



El Prat reforça el servei d'assessorament juvenil en salut mental i emocional, que ha atès més d'un miler de casos arran de la pandèmia

Coincidint amb el mes en què es commemora el Dia Mundial de la Salut Mental (10 d'octubre), el Servei de Joventut de l'Ajuntament del Prat ha fet balanç de les assessories realitzades amb aquesta finalitat, més d'un miler des de principis de l'any passat. Els motius d'atenció més freqüent són l'ansietat, la tristesa o els problemes vinculats a l'autoestima, l'autoconeixement, la ira i els conflictes amb els grups d'iguals.

Recentment, també s'ha posat en marxa el programa Antenes Joves per ajudar a detectar casos de joves que hagin vist augmentar la seva sensació de soledat i malestar emocional durant la pandèmia.

Per a la ciutadania en general, el Prat també compta amb l'Espai Situa't, que ha realitzat més de 300 atencions relacionades amb el benestar psicològic i emocional en els seus primers dos anys de funcionament.

Les persones joves es troben entre els col·lectius socials que més han acusat emocionalment l'impacte de la pandèmia, i en molts casos, encara n'arrosseguen les conseqüències. En aquest context, l'Ajuntament del Prat ha reforçat els seus serveis i programes per oferir atenció psicològica i promoure el benestar emocional de les persones joves. Els Serveis de Joventut de l'Ajuntament estan desplegant assessories amb aquest objectiu, que han realitzat més d'un miler d'atencions des de principis de 2021.

El Lloro (Serveis de Joventut del Prat) ofereix tant assessories d'orientació personal com diversos tallers on es treballen de forma grupal diferents aspectes vinculats a la gestió emocional. Aquests serveis, que s'han pogut incrementar en el marc del programa "Escolta Jove" de la Diputació de Barcelona, atenen especialment necessitats emocionals vinculades als aspectes següents: ansietat, tristesa, autoestima i autoconeixement, ira i conflictes amb el grup d'iguals.

Coincidint amb el mes en què es commemora el Dia Mundial de la Salut Mental (10 d'octubre), l'Ajuntament del Prat ha fet balanç dels casos atesos des de les Assessories Joves. Des de principis de 2021 i fins a finals de setembre de 2022, l'Assessoria d'Orientació Personal ha realitzat un total de 1.122 visites per atendre persones joves del Prat amb necessitats psicològiques i emocionals. Durant els tres primers trimestres de 2022, ja s'ha fet gairebé el mateix nombre de visites (544) que durant tot l'any passat (578).

A l'atenció personalitzada a les persones joves que ho necessiten, s'hi ha afegit a partir del mes d'octubre el cicle de tallers gratuïts *El Hype de les emocions*. En aquests tallers, es treballen punts clau vinculats al benestar emocional



relacionats amb el coneixement sobre les pròpies emocions, la importància de l'autoregulació, la tolerància a la frustració o la descoberta dels punts forts i fortaleeses de cada persona que puguin ajudar-la a superar les dificultats a què s'enfronti, de manera que adquireixi eines de gestió emocional que li puguin ser útils en d'altres moments de la vida.

El desenvolupament d'aquestes activitats és possible gràcies a l'equip dels Serveis de Joventut municipals, que compta amb dos professionals de la psicologia especialitzats en l'atenció a joves. Així mateix, l'equip de El Lloro treballa en xarxa i es coordina amb d'altres col·lectius, entitats o centres que es dediquen a l'àmbit juvenil, educatiu o al suport psicològic i emocional.

Nou programa “Antenes joves”

Per reforçar les assessories i els tallers d'orientació emocional el Lloro, al llarg del curs escolar 2021-2022, s'ha posat en marxa el programa Antenes Joves. Amb aquesta iniciativa, es vol facilitar la detecció de casos de persones joves que, arran de la pandèmia i del confinament, hagin vist augmentar els sentiments de soledat o malestar emocional, a partir d'un equip de voluntariat i de la col·laboració de l'entitat de lleure Agrupament Escolta i Guia Anton Vilà i diferents instituts. Aquest programa parteix de la mateixa idea que el programa Antenes per detectar i abordar situacions de soledat no volguda entre la gent gran a partir del voluntariat encarregat d'identificar aquests casos, que ja compta amb més trajectòria a la ciutat.

Suport emocional per al conjunt de la ciutadania a l'Espai Situa't

Més enllà dels joves, les problemàtiques vinculades a la salut mental afecten a diferents segments de població. Per això, el Prat compta des del juliol de 2020 amb l'Espai Situa't, servei gratuït d'informació i assessorament en salut mental per al conjunt de la ciutadania. Està impulsat per l'Ajuntament i gestionat per la Federació Salut Mental Catalunya. L'Espai Situa't ofereix atenció personalitzada i orientació sobre salut mental i benestar emocional, així com informació sobre els diferents serveis o recursos amb què compta el Prat en aquest àmbit. Des de la seva obertura, ha atès 318 casos i, en el que portem d'any, ja s'han realitzat més atencions (157) que en tot el 2021 (115). Aquest augment s'explica per l'augment de necessitats emocionals de la ciutadania arran de la covid i pel major nivell de coneixement i arrelament del servei.

Des d'aquest espai, es gestiona i es dona suport al Grup d'Ajuda Mútua de salut mental de familiars, en què diferents persones -actualment n'hi ha 11 d'inscrites- es reuneixen per compartir les seves experiències, donar-se suport i acompanyament en la cura de persones amb salut mental.

Aquest servei s'emmarca en l'Estratègia local de Salut Mental Comunitària del Prat, que posa el focus en la importància de la cura i la promoció del benestar emocional amb una perspectiva comunitària. També lluita contra els estigmes vinculats a la salut mental.