

2023

**MEMORIA DE
ACTIVIDADES Y DE
SERVICIOS DE AJUSTE
SOCIAL Y PERSONAL**

MEMPLEO

Sef

Servicio Regional
DE EMPLEO y FORMACIÓN

INDICE

1. INTRODUCCION _____	2
2. METODOLOGÍA UTILIZADA _____	9
3. SERVICIO TERAPEUTICO _____	9
3.1. SERVICIO DE ATENCION DE NIVEL INDIVIDUAL _____	10
3.2. INTERVENCIÓN FAMILIAR. ESCUELA DE FAMILIAS _____	11
3.3. TALLERES GRUPALES TERAPÉUTICOS _____	13
3.4. SEPAP. SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL PARA PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL _____	15
3.5. SERVICIO DE ATENCIÓN INFANTO-JUVENIL _____	15
3.6. SERVICIO SANITARIO. ENFERMERÍA _____	15
4. SERVICIO DE INTEGRACION SOCIAL _____	16
4.1. TALLERES Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS _____	16
4.2 TALLERES DE OCIO _____	19
4.3 ACTIVIDADES DE OCIO Y CULTURALES _____	19
5. CUROS Y JORNADAS FORMATIVAS _____	24
6. EQUIPO PROFESIONAL _____	25
6.1 ÁREA DE PSICOLOGIA _____	25
6.2 ÁRA DE TRABAJO SOCIAL _____	25
6.3 ÁREA SANITARIA _____	26
6.4. MONITORES _____	26
7. TRABAJADORES CON DISCAPACIDAD DE EMPLEO, SALUD MENTAL Y EMPLEO _____	26

1. INTRODUCCION

El Centro Especial de Empleo MEMPLEO, “Salud Mental y Empleo”, es una Entidad sin ánimo de lucro, constituida por la Asociación Salud Mental Molina y Comarca, con el **objetivo principal** de trabajar por mejorar la empleabilidad de las personas con problemas de salud mental en nuestra comunidad. Nuestra meta es contratar a la persona y que se consolide en el puesto de trabajo. Para ello, le acompañamos durante todo el proceso, prestándole los apoyos necesarios para superar los obstáculos laborales que se encuentre. Esta es nuestra **misión**. Con esta finalidad, desde el año 2014, se han ido creando varias líneas de negocio, con las que dar posibilidades reales de inserción en el mercado laboral a las personas con problemas de salud mental.

La **visión** es, por tanto, reducir el desempleo en el sector de la discapacidad en la Región de Murcia, en concreto del colectivo de personas con problemas de salud mental. Para ello, los **valores** que nos mueven y que están en nuestra cultura, como principios éticos en los que basamos nuestra forma de trabajar, son:

Honestidad en nuestras acciones.

Transparencia a la hora de mostrar lo que somos.

Creatividad en la puesta en marcha de líneas de negocio.

Liderazgo en el cambio para mejorar la empleabilidad.

Ellos nos inspiran para establecer nuestras pautas de comportamiento con las que conseguir los objetivos planteados.

Durante este año, nuestra entidad ha mantenido el convenio de colaboración que se estableció en el año 2014 con la Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental de Molina, ahora Asociación Salud Mental Molina y Comarca. El objeto de esta colaboración es la Planificación, Organización y Ejecución de los Servicios de Ajuste Personal y Social de nuestro Centro Especial de Empleo¹, tal y como describe el Reglamento de los C.E.E., aprobado en el Real Decreto 2273/198 de 4 de diciembre, que en su artículo 3 establece: *“Por servicios de ajuste personal y social, se entenderán los de rehabilitación, terapéuticos, de integración social, culturales y deportivos que procuren al trabajador minusválido del Centro Especial de Empleo, una mayor rehabilitación personal y una mejor -adaptación en su relación social...”* de todos/as los/as trabajadores/as de nuestra entidad, independientemente del tipo de discapacidad.

¹ C.E.E. en adelante

En términos generales, el perfil de nuestros/as trabajadores/as durante el año 2023 ha sido muy variado, aunque se ha mantenido el objetivo principal de seguir contratando y, por tanto, fomentando la empleabilidad de las personas con problemas de salud mental; de esta manera se ha conseguido aumentar el número de trabajadores con discapacidad.

