

Pla de Salut Mental de Barcelona 2016-2022

Pla de Xoc

Consell de Barri de Baró de Viver

Pilar Solanes

Direcció Envel·liment i Cures



Pla de Salut Mental Barcelona 2016-2022

Objectiu: millorar el benestar emocional de la població i
acompanyar les persones amb trastorn mental en un projecte de vida plena

Principis: equitat i disminució de les desigualtats
igualtat d'oportunitats sense discriminació
corresponsabilitat, coordinació i participació de les institucions
transversalitat i treball intersectorial

Articulat des del **consens** i la **coparticipació** amb institucions i organitzacions de la ciutat

**taula
salut
mental**



Organització i arquitectura del Pla de Salut Mental

Més de **381 serveis, entitats i organitzacions** de la ciutat articulats amb el Pla de Salut Mental

Taula de Salut Mental de Barcelona

(grups polítics, institucions, transversalitat,...)

Corresponsabilitat

Articulació

Acció

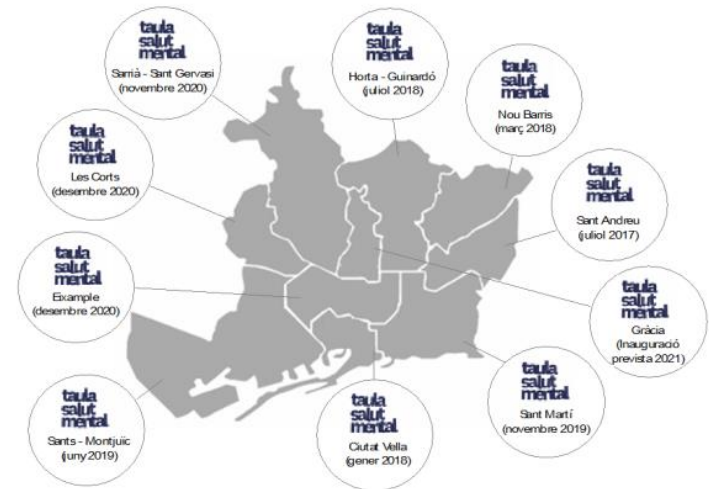
Coneixement d'accions i necessitats

Interrelació

Planificació i prioritització - Accions compartides

Taules de Salut Mental dels districtes

(serveis, associacions...)





Inici de l'estat d'alarma Covid-19: primeres actuacions



- Telèfon de suport psicològic al llarg de tot el període de confinament i desescalada
Col·laboració amb el Col·legi de Psicologia de Catalunya
- Suport al Telèfon de l'Esperança. Reforç del dispositiu durant el confinament.
- Reforç del Telèfon de suport psicològic adreçat a autònoms, el seu entorn laboral i familiar. Col·laboració amb PIMEC i Fundació Salut i Persona
- Suport psicològic a treballadores de la llar. Col·laboració amb Fundació Salut i Persona
- Suport al servei d'atenció psicològica per a professionals de l'àmbit social i sanitari. Col·laboració amb Fundació Galatea.



Pla de Xoc per la Covid-19

Validat el 20 de maig de 2020

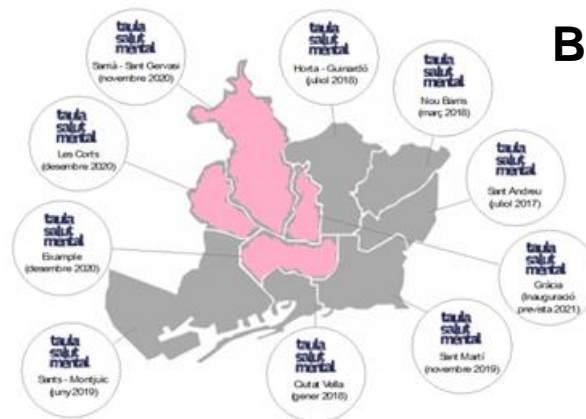
- Entrevistes a persones referents de la ciutat
- Recerca documental
- Consulta a les Taules de Salut Mental: diagnòstic, prioritització i proposta d'actuacions

