

ASOCIACIÓN ITÍNERA VOLUNTARIOS EN SALUD
MENTAL



PLAN DE DE VOLUNTARIADO 2021-23

ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN	2
2. IDENTIFICACIÓN DE PROBLEMAS	5
3. OBJETIVOS	6
4. ACTIVIDADES	8
4.1 Programas de Captación y Formación de Voluntariado	8
4.1.1 Curso de Formación de Voluntariado en Salud Mental	8
4.1.2 Convenios de colaboración.	9
4.1.3 Encuentros Técnicos de Voluntariado	9
4.1.4 Organización de charlas explicativas en la Universidad y centros socioculturales	9
4.2 Programas de Difusión.....	10
4.2.1 Programa Mercurio.	10
4.2.2 Programa Helios.....	10
4.2.3 Programa Eolus	12
4.2.4 Iniciativa Apolo.....	14
4.3 Coordinación con otras entidades de voluntariado	17
5. CRONOGRAMA.....	18
6. CONCLUSIONES	19



1. PRESENTACIÓN

La asociación Itinera nació en Santiago de Compostela en marzo del 2005 con la idea original a través de diversas líneas de trabajo con voluntariado de prestar atención a personas que, estando en la comunidad precisan una red activa de gente que le procurara protección y apoyo y evitar el riesgo de exclusión social. Desde los años 90 cogió nuevo interés el movimiento asociativo referido a este sector, lo que ayudó a montar una línea de servicios asistenciales paralela a los Hospitales y Centros de Salud y que sirvió de apoyo a las familias y al sistema asistencial, pues comenzaron nuevos programas de los que antes se carecía.

La Asociación Itinera, voluntarios en salud mental fue originalmente creada por voluntarios y actualmente cuenta con siete trabajadores aunque las personas voluntarias siguen a ser el eje motor de todas sus actividades.

Los beneficiarios de la actividad de la asociación son por lo tanto, personas y familias con algún miembro que padezca alguna forma de Trastorno Mental Severo (esquizofrenia, cuadros esquizoafectivos, trastorno bipolar...) y que, como consecuencia directa de la misma, presentan discapacidad funcional, dificultades adaptativas, malestar subjetivo, aislamiento, marginación y estigma social.

En los últimos años la participación tanto de voluntariado como de beneficiarios creció exponencialmente. Durante el curso 2020-2021, 80 personas voluntarias llevaron a cabo 28 actividades semanales para 175 personas beneficiarias

En el curso 2020-2021 los programas de voluntariado de la Asociación fueron los siguientes:

Programa Ágora

1. Debate
2. Iniciación Cine
3. Club de Lectura



Programa Minerva

1. Apoyo al estudio
2. Inglés
3. Informática
4. Escuela de Adultos

Programa Hermes

1. Jornadas activas fin de semana
2. Campamentos de verano
3. Fútbol
4. Defensa personal
5. Artes plásticas
6. Ludoteca
7. Amigo

Programa Hogar

1. Cocina
2. Repostería
3. Cuidado de la imagen personal
4. Habilidades sociales
5. Actividades de la vida diaria
6. Taller de Género

Programa Hefestos

1. Intervención medioambiental

Programa Calíope

2. Baile
3. Teatro

Programa Heracles

1. Coordinación, gestión y formación Voluntariado



Programa Apolo

1. Voluntarios S.D Compostela
2. Organización eventos culturales

Programa Helios

1. Gestión Web y redes sociales

Programa Jano

1. Atención residencial

CURSO 2020-21	
Número Voluntarios/las	80
Número Voluntarios/las de la Universidad	21
Número Voluntarios/las de captación directa	59
Número horas semanales de acción voluntaria	212



2. IDENTIFICACIÓN DE PROBLEMAS

Ante el crecimiento de la demanda de beneficiarios (175) y el incremento de programas, que cubre un amplio espectro de intereses desde el ámbito educativo incluso el acompañamiento o de la ayuda hacia autonomía personal, cada año la asociación Itinera necesita un número de personas voluntarias lo más cerca posible del número de personas demandantes.

La razón de esta necesidad se encuentra en que considerando el voluntariado como la reacción de la sociedad civil a un problema comunitario, cuando aplicamos esta respuesta a colectivos en riesgo de exclusión los programas sociales deben contar con un amplio número de personas que normalicen las actividades a fin de evitar el riesgo de crear guetos o una estigmatización involuntaria. El papel de la persona voluntaria pues es lo de acercar a los beneficiarios a la normalización efectiva.

