



2024

PROGRAMA DE INCLUSIÓN
Y PARTICIPACIÓN ACTIVA
PARA PERSONAS CON
ENFERMEDAD MENTAL



**VOLUNTARIADO
SPORTSA**



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Conselleria de Sanitat



En los principios de Sportsa no solo esta el fomentar la práctica deportiva como herramienta de recuperación, también trabajamos por conocer cuál es el mejor método para conseguir los mejores resultados.

Este año ha visto la luz la Tesis Doctoral del Presidente de nuestra Asociación Sportsa basada en la Liga de Fútbol Sala que desarrollamos y de la que compartimos la parte de las conclusiones.



VNIVERSITAT E VALÈNCIA

Facultat de Psicologia i Logopèdia

Programa de Doctorado en Promoción de la Autonomía y
Atención Sociosanitaria a la Dependencia

TESIS DOCTORAL

**Efectos del fútbol como ocupación deportiva en el proceso
de recuperación de personas con trastorno mental grave:
impacto sobre el *insight* cognitivo, la autoevaluación
ocupacional y la percepción subjetiva de recuperación**

Doctorando David Marqués Azcona

**Directoras Doctoras Laura Galiana Llinares y María de los
Ángeles Ruipérez Rodríguez**

Conclusiones Tesis Doctoral:

En este apartado se recogen las conclusiones derivadas de la presente investigación. En primer lugar, y tras la revisión de la literatura, podemos concluir que la práctica de la actividad física, y específicamente, del deporte, resulta beneficiosa para las personas con trastorno mental grave, pues produce mejoras en la sintomatología de los trastornos, a nivel físico (con niveles más altos de actividad física o la pérdida de peso), psicológico (mejorando la autoconfianza, la autoeficacia, la autoestima, el compromiso, el bienestar psicológico, el sentido de identidad, o los niveles de estrés) y social (mejorando las habilidades para la interacción y la comunicación, y aumentando así la competencia social). Sin embargo, los estudios que hasta el momento han estudiado el impacto del fútbol en personas con TMG siguen siendo limitados, tanto en número como en rigor metodológico; la mayoría de ellos son exclusivamente cualitativos, con muestras pequeñas y sin grupo control. Efectos del fútbol en el proceso de recuperación de personas con trastorno mental grave 256

En segundo lugar, los resultados de esta investigación permiten concluir al respecto del perfil de persona con TMG que practica una actividad deportiva como el fútbol como actividad ocupacional. En este sentido, la mayoría fueron hombres con una edad media alrededor de los 40 años, con estudios primarios, alrededor de 9 años de experiencia laboral en ocupaciones elementales, en su mayoría solteros y residían con su familia o en una institución (CEEM o vivienda supervisada, en su mayoría). Son personas que han trabajado aproximadamente unos nueve años, en ocupaciones elementales, oficios o del sector servicio, con principal diagnóstico de trastorno psicótico. Se trata de adultos que llevan casi 20 años de media en tratamiento, con varias hospitalizaciones. En cuanto a sus actividades de ocupación, tres cuartos de los participantes de ambos grupos los que realizaban programas de la salud y deporte y de ocio y tiempo libre; y en cuanto a las actividades de ocio y tiempo libre, que implican vida independiente, fue habitual que los participantes realizaran paseos, pero muy pocos viajaban, iban al cine o salían a cenar. En cuanto a la participación en la Liga, el grupo de participantes llevaba, de media, algo más de tres años participando en esta, siendo los entrenamientos fuera del centro de residencia o del dispositivo en la mayoría de los casos. En general, necesitaban del monitor, monitora o del tablón de anuncios del centro para estar informado de los partidos y la actualidad del torneo. En tercer lugar, la Escala de Insight Cognitivo de Beck (Beck et al., 2004), la Escala de Autoevaluación Ocupacional versión 2.2 (Baron et al., 1998) y la Escala de Evaluación de la Recuperación de Maryland (Drapalski et al., 2012) ofrecieron evidencias de adecuadas propiedades psicométricas y son, por tanto, adecuadas cuando el objetivo es evaluar estos constructos en personas españolas con trastorno mental grave. En cuarto lugar, los participantes con trastorno mental grave mostraron valores medios de insight cognitivo, tanto en la dimensión de auto-reflexión como en la de auto-certeza; niveles medio-altos en autoevaluación ocupacional, en sus diversas dimensiones; y un nivel moderado-alto de recuperación. Por último, la participación en una liga de fútbol como ocupación deportiva mejoró los niveles de los usuarios en todas las competencias, incluyendo las de Efectos del fútbol en el proceso de recuperación de personas con trastorno mental grave 257

desempeño, habituación y volición, así como los niveles de recuperación. Sin embargo, no fue así en el caso del insight cognitivo, en ninguna de sus dimensiones. La participación en una liga de fútbol puede, por tanto, ser un instrumento útil para mejorar, no solo la salud física, mental y las habilidades sociales de las personas con trastorno mental grave, sino que, además, incide en su proceso de recuperación, específicamente a través de la mejora de sus competencias ocupacionales.

Otra línea abierta desde hace cuatro años una nueva línea de trabajo junto a la Universidad Ceu Cardenal Herrera para promover y realizar estudios fruto de ello podemos presentar nuestro primer estudio basado en la comparación de tres programas diferentes de ejercicios físicos (entrenamiento aeróbico, entrenamiento de la fuerza y entrenamiento mixto) sobre la sintomatología de las personas con esquizofrenia.



EFFECTOS DE TRES PROGRAMAS DE EJERCICIO FÍSICO, AERÓBICO, FUERZA Y MIXTO SOBRE LA SINTOMATOLOGÍA DE LA ESQUIZOFRENIA



Laura García-Garcés¹, Juan Francisco Lisón^{2,3}, Loreto Peyró-Gregori¹, María Inmaculada Sánchez-López¹, Gemma Biviá-Roig¹, Carme Vidal Cana⁴, José Manuel Sellés Soler⁵, Noé Ases Rodríguez⁶, Marina Gómez Raga⁷, Elisenda Valls Rodellas⁴.

¹. Department of Nursing and Physiotherapy, Faculty of Health Sciences, Universidad Cardenal Herrera-CEU, CEU Universities, Moncada, Valencia, Spain. ². Department of Biomedical Science, Faculty of Health Sciences, Universidad Cardenal Herrera-CEU, CEU Universities, C/Santiago Ramón y Cajal S/N Adra del Pratense, Moncada. 46115 Valencia, Spain. ³. Centre of Networked Biomedical Research in the Physiopathology of Obesity and Nutrition (CIBEROBN), CIBEROBN, Carlos III Health Institute, Madrid, Spain. ⁴. Mental Health Rehabilitation Center, Fundació Els Tres Turons. ⁵. Sports Association. ⁶. Santos Andrés Santiago and Miguel Suñer Foundation (Valencia). ⁷. Asociación ACCOVA.



