

Programa A tua Saúde en Mente

Entidade executante

Asociación Albores Saúde Mental (<https://albores.org/>)

Ámbito territorial

O programa desenvólvese nas localidades de Lugo: Carballedo, Chantada, Folgoso do Caurel, Monforte de Lemos, Pantón, Quiroga, Ribas de Sil, O Saviñao, Sober, A Pobra de Brollón e Taboada.

Persoas destinatarias

Está dirixido ás persoas con Trastorno Mental Severo (TMS) do entorno rural e ás súas familias.

Beneficiaránse un total de 35 persoas con TMS, 54 familiares, 12 concellos, 12 Centros de Saúde e 2 Hospitais. Serían un total de 47.082 beneficiarios indirectos, dos cales 24.274 son mulleres (51,6%) e 22.809 son homes (48,4%).

Obxectivos

Xeral:

Conseguir que as persoas con TMS incorporen hábitos e rutinas de estilos de vida saudables. Aumentar a corresponsabilidade das familias, actores da comunidade e territorios implicado.

Específicos:

- Contribuír á mellora ou mantemento do autocoidado.
- Promover alternativas de lecer saudable.
- Promover a actividade deportiva.
- Mellorar o apoio das familias ás persoas con TMS.
- Promover territorios responsables co dereito á saúde.

Metodoloxía

Séguese o modelo humanista existencial, que mantén que a persoa busca a autorrealización, sendo a finalidade que da sentido á súa vida.

A metodoloxía do empoderamento constitúese como medio e fin a un tempo. As TIC serán utilizadas en accións de contacto, información, sensibilización e formación, para as axencias e a comunidade.

A intervención será interdisciplinaria, desenvolvida dende un equipo multidisciplinar.

Apóstase por unha metodoloxía participativa e colaborativa en todas as fases do proxecto.

Traballo en rede, coordinación, colaboración e complementariedade: creación de territorios responsables.