Cuando el voluntariado es la principal herramienta de integración se precisa crear un sistema de soporte que ayude a formar y a apoyar su trabajo para que este sea más eficaz al tiempo que se pueda difundir y visibilizar su trabajo con el fin de renovar energías y motivar a más miembros de la comunidad en proyectos de integración social.



3. OBJETIVOS

Objetivo general: visibilizar el trabajo del voluntariado al tiempo que se les dota a las personas voluntarias de los conocimientos para una intervención eficaz.

Objetivos específicos:

1. Formación de las personas voluntarias

- Adquirir los conocimientos de sus derechos y deberes de las entidades y beneficiarios con los que trabajan.
- Acercar el campo de trabajo específico en el que van a desarrollar su labor.
- Aprender las técnicas básicas de trabajo, coordinación y dirección de grupos así como intervención que el colectivo determinado en riesgo de exclusión social.

2. Mejorar el acceso del voluntariado a todos los grupos de población.

- Incorporar cómo voluntarios a los beneficiarios de los propios programas.
- Dinamizar los programas incorporando cómo voluntarios a colectivos en riesgo de exclusión social y mayores de 65 años.

3. Difundir el trabajo de voluntariado entre la comunidad.

- Participar en foros comunitarios para explicar lo que es y no es el trabajo voluntario.
- Explicar las necesidades que existen y como es necesario el trabajo voluntario para paliarlas.
- Realizar campañas de captación de voluntarios.
- Difundir las labores voluntarias realizadas, no solo en el campo propio de esta entidad, sino también de otras entidades del sector.

4. Coordinación con otras entidades que dispongan de voluntariado.

- Participar en actividades conjuntas.
- Intercambiar servicios y recursos infrautilizados.

5. Creación de programas de voluntariado para entidades que no las tengan.



- Incorporar cómo voluntarios a usuarios de programas de intervención social ajenos al campo.
- Diseñar y ejecutar programas de voluntariado para entidades colaboradoras.



4. ACTIVIDADES

4.1 Programas de Captación y Formación de Voluntariado

1) **Curso de Formación de Voluntariado en Salud Mental**

El campo de la Salud Mental presenta un campo de trabajo muy extenso que abarca a diversas disciplinas académicas. Nos referimos, no solo a la ciencia médica o la Psicología, sino también a la Pedagogía, al Trabajo y a la Educación Social e incluso del Derecho.

A día de hoy, se precisan nuevas soluciones para nuevas necesidades que surgen de la situación actual. Estas soluciones pasan por una formación más específica y más técnica, que mejore y haga más eficaz el imprescindible trabajo de los voluntarios/as, al tiempo que se rompen estigmas y se da a conocer el mundo de los trastornos mentales a la sociedad en general.

El curso de voluntariado en salud mental organizado por la Asociación Itinera está reconocido con crédito de libre designación de la USC, y de coste gratuito para todos los voluntarios de Itinera y de las asociaciones colaboradoras en el programa (14 entidades).

En todas las ediciones el número de asistentes superó siempre el centenar de personas y estuvieron representados en las mesas de los ponentes tanto personal técnico de las asociaciones como psiquiatras, psicólogos, personas afectadas, familiares y representantes de diversas administraciones. Se pretende pues con este Curso, no solo una oferta formativa más, sino la consolidación de un punto de encuentro académico y social que gire alrededor del voluntariado.



2) Convenios de colaboración para el aprendizaje de profesionales formados en voluntariado como herramienta de rehabilitación e integración.

Con el objetivo de formar futuros profesionales que conozcan el campo del voluntariado y lo incorporen como herramienta de trabajo útil en el futuro, en sus respectivos campos de actuación, a Asociación Itinera firma convenio de prácticas con las siguientes entidades:

- Facultad de Ciencias de la Educación de la USC (Pedagogía y Educación Social)
- Facultad de Psicología USC.
- Facultad de Trabajo Social USC (en preparación)
- Facultad de Educación Social UDC (en preparación)
- Ciclo medio de Atención a personas en situación de dependencia Centro Integrado de Formación Profesional (CIFP) Compostela.
- Ciclo Superior de Integración Social Centro Integrado de Formación Profesional (CIFP) Compostela.
- Cursos Internacionales USC (alumnos extranjeros de Psicología y Trabajo Social)

