**MEMÒRIA**

**Agrupa't Lleida**

1º FASE: ÀREA VIVENCIAL, OCUPACIONAL I D'ACOLLIDA

**Objectius generals i específics**

1. Millorar la qualitat de vida de les persones que per pèrdua d’hàbits, xarxa social, salut, etc.. viuen situacions molt complexes derivades del consum de drogues i que contemplen un deteriorament psíquic, físic i social important.
   1. Ocupar el temps de lleure amb activitats que potenciïn una vida saludable i augmentin la xarxa de relacions socials per integrar-se a la comunitat.
   2. Oferir formació en habilitats socials, resolució de conflictes, comunicació assertiva i cohesió de grup, a través d’un grup de treball.
   3. Desintoxicar el cos mitjançant hàbits alimentaris saludables.
2. Evitar processos més complexos de marginació
   1. Incidir en l’adherència positiva al circuit d’ intervenció-suport.
   2. Oferir un espai d’ acompanyament personalitzat en referència a l’itinerari de cada usuari/a.
   3. Iniciar i prendre contacte amb les noves tecnologies per afavorir la inserció social.
   4. Oferir assessorament jurídic a aquelles persones que no tenen capacitat de poder accedir a la xarxa pública normalitzada.
3. Sensibilitzar la comunitat vers la realitat de les persones amb problemes de consum de drogues en relació a les seves necessitats i dificultats.
   1. Participar de les diferents activitats de l’àmbit comunitari, fomentant el treball en xarxa amb altres col·lectius i/o entitats.
   2. Participar en diferents jornades, plataformes i  federacions per fer ressò social.

**Objectius específics, actuacions i avaluació**

**OE 1.1**

**Ocupar el temps de lleure amb activitats que potenciïn una vida saludable i augmentin la xarxa de relacions socials per integrar-se a la comunitat.**

**OE 1.2**

**Oferir formació en habilitats socials, resolució de conflictes, comunicació assertiva i cohesió de grup, a través d’un grup de treball.**

**O.E.2.1**

**Incidir en l’adherència positiva al circuit d’ intervenció-suport.**

***Actuació 1***

**Espai Ocupacional.**

Es tracta d’una activitat oberta i de baixa exigència per al col·lectiu, que pretén ocupar el temps lliure amb activitats  lúdiques i d’oci.  Aquest espai esta format pel següent  bloc d’activitats:

* Taller creatiu. Es treballen activitats de caràcter creatiu per mitjà de manualitats. Aquesta activitat ha permès desenvolupar la part més artística de cada una d’elles.
* Taller de rebosteria. Es treballa l'elaboració de dolços i postres de manera creativa.
* Visites culturals. Es realitzen sortides a diferents punts culturals i lúdics de la ciutat que serveixen per adherir-se a l’ocupació del temps de lleure, afavorir les relacions i la cohesió del grup, al mateix temps que es coneixen les oportunitats de la ciutat a nivell d’oci i s’aprenen aspectes històrics i culturals.
* Piscines Municipals. Per aprofitar el bon temps de l’estiu, l’Espai Ocupacional es realitza a les Piscines Municipals de Cappont, durant els mesos de juliol i agost.
* Assemblea. Es l’espai de trobada grupal on es decideixen les pròximes activitats i on s’obre un torn de paraula pels aquells/es que vulguin fer propostes de noves d’activitats.

***Calendari:*** Aquest espai es realitza els dilluns de 10.30h a 12.30h. Cada dilluns  i durant un trimestre, es fa una de les activitats, de manera que durant l’any es realitza el bloc sencer d’activitats. Les assemblees i el Taller Creatiu es duen a terme a l’espai de la pròpia entitat menys les corresponents a les visites culturals, que es realitzen al mateix lloc que anem a fer la visita i el Taller de Rebosteria que es realitza a l'espai de la cuina, espai cedit per l' Ajuntament de Lleida. I l’activitat de les Piscines Municipals es realitza a les instal·lacions de les Piscines Municipals de Cappont. ***Indicadors:*** S'han realitzat un total de 38 sessions amb una mitjana d’assistència de 7 persones. Dins de l’espai ocupacional les activitats que s’han fet són:

1. Taller creatiu (13 sessions)
2. Visites a espais culturals (5 sessions)
3. Assemblees (11 sessions)
4. Taller de rebosteria (9 sessions)
5. Piscines (16 sessions).

Respecte a l'avaluació del grup destaquem:

* Es segueix enfortint la bona coordinació amb els professionals de l’Espai d’entitats GSS i del CASD de Lleida, aquesta coordinació permet un bon treball en equip, alhora que també ens permet mantenir el nombre de derivacions i acollides, treball imprescindible per poder donar continuïtat a aquest espai.
* És un bon servei d’entrada per als i les participants, sent una bona eina de trobada, apropament i coneixement inicial en concordança amb la situació de procés en què estan, a més a més, afavoreix posteriors fases d’intervenció i de relació, i millora la comunicació entre iguals.
* El fet de mantenir el mateix bloc d’activitats permet als usuaris mantenir l’estructura de les activitats i oferir facilitats pel que fa als horaris, ja que els hi és difícil recordar els horaris de les activitats i els llocs on es realitzen.
* Pel que fa al Taller de Rebosteria, que és nou, cal dir que ha estat una activitat puntuada amb gairebé un 8 sobre 10. Veiem doncs, que cal donar-li continuïtat ja que és una activitat a demanda dels usuaris/es i la qual ha tingut una molt bona rebuda.  És una activitat que ha incrementat la motivació dels participants i la cohesió de grup, per tant, és important mantenir-la de cara als pròxims anys, i alhora poder augmentar el nombre de participants i mantenir la unió que s’ha creat al grup.
* Les assemblees mensuals ofereixen als usuaris/es el calendari mensual amb totes les activitats corresponents i detallades, és necessària per a mantenir el vincle grupal i poder aportar l’opinió general respecte les activitats que és realitzaran aquell mes o que ha han estat realitzades amb anterioritat, ja que en aquesta activitat es dona l'espai per a que comparteixin la seva opinió respecte a totes les activitats i es puguin fer les propostes i els canvis oportuns.
* Es considera important i necessari l’opinió i valoració de cada un/a d’ells, ja que són ells/es els que realitzen les activitats de manera directa, per tant, l’assemblea mensual es una activitat imprescindible que es manté cada any.
* L'assemblea ha estat valorada amb gairebé un 8 sobre 10, per tant, es important mantenir-la com una de les principals activitats de l’Espai Ocupacional.
* L’activitat de les Piscines Municipals, tot i ser un espai destinat a fer natació lliure i una activitat de grup lúdica, les valoracions demostren que tant sols un 1,11% ha fet ús d’aquesta activitats per adquirir hàbits saludables com es “fer esport”.
* Gairebé un 7% ha fet una valoració positiva sobre l’ús d’espais de la nostra ciutat, això mostra que els ha permès utilitzar els diferents espais de Lleida en els seus moment lúdics.