OBJETIVOS/ OBJETIVES

El objetivo de este estudio fue comparar los efectos de tres programas diferentes de ejercicio físico (entrenamiento aeróbico, entrenamiento de la fuerza y entrenamiento mixto) sobre la sintomatología de personas con esquizofrenia.

Variables	Grupo Aeróbico (n = 28, media (DE))	Grupo Fuerza (n = 29, media (DE))	Grupo Mixto (n = 29, media (DE))
PANSS-positivo (puntación, 7 a 49 puntos)	20.3 (4.8)	20.1 (6.4)	20.1 (4.8)
PANSS-negativo (puntación, 7 a 49 puntos)	25.4 (7.0)	23.1 (6.4)	23.5 (6.1)
PANSS-general (puntación, 16 a 112 puntos)	49.8 (7.1)	47.7 (11.4)	48.8 (10.8)
PANSS total (puntación 30 to 210 puntos)	95.4 (13.9)	90.2 (21.2)	92.3 (18.4)

Tabla 1. Características basales de los participantes. PANSS = positive and negative syndrome scale.

Variables	Grupo Aeróbico (n = 28)		Grupo de Fuerza (n = 29)		Grupo Mixto (n = 29)		ANCOVA effects		
	Diferencias (95% CI)	P valor	Diferencias (95% CI)	P valor	Diferencias (95% CI)	P valor	Tiempo	Grupo	Tiempo x Grupo
PANSS-positivo (puntación, 7 a 49 puntos)	T1-T0 -3.2 (-6.1 to -0.3)	0.023*	T1-T0 -2.7 (-5.4 to 0.0)	0.050*	T1-T0 -2.2 (-5.0 to 0.7)	0.206	F, P valor	F, P valor	F, P valor
	T2-T0 -0.5 (-3.8 to 2.7)	1.000	T2-T0 -1.5 (-4.3 to 1.6)	0.708	T2-T0 -0.3 (-3.5 to 3.0)	1.000	7.5, 0.001	0.1, 0.89	0.2, 0.89
PANSS-negativo (puntación, 7 a 49 puntos)	T1-T0 -4.2 (-7.2 to -1.2)	0.003**	T1-T0 -3.6 (-6.4 to -0.9)	0.006**	T1-T0 -3.8 (-6.8 to -0.7)	0.009**			
	T2-T0 -2.4 (-5.8 to 0.9)	0.246	T2-T0 -2.5 (-5.6 to 0.6)	0.158	T2-T0 -1.5 (-4.8 to 1.9)	0.832	15.4, <0.001	1.3, 0.29	0.2, 0.95
PANSS-general (puntación, 16 a 112 puntos)	T1-T0 -8.7 (-14.0 to -3.3)	0.001**	T1-T0 -7.6 (-12.6 to -2.6)	0.001**	T1-T0 -7.4 (-12.8 to -2.0)	0.003**			
	T2-T0 -4.0 (-11.4 to 3.5)	0.584	T2-T0 -5.0 (-11.8 to 1.9)	0.241	T2-T0 -3.1 (-10.5 to 4.3)	0.915	14.9, <0.001	0.6, 0.57	0.1, 0.96
PANSS total (puntación 30 to 210 puntos)	T1-T0 -16.1 (-25.8 to -6.3)	<0.001**	T1-T0 -13.9 (-22.8 to -4.8)	0.001**	T1-T0 -13.4 (-23.1 to -3.6)	0.004**			
	T2-T0 -6.9 (-19 to 5.6)	0.541	T2-T0 -9.0 (-20.5 to 2.7)	0.193	T2-T0 -4.9 (-17.4 to 7.7)	1.000	18.3, <0.001	0.9, 0.40	0.2, 0.94

Tabla 2. Comparación intragrupos. Resultados del test post-hoc Bonferroni: * P ≤ 0.05; ** P ≤ 0.01. T0 = basal; T1 = Post-intervención; T2 = 10-meses de seguimiento.

CONCLUSIONES/ CONCLUSIONS

Se concluye que 3 sesiones semanales de un programa de ejercicio progresivo de moderado a vigoroso durante 16 semanas mejoraron la sintomatología de los individuos con esquizofrenia en los tres grupos, sin diferencias entre ellos. Sin embargo, los efectos disminuyeron a los niveles iniciales en el seguimiento de 10 meses, lo que sugiere que las intervenciones de ejercicio deben mantenerse a lo largo del tiempo.

REFERENCIAS/ REFERENCES

1. Simonson, J. C., Ward, A. J., Heston, P., Collins, J. & Windisch, R. An evaluation of variation in published estimates of schizophrenia prevalence from 1990–2013: A systematic literature review. *BMC Psychiatry* 15, 191. <https://doi.org/10.1186/s12888-015-0711-7> (2015).
2. Vajta, V. N. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: A quick glance. *Indian J Psychiatry* 55, 220–223. <https://doi.org/10.4103/0013-5545.117131> (2013).
3. Strassburg, M. T. et al. Determinants of different aspects of everyday outcome in schizophrenia: The roles of negative symptoms, cognition, and functional capacity. *Schizophrenia Res* 145, 76–82. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2013.03.033> (2015).
4. Global Burden of Disease Study Collaborators. (2015). Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 303 acute and chronic diseases and injuries in 188 countries, 1990–2013: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet* 386, 743–800. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)00452-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)00452-4) (2015).

ÍNDICE:

PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

1. DENOMINACIÓN DEL PROGRAMA
2. DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA ESPECÍFICO A LA INCLUSIÓN JUNTO CON SU IDENTIFICACIÓN
3. OBJETIVOS
4. CRONOGRAMA Y ACCIONES A DESARROLLAR
 - 4.1 EJECUCIÓN DEL PROGRAMA Y HORARIO DE ATENCIÓN
 - 4.2 PARTICIPANTES
 - 4.3 INSTALACIONES DONDE SE DESARROLLAN LAS ACTIVIDADES
 - 4.4 CRONOGRAMA
 - 4.5 ACTIVIDADES DETALLADAS
5. PROPUESTA DE EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DEL PROGRAMA
6. ÁMBITO GEOGRÁFICO
 - 6.1 TRABAJO EN RED Y CENTROS ASOCIADOS
7. RECURSOS MATERIALES
 - 7.1. DISPONIBILIDAD DE LOCALES
 - 7.2. COOPERACIÓN CON OTRAS INSTUCIONES
 - 7.4 MATERIALES
8. RECURSOS HUMANOS
 - 8.1 CONTRACIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL GRAVES COMO EXPERTOS
9. COLECTIVO AL QUE VA DIRIGIDO
10. NÚMERO ESPECÍFICO DE PERSONAS A ATENDER
11. ACTIVIDADES DE COMUNICACIÓN, DIFUSIÓN Y VISIBILIDAD
12. PRESUPUESTO
13. BIBLIOGRAFÍA
14. ANEXOS
 - ANEXO I ANÁLISIS DAFO DEL PROGRAMA
 - ANEXO II FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN
 - ANEXO III EL PROYECYO EN IMÁGENES



PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

La Asociación Deportiva, Cultural De Recuperación e Integración Social Sportsa (en adelante Sportsa) nace en el año 2016 y la componen personas pertenecientes a diferentes recursos de rehabilitación psicosocial de la Comunidad Valenciana.

