

ACTIVITATS QUE ES REALITZEN

- Itineraris personalitzats. Es dissenya un **Programa d'Atenció Individual (PAI)** per a cada dona distribuït en:
 - Autocura i organització
 - Benestar emocional
 - Habilitats comunitàries
 - Habilitats socials
 - Habilitats ocupacionals
- **Seguiment** al propi domicili i/o a l'entorn comunitari.
- **Acompanyaments.**
- **Atencions individuals.**
- Atenció a les **famílies.**
- **Grup de Dones (Emmirallades):** Activitat grupal amb suport psicològic.
- Formació i seguiment de les **persones voluntàries.**
- **Labora't i Actua:** Servei de suport i acompanyament per promoure i facilitar la inserció sociolaboral.

Informació i contacte

ACTUA - BARCELONA:
 C/ Gran de Gràcia 239, 1r 1a
 08012 - Barcelona
 actua.bcn@grupatra.org
 Tel. 611 433 965

ACTUA - VILANOVA:
 C/ Pàdua 17-19
 08800 - Vilanova i la Geltrú
 actua.garraf@grupatra.org
 Tel. 600 533 226

Coordinadora: Yolanda Guasch
 yguasch@grupatra.org
 Tel. 616 570 199
 www.grupatra.org

Amb el suport de:



ACTUA DONA



MISSIÓ

L'Actua Dona és un programa **comunitari, inclusiu i integrador d'atenció centrada en la persona**. Ofereix suport a la vida autònoma a dones amb problemàtica derivada del trastorn mental, que viuen o poden haver viscut violències masclistes, i que presenten dificultats per realitzar les activitats de la vida diària, tant a la seva llar com a l'entorn comunitari.



És un programa **innovador i pioner**, que incorpora la participació d'un **voluntariat inclusiu**, format per persones amb i sense problemes de salut mental principalment dones, com a agents de suport i de canvi social.

OBJECTIUS

- Promoure l'autonomia i l'adaptació psicosocial de les dones amb trastorn mental que pateixen violències, potenciant el seu procés de recuperació i facilitant la seva inserció comunitària i inclusió social, evitant processos d'aïllament i situacions de dependència.
- Ajudar les dones a identificar situacions de violències viscudes i proporcionar eines per fer front a aquestes circumstàncies (presa de consciència, inici de procés de recuperació, etc.).
- Promoure l'apoderament personal, familiar, laboral, social, cultural i polític de les dones, dotant-les d'eines per desenvolupar la capacitat per defensar els seus drets.
- Realitzar un treball preventiu i una intervenció precoç.
- Recuperar o adquirir les competències personals, interpersonals i psicosocials.
- Fomentar l'ajuda mútua i la sororitat entre dones amb trastorn mental.
- Potenciar el voluntariat inclusiu.
- Oferir suport i atenció a les famílies.
- Fer visible l'elevat grau de violències que pateixen les dones amb trastorn mental.

- Sensibilitzar i col·laborar amb organitzacions socials, administracions i societat en general sobre les necessitats i realitats de les dones amb trastorn mental.



CRITERIS D'ACCÉS

- Conviure amb una problemàtica associada a la salut mental.
- Tenir capacitat per desenvolupar les activitats de la vida diària amb el suport previst pel programa.
- Estar psicopatològicament estable.
- Edat: a partir de 16 anys.