Taula de Barcelona



**Dotació
pressupostària
extraordinària de 1,5
milions de €**

Bottom-up

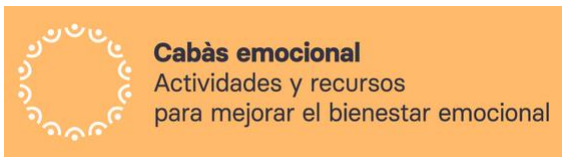




Pla de Xoc per la Covid-19

Es van iniciar diverses actuacions. Algunes d'elles:

- CABÀS emocional on-line
- Infància i adolescència: pla extraordinari d'activitats d'estiu i suport psicològic a Centres Oberts; reforç dels punts d'atenció per a adolescents i joves
- Atenció a la salut i al benestar emocional de persones grans: Vostè, com està?
- Persones afectades per la crisi econòmica
- Grups de suport al dol
- Suport a famílies que cuiden mitjançant suport a entitats
- Prevenció de la conducta suïcida
- Suport específic a entitats en primera persona i entitats de famílies amb persones amb trastorn mental





Infància i adolescència

- Actuacions en el pla extraordinari d'activitats d'estiu en col·laboració amb el Col·legi Oficial de Psicologia
- Actuacions en els 28 Centres Oberts de Barcelona: Projecte d'intervencions amb infants en risc i les seves famílies



SUPORT PSICOLÒGIC PER A PERSONAL EDUCADOR, FAMÍLIES I INFANTS

TELÈFON GRATUÏT ATÈS PER PROFESSIONALS DEL COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA:

649 756 713

De dilluns a divendres, de 9.00 a 17.00 hores
Dissabte, de 9.00 a 14.00 hores

suportinfancia@copc.cat

Servei disponible en llengua de signes per a persones amb sordesa

MESURES COVID-19

Nombre d'infants, adolescents i familiars i professionals que van rebre acompanyament:

300 (de setembre 2020 a febrer 2021)

Persones van participar en els tallers psicoeducatius

445 (de setembre 2020 a febrer 2021)





Dispositius d'escolta i atenció telefònica

**Telèfon de suport psicològic
durant confinament**

Trucades ateses

4.222

(de març a setembre 2020)

**Telèfon de l'Esperança
trucades ateses durant l'any 2020**

54.846

+20% que el 2019





Adolescents i joves

Servei d'atenció individual i confidencial
Tens un mal dia i necessites que algú t'escolti? Sents angonya o desànim i no saps què et passa? Si tens ganes de posar-hi solució... Vine i en parlem!

Tallers, activitats grupals i espais de reflexió
Activitats creades a partir dels teus interessos (sexualitat, música, xarxes socials, ball...), per tal que et puguis conèixer millor i ser tu mateix/a! Podràs dir el que penses i com et sents mentre compartim experiències. Vine i proposa el teu taller!