La plantilla total de nuestra entidad ha ido cambiando, según las circunstancias y necesidades presentadas. Nuestra plantilla está compuesta por un total de 72 personas, subiendo el número de trabajadores en momentos puntuales por necesidad del servicio. La plantilla al frente de las unidades de apoyo, ha estado formada por:

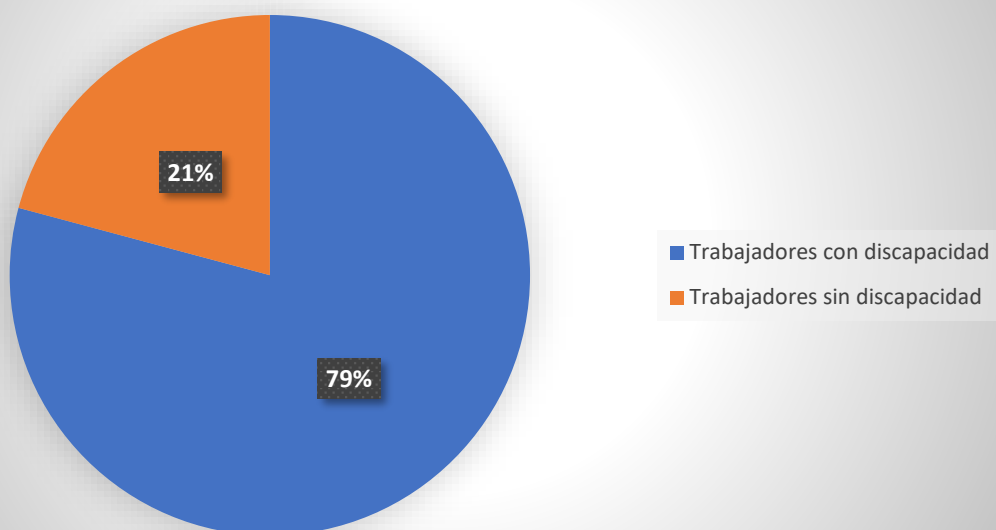
- Alberto Álvarez- Encargado
- Araceli Candela - Técnico
- M^a Pilar Ramírez Tovar – Técnico
- Naira Torralba Topham - Técnico
- José Riquelme Lucas – Encargado

En el año 2014, MEMPLEO contaba con una plantilla estructurada de la siguiente manera:

<i>Puestos de trabajo</i>	<i>Trabajadores/as con Problemas de Salud Mental</i>	<i>Trabajadores/as con discapacidad</i>	<i>Otra</i>
10	7	1	

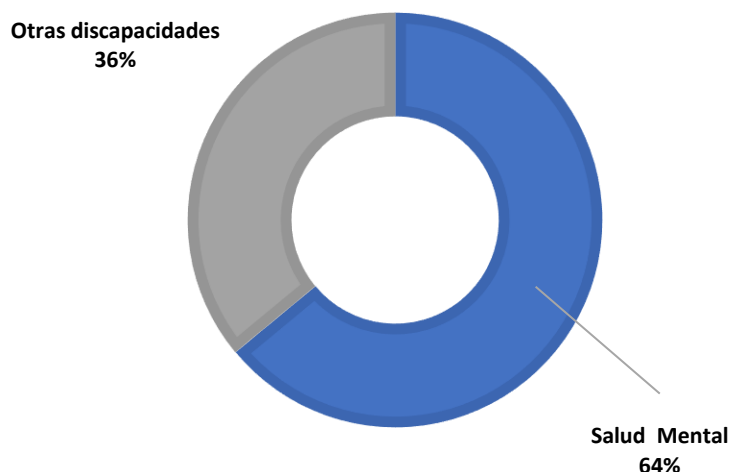
A fecha de 31 de diciembre de 2023, somos 72 trabajadores de los cuales el 79% tiene discapacidad; el **64%** está formado por personas con problemas de salud mental. En el siguiente gráfico se puede apreciar la distribución de todas las personas que trabajan en MEMPLEO.

PLANTILLA



De ese 79% de personas con discapacidad, el 64% son personas fundamentalmente problemas de salud mental, y el 36% con otras discapacidades.

PERSONAL CON DISCAPACIDAD



Actualmente, MEMPLEO, desarrolla las siguientes actividades:

- Lavadero de vehículos.
- Servicio de Catering.

- Servicio de limpieza.
- Servicio de transporte para personas dependientes.
- Control de accesos

ACCIÓN	LUGAR
LAVADERO DE VEHICULOS	Situado en la C/ Pablo Neruda, Molina de Segura. En este servicio trabajan 6 personas, de las que 5 tienen problemas de salud mental.
SERVICIO DE CATERING	<p>Contamos con dos contratos para atender a dos comedores de entidades sociales.</p> <p>Además, contamos con un catering de eventos, que presta servicio a empresas, entidades públicas y privadas.</p> <p>La plantilla fija del catering son 9 personas, aunque esta cifra puede aumentar de forma estacional, en función de la realización de dichos eventos.</p>
SERVICIO DE LIMPIEZA	Servicio que se presta al Ayuntamiento de Molina de Segura, en diferentes edificios públicos y a empresas privadas. En este servicio hay 24 personas contratadas.
SERVICIO DE TRANSPORTE A PERSONAS DEPENDIENTES	Servicio creado en febrero de 2017. Actualmente hay 3 profesionales contratados, uno con discapacidad física y otro con problemas de salud mental.
SERVICIO DE CONTROL DE ACCESOS	Contamos con un total de 20 trabajadores que desarrollan sus funciones en edificios públicos y privados.