***Actuació 2***

**Sortides.**

Es realitzen sortides a diferents punts culturals i lúdics que serveixen per adherir-se a l’ocupació del temps de lleure, afavorir les relacions i la cohesió del grup, al mateix temps que coneixen alternatives a nivell d’oci i aprenen aspectes culturals.

***Calendari:*** Aquesta activitat es realitza de manera puntual.

***Indicadors:*** S’ha realitzat 1 sortida. A la Platja de Tarragona van assistir 16 persones. Respecte a l'avaluació del grup destaquem:

* Augmenta la cohesió de grup i alhora aporta estabilitat.
* Participació màxima dels usuaris/es, fet que proporciona més unió al grup.

***Actuació 3***

**Grup d’habilitats socials.**

Aquesta activitat consisteix en realitzar dinàmiques grupals ( de confiança, comunicació, resolució de conflictes, art-teràpia, etc. )  desenvolupant les diferents capacitats tant a nivell individual, com grupal, per tal de motivar als i les participants i generar un ambient positiu que ajudi a cohesionar i alhora fer créixer al grup. Principalment s’intenta realitzar més dinàmiques a nivell grupal, ja que la finalitat d’aquest grup es treballar aspectes positius entre iguals.

***Calendari:*** Es realitza cada divendres de 11h a 13h en un espai cedit per l’Hospital Santa Maria (CAS).

***Indicadors:***

S’han realitzat un total de 43 sessions amb una mitjana d’assistència de 10 persones.  La tipologia de sessió més destacada ha estat aquella en que es treballa la vessant creativa i artística, és a dir, les activitats relacionades amb l'art-teràpia, ja que són les que fan que connectin amb la seva part més emocional i els genera sensació de benestar.

Hi ha consolidat un grup estable i de referència que participa activament en la preparació i millora de la 1era fase, apostant per la continuïtat i equilibri grupal.

Es manté la millora de la comunicació entre el propi grup, ja que hi ha més fluïdesa i més assertivitat en el tracte i això, ha incidit directament en la motivació i participació en l’activitat, aconseguint una millora en la cohesió de grup i el recolzament mutu entre iguals.

OE 1.2

**Oferir formació en habilitats socials, resolució de conflictes, comunicació assertiva i cohesió de grup, a través d’un grup de treball.**

OE 1.3

**Desintoxicar el cos mitjançant hàbits alimentaris saludables.**

***Actuació 1***

**Taller de cuina**

El taller consta d'una primera part explicativa sobre els aliments que s'han de cuinar, quins beneficis tenen per al cos, de quina forma es poden cuinar, i com son més beneficiosos per al nostre cos. La segona part del taller es realitzen dos àpats, un fred i un calent. Els usuaris han de participar activament de la elaboració i el preparat dels plats, que una vegada finalitzat s’emportaran per poder-s’ho menjar. Cada setmana dues persones participants són les encarregades de dinamitzar el taller i ser les responsables, així a l'hora també treballem l' apoderament, l’assumpció de responsabilitat, el treball en equip i el lideratge.

***Calendari:*** Es realitza un dia a la setmana durant 2 hores ( dijous, de 10 a 12 h.), en un espai cedit per l’Ajuntament de Lleida.

***Indicadors:*** S’han realitzat un total de 44 sessions amb una assistència de 25 persones en total. La mitjana de persones a cada sessió ha estat de 9 persones.

De forma rotativa han passat com a responsables de cuina cadascun dels participants. La pròpia metodologia ha promogut la implicació, participació, iniciativa i responsabilització a l'activitat, ja que al ser el grup el que decideix el menú, la llista de la compra i les funcions i tasques de cadascú, el bon desenvolupament de l'activitat ha depès de com s'han gestionat les responsabilitats.

Dels resultats obtinguts, destaquem:

* Que hi ha un alt grau de participació i satisfacció a l’hora de participar al grup, ja que ha estat un taller on ha participat molta gent a nivell quantitatiu, així com s’ha vist una motivació a l’hora de participar i de proposar nous plats per fer i de realitzar les tasques corresponents al taller.
* Trobem un alt grau de satisfacció global respecte al taller de cuina. Els usuaris/es han manifestat valoracions positives respecte al taller i així s’ha comprovat amb el alt nombre de persones participants cada setmana.
* Que al 63% manifesta que el poder emportar-se l’àpat a casa els ajuda a cobrir les necessitats bàsiques d’alimentació.
* Destaquem que una gran majoria ha aprés una millor comunicació amb els i les companyes i que s’ha aprés a treballar amb equip. Tota l’activitat es fa en grup i això ha permès treballar la comunicació de forma efectiva entre ells, ja que s’ha observat que s’ha disminuït l’agressivitat a l’hora d’establir relacions comunicatives, les participants poden expressar-se de manera efectiva i sense sentir-se jutjats.
* Que un 80% ha introduït nous hàbits alimentaris en la seva dieta del dia a dia. És a dir, s’han agafat idees de cuina i les han pogut treballar a casa al seu dia a dia, cuinar nous àpats i utilitzar nous aliments. Els ha servit de formació i aprenentatge.
* Cal treballar al grup la flexibilitat amb els altres, el saber dir que no, observem que la paciència i l’espera son indicadors a seguir treballant, així com el saber dir que no a l’altre i connectar amb les pròpies necessitats, sense cobrir les dels altres.
* El 30% manifesta que no ha reduït el grau d’ansietat i estrés. Ens donem compte que el grau d’angoixa és molt elevat i tot i notar una millora al respecte, cal continuar treballant amb la línia de que el taller de cuina sigui un espai segur, de relacions sanes i es pugui crear un espai entre iguals de confiança.