3) Encuentros Técnicos de Voluntariado

Cada tres meses, técnicos y voluntarios se reúnen durante un fin de semana en la casa rectoral de Merza, cedida a la Asociación por el Obispado de Lugo. Estos encuentros tienen como objetivos:

- Analizar el campo de actuación de los programas de voluntariado.
- Avaliar la marcha y los resultados de la participación de los voluntarios/as en los programas.
- Aprender nuevas técnicas de trabajo con las personas beneficiarias.
- Diseñar nuevas estrategias para aplicar en los programas.
- Incorporar a los voluntarios/as en los procedimientos de decisión de la entidad

4) Organización de charlas explicativas en la Universidad y centros socioculturales del trabajo de los voluntarios. (Programa de captación)





4.2 Programas de Difusión

1) Programa Mercurio. Programa de Supervisión e Información de las actividades internas de la Asociación.

Acompañamiento de los voluntarios, supervisión y evaluación conjunta de su labor.

- Mantenimiento actualizado de la web informativa de las actividades de la asociación,
- mantenimiento redes sociales (Facebook)
- Redacción de un blog realizado conjuntamente por voluntarios/as y usuarios/as de la asociación.
- Creación de campañas publicitarias digitales para la captación de voluntariado.
- Mailing para informar de los eventos y actividades a voluntarios/as, beneficiarios socios y miembros de otras asociaciones interesados.

2) Programa Helios



El Programa Helios es un programa de difusión de las actividades asociativas en el ámbito de la salud mental y que va dirigido tanto a los profesionales del área sociosanitaria como a pacientes y



a familias que no tuvieran conocimiento aún de las distintas entidades que trabajan en la rehabilitación psicosocial de las personas con Trastornos Mentales Severos.

Se observa en las asociaciones, que un alto porcentaje de usuarios y sus familias llegan a la primera entrevista meses después de recibir un diagnóstico o al alta en un primer internamiento clínico. Estos primeros meses desde que se conoce la enfermedad resultan vitales y de ellos depende muchas veces a actitud con la que la persona enferma va a aceptar el tratamiento y los programas de rehabilitación psicosocial.

Las familias, con frecuencia, no saben dónde dirigirse y soportan ante la falta de información una gran incertidumbre durante este período, que repercute ineludiblemente en el paciente que ve atrasado su rehabilitación. En otras ocasiones la información que consiguen resulta sesgada por intereses ajenos al beneficiario y no responde a las expectativas reclamadas lo cual alarga aún más el tiempo efectivo de recuperación. El programa Helios pretende acortar estos plazos.

Actualmente en muchas entidades y particularmente en las ONL se dispone de un importante caudal humano con un potencial infrautilizado. Nos referimos con esto a voluntarios/as con una importante calificación profesional, (psicólogos, trabajadores sociales, educadores, enfermeros, pedagogos, abogados) y con recursos que, muchas veces, no llegan a aprovecharse completamente en las asociaciones con las que colaboran.

En este programa, los voluntarios/as cualificados serían las herramientas para construir canales de comunicación directa entre todas las instituciones, recibiendo distribuyendo y actualizando información al tiempo que crean una red de correspondencia entre hospitales, centros de salud y las diversas asociaciones que trabajan en salud mental.

La creación de esta red y el traslado de información se realizaría atendiendo a las particularidades de cada centro. De esta manera se acordaría con el equipo responsable la forma en que la información llegaría a los beneficiarios y profesionales. Tanto a través de charlas y entrevistas o mediante la entrega de trípticos y otra documentación.

La información que se distribuiría sería:



- Trípticos propios de todas las asociaciones y entidades que trabajen en la Rehabilitación Psicosocial.
- Documentación diversa con todos los teléfonos de contacto y correos email de dichas entidades así como un resumen de las actividades que realizan.
- Dirección de la página web que se crearía para tal fin y donde se podría encontrar información actualizada.

Objetivo general:

- Trasladar información precisa y actualizada de los recursos públicos y personales existentes a pacientes y a otros potenciales beneficiarios en el área de Salud Mental.

Objetivos Secundarios:

- Conseguir una información veraz y actual de todos los recursos presentes en la rehabilitación y que resulte útil para los profesionales.
- Protocolizar a coordinación y la comunicación entre las distintas entidades.
- Mejorar la atención a los beneficiarios (pacientes y familias) que reciben una información directa.
- Unificar los canales de comunicación y sus contenidos.
- Aprovechar recursos (materiales y humanos) disponibles e infrautilizados.
- Abrir un camino para la cooperación activa de la sociedad civil en labores de Reintegración.