Además, MEMPLEO, cuenta con un **departamento de administración** y otro de **Unidades de Apoyo**, formado por trabajadores/as con discapacidad. En el departamento de administración se lleva la gestión administrativa: contacto con proveedores, pago de las facturas, nóminas y elaboración de memorias. En el **Área de Unidades de Apoyo** se hace el seguimiento de los trabajadores, así como la adaptación

de los puestos de trabajo si es necesario, coordinándonos con las entidades que intervienen en el proceso del trabajador.

La razón por la que tenemos diversificada nuestra actividad es por dar la posibilidad al máximo número de personas del colectivo, de insertarse laboralmente. De ese modo, un trabajador puede encontrar en MEMPLEO diferentes áreas y elegir en la que cree pueda encajar mejor, en función de sus aspiraciones profesionales o de sus habilidades laborales.



A la hora de trazar un perfil de trabajador con discapacidad en nuestro C.E.E., identificamos dos tipos de necesidades específicas en función del tipo de discapacidad, distinguiendo los/as trabajadores/as con problemas de salud mental y los que presentan con otra discapacidad.

Las características comunes de nuestros/as trabajadores/as con problemas de salud mental son:

- Mala gestión de situaciones estresantes.
- Dificultad en la detección de estresores.
- Dificultad en la gestión económica.
- Dificultad del uso y disfrute del tiempo libre.
- Dificultad en la toma de decisiones.

- Disminución de autonomía personal.
- Pérdida de habilidades básicas de sociabilización.
- Dificultades en conductas de higiene.
- Dificultad en tomar la iniciativa.

Mientras que las características más comunes en los/as trabajadores/as con otras discapacidades distintas a los problemas de salud mental, han sido:

- Manejo del estrés y ansiedad.
- Dificultad de comunicación en sus necesidades.
- Dificultad en relaciones sociales y familiares.
- Problemas de autoestima y autopercepción.

Por todo ello, el plan de ajuste personal y social realizado por la Asociación Salud Mental Molina y Comarca se estructura en varios ejes:

× **Servicio terapéutico.**

- Atención psicológica individual.
- Atención individual a familias.
- Talleres grupales terapéuticos.
 - Taller de psicoeducación.
 - Taller psicocorporal.
 - Terapia grupal
 - Taller de inteligencia emocional.
 - Taller de estimulación cognitiva.
 - Grupo de familias.

× **Servicio sanitario.**

- Enfermería.

× **Servicio de integración social.**

- Talleres de manejo y uso de habilidades sociales.
- Talleres y actividades deportivas.
 - Taller de crossfit.
 - Taller de bienestar y salud.
 - Taller de yoga.
 - Taller de fútbol sala.
 - Actividades de ocio y culturales.
- Talleres de ocio.

- Taller de percusión.
- Taller de música.
- Taller de karaoke.
- Taller de informática.
- Taller de creación literaria.

1. METODOLOGÍA UTILIZADA

La metodología desarrollada en la Asociación Salud Mental Molina y Comarca para cada trabajador/a ² de **MEMPLEO**, se estructura de la siguiente forma:

× 1º Acogida

Con el servicio de acogida, información y asesoramiento, el/la trabajador/a social realiza una primera entrevista con el/la usuario/a y familiares de apoyo para evaluar el perfil y derivar y orientar hacia el servicio o taller más adecuado.

El objetivo principal de este primer encuentro es **recibir, acoger y atender** a la persona, escuchando su situación, su necesidad y su demanda, con el fin de ofrecer información y asesoramiento sobre los apoyos y recursos a los que tienen derecho, así como ofrecer un espacio de rehabilitación integral donde recibir apoyo social, psicológico, sanitario, físico y emocional, orientado a alcanzar su máxima integración y calidad de vida.

× 2º Elaboración de documentos

- **Plan de Intervención Personalizado**:³ Documento en el que figuran los datos de identificación del/a usuario/a, datos sanitarios, objetivos terapéuticos, programas en los que participa y valoración psicosocial.
- **Ficha de seguimiento y evaluación mensual**: este documento, que se realiza de manera mensual, refleja el control de asistencia y las intervenciones realizadas a nivel psicosocial con el/la usuario/a y la familia, a nivel sanitario (psiquiatría, psicología u otros datos de interés), ocupacional y deportivo.
- **Horario individual**: figuran las actividades en las cuales participa el/la usuario/a. Éstas son elegidas según necesidades y preferencias.