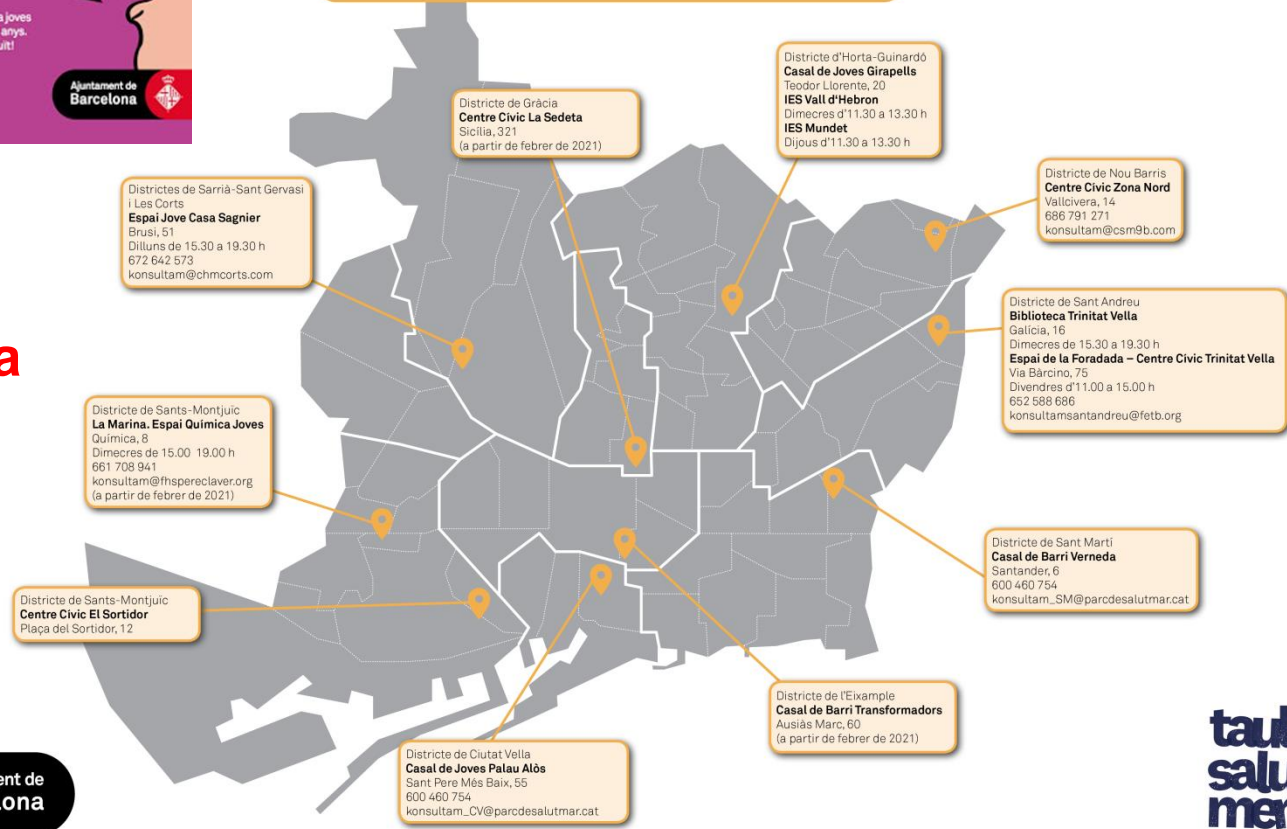
Servei per a joves de 12 a 20 anys. És gratuït!

aquí t'escoltem

Ajuntament de Barcelona

21 punts de contacte en total a la ciutat

KONSULTA'M





Atenció a la salut i el benestar emocional de persones grans

- Projecte “Vostè com està?”: trucades telefòniques a persones de 70 a 84 anys d’edat
- Projecte Vincles: activació d’un canal específic amb professionals de la psicologia (UOC)
- S’intensifiquen les trucades a usuàries de teleassistència

Vostè com està?

53.382 persones contactades

4.714 persones en conversa

Persones derivades a serveis de suport psicològic: 190



Prevenió de la conducta suïcida



Amb la Fundació Ajuda i Esperança
(agost 2020 – 6 febrer 2022):

5.652 trucades



Espai Barcelona Cuida: atencions
realitzades

221 persones
supervivents

91 familiars de
persones en risc de
suïcidi

Formació i sensibilització en suïcidi als **districtes** (Sant Martí, Nou Barris)



Segon Pla de Xoc 2021 – 2023

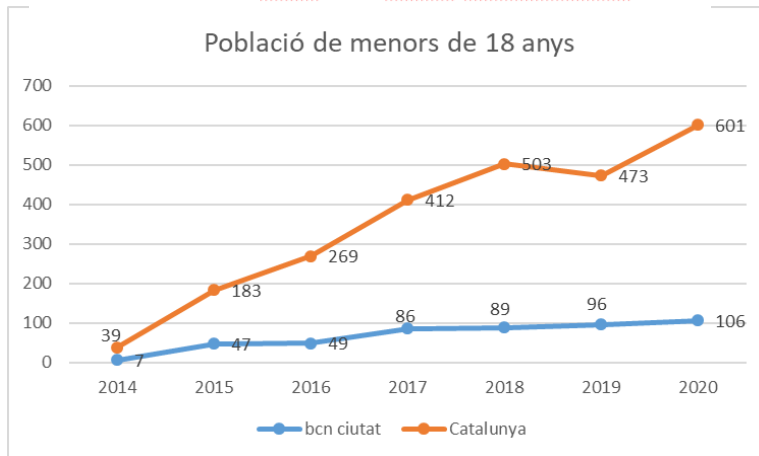
(aprovat per Plenari del Consell Municipal el 21 de maig de 2021)