OE 2.1

**Incidir en l’adherència positiva al circuit d’ intervenció-suport.**

OE 2.2

**Oferir un espai d’acompanyament personalitzat en referència a l’itinerari de cada usuari/a.**

***Actuació 1***

**Tutories**

Per tal de complementar el treball grupal es realitzen tutories individuals  on es treballen aspectes d’altres camps temàtics com el familiar, assistència mèdica, orientació formativa, etc.

***Calendari:*** Es realitzen a la mateixa entitat durant els matins dels dimarts.

***Indicadors:*** S’han realitzat un total de 23 tutories, atenent a un total de 12 persones. Les tutories més demandades han estat per temes d’assessorament en visites amb altres recursos socials, problemes personals de salut o de parella, d’habitatge i econòmics.

Es valora:

* Molt positivament realitzar les tutories de seguiment a totes aquelles persones que puntualment ho volen, ja que es crea un espai personal per treballar i parlar de tot allò que els crea inquietuds personals.
* La confiança i el clima de confort que s'estableix entre professional-usuari/a.
* El 90% de les tutories donen resposta a les preocupacions personals de l'usuari/a.

***Actuació 2***

**Acompanyament**

Aquesta activitat consisteix en acompanyar l'usuari/a quan aquest no té encara prou autonomia per afrontar situacions específiques i que són necessàries per al seu pla de treball. afavorint posteriors fases d’intervenció i de relació.

***Calendari:*** Es realitza quan l’usuari/a fa la demanda d’acompanyament o quan els professionals socials creuen convenient realitzar aquest acompanyament, sempre en funció de les demandes que es reben.

***Indicadors:*** S’han realitzat un total de 5 acompanyaments, atenent a un total de 4 persones.  Els acompanyaments realitzats han estat a recursos socials: Arrels, Creu Roja, Intress ( TBC ) i a recursos sanitaris: Hospital Arnau de Vilanova i al CAS de l’Hospital de Santa Maria.

Respecte a l'avaluació destaquem:

* El bon servei d’apropament i coneixement de l’usuari/a en concordança amb la situació de procés en què es troba.
* És una gestió molt útil que serveix com a fil conductor amb l'usuari/a alhora que es constitueix l' atenció individualitzada i específica.

OE 2.3

**Iniciar i prendre contacte amb les noves tecnologies per afavorir la inserció social.**

***Actuació 1***

**Curs d’ informàtica bàsica**

Aquesta activitat pretén facilitar l'accés a aquelles persones que no han tingut contacte amb les noves tecnologies. La tecnologia avança ràpidament i l’ús de les TIC ja és una realitat. Conèixer-les i saber-les gestionar avui en dia permet tenir llibertat i fomentar la inclusió al món social.

***Calendari:*** Aquest curs es du a terme els dilluns de 16.30h a 18.00h a l’espai Punt Omnia de Lleida.

***Indicadors:*** S’han realitzat un total de 42 sessions amb una mitjana d’assistència de 4 persones.

Respecte a l'avaluació del Curs destaquem:

* S’han assimilat els conceptes bàsics d’informàtica, donant lloc al coneixement i ús de correu electrònic i xarxes socials, el treball creatiu a través de programes de disseny bàsic i el maneig del word com a eina per a escriure documents.
* S’ha disminuït el nombre d’assistents, valoració negativa ja que es tracta d'una activitat on la participació i la motivació es fluixa per parts dels participants, tot i ser una activitat que en el seu moment es va realitzar a petició dels propis usuaris/es.

OE 3.1

**Participar de les diferents activitats de l’àmbit comunitari, fomentant el treball en xarxa amb altres col·lectius i/o entitats.**

***Actuació 1***

**Activitats d’apropament**

Aquestes activitats es duen a terme durant dies concrets al llarg de l’any.  S’intenta afavorir la integració social del col·lectiu mitjançant activitats d’apropament cap a la ciutadania al mateix temps que es sensibilitza a la població de la problemàtica existent.

**Sant Jordi**

Es du a terme el dia de Sant Jordi (23 abril) i es venen roses als ciutadans/es en un punt cèntric de la ciutat. Abans de la implementació el dia de Sant Jordi, els mateixos usuaris han participat en el muntatge de la parada i en la preparació de les roses per a la venda i també són ells qui s’encarreguen de vendre-les. A més a més també es creen targetes i punts de llibre que es venen el mateix dia junt amb els roses.

***Calendari:*** Es va realitzar el 23 d’Abril, de les 8 a les 20 h., en celebració de la diada de Sant Jordi.

***Indicadors:*** Han participat un total de 12 persones. El fet de fer una activitat al carrer ens permet visualitzar l’associació i el col·lectiu, per tal d’apropar-nos a la societat i donar a conèixer els projectes socials de l’entitat.

Valorem que:

* Aquestes activitats es puntuen amb gairebé un 9 sobre 10.
* És considera important mantenir aquest tipus d’ activitats ja que, els propis usuaris/es es senten partícips d’aquestes intervencions comunitàries.
* Els permet adquirir més grau de participació i responsabilitat.