² Desde aquí nos referiremos a los trabajadores y trabajadoras de MEMPLEO, salud mental y empleo como usuarios y usuarias de la Asociación Salud Mental Molina y Comarca.

³ En adelante PIP.

- **Pauta médica actualizada:** Figura la última visita al psiquiatra o médico especializado según su discapacidad, médico de cabecera, próxima cita y medicación actual.

× **3º Asignación de un tutor/a**

Una vez realizada la acogida con la familia y con el/la usuario/a, se informa del caso en la reunión de equipo con el objetivo de dar a conocer el caso al resto de profesionales y establecer un tutor/a que realice las funciones de seguimiento y evaluación. La función de los/as tutores/as es imprescindible en la correcta adaptación, seguimiento y mejora del/a usuario/a sirviendo de referencia tanto a él/ella como a la familia. Dentro de las funciones de los/as tutores/as podemos destacar las siguientes:

- Revisión de horario individual, realizar ficha de seguimiento y evaluación mensual y solicitud de pauta médica actualizada del usuario o usuaria.
- Servir de persona de referencia a el usuario usuaria y su familia para dudas, aclaraciones o seguimiento del caso.
- Evaluar la consecución de objetivos.
- Motivar, apoyar y acompañar a las personas en el proceso de intervención.
- Realizar el control y seguimiento de asistencia.
- Atender las necesidades y demandas de manera integral: cambio de medicación, cambio de horario, etc.
- Derivar las demandas oportunas a el profesional o la profesional indicado (trabajador/a social, psiquiatra, psicólogo/a, etc.).
- Contacto con la familia, al menos una vez al mes.
- Atención directa y diaria del usuario o usuaria.
- Comunicar cualquier cambio o incidencia al resto de profesionales implicados en el caso.
- Coordinación con los distintos recursos socio-sanitarios para que la intervención sea lo más integral posible.

Coordinación con MEMPLEO para saber la situación del usuario/a en el puesto de trabajo

2. SERVICIO TERAPEUTICO

Los problemas de salud mental crónicos generan en los/as individuos/as que los sufren, un deterioro a varios niveles cognitivos, sociales, familiares y por tanto se pone de manifiesto en los aspectos básicos de la vida diaria.

El perfil de la persona con problemas de salud mental crónico es el de una persona con dificultades en la gestión de recursos personales. Nos referimos, pues, a gran dificultad

en la organización del estilo de vida, su autovaloración, relaciones sociales y manejo de los recursos sociales y sanitarios que le rodean. Se debe tener en cuenta, además, que, si no se interviene de una forma global, estos procesos tienden a ir deteriorándose.

Para tal fin, se desarrolla el programa de rehabilitación sociosanitaria en el que se trata de poner al alcance de las personas con problemas de salud mental y a las personas con discapacidad física y sensorial trabajadores en MEMPLEO, "Salud Mental y Empleo" un espacio donde recibir apoyo social, psicológico, sanitario, ocupacional, físico y emocional de una manera integral con el fin de alcanzar su máxima integración y calidad de vida. También, se pone al alcance de las familias el apoyo que necesiten.

Para la mejora en la rehabilitación e integración psicosocial de estos/as usuarios/as, hemos llevado a cabo los siguientes programas:

3.1. SERVICIO DE ATENCIÓN A NIVEL INDIVIDUAL

El **apoyo psicológico individual** es necesario para una rehabilitación integral de la persona con problemas de salud mental.

Objetivos:

- Definir las necesidades y plan de intervención a través de entrevista inicial de valoración de cada caso.
- Atender las áreas más deficitarias.
- Apoyar en la comprensión y aceptación de la enfermedad a través de la aplicación de técnicas para ello.
- Fomentar el autocontrol en situaciones de estrés, ansiedad y miedo.
- Adaptarse al medio laboral.

Este recurso trata de reducir la angustia provocada por la enfermedad y por las distintas disfuncionalidades que conlleva como pueden ser:

- Alteraciones del comportamiento.
- Falta de capacidad de comunicación.
- Afrontamiento del estrés.
- Importancia de las conductas de higiene.
- Cambios en la motivación.
- Detección de delirios y alucinaciones.
- Detección de pródromos.
- Efectos secundarios de la medicación.

- Falta de conciencia de enfermedad.
- Adhesión al tratamiento farmacológico.