La existencia de esta asociación tiene por objeto el fomento, desarrollo y práctica de toda actividad deportiva, recreativa, cultural y asistencial, orientada a la organización del ocio y tiempo libre de personas con Trastorno Mental Grave como instrumento para la recuperación, la integración y la lucha contra el estigma.

El objetivo de nuestra asociación va destinado al empleo de actividades deportivas en la intervención con personas con TMG, basando dicha intervención en la promoción de valores sociales y personales siendo constatado como el máximo agente de reinserción social de nuestro país, que describe al deporte como una de las actividades a llevar a cabo para la rehabilitación de las personas con enfermedad mental.

Sportsa apuesta porque nuestro trabajo debe ir más allá del fomento de la práctica deportiva y de ocio, ya que vemos necesario no solo aumentar la difusión social de nuestro proyecto sino también trabajar más activamente contra el estigma. Nuestra asociación apuesta por la visibilidad social como herramienta para luchar contra el estigma.

También fomentaremos en los usuari@s una serie de acontecimientos sociales que a través de estas prácticas deportivas, facilitarán de manera transversal aspectos como; la creación de nuevas redes sociales, la lucha contra el aislamiento, la relación con un grupo de iguales, la resolución de problemas en su entorno cotidiano y facilitar así una inclusión social.

La asociación Sportsa apuesta por la práctica deportiva como un ejercicio de ciudadanía por esta razón todas nuestras actividades se desarrollan en entornos comunitarios más allá de las actividades que se ofertan en los recursos puramente asistenciales. La práctica de actividades culturales, recreativas de esparcimiento y deportivas suponen para nuestros soci@s el ejercicio de un derecho como ciudadanos.



Datos de la entidad:

1. Comunidad Autónoma: Comunidad Valenciana
2. Provincia: Valencia
3. CIF: G-98861032
4. Titularidad: Privada sin ánimo de lucro
5. Registro de Actividades de Acción Social con número 4569
6. Domicilio Social: C/ L'Alter nº 2, piso 2 pta 4 46419 Mareny de Barraquetes
7. Sede: Camino Les Cendrosses s/n Ap 102 46410 Sueca (Valencia)
8. Tlfno: 669634465
9. Correo-e: sportsa@outlook.es
10. Web / Facebook: <https://www.facebook.com/Sportsa-492247534313393/>

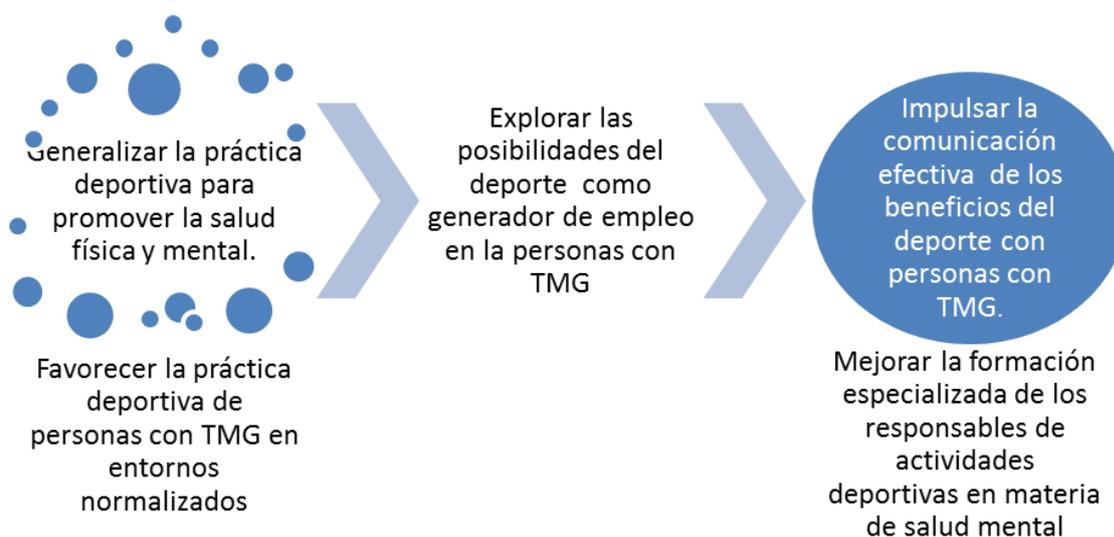
Junta Directiva:

El personal del que disponemos para la realización del proyecto, tanto en orden a la planificación y dirección de la asociación como al desarrollo práctico de las actividades cotidianas se compone de los miembros de la junta directiva de la asociación:

1. David Marqués Azcona Presidente y Terapeuta Ocupacional especialista en atención psicosocial comunitaria.
2. Pablo Soler González Secretario y Abogado.
3. Vicente Santiago González Tesorero y Abogado y experto en gestión de recursos.
4. Nieves Barrajón Bartolomé Vicepresidenta y Trabajadora Social especialista en dependencia.
5. Guillermo Nebot Vidal Vocal .

1. DENOMINACIÓN DEL PROGRAMA.

El Programa “**SPORTSA**” DE INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN ACTIVA PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL,”, va destinado a fomentar la actividad deportiva y favorecer la participación e inclusión social de las personas con trastorno mental grave.





2. DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA ESPECÍFICO A LA INCLUSIÓN JUNTO CON SU IDENTIFICACIÓN.

El programa SPORTSA” DE INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN ACTIVA PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL, es un programa basado en el modelo de atención propuesto por la Estrategia autonómica de atención de salud mental de la Comunidad Valenciana 2016-2020.

Tal como recoge la propia estrategia autonómica, uno de los principales pilares centrales para el diseño de programas de recuperación de personas con trastorno mental grave es la Convención de Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD). El logro de los derechos de las personas con discapacidad no está limitado por su diversidad funcional, si no por las barreras sociales que impiden que las personas ejerzan sus derechos en igualdad de condiciones con todas las demás. Nuestro programa utiliza el deporte como herramienta de inclusión social y siguiendo las recomendaciones de la (CDPD) apostamos por que el acceso a la práctica deportiva también es un ejercicio de ciudadanía y un derecho para todos los ciudadanos. Por ello uno de los objetivos de nuestro programa es facilitar a las personas que sufren un TMG el acceso a la práctica de actividades deportivas como un ciudadano más.

El programa “Sportsa” se sustenta en dos principios estratégicos fundamentales:

1. Modelo de atención comunitario, centrado en las necesidades de la personas y adecuando las actuaciones en los entornos naturales.
2. Modelo orientado a la recuperación como elemento clave de la organización de los servicios de salud mental y cuyos objetivos principales son el respeto y la defensa de los derechos y la plena inclusión social de las personas con problemas de salud mental.