**Carnestoltes**

També es celebra el dia de Carnestoltes coordinadament amb l’ Oficina Maranyosa, PROSEC, Ciber aula Gairoles, ARLLE i Arrels. Es participa de la Rua de Carnestoltes del Centre històric de Lleida amenitzant-la amb xocolata i coca de sucre per a tots els assistents/es i música per ballar.

***Calendari:*** Es va realitzar el 5 de febrer.

***Indicadors:*** Han participat un total de 3 persones.

Es valora:

* El fet de treballar en coordinació amb altres entitats de l’àmbit social perquè incrementa el bon funcionament del treball en xarxa així com, els avantatges d’aquest.
* La motivació per part dels participants disminueix, probablement per motius relacionats amb la vergonya a disfressar-se.

**Torrons de Nadal**

Es prepara una taula informativa de l’entitat i alhora es reparteixen cafès, sucs, galetes, polvorons..., durant 4 dies al matí. Aquest espai permet el contacte amb persones que tenen poc vincle social, millora l’adherència terapèutica i promou l' intercanvi d' informació sobre diferents recursos.

***Calendari:*** Es realitza l'última setmana de desembre, durant el matí de 10h a 13h, a les instal·lacions del CASD.

***Indicadors:*** Han participat un total de 8 persones.

Respecte a l'avaluació destaquem:

* Ha permès apropar-nos al col·lectiu que realitza el seguiment al CASD i arribar a persones que no coneixien dels nostres recursos com a entitat en atenció a les toxicomanies, ja que el que pretenem principalment amb aquesta activitat es el contacte i l'apropament.

**Dinar de Nadal**

Durant l’ època de Nadal, concretament al desembre s’ha celebrat el dinar de Nadal conjuntament amb la Fundació Arrels i la oficina d’Atenció Social Maranyosa.

***Calendari:*** Es va realitzar el dissabte 17 de desembre.

***Indicadors:*** Han participat un total de 14 persones.

Destaquem que:

* La col·laboració en les tasques a fer, com el dinar, parar les taules o recollir després de l’activitat realitzada, millora la percepció de la persona mateixa i l’ajuda a sentir-se útil i valorat
* Augmenta la xarxa de relacions amb altres col·laboradors que no són de l'entitat.

2º FASE: PSICOTERAPÈUTICA I DE CREIXEMENT PERSONAL

**Objectius generals i específics**

1. Fomentar la millora de la salut a través de l’ auto-cura, el coneixement del propi cos, responsabilització i consciència de les necessitats psicoafectives i la seva gestió, mitjançant activitats adaptades al col·lectiu.
   1. Adquirir coneixements i experiències en resolució de conflictes, comunicació assertiva, consciència corporal, emocional i mental, a través de teràpies de relaxació, de confiança i cohesió amb un grup estable.
   2. Potenciar l’ajuda mútua i aprendre dels iguals, de manera que hi hagi una interrelació d’experiències i coneixements, encaminats a millorar la convivència en societat.
   3. Aprendre a comunicar necessitats, sentiments, emocions i dificultats directament sense entrar en jocs psicològics.
   4. Millorar l’autoestima, la motivació i potenciar  les aptituds de cada persona, fomentant així la seva autonomia.
   5. Aprendre a reconèixer funcionaments automàtics (corporals, emocionals i cognitius)  i adquirir la major autonomia, espontaneïtat i intimitat possible fora d'aquests.
   6. Afavorir la coordinació i adherència al tractament per part de l’usuari/a.
   7. Oferir un espai d’acompanyament personalitzat en referència a l’itinerari de cada usuari/a.
   8. Prendre consciència del propi cos mitjançant el contacte amb la natura.

**Objectius específics, actuacions i avaluació**

OE 1.1

**Adquirir coneixements i experiències en resolució de conflictes, comunicació assertiva, consciència corporal, emocional i mental, a través de teràpies de relaxació, de confiança i cohesió amb un grup estable.**

OE 1.2

**Potenciar l’ajuda mútua i aprendre dels iguals, de manera que hi hagi una interrelació d’experiències i coneixements, encaminats a millora la convivència en societat.**

OE 1.3

**Aprendre a comunicar necessitats, sentiments, emocions i dificultats directament sense entrar en jocs psicològics.**

OE 1.4

**Millorar l’autoestima,la motivació i potenciar  les aptituds de cada persona, fomentant així la seva autonomia.**

OE 1.5

**Aprendre a reconèixer funcionaments automàtics ( corporals, emocionals i cognitius )  i adquirir la major autonomia, espontaneïtat i intimitat possible fora d'aquests.**

OE 1.6

**Afavorir la coordinació i adherència al tractament per part de l’usuari/a.**

OE 1.7

**Oferir un espai d’acompanyament personalitzat en referència a l’itinerari de cada usuari/a.**

***Actuació 1***

**Taller psicoterapèutic i de creixement personal**

És un taller on es treballen aspectes personals i caracterials a través d'experiències vivencials. El mètode de treball és gestàltic , amb la qual cosa la línea de treball té 3 eixos bàsics: la responsabilització, la presència (aprendre a estar en el aquí i ara ), i la consciència ( l'adonar-se ).

Els participants prenen consciència de la seva situació i el seu procés personal i terapèutic. A més el treballar en grup ajuda a fomentar l'ajuda mútua i poder resoldre els conflictes ( intrapsíquics i/ o interrelacionals ) de forma conjunta explicant cadascun la seva vivència i compartint l'experiència.

***Calendari:*** es realitza un dia a la setmana, dimecres de 16 a 16h.

***Indicadors:*** S’han realitzat un total de 35 sessions amb una assistència de 11 persones en total. La mitjana de persones a cada sessió ha estat de 5 persones.