Para aquellos/as trabajadores/as de MEMPLEO con otras discapacidades se ha trabajado en este recurso:

- Manejo del estrés y ansiedad.
- Aceptación de la situación actual (mediante terapia de aceptación y compromiso).
- Dificultad del uso y disfrute del tiempo libre.
- Dificultad en la planificación económica.
- Dificultad en relaciones sociales y familiares.
- Problemas de autoestima y autopercepción.

La periodicidad de atención psicológica individual de los/as usuarios/as ha sido semanal, quincenal, mensual o a demanda, según el momento del proceso en el que se encuentren o la demanda que ellos mismos soliciten.

3.2. INTERVENCIÓN FAMILIAR. ESCUELA DE FAMILIAS



Los problemas de salud mental producen dificultades de adaptación en la familia, provocando desasosiego y dolor. Ante el gran desconcierto, desorientados y sin saber

cuáles son los pasos adecuados para ayudar a su familiar, en ocasiones, repentinamente en crisis, necesitan un lugar que los acoja, oriente, apoye y ayude.

Los recursos materiales, sociales y el entrenamiento en el afrontamiento de la enfermedad determinan la eficacia con la que se interviene con la persona enferma e incluso, en muchos casos, también el número de recaídas. Esto se debe a que el/la familiar implicado/a en los programas de asesoramiento y ayuda de la persona con problemas de salud mental, adquiere conocimientos y habilidades que le ayudan a sobrellevar eficazmente estos problemas relacionados con la salud mental, llegando a poder enfrentarse y resolver situaciones difíciles de manejar y/o soportar emocionalmente.

La familia juega un papel clave en el desarrollo de la persona. Es una figura de referencia clave tanto en el proceso de rehabilitación como en la creación del proyecto vital de la persona y su inclusión en la comunidad. El desarrollo de esta importante función de apoyo genera en las familias diferentes necesidades en base a las cuales situamos los objetivos del programa de apoyo a familias:

- Dotar a las familias de información referente a los problemas de salud mental
- Concienciar a los y las familiares de su papel como agentes de cambio e inclusión social
- Dotar a los/as familiares de recursos que mejoren el ambiente familiar
- Promocionar el asociacionismo y la autoayuda

Para cumplir estos objetivos, el Programa de Apoyo a Familiares de Salud Mental Molina y Comarca propone diferentes recursos que intentan dar respuesta a las diferentes necesidades que cada miembro de la familia presenta.

- **TERAPIA FAMILIAR Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA.** Espacio de escucha activa y apoyo a la familia en donde se ofrece información y asesoramiento respecto a las inquietudes y necesidades del/la familiar.
- **ESCUELA DE FAMILIAS.** Espacio de formación que proporciona conocimientos acerca de los problemas de salud mental y facilita herramientas para mejorar las relaciones familiares del día a día.

- **Programa:**

21/03/2023	Conociendo la enfermedad mental, acercamiento al tratamiento farmacológico
16/05/2023	Intervención en situaciones de crisis
21/11/2023	Modificaciones legislativas apoyo a personas con discapacidad en su capacidad jurídica

- **GRUPO DE OCIO Y PARTICIPACIÓN.** Encuentro de familiares donde compartir vivencias personales y fomentar relaciones sociales, de esparcimiento y de ayuda mutua, aprendiendo de la experiencia de los demás.

Con este grupo se pretende potenciar las actividades de cuidado personal, de recuperación del ocio, de participación, cohesión y sensibilización social.

- **Programa:**

18/04/2023	Salida de ocio. Ruta senderista.
20/06/2023	Sesión de reflexología.
11/07/2023	Merienda.
19/09/2023	Salida de ocio. Balneario.
17/10/2023	Visita a vivienda tutelada

3.3. TALLERES GRUPALES TERAPÉUTICOS

- × **Psicoeducación**

Objetivos:

- Conocer en qué consisten las distintas enfermedades mentales.
- Autoconocerse en su enfermedad.
- Informar y adquirir conocimientos y herramientas sobre los problemas de salud mental.
- Informar sobre los distintos tratamientos en las enfermedades mentales.

- × **Taller psicocorporal**

Objetivos:

- En este grupo se utilizan técnicas corporales que intentan desarrollar la potencialidad de la persona en sus aspectos motor, cognitivo y afectivo, utilizando para ello ejercicios de respiración (relajación/estimulación), energéticos (carga/descarga) y musculares.
- El objetivo es la descarga emocional y del estrés
- Control corporal de nuestro cuerpo.
- Trabajar la mente a través del cuerpo.

× **Taller de estimulación cognitiva**

Objetivos:

- Favorecer la estimulación y el mantenimiento de las capacidades cognitivas.
- Detección de posibles problemas cognitivos y realización de tareas preventivas.
- Favorecer y activar la orientación espacial y temporal para mantenerla el mayor tiempo posible.