En consonancia con la MISION, VISION Y VALORES de la Estrategia Autonómica de atención de salud mental de la Comunidad Valenciana, las actividades que desarrollamos están destinadas a fomentar la actividad deportiva y favorecer la participación e inclusión social de las personas con trastorno mental grave y para lograrlo buscamos:

1. Mejorar la salud mental de los ciudadanos de la Comunidad Valenciana, promoviendo una salud mental positiva.

✓ **Nuestro programa está abierto a cualquier ciudadano de la Comunidad Valenciana.**

2. Disponer de una red de atención integral que supere lo estrictamente asistencial, trabajando conjuntamente en el ámbito comunitario, con todos los implicados en mejorar la salud mental y mejorar la satisfacción de las personas usuarias, familiares y profesionales.
 - ✓ *En el programa participan más de 239 personas integradas en 32 recursos de atención a personas con enfermedad mental, apostamos por la transferencia de conocimiento e intercambios de experiencias.*
3. Alcanzar una visión positiva de la salud mental, mejorando la imagen que tiene la sociedad de las personas con problemas de salud mental.
 - ✓ *La práctica de actividades deportivas proyecta una imagen posita y saludable de las personas con problemas de salud mental. Esta práctica deportiva se desarrolla en contacto directo con el entorno cotidiano de las personas que participan en nuestro programa, lo que ayuda a desterrar ideas erróneas del colectivo de personas con enfermedad mental.*

Los **PRINCIPIOS ESTRATÉGICOS** del programa “SPORTSA” DE INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN ACTIVA PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL,” en consonancia con los **principios estratégicos** de la Estrategia Autonómica de atención de salud mental de la Comunidad Valenciana 2016-2020 so loa siguientes:

EL MODELO COMUNITARIO:

Las actividades de nuestro programa, se desarrollan en los mismos espacios y a través de las mismas organizaciones que existen para el resto de ciudadanos y ciudadanas sin problemas de salud mental. Una de las premisas del programa es que nuestras actividades no deben bloquear el acceso a las actividades deportivas generales y se deben llevar a cabo en recursos comunitarios y estar orientadas a la integración y a la recuperación.

MODELO ORIENTADO A LA RECUPERACIÓN Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS DE LAS PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL:

El deporte y la actividad física para las personas con TMG posibilitan el ejercicio de un derecho de ciudadano, ofrece nuevas oportunidades para la recuperación, y sin lugar a dudas constituye una



estrategia eficaz para ofrecer una imagen positiva, proyectando la realidad de las personas afectadas, desterrando ideas y creencias erróneas sobre este grupo de personas.

Por otra parte, se ha señalado que “el estigma, la discriminación, la falta de esperanza y la escasa confianza en las propias posibilidades, también afectaría negativamente a la hora de tener oportunidades para la práctica deportiva” y serían barreras para su ejercicio sobre todo en espacios normalizados y como práctica habitual.

Sin embargo, pocos profesionales de salud mental la considerarían como un factor clave en la atención integral y tendrían bajas expectativas sobre las habilidades físicas de sus pacientes.

LA ATENCIÓN TRANSVERSAL Y MULTISECTORIAL:

Por ello hemos diseñado un programa que incluye entre sus puntos principales: El fomento de la práctica deportiva cotidiana de las personas que presentan problemas de salud mental, con objetivos de promoción de la salud física y mental, la integración social o la ocupación del tiempo libre, así como la promoción de la participación en los eventos deportivos con especial énfasis en aquellos que tienen un carácter inclusivo.

La **METODOLOGÍA** que vamos a seguir para el desarrollo de las actividades de nuestro programa es la siguiente:

1. Inclusión de la actividad física y el deporte en los planes individuales de tratamiento, especialmente de las personas con trastornos mentales graves.
2. Organización de eventos deportivos que incluyan actividades sociales, culturales, jornadas técnicas, difusión en los medios de comunicación y el uso de instalaciones deportivas normalizadas.
3. Difundir la experiencia del Proyecto. Diseñar una actividad de sensibilización común.

Así, en el momento actual nuestro programa se compone de actividades estructuradas y mantenidas en el tiempo, con distintas modalidades deportivas, realizadas en instalaciones normalizadas, con personal de apoyo social y monitores y monitoras, coordinados con los servicios de salud mental comunitarios.

Este programa en concreto se compone básicamente de las siguientes actividades:

1. Se programan actividades deportivas.

2. Se desarrollan campeonatos (principalmente de fútbol, paddle, atletismo...)
3. Se celebran Campeonatos Autonómicos de Fútbol, en el que participan personas de toda la Comunidad Valenciana. La actividad deportiva se acompaña de actos culturales, lúdicos, mesas redondas con profesionales del deporte y personas usuarias, voluntariado etc. con el objetivo de favorecer la sensibilización social. Esta experiencia, que se desarrolla todos los años y tiene un aceptable seguimiento en los medios de comunicación.
4. Se desarrolla una fructífera línea de cooperación con la Asociación Española Deportiva para la Integración y la Recuperación con el objetivo de impulsar el deporte en el tratamiento comunitario de personas con enfermedad mental grave, intercambiar experiencias y organizar actividades a nivel nacional y europeo.
5. Composición de una red de “personas” en la que se sientan cómodos, estén en ella porque se son parte activa de ella y en la que los protagonistas sean sus vivencias mediante las actividades.

Para dar una respuesta integral y coordinada a las necesidades de las personas con problemas de salud mental formamos una red de contacto entre todas las entidades que están implicadas en el programa:

1. Unidades de Salud Mental.
2. 32 recursos de atención psicosocial pertenecientes a la Conselleria de Igualdad y Políticas Inclusivas.
3. Hospital Universitario de la Fe.
4. Unidad de Media Estancia Padre Jofre.

EVIDENCIAS QUE JUSTIFICAN LOS BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL GRAVE:

Las personas diagnosticadas de trastornos mentales graves presentan problemas a nivel fisiológico que hacen que aumenten sus posibilidades de desarrollar enfermedades crónicas cardiovasculares y respiratorias. Esto unido a un estilo de vida pobre, a hábitos poco saludables y en combinación con los efectos secundarios de los psicofármacos hacen que tengan mayores índices de morbilidad y mortalidad que el resto de la población. (Díaz, N. B., y Miralles, P. M. 2012).

Según el proyecto del plan de acción integral sobre salud mental 2013-2020 de la OMS:

“Las personas con esquizofrenia tienen una probabilidad de muerte prematura un 40% a 60% mayor que la población general, debido a los problemas de salud física, que a menudo no son atendidos (por ejemplo, cánceres, enfermedades cardio-vasculares, diabetes e infección por VIH)”. (OMS, 2013)

Es necesario conseguir que las personas con enfermedad mental logren un manejo más adecuado de los problemas de salud física. Para ello es de vital importancia implementar los problemas de salud física a los programas de psicoeducación de todos los dispositivos de atención a las personas con enfermedad mental. (Del Paciente, S. F. 2008).

El ejercicio puede mejorar el estado de ánimo, actúa como distractor de los pensamientos negativos, permite incorporar una nueva habilidad, favorece el contacto social y tiene efectos fisiológicos reconocidos. La actividad física debe ser incorporada dentro de las rutinas habituales de la persona y no ser considerada como “algo pesado u obligatorio” sino como algo relajante, deseado y que favorece la salud.

