



## ACTIVITATS QUE ES REALITZEN

- Itineraris personalitzats. Es dissenya un **Programa d'Atenció Individual (PAI)** per a cada persona usuària 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 d'ajuda mútua (GAM)** per a les persones usuàries.
- 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 - GARRAF:

- 📍 C/ Pàdua 17-19  
08800 - Vilanova i la Geltrú
- ✉️ [actua.garra@grupatra.org](mailto:actua.garra@grupatra.org)
- ☎️ Tel. 600 533 226

### ACTUA - BARCELONA:

- 📍 C/ Gran de Gràcia 239, 1r 1a  
08012 - Barcelona
- ✉️ [actua.bcn@grupatra.org](mailto:actua.bcn@grupatra.org)
- ☎️ Tel. 611 433 965

### ACTUA - PRAT:

- ✉️ [actua.prat@grupatra.org](mailto:actua.prat@grupatra.org)
- ☎️ Tel. 657 978 593

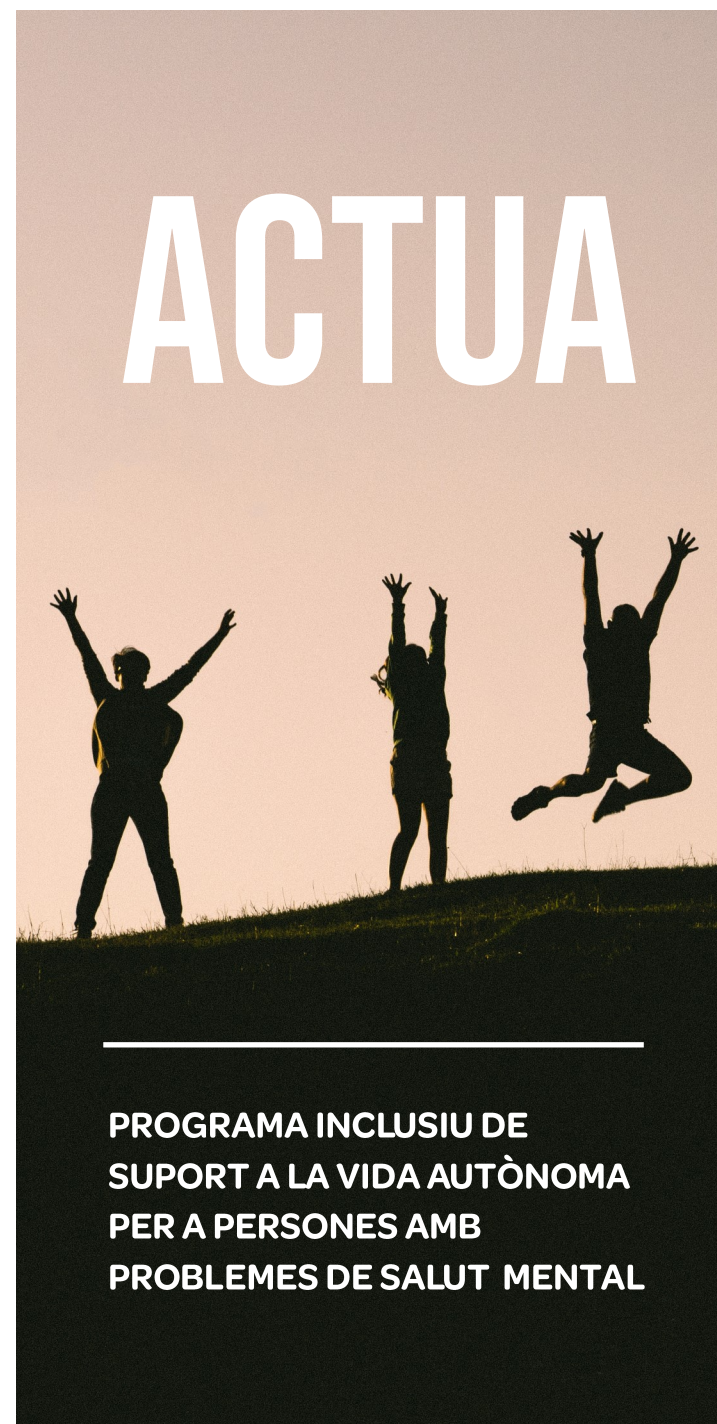
- 👤 Coordinadora: Yolanda Guasch
- ✉️ [yguasch@grupatra.org](mailto:yguasch@grupatra.org)
- ☎️ Tel. 616 570 199
- 🌐 [www.grupatra.org](http://www.grupatra.org)

Amb el suport de:



APPTU@ és l'aplicació del programa,  
dirigida a la promoció de la salut mental.

Descarrega-la ja a:



## MISSIÓ

L'“Actua” és un programa **comunitari, inclusiu i integrador d'atenció centrada en la persona**. Ofereix suport a la vida autònoma a persones amb problemàtica derivada del trastorn mental, 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, com a agents de suport i de canvi social.

## OBJECTIUS

- Oferir suport personal a la vida autònoma.
- Fomentar l'autonomia, la qualitat de vida i l'apoderament de les persones amb problemàtica derivada de la salut mental.
- Potenciar el voluntariat inclusiu, com a agent de canvi i de suport.
- Construir cooperació i xarxa de suport entre les persones amb problemàtiques derivades del trastorn mental.
- Treballar per a la inclusió social i per una societat lliure d'estigmes.
- Donar suport i atenció a les famílies.
- Potenciar la rehabilitació i la inserció comunitària.
- Realitzar treball preventiu i intervenció precoç per mantenir l'estabilitat de les persones beneficiàries.
- Recuperar la confiança de la persona amb trastorn mental per millorar la seva qualitat de vida.
- Treballar en xarxa i coordinació amb altres entitats i plataformes del sector.

## CRITERIS D'ACCÉS

- Conviure amb una problemàtica associada a la salut mental.
- Tenir voluntat per desenvolupar les activitats de la vida diària amb el suport previst pel programa.
- Estar psicopatològicament estable.
- Tenir entre 16 i 65 anys en el moment de la sol·licitud.