Respecte a la avaluació del grup destaquem:

* Hi ha hagut una major consciència del que els passa a nivell corporal, mental i emocional, les participants es donen compte del que els passa en cada moment als tres nivells.
* S’ha après a detectar les necessitats d’un mateix, que és el que necessito i com ho demano. Així com s’ha millorat la comunicació amb el grup i el sentir-se present i partícip amb el grup. Això ho observem amb la implicació i participació de les persones al grup i el fet de poder crear vincle i adherència al grup.
* El 93% manifesten sentir-se escoltats i valorats al grup, això permet que puguin expressar-se i poder compartir les angoixes del dia a dia, sense sentir-se jutjats i creant així un espai segur entre iguals d’ajuda.
* El 73% manifesten haver tingut un canvi emocional, es a dir com es donen compte de l’emoció i com contacten amb ella. Han après a expressar les emocions que abans reprimien o negaven, es deixen sentir més, procuren no ser tant intransigents i estar més tranquils reconeixent les emocions i aprenent a gestionar-les.
* Cal destacar la confiança amb el grup i el sentir-se part del mateix, això ho hem observat a l’hora de participar, de compartir i expressar les emocions.
* S’ha observat una millora en l’autoestima, la motivació i l’autonomia a l’hora de participar i venir al grup regularment.
* El 82% manifesten una satisfacció global respecte al grup, el contingut, metodologia, companys/es i el seu procés de creixement personal. També cal destacar que s’ha mantingut l’adherència al tractament per part del CASD del hospital.

A nivell metodològic s'ha treballat amb tècniques gestàltiques : rodes d'expressió, treballs corporals, visualitzacions, "sillas vacias "i tècniques integratives amb dibuixos i fang.

Aquest any durant vàries sessions es va poder treballar amb el so, com una forma d'harmonització del cos, amb la col·laboració d'un sonoterapeuta.

A nivell de continguts s'ha treballar amb la identificació d'emocions, experimentar-les sense actuar-les,amb la simbolització, reconeixement de jocs psicològics i rols actius, anàlisi d'objectius personals i de procés , re connexió amb el nen interior, adonar-se de carències i necessitats, treball amb la creativitat, bloquejos corporals i obertura i reparentalització positiva.

OE 1.2

**Potenciar l’ajuda mútua i aprendre dels iguals, de manera que hi hagi una interrelació d’experiències i coneixements, encaminats a millora la convivència en societat.**

OE 1.4

**Millorar l’autoestima,la motivació i potenciar  les aptituds de cada persona, fomentant així la seva autonomia.**

OE 1.5

**Afavorir la coordinació i adherència al tractament per part de l’usuari/a.**

OE 1.7

**Prendre consciència del propi cos mitjançant contacte amb la natura.**

***Actuació 2***

**Taller d’ hort-teràpia**

Dos usuaris referents  d’ Agrupa’t s'encarreguen de dur a terme el taller que es realitza a les instal·lacions de Punt Eco, empresa que treballa l'oci ecològic i saludable . En aquest taller es treballa de forma grupal l'aprenentatge d'un ofici i les seves tasques corresponents en l'hort, a més de treballar diferents habilitats laborals com són la puntualitat, responsabilitat, el treball en equip, etc. A part del cultiu de la terra, els usuaris planifiquen prèviament que i com s'ha de plantar i treballar la terra, així com la preparació prèvia ( muntar degoteig, buscar llavors, distribució de zones, etc.).

Els productes que es recullen són repartits de forma equitativa entre els participants i també s'utilitzen com a matèria primera de l'activitat de cuina.

***Calendari:*** es realitza un dia a la setmana, dimecres, de 10 a 11:30 h.

***Indicadors:*** S’han realitzat un total de 44 sessions amb una assistència de 13 persones en total. La mitjana de persones a cada sessió ha estat de 3 persones.

Regularment han assistit de forma puntual i han tingut un alt grau de participació activa a l'activitat. Hi ha hagut motivació en realitzar l'hort, cultivar-lo i recol·lectar-lo.

Respecte a l’avaluació del taller destaquem:

* El fet de participar al taller d’hort ha fet que és millorés l’adherència al tractament, fent que totes les persones que han participat estan fent seguiment i tractament al CASD de Lleida.
* El 80% manifesten sentir-se integrades al grup, així com manifesten haver integrat conceptes d’agricultura ecològica.
* D’aquest aprenentatge d’agricultura ecològica, destaquem el reconèixer quins son els productes de temporada, aprendre a preparar el terreny i els cultius que s’han de plantar i saber quan s’han de recol·lectar els productes plantats.
* Observem que la majoria de participants, es troben més presents i conscients  quan estan a l’espai de l’hort, ja que l’atenció està focalitzada amb el que estan fent, i no hi ha altres pensaments.
* Manifesten una millora amb la salut global, i el 73% han reduït el seu nivell d’ansietat i estrès al participar de l’hort. Això s’observa amb el dia a dia, amb la motivació que presenten, amb les ganes de participar i de realitzar el taller.
* El fet de participar al taller de l’hort, ha motivat al 75% a realitzar altres activitats d’autoconsum com la pintura o fer mindfulness.
* Per el que fa a les habilitats socials treballades a l’hort, destaquem, que el fet de participar al taller ha millorat el treball en equip i les relacions interpersonals (la comunicació, el contacte, l’ajuda mútua). A més observem que la responsabilitat i la motivació també han millorat, ja que l’hort s’ autogestiona de manera autònoma i son els participants els qui proposen i adopten una actitud propositiva respecte al hort i hi participen setmanalment.
* En general el grau de satisfacció dels participants a l’hort és molt bona, ja que s’ha mantingut de forma costant la participació de tres persones fixes al taller i la valoració de mitja és d’un 7 sobre 10.