El sedentarismo es un hábito de vida poco saludable muy frecuente en los pacientes con TMG. Los beneficios de un programa de ejercicio pueden perderse gradualmente tras completar la intervención, es decir, se reconocen aumentos moderados de actividad física post-intervención a corto y medio plazo, pero es posible que se necesiten programas o intervenciones más extensos en el tiempo para mantener a largo plazo los logros iniciales. (Enguita-Flórez, M. P., 2014).

La actividad física y el deporte, han sido empleados en la intervención con poblaciones de riesgo, basando dicha intervención en la promoción de valores sociales y personales siendo constatado como el máximo agente de reinserción social de nuestro país, que describe al deporte como una de las actividades a llevar a cabo para la rehabilitación de las personas con enfermedad mental.

Así mismo, la actividad física fortalece al paciente en su proceso de rehabilitación por la relación de afectividad que se establece entre el profesional y los pacientes.

Además hoy se admite que la actividad física tiene un efecto positivo en la calidad de vida de las personas con trastornos mentales graves, mejorando la salud física, aliviando síntomas y mejorando la desventaja social.

Distintas investigaciones han señalado que la práctica deportiva podría mejorar determinados síntomas, como la apatía, la falta de iniciativa, la baja autoestima, las alteraciones del sueño y el aislamiento social.

Así mismo, en algunos estudios se comprobó una mejoría de los síntomas positivos en personas con esquizofrenia que realizaban ejercicio físico. Pese a estas evidencias, la actividad física en personas con problemas graves de salud mental sigue siendo infrecuente.

Para el diseño de nuestro programa seguiremos las recomendaciones de Weinberg y Gould (2010) los cuales hacen referencia a aspectos que han de ser tenidos en cuenta para garantizar un desarrollo óptimo de la práctica de actividad física en las personas con enfermedad mental. Estas recomendaciones son:

- Hacer que el ejercicio sea agradable.
- Ajustar la intensidad, la duración y la frecuencia del ejercicio.
- Encontrar un lugar bien situado para la práctica de ejercicio.
- Reforzar el éxito.
- Relación entrenador-jugador.

Además nuestro trabajo debe ir más allá del fomento de la práctica deportiva y de ocio, ya que vemos necesario aumentar la difusión social y trabajar más activamente contra el estigma. Nuestro programa apuesta por la **VISIBILIDAD SOCIAL** como herramienta para luchar contra el estigma.



Fomentaremos a través de nuestras actividades en los usuari@s una serie de acontecimientos sociales relacionados con el deporte, y facilitaremos así la inclusión social, ya sea a través de un ámbito concreto o de la combinación de éstos. Se trata de realizar con ellos visitas a centros deportivos, asistir a partidos de diferentes deportes de equipo, desde categorías inferiores hasta máxima o submáxima de distintas disciplinas deportivas, actos sociales relacionados o derivados de la práctica deportiva, entre otras actividades.

En conclusión la problemática y las necesidades de las personas con enfermedad mental crónica son múltiples y, en la mayor parte de los casos, superan el ámbito meramente sanitario, de modo que, para su perfecto tratamiento y atención es necesario tener en cuenta no sólo las cuestiones sanitarias, sino también las dificultades psico-sociales, con el fin de evitar, el aislamiento social, la marginación y procurar una completa rehabilitación e inserción social. Según la Organización Mundial de la Salud, la Salud Mental viene definida como un "estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad" (OMS, 2015).

Es innegable afirmar que tras la reforma psiquiátrica y el fin de los manicomios se ha producido un cambio profundo en el paradigma de la atención y asistencia de la salud mental que ha permitido la aparición de múltiples dispositivos de atención a personas con enfermedad mental. (Novella, 2008). Uno de estos nuevos paradigmas de atención es el llamado "paradigma de la recuperación". Este modelo se aleja de la atención psiquiátrica basada en el paternalismo y propone intervenciones basadas en la recuperación, en la esperanza, en el respeto y en el autocontrol de la propia vida de aquellas personas que sufren una enfermedad mental. (Bellack&Drapalski, 2012).

Una de estas ocupaciones satisfactorias y significativas puede ser la práctica de una actividad deportiva. La práctica deportiva puede ayudar a la personas con enfermedad mental a mejorar su calidad de vida. **Una ocupación deportiva normalizada y significativa tiene el potencial de guiar a las personas hacia el logro, el éxito y la satisfacción.** (Soundy et al 2015).

3. OBJETIVOS:

a. Objetivo General

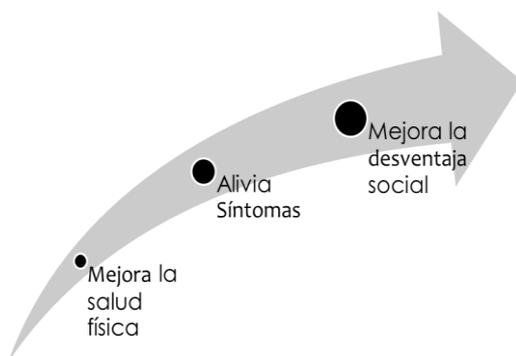
Promover la inclusión social de las personas con enfermedad mental a través del deporte.

b. Objetivos Específicos

1. Promover, el intercambio de experiencias sobre estrategias eficaces para fomentar la participación social de las personas con TMG a través del deporte.
2. Fomentar actividades deportivas con personas con TMG como instrumento para la recuperación, la integración y la lucha contra el estigma.
3. Contribuir al desarrollo integral y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y/o dependencia consecutiva a un TMG.

4. CRONOGRAMA Y ACCIONES A DESARROLLAR.

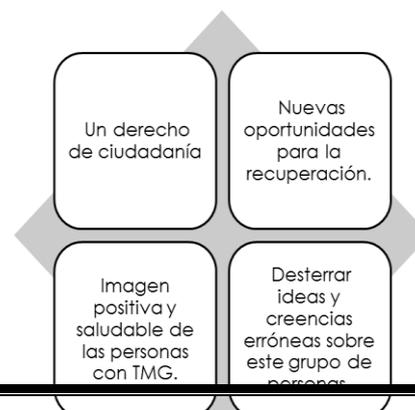
Hay investigaciones que concluyen que, se está enfatizando en el beneficio de la actividad física en la modificación de los estilos de vida y en la prevención de graves problemas somáticos.



Se ha demostrado la eficacia del ejercicio físico moderado y regular (2-3 sesiones semanales de 20 a 60 minutos) y una dieta equilibrada, en las personas con esquizofrenia de cara a la prevención de la diabetes tipo II, las cardiopatías, la hipertensión, problemas respiratorios y el aumento de peso.

Además distintas investigaciones han señalado que la práctica deportiva podría mejorar determinados síntomas como: la apatía, la falta de iniciativa, la baja autoestima, las alteraciones del sueño y el aislamiento social.