6 de cada 10

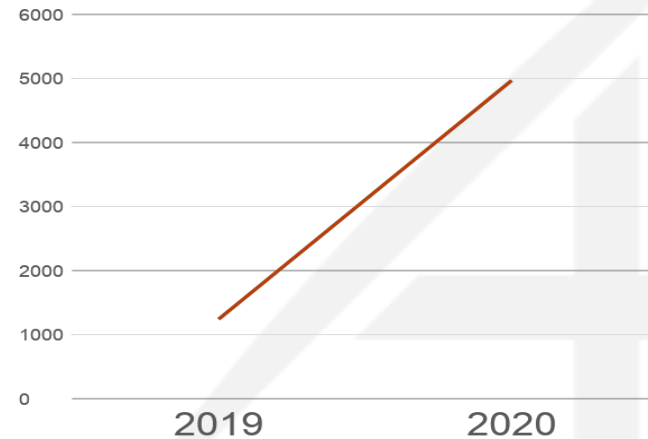
persones afirma haver tingut
símptomes de depressió i ansietat (en
diferents graus).

Les persones joves

i les dones són les més afectades.



CRS: temptatives de suïcidi
en menors de 18 anys



Consultes d'ansietat al SEM

Els trastorns de la conducta alimentària
han incrementat de forma molt
important.

L'any 2020 s'incrementen en un:

52% els ingressos a la unitat d'aguts

40% l'hospital de dia



2n Pla de Xoc 2021 – 2023

principals propostes d'actuació

- Adolescents i joves: ampliació del servei Konsulta'm
- Estratègia de prevenció del suïcidi: impulsar el programa **“joves en xat”**, **formació de professionals comunitaris/es** i d'altres
- Suports de proximitat: capacitar en salut mental a referents comunitaris
- Konsulta'm +22 als 6 districtes amb més desigualtats
- Realitzar una acció preferent a 4 dels barris més desafavorits
- Impulsar una acció estratègica i coordinada per la millora del benestar emocional de la població
- Taules de Salut Mental dels districtes com a elements de planificació, prioritització i acció en el territori



2n Pla de Xoc 2021 – 2023

principals propostes d'actuació

- Altres accions transversals:
 - Pacte de ciutat de salut mental en l'àmbit laboral
 - Formació en salut mental a la plantilla municipal
 - Ciutat, cultura i salut mental
 - Salut mental i educació amb CEB i IMEB
 - Immigració i salut mental
- Àmbits de coordinació estratègica
 - Comissió mixta salut mental Ajuntament – Generalitat Dpt. Salut
 - Pacte Nacional per la Salut Mental

Recursos de salut mental al districte

- CABAS emocional: <https://ajuntament.barcelona.cat/sanitalisalut/ca/canal/cabas-emocional>
- Konsulta'm: Espai La Foradada – CC Trinitat Vella (dimecres 15:30 a 19:30 h) 652 588 686
- Konsulta'm +22 (Interconsulta itinerant): 6 punts al districte * (veure més endavant)
- Aquí T'Escoltem: Espai Jove Garcilaso (Whatsapp 652 798 816)
- Centre per a Famílies: 93 256 35 60, saif@bcn.cat
- A Prop Jove: apropjove@barcelonactiva.cat
- Servei d'Orientació sobre Drogues: sod@aspb.cat
- Telèfon de Prevenció del Suïcidi: 900 92 55 55
- Telèfon de l'Esperança: 681 10 10 80
- Suport telefònic psicològic a treballadors/es autònoms/es i les seves famílies: 900 505 805 (clau: Autònoms 2020)
- Atenció psicològica a treballadores de la llar: 900 505 805 (clau: Domicilio 2020)
- Grups de suport emocional a les oficines de la Xarse



Mapa de serveis i recursos de Salut Mental per a la ciutadania de Barcelona

Cabàs emocional

És el lloc web de referència que reuneix activitats i recursos en línia per millorar la salut mental i emocional de la ciutadania. Es tracta d'una iniciativa de la Taula de Salut Mental de Barcelona i dels districtes, impulsada del Pla de xoc de salut mental de la ciutat, per afrontar el greu impacte social i emocional de la covid-19. Aquesta plataforma web reuneix activitats i recursos gratuïts per a la ciutadania i per a professionals.