× **Habilidades sociales**

Objetivos:

- Conocer los componentes de la comunicación humana y manejar adecuadamente las habilidades sociales básicas.
- Diferenciar entre los distintos estilos de comunicación.
- Comprender la utilidad de canalizar los propios sentimientos para que exista una efectiva comunicación.
- Aprender distintas técnicas que facilitan la comunicación asertiva.
- Dar importancia a los componentes no verbales que se producen en la comunicación.
- Entender las diferentes habilidades sociales básicas y su aplicación práctica.
- Diferenciar los diferentes contextos donde se produce comunicación dentro del centro y saber controlar el modo de dirigirse a los demás.
- Adquirir conciencia de algunas habilidades sociales más avanzadas.
- Adquirir técnicas de resolución de conflictos.

× **Autocontrol y valores personales**

Objetivos:

- Conocer en profundidad de las emociones.
- Aprender a identificarlas en uno mismo y en los demás.
- Gestión de emociones.
- Conocer para qué sirve cada emoción.
- Expresión emocional.
- Regulación de las emociones.

× **Meditación y terapia psicológica.**

3.4. SEPAP. SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL PARA PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL.

Es un recurso psicosocial comunitario cuyo objetivo es que la persona alcance la mayor autonomía posible para llevar una vida normalizada en su contexto sociocomunitario, mejorando su calidad de vida.

Como objetivo, pretende facilitar acompañando a las personas y llevando a cabo un seguimiento individualizado, para que alcance el máximo grado de autonomía para llevar una vida totalmente normalizada.

Esta dirigido a personas con problemas de salud mental que cuenten con autonomía suficiente, pero que precisen apoyo, asesoramiento, grupos de terapia, ocio y tiempo libre.

Un espacio para compartir, conocer, aprender y disfrutar.

Incluye los siguientes programas:

- Club social
- Promoción de la vida independiente y pisos compartidos
- Programa de atención familiar

3.5. SERVICIO DE ATENCIÓN INFANTO-JUVENIL

El club joven es un proyecto dirigido a jóvenes entre 12 y 20 años y sus familias que quieran entender y afrontar mejor los problemas de salud mental.

El objetivo es apoyar y acompañar la situación de salud mental de los jóvenes a través de la realización de actividades que desarrollen las habilidades personales, un ocio saludable y las relaciones sociales.

- ACTIVIDADES:
 - Grupales. Actividades creativas, fisicodeportivas y nutricionales y psicoeducativas.
 - Ocio saludable. Salidas al cine, teatro, senderismo,...
 - Atención individual. Espacio de aprendizaje, escucha, seguridad, apoyo y confidencialidad con una atención personalizada.
 - Atención familiar. Una vez al mes se realizan talleres para familias donde poder compartir información y experiencias comunes, así como aprender y comprender la salud mental.

3.6 SERVICIO SANITARIO - ENFERMERÍA

El servicio sanitario que proporciona la Asociación Salud Mental Molina y Comarca está compuesto por el área de enfermería.

El objetivo de este servicio es propiciar un clima y ambiente saludable a todos/as los/as usuarios/as, y que ellos/as sean conscientes de su problema de salud mental y participen de hábitos de vida saludables.

Las funciones del enfermero de la Asociación Salud Mental Molina y Comarca con los/as usuarios/as son las siguientes:

- Reparto de medicación durante la comida.
- Preparación de la medicación.
- Preparación de la medicación para viajes y excursiones.
- Mantenimiento y control del equipo de RCP básica.
- Grupo de Educación Para la Salud.
- Control de constantes (TA, glucemia, temperatura).
- Control de Peso.
- Registro sanitario de constantes vitales.
- Asistencia Sanitaria a demanda.
- Gestiones de derivación a especialistas determinados de diferentes ramas sanitarias en el caso que fuese necesario.

Además, se realizan talleres que les ayuden a conocer y mejorar su salud.

× **Educación para la salud**

Objetivos:

- Conocer

× **Taller “cómo como”**

Para aquellos trabajadores de **MEMPLEO** con otras discapacidades no relacionadas a los problemas de salud mental, el servicio sanitario le ofrece un seguimiento tanto en control del peso, tensión, etc., además se ofrece atención inminente en el caso de sufrir algún corte, herida, quemadura, o cualquier otro imprevisto o servicio de vacunación gripal o de covid.

4. SERVICIO DE INTEGRACIÓN SOCIAL

4.1. TALLERES Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS

El principal objetivo de este tipo de talleres es trasladar a los/as usuarios/as los beneficios de una vida sana, sirviendo el deporte como motor de este cambio de hábitos.

