPOSTES DE MILLORA

- ✓ Realitzar una trobada amb el psicòleg del Grups d'Ajuda Familiar per valorar com ha anat l'any i formular amb ell el nou pla de treball de l'associació.
- ✓ Realitzar amb el psicòleg una sessió de treball per valorar quines actuacions i quins mecanismes podem posar en marxa per assolir els reptes que ens ha marcat el PE .
- ✓ Si l'economia de l'entitat i les subvencions ens ho permeten, mantindrem al professional dels GAF
- ✓ Quan la pandèmia ho permeti reprendrem totes les actuacions que ens han quedat pendents i d'altres que siguin interessants pels nostres socis i per a sensibilitzar la població envers la problemàtica dels trastorns mentals ( xerrades, exposicions, presentacions de llibres etc...)
- ✓ Mantenir la nostra presència als mitjans locals (RG, VOTV i setmanaris) al llarg del mes de la salut mental a través de la TSMA.
- ✓ Organitzar conjuntament amb l'espai d'arts de Roca Umbert el Projecte Parelles Artístiques 202.
- ✓ Iniciar, tant bon punt les mesures sanitàries ens ho permetin, conjuntament amb Activament Granollers (Col·lectiu Actiu de Persones amb l'Experiència del Trastorn Mental) i alguns professionals de psiquiatria, el Cicle de Cinema de salut Mental.
- ✓ Presentar a la ciutadania de Granollers el Pla Estratègic.
- ✓ Portar a termes les propostes i activitats que ens marca per aquest any els objectius estratègics.

- ✓ Continuarem demanant les subvencions que siguin possibles però abans demanarem informació a la Federació Salut Mental Catalunya per fer bé el pressupost i que no hi hàgim de renunciar una vegada concedides.
- ✓ Aquest any 2021, si no hi ha novetats, la Generalitat ens traspasarà la gestió de l'Espai Situa't. Per aquest motiu una de les tasques més importants que caldrà fer és organitzar la gestió d'aquest espai a tots nivells amb l'ajuda de la professional que actualment hi treballa.
- ✓ Un altre dels reptes per a l'any 2021 és la posta en marxa de les actuacions del PE que tenim definides a la memòria de PE Daruma 2020 i que s'annexen a aquesta memòria.
- ✓ Parlar amb les responsables del CESMA i de l'Hospital de Psiquiatria del projecte « Fent costat entre famílies» per veure la possibilitat d'implementar-lo a Granollers.

El president de Daruma  
Francesc Ventura i Riera