Tipus d'atenció:

- Prevenió
- Acompanyament
- Orientació

Criteris d'accés:

- No n'hi ha: obert a tota la ciutadania

Web:

<http://www.barcelona.cat/cabasemocional>

Correu electrònic:

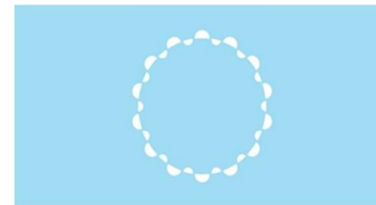
cabasbcn@gmail.com

Qui promou: Ajuntament de Barcelona, Direcció Envel·liment i Cures



Cabàs emocional

Activitats i recursos
per millorar el benestar emocional



Entrenament emocional



Gestionar l'estrès, l'ansietat o la
depressió

Konsulta'm

Consulta oberta per la detecció i atenció precoç del patiment psicològic i/o problemes de salut mental per a adolescents i joves de 12 a 22 anys i assessorament a professionals que treballen amb adolescents. No cal cita prèvia.

Tipus d'atenció:

- Suport
- Detecció
- Orientació
- Acompanyament
- Derivació

Críteris d'accés:

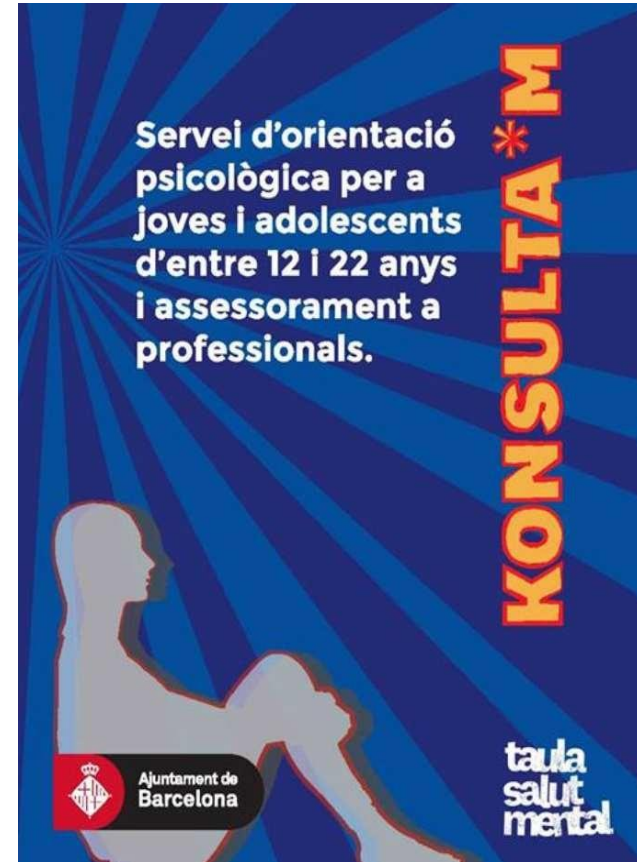
- Joves d'entre 12 i 22 anys
- Professionals en contacte amb població infantil i juvenil

Punt d'atenció:

- Sant Andreu – Espai La Foradada

Web: <http://www.barcelona.cat/konsultam>

Qui promou: Ajuntament de Barcelona, Direcció d'Envel·liment i Cures



Konsulta'm +22

- Consulta oberta per la detecció i atenció precoç del patiment psicològic i/o problemes de salut mental per a persones adultes i assessorament a professionals que treballen a l'entorn comunitari. No cal cita prèvia.
- Als següents districtes: Sant Martí, Sant Andreu, Nou Barris, Horta-Guinardó, Sants-Montjuïc i Ciutat Vella.
- **Tipus d'atenció:**
 - Suport
 - Detecció
 - Orientació
 - Acompanyament
 - Derivació
- **Criteris d'accés:**
 - Persones adultes majors de 22 anys
 - Professionals i entorn comunitari
- **Qui promou:** Ajuntament de Barcelona, Direcció d'Envel·liment i Cures
- EN PROCÉS DE DESPLEGAMENT

The poster features a light green and yellow background with a diagonal split. In the top left, it says 'taula salut mental'. In the top right, there is a black rounded rectangle with 'Ajuntament de Barcelona' and the city's coat of arms. The main title 'KONSULTA'M +22' is in large, bold, blue letters. Below it, the text 'Suport psicològic per a persones adultes' is written in a smaller blue font. At the bottom, it says 'Servei gratuït i confidencial' in a smaller blue font.