Surge de la necesidad de fomentar la actividad física y el deporte como medios esenciales para un estilo de vida saludable. Pretende favorecer el proceso de recuperación de personas con problemas de salud mental desde la autonomía y el empoderamiento en los distintos talleres que se realizan, así como propiciar el deporte inclusivo desde el respeto, la igualdad y lucha contra el estigma en salud mental.

Se trabaja una metodología abierta y flexible, proponiendo tareas en función de las capacidades de los/as usuarios/as. El proceso de enseñanza-aprendizaje se basa en el constructivismo. El papel del monitor es el de orientar, utilizando también la instrucción directa en ciertos ejercicios.

TALLER DE BIENESTAR Y SALUD

Objetivos:

- Conocer y valorar su cuerpo y contribuir a mejorar sus cualidades físicas básicas y sus posibilidades de coordinación y control motor.
- Adquirir hábitos saludables de vida. Práctica deportiva.
- Entender, valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento vivencial.
- Reconocer la importancia del trabajo del tener buena condición física y los beneficios de esta al realizar esta actividad.
- Mejorar las diferentes cualidades físicas, tales como, resistencia, velocidad, flexibilidad, potencia etc.
- Planificar y realizar actividades adecuadas a sus necesidades y adoptar hábitos de alimentación, higiene y ejercicio físico, incorporándolo a su estilo de vida personal de manera regular.
- Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás. Fomentar las relaciones sociales.

TALLER DE CROSSFIT

Objetivos:

- Aporta concentración y motivación extra.
- Reduce el nivel de estrés.
- Aumenta las relaciones sociales.
- Mejora el trabajo en equipo.
- Mayor autoconfianza.



PÁDEL

Objetivos:

- Aporta concentración y motivación extra.
- Aumenta las relaciones sociales.
- Mejora el trabajo en equipo.



SENDERISMO

Objetivos:

- Aporta concentración y motivación extra.
- Aumenta las relaciones sociales.
- Mejora el trabajo en equipo.



TALLER DE YOGA

Objetivos:

- Descubrir la multiplicidad de posibilidades del cuerpo y la mente a través de la expresión corporal y el yoga, incorporándolo como un recurso terapéutico más para el cuidado integral de nuestros/as usuarios/as.
- Descubrir la capacidad de escucharse a uno mismo y a los demás. Intentando que esta práctica interfiera en sus actividades normales, venciendo el mal humor, la timidez, el temor o la depresión.
- Cultivar las capacidades de: atención, concentración y relajación.

FÚTBOL SALA

Objetivos:

- Adquirir hábitos saludables de vida.
- Trabajar la condición física a través del deporte.
- Establecer relaciones sociales a través de la actividad física.
- Fomentar hábitos de higiene corporal y postural a través de la actividad física.
- Control y gestión de emociones.



NATACIÓN

Objetivos:

- Adquirir hábitos saludables de vida
- Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás fomentando las relaciones sociales.



4.2. TALLERES DE OCIO

El objetivo de los programas dirigidos al ocio y tiempo libre es ayudar a la recuperación de la persona con problemas de salud mental fomentando las relaciones sociales y el uso del tiempo libre. Con estos talleres se pretende que las personas se atrevan a experimentar sus gustos, desarrollar su ocio y, por tanto, desarrollarse personalmente. A continuación, se nombran los talleres en los que participan trabajadores/as de MEMPLEO.

- Taller de percusión / batucada.
- Taller de teatro.
- Taller de karaoke.
- Taller de informática.
- Taller de creación literaria.
- Taller de radio

4.3. ACTIVIDADES DE OCIO Y CULTURALES

Además de los talleres, desde la Asociación Salud Mental Molina y Comarca se pretende facilitar, a las personas con problemas de salud mental el acceso a los servicios de ocio, cultura y naturaleza a través de la participación en actividades, salidas, viajes y estancias de vacaciones. Estas actividades de ocio tienen el fin de mejorar su calidad de vida, bien sea en el centro o en la comunidad, propiciando la integración en ambientes comunitarios y las actividades de encuentro y enriquecimiento personal.

Objetivos:

- Facilitar la participación de los usuarios/as en los actos culturales de su entorno.