3. ALTRES ACTIVITATS I SERVEIS TRANSVERSALS

OE 1.1

**Adquirir coneixements i experiències en resolució de conflictes, comunicació assertiva, consciència corporal, emocional i mental, a través de teràpies de relaxació, de confiança i cohesió amb un grup estable.**

OE 1.2

**Potenciar l’ajuda mútua i aprendre dels iguals, de manera que hi hagi una interrelació d’experiències i coneixements, encaminats a millora la convivència en societat.**

OE 1.3

**Aprendre a comunicar necessitats, sentiments, emocions i dificultats directament sense entrar en jocs psicològics.**

OE 1.4

**Millorar l’autoestima,la motivació i potenciar  les aptituds de cada persona, fomentant així la seva autonomia.**

OE 1.5

**Aprendre a reconèixer funcionaments automàtics ( corporals, emocionals i cognitius )  i adquirir la major autonomia, espontaneïtat i intimitat possible fora d'aquests.**

OE 1.6

**Afavorir la coordinació i adherència al tractament per part de l’usuari/a.**

***Actuació 1***

**Jornades de formació**

Es realitza de forma periòdica una jornada de formació i de convivència, a un espai molt confortable, a les afores de Lleida, en que el grup participa de forma activa i molt més dinàmica i en moviment , d’unes activitats formatives amb una temàtica específica de presa de consciència.

***Calendari:*** S'han realitzat 2 jornades a l’alberg Jardins del Segrià

***Indicadors:*** a l'alberg Jardins del Segrià s'han realitzat 2 jornades de formació per a usuaris: una sobre consciència corporal i art-teràpia,amb una participació de 22 persones, i una altra jornada sobre el treball experiencial en les emocions, de la que van participar 15 usuaris/es.

***Actuació 2***

**Teràpia Reiki.**

El Taller de Teràpia alternativa de Reiki permet treballar aquelles carències que els usuaris/es presenten tant a nivell emocional, físic i mental, per tal de desbloquejar l’energia vital i harmonitzar el cos, entre altres.

***Calendari:*** Aquesta activitat es realitza els dimarts al matí de 10h a 12h, a l’espai de la pròpia entitat.

***Indicadors:*** S’han realitzat 37 sessions, i s’han atès un total de 14 persones.  La valoració dels participants és molt positiva en relació a la seva connexió corporal, sensacions de benestar i estat d’ànim positiu, ja que consideren aquesta teràpia com una tècnica que mobilitza l'energia vital i la restaura de manera que afavoreix la capacitat del cos com de la ment. La meitat del total de participants continuen amb la teràpia, ja que redueixen el nivell d’ansietat, estrès i neguit, entre altres.

OE 2.4

**Oferir assessorament jurídic a aquelles persones que no tenen capacitat de poder accedir a la xarxa pública normalitzada.**

***Actuació 1***

**Assessoria jurídica**

El servei d’assessorament jurídic, és un dels serveis que ofereix l’associació, no només pels seus socis sinó que resta obert a aquelles persones i familiars que es troben en processos de deshabituació de consum de tòxics o desintoxicació, o en situació de risc social. En aquest sentit cal destacar la col·laboració constant entre l’associació i el centre d’atenció i seguiment CAS de l’Hospital Universitari Santa Maria de Lleida.

Entre les funcions principals en destaquen:

- Assistència jurídica

- Derivacions als serveis administratius o jurídics oportuns

- Gestió de procediments jurídics

- Tramitació de procediments administratius

***Calendari:*** Es realitza dos dimarts al mes, de 16,30 a 19,30h.  Aquesta activitat es realitza a l’espai d’entitats de salut.

***Indicadors:*** El número de beneficiaris de l’activitat ha estat de 66 persones. La tipologia d’atencions realitzades ha estat: tramitació de procediments de incapacitat i graus de disminució, procediments d’estrangeria, procediments executius dineraris, derivacions al SOJ, assessorament en relació a pensions i prestacions existents i tramitacions de procediments executius penals.

Aquest any en destaca també l’augment d’assistències a familiars de persones que es troben consumint tòxics i acudeixen a efectes de sol·licitar assessorament legal.

En més del 50% d’ocasions s’ha fet més d’una sessió , ja que es realitza un seguiment i/o tramitació en relació a la consulta inicialment plantejada.

De forma indirecta en aquesta activitat també s’ha treballat la responsabilització, l’autodeterminació i la promoció de la persona, ja que es presenta com un servei d’orientació als usuaris i no com un servei que se’n fa càrrec dels casos, es a dir, l’advocada davant de les consultes dels usuaris informa sobre els llocs on a d’acudir, els problemes que pot suposar o la documentació que caldria presentar en cada lloc. No és ella qui fa les gestions, sinó que l’assessorat, un cop escoltades les possibilitats i recomanacions qui decideix com afrontar la situació. No es tracta de realitzar una assessoria merament assistencial, sinó de corresponsabilitzar l’assessorat en les tramitacions i actuacions a realitzar.

OE 3.1.

**Participar de les diferents activitats de l’àmbit comunitari, fomentant el treball en xarxa amb altres col·lectius i/o entitats.**

OE 3.2.

**Participar en diferents jornades, plataformes i  federacions per fer ressò social.**

***Actuació 1***

**Activitats en xarxa**

Formem part i treballem en xarxa i coordinació amb FEICAT, la federació d’empreses d’inserció que dona suport al projecte i ofereix els seus serveis per ampliar els nostres coneixements en aquest camp, i amb FESALUT, la federació d’entitats de salut de Lleida.

***Calendari:*** es realitzen reunions bimensuals de FEICAT i  una assemblea general anual de FESALUT

***Indicadors:*** S'ha participat a 3 reunions de vocalia de Lleida de FEICAT i a 10 reunions de FESALUT i l'assemblea general. A través de les reunions de FEICAT s'ha aconseguir coordinar-nos amb les altres E.I. i coordinar-nos en la elaboració de clàusules socials. Amb FESALUT, s'ha aconseguit dinamitzar l'activitat de l'hort de forma conjunta amb altres entitats.

***Actuació 2***

**Difusió**

Es realitzen xerrades de difusió de l’entitat amb l’objectiu de fer difusió de l’entitat i les seves accions, donar a conèixer els diferents projectes i apropar i normalitzar el col·lectiu de persones afectades per les drogues a la societat.