taula
salut
mental

Ajuntament de
Barcelona

**KONSULTA'M
+22**

**Suport
psicològic
per a persones
adultes**

**Servei gratuït
i confidencial**

Konsulta'm +22

Konsulta'm +22 Sant Andreu (Interconsulta itinerant)

- **Centre Cívic Bon Pastor** (plaça de Robert Gerhard, 3)
Horari: dimarts de 10 a 14 hores
-
- **Ateneu l'Harmonia** (carrer de Sant Adrià, 20)
Horari: dimarts de 16 a 18 hores
- **Centre de Vida Comunitària Trinitat Vella** (Via Favència, 399)
Horari: dimecres de 10 a 14 hores

SAIF: Aquí T'escoltem (ATE)

Servei adreçat als i les joves que cerquen assessorament psicològic individual i/o compartir amb altres joves tallers, activitats grupals i espais de reflexió creats a partir dels seus interessos (sexualitat, música, teatre, etc.) a través dels quals es proporcionen eines i recursos per enfortir les seves habilitats personals i socials i fomentar el seu benestar emocional. Juntament amb el Centre per a Famílies amb adolescents formen el Servei per Adolescents i Famílies (SAIF).

Tipus d'atenció:

- Detecció
- Orientació
- Acompanyament

Criteris d'accés:

- Joves d'entre 12 i 20 anys
- Que experimenten malestar psicològic
- Que viuen, estudien o treballen a Barcelona
- Per a joves de 12 a 14 anys cal consentiment de la família

Web:

<https://ajuntament.barcelona.cat/joves/ca/canal/aqui-tescoltem>

Telèfon: 932 56 36 00

Qui promou: Ajuntament de Barcelona, Departament de Joventut



SAIF: Centre per a famílies amb adolescents

És un servei adreçat a persones que exerceixen el rol parental (pares, mares, tutors/es) de nois i noies d'entre 12 i 20 anys. S'ofereixen recursos per potenciar les seves capacitats i habilitats personals mitjançant activitats formatives grupals i l'assessorament individualitzat. Els seus objectius són afavorir l'autoconeixement, la funció parental, millorar les habilitats parentals i proporcionar eines d'aprenentatge col·lectiu. Amb els punts "Aquí t'escoltem" formen el Servei per Adolescents i Famílies (SAIF).

Tipus d'atenció:

- Informació
- Formació i sensibilització
- Orientació

Criteris d'accés:

- No n'hi ha: obert a tota la ciutadania

Contacte: Sant Antoni Maria Claret, 64-78, 08025, Barcelona.

Telèfon: 93 256 35 60

Horari: dl, dt, dc i dj: 16h a 20h; dc, dj i div de 9h a 14h

Web:

<https://ajuntament.barcelona.cat/familia/ca/centre-families-adolescents>

Correu electrònic: saif@bcn.cat

Qui promou: Ajuntament de Barcelona, Departament de Joventut



AQUÍ T'ESCOLTEM I CENTRE PER A FAMÍLIES AMB ADOLESCENTS

- Atenció presencial individual amb cita prèvia en l'horari habitual.
- S'anul·len totes les activitats grupals presencials.

Més informació: **932 563 560**

MESURES COVID-19

A Prop Jove

Programa d'inserció sociolaboral que té com a objectiu facilitar l'accés al mercat de treball o el retorn al sistema educatiu de joves amb malestar psicològic i/o alguna problemàtica de la salut mental.

Tipus d'atenció:

- Prevenió
- Orientació
- Acompanyament
- Seguiment

Criteris d'accés:

- Joves d'entre 16 i 35 anys
- Residents al territori de Barcelona
- Que experimenten malestar psicològic
- En situació d'atur

Web: barcelonactiva.cat/apropjove

Adreça:

- Centre Cívic Besòs. Rbla. Prim, 87-79
- Espai Jove Garcilaso – C. Garcilaso, 103
- Casal de Joves Palau Alòs – C. Sant Pere Més Baix, 55

Web:

<https://treball.barcelonactiva.cat/porta22/es/assetocupacio/programa/pagina48458/a-prop-jove.do>

Correu electrònic: apropjove@barcelonactiva.cat

Qui promou: Barcelona Activa

Tens entre 16 i 35 anys i busques feina?