3) Programa Eolus

Eolus



EOLUS es un proyecto de comunicación social. En el entorno de Compostela hay un grupo reducido de entidades sociales de gran tamaño, que ya cuentan con un equipo de comunicación para poder difundir sus iniciativas. Pero hay muchas otras organizaciones (entidades de voluntariado o pequeños ayuntamientos) que desde abajo aportando un servicio social y por falta de medios materiales o tiempo no tienen este servicio. EOLUS se presenta cómo solución a esta necesidad de difusión. Y un programa con una triple vertiente

La primera sería la transversalidad, la necesidad de cooperación con otras entidades ajenas a nuestro ámbito de actuación, colaborar y extender el campo de trabajo de todas las entidades que quieran colaborar.

Por otra la banda es un proyecto de comunicación. Informamos sobre aquello que acontece a nuestro alrededor en el campo de las iniciativas sociales y particularmente de las acciones de voluntariado

Y por otra, somos una organización social. Abarca los temas de trascendencia humana que afectan a la sociedad (inmigración, infancia, salud, discapacidad, violencia machista, educación, medio ambiente...).

Objetivos:

- Convertir este programa en una entidad autónoma generadora de iniciativas sociales.
- Difundir, organizar y fomentar iniciativas sociales. Queremos poner todos estos acontecimientos, que no cuentan con un tratamiento suficiente en los medios de comunicaciones, en la boca de la gente. Además, también pretendemos ayudar a aquellas asociaciones con pocos recursos a que puedan organizar sus eventos.
- Organizar y difundir las ideas que nacen de las asociaciones y también promover nuestras propias.

Metodología:

EOLUS está formado por un grupo de personas que se dedican al cambio social, como son los trabajadores/as sociales, y por personas que se dedican al mundo de la comunicación. Es un proyecto



de voluntariado. Nos nutrimos con personas involucradas en temas sociales y con voluntarios del mundo del periodismo y de la comunicación audiovisual.

Cuando una entidad quiere llevar a cabo una iniciativa, nos la cuenta. Nosotros organizamos el evento, lo difundimos en las redes sociales, contactamos con los medios de comunicación y lo cubrimos en las noticias de nuestra página web.

La actividad germen será la página web. La web funciona como un medio de comunicación y necesita trabajo y actualización constante. En esta plataforma se difundirán a través de artículos, reportajes, entrevistas, vídeos, galerías, opiniones... todo lo que suceda en este ámbito pero con una implicación alta.

Organización eventos (propios y ajenos). Cuando en alguna pequeña entidad nace una idea nosotros trabajamos sobre ella para que los trabajadores de la asociación puedan seguir aportando su servicio. Si hay que organizar un curso, una campaña de sensibilización los voluntarios/as de Eolus se encargarán de gestionarla.

4) Iniciativa Apolo

4.1 Celebración de eventos para visibilizar el trabajo de voluntariado en Salud mental

- Jornadas de puertas abiertas en las actividades de la Asociación: Una vez al año en cada programa abrimos las puertas a cada una de las actividades para que puedan participar personas, también abrimos espacios donde realizamos nuestras actividades cotidianas, cabe destacar la apertura al barrio de conxo el viejo cementerio del Hospital donde realizamos nuestro proyecto medioambiental y que permaneció cerrado al público durante 30 años
- Jornada alrededor del Día Mundial de la salud mental: En colaboración con todas las entidades del campo de la Salud Mental en el área sociosanitaria de Santiago de Compostela, para visibilizar la problemática del trabajo en salud mental desde la óptica del sector asociativo
- Creación de programas de voluntariado para entidades que no dispongan de los medios y en los que sea factible la incorporación de beneficiarios de los programas de Itinera como voluntarios/as.



Actualmente trabajamos conjuntamente con las siguientes entidades:

- **SD. Compostela:** Realizando tareas de mantenimiento, recogida de material al final de cada partido y colaborando en las campañas solidarias organizadas por el Club.



- **Asociación Centinelas:** Una asociación dedicada a dar cobertura a madres carentes de recursos, la colaboración de Itinera consiste en ayudar en las tareas que precisen de voluntarios específicos para necesidades concretas (cómo pueden ser mudanzas o pintar una vivienda), no tiene una periodicidad determinada pero permite también incorporar cómo voluntarios/as a usuarios de nuestros programas.
- **CSC Aurelio Aquirre de Conxo:** Coordinación con el centro sociocultural para realizar tareas de trabajo comunitario organizando eventos.