***Calendari:*** es realitzen a demanda del centre educatiu.

***Indicadors***: S'ha donat a conèixer el projecte d' Agrupa't amb 3 xerrades a la Universitat de Lleida,( a la facultat de treball i educació social ), 1 al INS Ronda (cicle d'integració social) i l'última al Col·legi Episcopal, als alumnes del CFGS d' Integració Social. En total s'ha arribat a unes 140 persones.

4. NOVES ACTIVITATS

***Actuació 1***

**Tallers terapèutics amb cavalls**

L’ equinoteràpia és una activitat innovadora a Agrupa’t. Es tracta d’una activitat on es treballa directament amb els cavalls.

***Calendari:*** Hem realitzat 2 jornades a la protectora de cavalls Arre, d’Alcanó (Lleida).

***Indicadors*:**Han participat una mitja de 9 persones en les dos activitats que s’han realitzat. En aquestes jornades es va treballar en contacte amb els cavalls, amb el propòsit de contribuir positivament al desenvolupament físic i emocional dels i les participants, amb la finalitat d’ampliar el coneixement i la consciència sobre el propi cos, així com, la problemàtica associada, oferint una cohesió i confiança major en el grup. La valoració de l’activitat ha estat molt positiva ja que, la participació dels participants ha estat major a l’esperada i el grau de motivació durant l’activitat ha estat mot alt. Cal mantenir l’activitat pel proper any i aspirar a mantenir o inclús, augmentar el nombre de participants.

***Actuació 2***

**Taller d'alimentació saludable**

Aquest taller pretén donar informació sobre les propietats i beneficis dels aliments associats a les patologies orgàniques i psicològiques dels usuaris.

***Calendari***: es realitza un dia a la setmana durant 2 hores ( dimarts, de 9 a 11 h.), en un espai cedit per l’Ajuntament de Lleida.

***Indicadors:*** han participat un total de 5 persones, amb mot bona acollida.

3a. FASE: SEMAIHA, EMPRESA D'INSERCIÓ

**Objectius generals i específics**

1. Promoure diferents fases d’obertura a la inserció socio-laboral, oferint així una experiència positiva envers la feina.
   1. Integrar i mantenir les persones en una feina o una dinàmica de recerca de feina.
2. Aprendre nous oficis i les seves respectives tasques i responsabilitats, complementant-ho al tractament terapèutic.
   1. Fomentar l’aprenentatge d’habilitats laborals per a la òptima inserció en l’empresa Semaiha i el mercat laboral ordinari.
   2. Oferir en competències transversals, a nivell tècnic (contingut i tasques), metodològic (saber fer), participatiu (comunicació i treball en equip) i personals (responsabilització, decisió i organització)

**Objectius específics, actuacions i avaluació**

OE 1.1

**Integrar i mantenir les persones en una feina o una dinàmica de recerca de feina.**

***Actuació 1.1***

**Entrevistes de feina**

Es realitzen entrevistes de feina per incorporar a les persones seleccionades dintre de l’empresa d’inserció, establint amb elles el plà de treball per poder implementar durant el període de contractació.

***Calendari:***  Les entrevistes es realitzen quan arriba la persona derivada del recurs pertinent. No hi ha dia ni hora concreta. No respon a la necessitat de demanda de l'empres, sinó que va en funció de les derivacions fetes. Tot i això han de complir uns requisits per formar part de la bossa de feina com:

- Estar més de 6 mesos abstinents

- Trobar-se fent seguiment mèdic, psicològic i social.

- Estar fent un procés terapèutic individual i/o grupal.

***Indicadors:***  Al llarg de l’any 20016 s’han realitzat 19 entrevistes de feina per a incorporar-se a l’empresa d’inserció.,de les quals 3 s’han incorporat a treballar com a persones en procés d’inserció a Semaiha. Durant el 2016 han treballat a l’empresa d’inserció 6 persones.

OE 2.1

**Fomentar l’aprenentatge d’habilitats laborals per a la òptima inserció en l’empresa Semaiha i el mercat laboral ordinari.**

***Actuació 2.1***

**Tutories de seguiment**

realització de tutories quinzenals per a fer el seguiment de la persona treballadora, on es treballa la situació personal, adaptació a l’empresa d’inserció, dificultats, conflictes generats i situacions de risc, etc.

***Calendari:***  Les tutories es realitzen cada quinze dies. I també en funció de les necessitats de l'empresa i la persona.

***Indicadors:*** S’han realitza 39 sessions de tutoria, amb un total de 6 persones que han treballat a l’empresa d’inserció. Els temes tractats a les sessions han estat:

* Motivació per la feina
* Conflictes que han sortit al dia a dia.
* Responsabilització del seu procés de feina i de canvi
* Habilitats laborals, puntualitat, acceptació de les instruccions, treball en equip.
* Conflictes amb el treball en equip.
* Adherència al tractament

La valoració de l’activitat és molt positiva, ja que s’ha comprovat un alt canvi i millora dels aspectes treballats, per part de les persones en procés d’inserció. S’han pogut treballar i resoldre els conflictes que s’han donat en l’àmbit laboral.

OE 2.2

**Oferir competències transversals, a nivell tècnic (contingut i tasques), metodològic (saber fer), participatiu (comunicació i treball en equip) i personals (responsabilització, decisió i organització)**

***Actuació 2.2.1***

**Reunions d’equip**

Participar activament de les reunions setmanal i planificar la feina amb equip, a més a més crear un espai confortable per poder parlar tot allò que ha passat durant la setmana.

***Calendari:***  Un dia a la setmana, divendres de 12 a 13:30h

***Indicadors:***  S’han realitzat 41 reunions d’equip i coordinació durant el 2016, on han participat  les persones en procés d’inserció i els tècnics i l’equip coordinador. S’han planificat les jornades laborals de les setmanes posteriors i s’han treballat els conflictes que han sortit durant la setmana. Hi ha molt bona valoració en relació a les competències a nivell participatiu, tècnic i personal. A més ha servit per oferir un espai de diàleg i comunicació grupal per resoldre conflictes.