Entre los deporte más populares del mundo se encuentra el fútbol. En lo últimos años ha habido un gran énfasis en el uso del fútbol como herramienta terapéutica



complementaria en el tratamiento de las personas con enfermedad mental. La práctica de fútbol puede proporcionar beneficios positivos en personas con problemas de salud mental graves como la esquizofrenia; estos beneficios están relacionados con el logro, el optimismo y la esperanza de conseguir un gol. “En jugar al fútbol, la frase "Gol" se convierte en una metáfora para el éxito en el complejo proceso destinado a volver a descubrir la identidad personal”. (Battaglia, G et al. 2013)

Soundy et al 2015 realizaron una revisión sistemática de estudios relacionados con la práctica deportiva y pacientes diagnosticados de esquizofrenia, tal solo encontraron 10 estudios y solo uno que utilizará el fútbol como tratamiento complementario. La mayoría de estos estudios consideran el peso, el IMC y los síntomas psiquiátricos como objetos de estudio.

Son necesarios nuevos estudios que incluyan el estudio de variables relacionadas con el deporte, la motivación y el logro. Para examinar en qué medida estos factores influyen en la comprensión de la función del deporte en el tratamiento de personas con enfermedad mental. (Battaglia, G et al. 2013).

Para el desarrollo de las diferentes acciones del programa hemos diseñado una serie de actividades siguiendo las líneas estratégicas de la estrategia autonómica de salud mental de la Comunidad Valenciana 2016-2020:

4.1 EJECUCIÓN DEL PROGRAMA Y HORARIO DE ATENCIÓN

Fecha de ejecución: 1 de enero de 2024 al 31 de diciembre de 2024

El horario de atención de la asociación es:

1. Martes y jueves de 17:00 a 19:00 en nuestra sede de Sueca.
2. Sábado por la mañana: 9:00-13:00 actividades comunitarias.
3. El resto de las actividades variarán según disponibilidad de instalaciones comunitarias a fechas actuales aún no las tenemos todas cerradas.

Las actividades del programa se publicitan de manera mensual a través de los siguientes canales de difusión: El catálogo de las actividades mensuales del programa llega a los destinatarios a través de correo electrónico, Facebook, vía whatsapp y web.

4.2 PARTICIPANTES

Número de personas que participan: actualmente atendemos a 192 soci@s con trastorno mental grave, pero esperamos atender a muchos más personas, conforme vayamos presentando nuestro programa por los diferentes recursos psico-sociales existentes en la C.V.: asociaciones, USM, recursos de atención etc.

4.3 INSTALACIONES DONDE SE DESARROLLAN LA ACTIVIDAD

- ✓ Pabellón Municipal Bancaixa de Vila-Real
- ✓ Campo de Fútbol Albir de Alicante
- ✓ Instalaciones de La Petxina de València
- ✓ Pabellón Ciudad de Castellón.
- ✓ Polideportivo Fontana Mogort de Alzira.
- ✓ Estadio de Atletismo Municipal Antonio Puchades de Sueca.
- ✓ Pista de petanca del Parque de la Estación de Sueca.
- ✓ Polideportivo Municipal de Paterna.
- ✓ Polideportivo Municipal de Nazaret.
- ✓ Instalaciones deportivas de la Fundación Deportiva Municipal de Valencia.
- ✓ Pabellón Cubierto Municipal de Sueca.
- ✓ Family Sport Center de Beniparrell.
- ✓ Parajes naturales; montañas, zona de la albufera, cauce del río Xúquer, cauce del río de Valencia entre otras.
- ✓ Carpa Werner Center, polígono industrial Sueca.
- ✓ Otros recursos contratados para realizar las actividades de Karts, escalada de interior, laser game, escape room, bolos, sala de juegos, paintball entre otras.

4.4 CRONOGRAMA

Las actividades se desarrollaran según la planificación que se detalla a continuación: algunas de las actividades son semanales y otras están planteadas para realizarse de forma mensual o anual.

4.5 TODAS LAS ACTIVIDADES DETALLADAS

5. [Diciembre](#)

Enero 2024

[Febrero](#)

Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
	1	2	3 HEALT CIRCUIT PILATES 	4	5	6
7	8	9 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 2ª 	10 LIGA DE PADEL 	11	12 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	13
14	15 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	16	17 HEALT CIRCUIT PILATES 	18	19 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	20
21	22 LIGA CASTELLÓN 	23	24 HEALT CIRCUIT PILATES 	25	26 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	27
28	29	30 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 1ª 	31 LIGA DE PADEL 			

<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> ◀ Enero Febrero 2024 Marzo ▶ </div>						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
				1	2 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	3
4	5	6 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 2ª 	7 HEALT CIRCUIT PILATES 	8	9 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	10
11	12 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	13	14 HEALT CIRCUIT PILATES 	15	16 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	17 LIGA BALONMANO 
18	19	20	21 HEALT CIRCUIT PILATES 	22	23 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	24
25	26	27 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 1ª 	28 HEALT CIRCUIT PILATES 	29 LIGA DE PADEL 		

Marzo 2024						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
					1	2
3	4	5	6 HEALT CIRCUIT PILATES 	7	8 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	9
10	11 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	12 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 2ª 	13 HEALT CIRCUIT PILATES 	14	15 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	16
17	18	19	20 HEALT CIRCUIT PILATES 	21 LIGA CASTELLÓN 	22 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	23 LIGA BALONMANO 
24	25	26 CAMPEONATO KARTS 	27 HEALT CIRCUIT PILATES 	28 LIGA DE PADEL 	29 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	30
31						

Abril 2024						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
	1	2	3 HEALT CIRCUIT PILATES 	4	5 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	6
7	8	9	10 HEALT CIRCUIT PILATES 	11	12	13 LIGA BALONMANO 
14	15	16	17 HEALT CIRCUIT PILATES 	18	19	20
21	22 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	23 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 1ª 	24 HEALT CIRCUIT PILATES 	25 LIGA DE PADEL 	26 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	27
28	29	30 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 2ª 				

Mayo 2024						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
			1 HEALT CIRCUIT PILATES 	2 	3 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	
5 	6 	7 	8 HEALT CIRCUIT PILATES 	9 	10 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	11
12 	13 	14 TORNEO BASKET 3X3 	15 HEALT CIRCUIT PILATES 	16 	17 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	18 LIGA BALONMANO
19 	20 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	21 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 1ª 	22 HEALT CIRCUIT PILATES 	23 LIGA CASTELLÓN 	24 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	25
26 	27 	28 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 2ª 	29 HEALT CIRCUIT PILATES 	30 LIGA DE PADEL 	31 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	

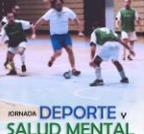
Junio 2024						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
						1
2	3	4	5 HEALT CIRCUIT PILATES 	6	7 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	8
9	10 LASER GAME VI CAMPEONATO LASER GAME PRO SALUD MENTAL 	11 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALENCIA 2ª 	12 HEALT CIRCUIT PILATES 	13	14 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	15
16	17 CAMPEONTO S. VALENCIANAS 	18 CAMPEONTO S. VALENCIANAS 	19 HEALT CIRCUIT PILATES 	20 TORNEO NACIONAL 19,20,21 	21 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	22
23	24 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	25	26 HEALT CIRCUIT PILATES 	27 LIGA DE PADEL 	28 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	29
30						