Tens preocupacions que t'impedeixen realitzar els teus projectes laborals o formatius?

Sents que no encaixes i que no te'n surts i creus que necessites ajuda?

A PROP
jove

Barcelona Activa Ajuntament de Barcelona

Servei d'Orientació sobre Drogues (SOD)

Servei que ofereix assessorament i atenció individualitzada a adolescents i joves que consumeixen drogues i/o amb un ús problemàtic de les TIC i a les seves famílies

Tipus d'atenció:

- Informació
- Promoció de la salut
- Prevenció
- Detecció
- Orientació

Criteris d'accés:

- Adolescents i joves d'entre 12 i 21 anys:
- Per pròpia iniciativa o de la família
- Per derivació d'altres professionals

Adreça: C/ Mallorca 221, 08008
Barcelona

Telèfon: 932 378 756

Correu electrònic: sod@aspb.cat

Web:

<https://www.aspb.cat/documents/servei-dorientacio-sobre-drogues/>

Qui promou: Agència de Salut
Pública de Barcelona



SOD SERVEI
D'ORIENTACIÓ
SOBRE DROGUES

Assessorament i atenció a adolescents i joves fins a 21 anys consumidors de drogues i a les seves famílies

93 237 87 56

The image shows a blue banner with white text and silhouettes of people. The silhouettes include a person with spiky hair, a person with arms raised, a person sitting, a person with arms raised, a person with a bicycle, and a person with a bicycle. The text is in white and blue.

Kè M'expliKes (KMK)

Recurs d'acompanyament a joves i el seu entorn en salut mental i conductes addictives (patologia dual), amb activitats educatives, d'oci, ocupacionals, formatives i comunitàries.

Tipus d'atenció:

- Promoció de l'autonomia i dels bons hàbits
- Activitats ocupacionals, de lleure i formatives
- Atenció socioeducativa i acompanyament psicològic
- Atenció a les famílies

Criteris d'accés:

- Adolescents i joves d'entre 15 i 26 anys i famílies
- Per pròpia iniciativa o de la família
- Per derivació d'altres professionals

Adreça: C/ Biosca, 25, 08030 Barcelona

Telèfon: 930 095 972 / 670 791 473 /
665 60 45 02

Correu electrònic: equip@kmk.cat

Qui promou: Fundació Salut i Comunitat i AREP amb el suport de l'Ajuntament de Barcelona



Telèfon de Prevenció del Suïcidi

Servei telefònic les 24h i els 365 dies l'any per acompanyar i escoltar a les persones amb conducta, ideacions i/o pensaments suïcides, el seu entorn o supervivents de familiars i/o entorn proper de persones que han mort per suïcidi.

Tipus d'atenció:

- Prevenció
- Detecció
- Orientació
- Acompanyament

Criteris d'accés:

- Obert a tota la ciutadania

Telèfon: 900 92 55 55

Web:

<http://www.barcelona.cat/prevenciosuicidi>

Qui promou: Ajuntament de Barcelona,
Direcció Envelliment i Cures i Fundació
Ajuda i Esperança



900 92 55 55

**Si necessites
ajuda, truca!**

Suport a l'entorn proper al voltant de la conducta suïcida. Després del suïcidi.

Associació de Supervivents

Punt d'atenció per a familiars i entorn proper de persones que han viscut una mort per suïcidi. Ofereixen un espai d'escolta, així com informació orientativa per l'acompanyament del dol per suïcidi.

Tipus d'atenció:

- Assessorament
- Grups de suport en primera persona
- Orientació
- Acompanyament
- Informació

Criteris d'accés:

- Ser familiar, amic i/o de l'entorn proper d'una persona que ha mort per suïcidi

Adreça: Espai Barcelona Cuida; C/Viladomat 127, Barcelona

Web: www.despresdelsuicidi.org

Telèfon: 662545199 // 666640665 (whatsapp)

Qui promou: Ajuntament de Barcelona, Direcció d'Envel·liment i Cures



Suport a l'entorn proper al voltant de la conducta suïcida. Associació Catalana per la Prevenció del Suïcidi

Punt d'atenció per als familiars i l'entorn d'una persona amb idees suïcides on ofereixen acollides a persones en risc que han portat a terme una temptativa o que tenen ideació suïcida, així com al seu entorn més proper. També fan sensibilització de la problemàtica a través de diferents accions tals com xerrades, campanyes, presència a les xarxes socials, etc.