***Actuació 2.2.2***

**Formació tècnica**

Formació específica amb aquelles tasques que es realitzen a dintre de la empresa d’inserció: neteja, pintura, trasllats... així com formació amb riscos laborals. A més formació amb resolució de conflictes per a les persones referents de l’empresa per poder-ho treballar amb les treballadores en procés d’inserció.

***Calendari:***  La formació és realitza el primer mes de l’entrada de la persona treballadora en el seu horari laboral.

***Indicadors:*** El tècnic d’inserció ha realitzat 3 acompanyaments durant la jornada laboral, 3 persones que han començat el seu procés d’inserció laboral dintre de l’empresa d’inserció Semaiha durant el 2016.

El 100% ha realitzat correctament l’acompanyament i ha participat activament de la formació rebuda per part del tècnic d’inserció a la producció. Per tant s’han complert els objectius marcats.

CONCLUSIONS

El projecte té diversos punts a destacar:

- Hi han activitats que funcionen molt bé pel que fa a la participació, treball en equip, confiança vers el grup, cohesió grupal, estabilitat i motivació. Aquestes activitats són: taller de cuina, taller d'alimentació saludable, grup d'habilitats socials, l'espai ocupacional i el grup de teràpia. Aquestes activitats permeten que el grup sigui obert (excepte el grup terapèutic), flexible, i precisament per això s'aconsegueix que els grups siguin més estables. No hi ha exigències, no hi ha pautes rígides, hi ha molta col·laboració i promoció de la seva responsabilitat, i això convida a l'usuari/a a fer-se partícip del seu procés i activar la part adulta que tenen, sense justificacions ni excuses. Són activitats de molta referència per als usuaris i les tenen presents en la seva vida quotidiana, integrant-les de forma natural al seu quefer diari.

- Agrupa't funciona com un espai familiar en el que es dona un menú a la carta. Quan la persona entra se li expliquen les característiques i activitats en marxa i és ella la que construeix i decideix el que creu més adequat per al seu moment vital. Conjuntament amb els educadors la persona va modelant el seu itinerari i el treball es va realitzant tant dins de les activitats, amb el seu contingut, com fora, a través de generar vincles de confiança i promoció adulta i responsabilitzadora.

- Al llarg de l'any hem pogut comprovar com la persona manté la seva autonomia, i moltes vegades l'augmenta, hi ha més adherència al tractament del CAS gràcies a la complementació i integració de vàries intervencions socioeducatives i psicològiques, s'enforteix el vincle que tenen amb els educadors/es i entre els iguals dels grups, i augmenta la consciència de procés al mateix temps que de la seva presència al dia a dia.

Cal revisar les activitats d'hort, informàtica i grup terapèutic:

- Hort és una activitats que es realitza conjuntament amb FeSalut i entitats associades, i veiem des de fa un temps que hi ha poca promoció de l'activitat, ja que només hi participen 2 o 3 persones d'altres entitats. Això fa que els usuaris d'Agrupa't també tinguin poca relació amb altres col.lectius, amb la disminució de contacte social que suposa respecte a la seva socialització. També suposem que la distància que hi ha entre la seu d'Agrupa't i els horts no facilita l'accés i els usuaris perdin amb el temps interès en participar. El transport és un dels temes a revisar.

- Informàtica té molt poca participació i creiem que és degut a l'horari de tardes en que es fa. L'estructura horària de matins de gairebé totes les activitats promou que els usuaris integrin com a bloc actiu un horari concret, i el realitzar una sola activitat de tardes implica que han de obrir i flexibilitzar l'estructura. Aquest esforç actualment no el fan. Això ens fa pensar en la importància de poder ampliar més les activitats de tarda per facilitar la seva obertura horària.

- El grup de teràpia ha consolidat un grup molt estable però es necessita un grup de més nombre de persones, per poder treballar determinades qüestions relacionals i per donar cobertura a les seves necessitats de mutualitat i de treball entre iguals.

Aquest any hem anat incorporant avaluacions continues a través de fitxes i enquestes a les activitats i això ens ha permès tenir dades més actualitzades i concordants a les necessitats i resultats més acurats. Tot i això observem la necessitat de profunditzar en l'avaluació de cada activitat per modelar de forma més detallada en les intervencions de grup.

Com a conclusió rellevant observem el gran augment de persones derivades aquest any amb problemes d'addiccions i salut mental. Gairebé un 35% de persones participants a activitats han presentat perfils amb algun tipus de trastorn de personalitat o afectius. Observem un buit de cara als professionals en la formació específica en patologia dual, sobretot en salut mental, i en la necessitats d'enfocar els projectes obrint la mirada a aquest nou perfil que es presenta com un repte, ja que és la representació dels canvis i patologies que estan succeint a nivell social i estructural.

Entenem que l'administració , davant aquesta realitat, ha de potenciar la creació d'espais específics per poder treballar en l'àmbit de la patologia dual i oferir espais que s'adaptin a la necessitats concretes del col·lectiu.

ANNEXOS

pagina web : www.agrupat.org

pagina de facebook  : https://www.facebook.com/agrupatlleida

canal you tube : https://www.youtube.com/channel/UCmu8M6WvkF6DsGD7Mb9MA7Q

web dels equipaments: http://www.punteco.cat/hortoterapia

**IMATGES**

****

**Activitat d’ apropament del dia de Sant Jordi.**

****

**A la Rua del Centre Històric el dia del Carnestoltes.**

****

**Dinàmica grupal al Grup d’habilitats socials.**

****

****

**Taller d'expressió corporal i gestió d'emocions**

****

**Taller d´equinoteràpia**

****

**Dinar de Nadal.**

****

**Taller de Cuina Saludable**







**Taller d’ Hort-teràpia a Punt Eco**

****

**Sortida a la Platja de Tarragona.**