<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> ◀ Junio Julio 2024 Agosto ▶ </div>						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
	1	2 LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA VALÈNCIA 2ª 	3 HEALT CIRCUIT PILATES 	4 3 DE JULIO 2024 A LAS 10:30H 	5 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	6
7	8	9	10 HEALT CIRCUIT PILATES 	11	12 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	13
14	15 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	16	17 HEALT CIRCUIT PILATES 	18 BAJADA II CAMPEONATO DE SALUD EN AGUAS TRANQUILAS 18/07/25 	19 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	20
21	22	23	24 HEALT CIRCUIT PILATES 	25 LIGA DE PADEL 	26 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	27
28	29	30	31 HEALT CIRCUIT PILATES 			

Agosto 2024						
◀ Julio						Septiembre ▶
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
				1	2	3
4	5	6	7 HEALT CIRCUIT PILATES 	8	9	10
11	12	13	14 HEALT CIRCUIT PILATES 	15	16	17
18	19	20	21 HEALT CIRCUIT PILATES 	22	23	24
25	26	27	28 HEALT CIRCUIT PILATES 	29	30	31

Septiembre 2024						
◀ Agosto						Octubre ▶
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
1	2	3	4 HEALT CIRCUIT PILATES 	5	6 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	7
8	9	10	11 HEALT CIRCUIT PILATES 	12	13 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	14
15	16 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	17	18 HEALT CIRCUIT PILATES 	19	20 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	21
22	23 TORNEO AURORA PRATO 	24 TORNEO AURORA PRATO 	25 HEALT CIRCUIT PILATES 	26 LIGA DE PADEL 	27 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	28
29	30					

◀ Septiembre Octubre 2024 Noviembre ▶						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
		1	2 HEALT CIRCUIT PILATES 	3	4 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	
6	7	8	9 HEALT CIRCUIT PILATES 	10	11 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	
13	14 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	15	16 HEALT CIRCUIT PILATES 	17	18 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	
20	21	22	23 HEALT CIRCUIT PILATES 	24	25 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	
27	28	29	30 HEALT CIRCUIT PILATES 	31 LIGA DE PADEL 		

<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> ◀ Octubre Noviembre 2024 Diciembre ▶ </div>						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
					1 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	2
3	4	5	6 HEALT CIRCUIT PILATES 	7	8 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	9
10	11 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	12	13 HEALT CIRCUIT PILATES 	14	15 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	16
17	18	19	20 HEALT CIRCUIT PILATES 	21	22 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	23
24 CARRERA SALUT Día: 28/11/2021 	25 CAMPEONATO MALAGA 	26 CAMPEONATO MALAGA 	27 HEALT CIRCUIT PILATES 	28 LIGA DE PADEL 	29 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	30

<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> ◀ Noviembre Diciembre 2024 Enero ▶ </div>						
Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
1	2	3	4 HEALT CIRCUIT PILATES 	5	6 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	7
8	9	10	11 HEALT CIRCUIT PILATES 	12	13 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	14
15	16 PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA INCREMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 	17	18 HEALT CIRCUIT PILATES 	19 LIGA DE PADEL 	20 ENTRENAMIENTO FUTBITO SOCIÓS 	21
22	23	24	25 HEALT CIRCUIT PILATES 	26	27	28
29	30	31				

ACTIVIDAD “NO TE DESCONECTES”:

➤ Descripción de la actividad:

Junto al Hospital Pare Jofre llevamos a cabo el programa “no te desconectes” después de años de trabajo conjunto nos dimos cuenta de la necesidad de crear una red para todos los pacientes que pasaban por la Unidad de Media Estancia del Hospital y cuando se les daba el alta perdían el contacto con la Asociación Sportsa y paraban de realizar las actividades que les gustaban, para ello se creó un grupo y actividades para que pudieran seguir participando en las diferentes competiciones con un referente experto profesional que condujera el grupo, en la actualidad se realizan entrenamientos de Fútbol Sala y Balonmano en las instalaciones de la Petxina todos los Viernes, lo que nos permite crear equipos de jugadores que no pertenecen a ningún recurso y pueden participar de todas las actividades que realiza la asociación al estar dados de alta.

➤ Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:

La actividad se desarrollara todos los viernes en las Instalaciones del Complejo de La Petxina de 11h a 13h.

➤ Profesionales que la ejecutan.

José Manuel Selles Educador Social , Josep Espasa Entrenador de Balonmano y Paciente Experto contratado por Sportsa, y Fernando Navarro Entrenador de Fútbol y Paciente Experto contratado por Sportsa.

ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN GRUPO EN EL GIMNASIO “PILATES”:

➤ Descripción de la actividad:

Actividad que se realiza una vez a la semana, y está dirigida a todos los centros adheridos a nuestra asociación.

El pilates es un método de ejercicio y movimiento físico. Su objetivo es fortalecer y equilibrar cuerpo y mente. A través de la práctica sistemática de **ejercicios de pilates**, el pilates ha demostrado tener un valor incalculable. No solo resulta beneficioso para personas que quieran tener y/o mantener una buena condición física y mental. También supone un importante complemento a la práctica deportiva y a la rehabilitación física

➤ Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:



La actividad se desarrollara todos los miércoles del año excepto los festivos y se desarrollara en la “Escola Valenciana d’Estudis de la Salut.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

Profesional Contratada para la actividad de la empresa Valenfit de Valencia más profesionales de Salud Mental.

LIGA DE FÚTBOL SALA PROVINCIA DE VALENCIA:

➤ **Descripción de la actividad:**

La liga de fútbol sala está formada por 18 equipos de fútbol pertenecientes a distintos recursos que atiende a personas con enfermedad mental de la provincia de Valencia, y dan cobertura a más padecen un TMG a la realización de actividades físicas de forma frecuente.

1. Centro Rehabilitación Museo (València)
2. Hospital Pare Jofre (València)
3. Menstopia- San Lorenzo (València)
4. General Barroso (València)
5. C.R.I.S. y C.D. de ACOVA (València)
6. A.F. Catarroja (Catarroja)
7. C.R.I. S de Onteniente (Onteniente)
8. Cris y Cd de la Safor-Gandía (Gandía)
9. Afem Ribera Baixa (Sueca)
10. Fundación Stos. Andrés, Santiago y Miguel (Sueca)
11. Gerisan (Favara)
12. Centro La Ribera (Torrente)
13. ACOFEM13 (Xativa)
14. Centro Buendía (Alberic)
15. CEEM de Betera (Betera)
16. AFEMPES Paterna (Paterna)
17. CEEM la Rascanya (La Pobla de Vallbona)
18. Asociación NEXE (Valencia)
19. Asociación Albero Artesanos (Aldaia)
20. CEEM Cumbres de Calicanto (Calicanto)

21. CEEM Abadia (Olocau)
22. Balcón de la Safor (Ador)
23. Monduver (Barx)
24. ASIGUER Valentia

Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:

Los partidos se disputan dos veces al mes en el Polideportivo Municipal de Paterna de 10:00 a 14:00 horas.