- Conseguir la integración social de las personas con enfermedad mental, a través de la utilización del ocio cultural y social.
- Potenciar la adquisición de aptitudes positivas en la utilización de su tiempo libre.
- Favorecer las relaciones sociales de los/as usuarios/as.
- Estimular la capacidad individual y grupal de relacionarse en cada usuario/a, a través de las actividades que se organizan.
- Conseguir la autonomía y desarrollo personal en cuanto a la elección uso y disfrute del ocio cultural deportivo y social

Durante este año, nuestros/as trabajadores/as de MEMPLEO han realizado las siguientes actividades de ocio:

× **GRABACIÓN PROGRAMA 7RM CORAZON SOLIDARIO**



× **CARNAVAL**



× **CELEBRACIÓN DEL DÍA DE LA MUJER**



× **FIESTA SALUD Y DEPORTE**



× **PARTICIPACIÓN EN LA LIGA SALUD MENTAL**



x ELABORACIÓN MIGAS Y DIA DE CONVIVENCIA



x CAMPEONATO DE FUTBOL PLAYA



x VIAJE ANDALUCÍA



× VISITA EXPOSICIÓN DE LA CONSERVA EN MOLINA DE SEGURA



× VISITA A LA FINCA BUENAVISTA



× TALLER DE DULCES NAVIDEÑOS



- × **BUÑUELOS SOLIDARIOS.** Como cada año, participamos junto con los compañeros de Afesmo en los buñuelos solidarios con motivo de las fiestas de Molina de Segura.



- × **BATUKADA.** Desde hace varios años, integrantes de nuestra plantilla ensayan todos los miércoles de 17:00 a 19:00 y además realizan actuaciones en diferentes eventos.

5. CURSOS Y JORNADAS FORMATIVAS

Durante el 2023, se han realizado acciones formativas, a las que han podido asistir nuestros trabajadores/as. Toda la formación realizada es de carácter gratuito.



- × Curso formación HIGIENE, SEGURIDAD Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS. Formación Programada por las Empresas por la Entidad Organizadora "COL OF DE QUIMICOS DE MURCIA", NIF "Q3070001G" en la Agrupación "C. QUIMICOS MU".
- × Procesos de selección inclusivos, igualitarios y no discriminatorios.
- × Las 4 soft skill imprescindibles para responsables de equipos en centros de servicios sociales.

- × Prevención del acoso y por razón de sexo.
- × III jornadas por el día mundial de las personas con discapacidad.



6. EQUIPO PROFESIONAL

6.1. ÁREA DE PSICOLOGÍA.

Abraham Ruiz	<p>El área de psicología es la responsable de atención individualizada, elaboración de informes psicológicos y realiza los siguientes talleres:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Terapia Psicoeducativa. ▪ Terapia psico-corporal. ▪ Terapia grupal. ▪ Estimulación cognitiva ▪ Grupo de familias
Carmelo Cuevas	
Carmen Pérez	
Isabel Pérez	
Sandra Muñoz	
Paula	

6.2. ÁREA DE TRABAJO SOCIAL

Mariola Cabanes	<p>Es el área responsable de realizar las acogidas de los/as nuevos/as usuarios/as, gestionar ayudas sociales, realizar informes de carácter social, y llevan el mayor grueso de tutorandos/as del centro.</p>
Irene Saavedra	
Maite Rengel	
Elena Arnaldos	

Isabel de Haro	
----------------	--

6.3. ÁREA SANITARIA

Juan Francisco Arqués	Enfermero	Son los responsables del servicio sanitario
-----------------------	-----------	---

6.4. MONITORES

José Rubén Martínez	Son los responsables de realizar todos los talleres y actividades deportivas del centro.
David Molina	
Antonio Campuzano	Monitor responsable del taller de creación literaria, entre otros.
Lourdes Bautista	Responsable del taller de karaoke, entre otros.
José Javier Vicente	Taller de informática.
Juan Ignacio Sánchez	Responsable del taller de batucada y taller de percusión, entre otros.

Todos/as los/as trabajadores/as con discapacidad de MEMPLEO, “Salud Mental y Empleo”, realizan al menos un taller/actividad de las áreas descritas anteriormente, tienen acceso a un psicólogo, enfermero y trabajador social. Además, los trabajadores/as con problemas de salud mental tienen asignado un tutor en la Asociación Salud Mental Molina y Comarca.

7. TRABAJADORES CON DISCAPACIDAD DE MEMPLEO, “Salud Mental y Empleo”

Hay que destacar que, para conseguir una buena inserción, nuestra actividad no sólo se reduce al campo laboral, sino que nos coordinamos con los recursos próximos para acompañarlo en su proceso de rehabilitación psicosocial, de tal modo que le podamos prestar el apoyo necesario para ir superando los obstáculos que se le plantean.

Para la contratación del personal, nos coordinamos con el programa Euroempleo desde el que nos hacen derivaciones; usuarios/as de AFESMO, que, según previa valoración del equipo profesional pertinente, están en el momento de acceder al mercado laboral para dar un paso más en el periodo de rehabilitación o búsqueda en bolsas de empleo específicas para personas con discapacidad o problemas de salud mental.

A continuación, se detalla la labor realizada del servicio de ajuste social y personal.