Objetivos de esta colaboración:

- Crear evento cultural, organizado y dirigido por personas con TMS para el público en general y con una temática distanciada de la enfermedad y del campo de la Institución.
- Hacer visible para el público en general un trabajo de rehabilitación patrimonial y medioambiental que lleva desarrollándose durante casi una década.
- Colaborar conjuntamente con entidades culturales de la ciudad para la creación de una red de integración social efectiva y lejos de la institucionalización.
- Responsabilizar a la personas con TMS de una actividad dirigida a la sociedad.

Eventos que comprende:

- **Ciclo de cine Noches de Cine y Luna:** Proyección en el Hospital Psiquiatrico de Conxo



de dos películas celebrando la Semana Cultural del barrio.

Esta actividad se dirigiría al público en general, y particularmente los vecinos del barrio de Conxo, también los internos del Centro, y otras entidades sociales y culturales que hubieran colaborado de una forma o de otra con la rehabilitación psicosocial de las personas con Trastornos Mentales Severos en los últimos años. Se acomodaría un espacio ajardinado dentro del Hospital Psiquiátrico para el montaje de una pantalla y sillas, el acceso sería libre.



- Celebración del día a árbol: En mayo, niños y niñas del barrio de Conxo, colaboran con el programa medioambiental de Itinera, para ajardinar y plantar especies autóctonas en el viejo cementerio y en la orilla del río Sarela.



4.3 Coordinación con otras entidades de voluntariado

Transversalmente a todas las actividades, apertura a la colaboración con otras entidades que tienen abiertos programas de salud mental.

Esta colaboración se extiende a:

- Organización de campamentos y fines de semana en Merza interasociativos, con usuarios y voluntarios de las diversas entidades con las que tenemos convenio para tal fin (FEAFES, Xaruma y Andaina prosaudemental) meses de julio y agosto.
- Participación en el Curso de Voluntariado en Salud mental mes de abril, (ver apartado anterior).
- Organización de las Jornadas de la Salud Mental, conjuntamente con las entidades del campo de salud mental del área sociosanitaria de Santiago de Compostela. Durante 3 sesiones que incluirán (ponencias, mesas-debate, cine fórum) y donde expondrán profesionales, voluntarios, familias y pacientes de los dispositivos de salud mental, mes de octubre.



5. CRONOGRAMA

El programa Heracles es transversal al resto de programas de voluntariado de la Asociación Itinera, por lo tanto funciona durante los doce meses del año.

Cabe señalar que alguna de sus actividades sí tienen una fecha determinada.

2021	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Agos	Sept	Oct	Nov	Dic
Gestión voluntariado	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Captación y difusión			x			x			x	x		
Formación		x		x			x			x		
Eventos con otras entidades							x	x	x	x		

BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA HERACLES

Usuarios atendidos directamente por voluntarios formados en programas de Voluntariado de la Asociación Itinera	175
Alumnado en prácticas formado en voluntariado Curso 2015-2016	10
Asistentes V Curso de Formación de voluntariado en Salud mental	120
Entidades con programas de voluntariado en red de (cooperación).	11
Entidades sin programas de voluntariado de cooperación (Colaboración)	3
Entidades públicas para las que se realizan programas de voluntariado	3

PERSONAS VOLUNTARIAS

Voluntarios derivados USC	19
Voluntarios captación directa	50
Voluntarios extraídos de colectivos riesgo	11
Voluntarios TOTAL	80



6. CONCLUSIONES

Qué objetivos mejoran con la planificación de Heracles:

- Poner en valor el trabajo del voluntariado como herramienta eficaz para la integración social.
- Formar voluntarios, mejora la eficacia del trabajo de las entidades.
- El trabajo en red con otras entidades evita la infrautilización de recursos y ayuda a homogeneizar los protocolos de formación y de gestión de voluntariado.
- El voluntariado acerca realidades a la sociedad, que tiene la oportunidad de participar directamente frente un problema comunitario, también puede ser utilizado como medio de aprendizaje para futuros profesionales.
- La formación no formal de las personas voluntarias fomenta valores como la tolerancia, crea mejores ciudadanos y por consiguiente una sociedad más justa e igualitaria.