Tipus d'atenció:

- Sensibilització
- Prevenció
- Acompanyament
- Seguiment

Criteris d'accés:

- Ser familiar, amic i/o de l'entorn proper d'una persona en risc de suïcidi

Adreça: Espai Barcelona Cuida;
C/Viladomat 127, Barcelona

Web: www.acps.cat

Telèfon: 652 87 38 26

Correu electrònic: info@acps.cat

Qui promou: Ajuntament de
Barcelona, Direcció d'Envel·liment i
Cures



Telèfon de l'Esperança

Servei telefònic d'escolta activa per reduir el patiment emocional. Disposa de diverses línies de telèfon per poder acompanyar la persona que ho necessita. L'acompanyament es fa a través del diàleg honest i sincer gràcies a l'anonimat i la confidencialitat on es produeix.

Tipus d'atenció:

- Suport emocional
- Acompanyament
- Orientació

Criteris d'accés:

- Gratuït, obert a tota la ciutadania

Horari: tots els dies de l'any, les 24h

Telèfon: 681 10 10 80

Qui promou: Fundació Ajuda i Esperança



**Telèfon de l'Esperança
de Barcelona**

Fundació Ajuda i Esperança

Telèfon de suport psicològic i emocional a persones autònomes i les seves famílies

Servei d'acompanyament telefònic psicològic i emocional a treballadors/es autònoms/es i el seu entorn proper. Gratuït i anònim.

Tipus d'atenció:

- Suport emocional
- Acompanyament

Criteris d'accés: treballadors/es autònoms/es i les seves famílies

Web: <https://www.pimec.org/>;
<https://fundacionsaludypersona.org/>

Horari: tots els dies de l'any, de 6:00 a 00:00h.

Telèfons: 900 505 805

Clau per accedir al servei: AUTONOMS 2020

Qui promou: Ajuntament de Barcelona, PiMEC i Fundació Salut i Persona



Atenció psicològica i emocional a treballadores de la llar

Servei d'acompanyament telefònic psicològic i emocional a treballadores de la llar i de les cures. Gratuït i anònim.

Tipus d'atenció:

- Suport emocional
- Acompanyament

Criteris d'accés:

- Treballadores de la llar.

Web: <https://fundacionsaludypersona.org/>

Horari: tots els dies de l'any, de 6:00 a 00:00h.

Telèfon: 900 505 805. **Clau:** domicilio2020

Qui promou: Ajuntament de Barcelona i Fundació Salut i Persona



Grups de suport emocional de la Xarse

Grups de suport emocional, a càrrec de professionals de la psicologia del Col·legi de Psicologia de Catalunya, en el marc de les oficines de les Xarxes de Resposta Socioeconòmica (Xarse), que són un servei d'acompanyament a recursos i suport personalitzat per a la sol·licitud de tràmits administratius a persones afectades per la crisi

Tipus d'atenció:

- Suport emocional
- Acompanyament

Criteris d'accés:

- Persones usuàries de les oficines de la Xarse
- Persones usuàries del programa Barcelona Cuida

Horari: varia en funció de la oficina Xarse

Telèfon: 93 413 21 21

Qui promou: Ajuntament de Barcelona



BCN Suport Xat Joves

Servei d'acompanyament emocional a adolescents i joves de 14 a 25 anys que es troben en situació de malestar emocional mitjançant un servei de missatgeria instantània (Whatsapp) 24/7, els 365 dies de l'any. El servei és confidencial i s'atén de manera immediata.

Tipus d'atenció:

- Atenció i suport als malestars emocionals.
- Detecció d'ideacions i conductes suïcides.
- Orientació i acompanyament.
- Derivació si cal.

Criteris d'accés:

- Adolescents i joves de 14 a 25 anys

Qui promou: Ajuntament de Barcelona, Direcció d'Envel·liment i Cures

BCN
SUPO
R **XAT**
JOVES
AJUDA EMOCIONAL 24/7
679 33 33 63