- Primera División: 10/01/23 14/02/23 07/03/23 18/04/23 16/05/23 30/05/23 20/06/23 05/09/23 17/10/23 07/11/23 05/12/23
- Segunda División: 24/01/23 21/02/23 21/03/23 25/04/23 27/05/23 12/09/23 24/10/23 14/11/23 12/12/23

Profesionales que la ejecutan:

José Selles Soler Educador social.

SPORTIME: EQUIPO DE FÚTBOL INCLUSIVO:

➤ **Descripción de la actividad:**

Esta actividad tiene como objetivo la inclusión social de nuestros deportistas a través de la participación en recursos comunitarios normalizados. Este equipo lo componen personas con y sin enfermedad mental que disputan una liga de futbol 7 totalmente normalizada donde compiten con personas sin problemas de salud mental. Esta actividad permite que deportistas con problemas de salud mental estén en contacto directo con su entorno cotidiano más inmediato sin etiquetas.

Además esta actividad nos permite fomentar la participación de nuestros deportistas en una serie de acontecimientos sociales FACILITANDO así la inclusión social.

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

La actividad se desarrollará un sábado al mes por la mañana en Family Sport Center de Beniparrel.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**



José Manuel Sellés Educador Social del programa y Josep Espasa experto por experiencia en salud mental.

LIGA DE PADEL Y TORNEO AUTONÓMICO DE PADEL PRO-SALUD MENTAL:

➤ Descripción de la actividad:

Esta actividad tiene como objetivo estimular la práctica de actividades deportivas alternativas a la del fútbol. Para ello organizamos una serie de actividades deportivas y eventos que sirvan de motivación para la práctica deportiva regular.

➤ Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:

El torneo se desarrollará el día 26 de Octubre. Lugar a determinar.

Las fechas de la liga: 26/01/23 16/02/23 30/03/23 30/03/23 27/04/23 18/05/23 29/06/23 20/07/23 28/09/23 30/11/23 21/12/23. Se disputa en Beniparrell en el Sport Center Family

➤ Profesionales que la ejecutan.

José Manuel Sellés y Pablo Pepiol Paciente Experto serán los responsables de la actividad.

PSICOEDUCACIÓN: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE.

➤ Descripción de la actividad:

Entre los problemas de salud que afectan a las personas con TMG se encuentran la alimentación poco saludable y la falta de actividad física. Respecto a alimentación saludable es necesario seguir una serie recomendaciones: lograr un equilibrio energético y un peso normal. A través de esta actividad se pretende cambiar efectivamente los hábitos dietéticos y de actividad de los personas que participan en el programa para reducir la ingesta calórica e incrementar la actividad física

➤ Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan

Estas actividades se desarrollaran una vez al mes.

15/01/24 12/02/24 11/03/24 22/04/24 20/05/24 24/06/24 15/07/24 16/09/24 14/10/24 11/11/24 16/12/24



➤ **Profesionales que la ejecutan.**

Lorena Adam Ferri psicóloga del programa.

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO:

➤ **Descripción de la actividad:**

Esta actividad tiene como objetivo ofrecer a nuestros socios y socias un programa en el que nuestras personas atendidas se inicien en la práctica de actividades deportivas y facilitarles el acceso a instalaciones deportivas como gimnasios, rocódromos.....

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan**

Estas actividades se desarrollaran una vez al mes.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés y José Espasa persona experta en Salud Mental

TERCER TORNEO INCLUSIVO DE BALONMANO DE LA COMUNIDAD VALENCIANA:

Esta actividad se ha realizado en colaboración con el Ayuntamiento de Sueca la Federación de Balonmano Valenciana y el Club de Balonmano Mislata, junto a nuestros asociados de las tres provincias, dirigida para deportistas con problemas de salud mental que están participando de los entrenamientos de Balonmano y han formado equipos.

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

El torneo se ha desarrollado el día 1 en el Pabellón de Les Oliveretes de Sueca.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

Nieves Barrajón será la responsable de la actividad.

TORNEO AUTONÓMICO DE BALONCESTO 3X3 PRO-SALUD MENTAL:

➤ **Descripción de la actividad:**



Esta actividad tiene como objetivo estimular la práctica de actividades deportivas alternativas a la fútbol. Para ello organizamos una serie de actividades deportivas y eventos que sirvan de motivación para la práctica deportiva regular.

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

El torneo se desarrollará el día 24 de Febrero en el Pavellón del Complejo deportivo La Petxina

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés Soler y Pablo Pepiol serán los responsable de la actividad.

ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN GRUPO EN EL GIMNASIO "HEALT CIRCUIT":

➤ **Descripción de la actividad:**

Actividad que se realiza una vez a la semana, y está dirigida a todos los centros adheridos a nuestra asociación.

Esta actividad HEALT CIRCUIT tiene como objetivo ofrecer a nuestros socios y socias un programa en el que nuestras personas atendidas, este entrenamiento consiste en ejercicios de distintas capacidades, como la fuerza, la flexibilidad, el equilibrio, la resistencia o la coordinación. Como su nombre indica, consiste en un circuito de diferentes ejercicios, cada uno, focalizado en ejercitar una parte del cuerpo, haciendo de él, un entrenamiento entretenido y muy completo.

Toda ejecución se realiza de forma controlada y planteada para diferentes niveles y condiciones físicas de los usuarios. Gracias a las características de los ejercicios y su amplia adaptabilidad, es un deporte ideal para personas con una regular condición física. No solo se aumentan capacidades físicas, sino que también mentales, ya que mejora la calidad de vida de los participante con las que tonificar tu cuerpo, mejorar tu resistencia física y fortalecer su musculatura

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

La actividad se desarrollara todos los miércoles del año excepto los festivos y se desarrollara en la Carpa Werner Center de Sueca.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Selles Soler y Nieves Barraión será el responsables de la actividad más los monitores de la empresa.

CAMPEONATO DE FUTBOLÍN Y PING-PONG:



➤ **Descripción de la actividad:**

Esta actividad tiene objetivo impulsar en nuestros deportistas con problemas de salud mental actividades de ocio y tiempo relacionadas con el mundo del deporte.

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

La actividad se ha realizado el día 04 de Julio en las instalaciones de Sportsa.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés Educador Social del programa y Josep Espasa experto por experiencia en salud mental.

CAMPEONATO AUTONOMO FEMENINO DE ATLETISMO:

➤ **Descripción de la actividad:**

Este campeonato tiene como objetivo fomentar la práctica de actividades deportivas de las mujeres en la Comunidad Valenciana como instrumento para la recuperación, la inclusión y la lucha contra el estigma contribuyendo así al desarrollo integral y mejorar la calidad de vida de las mujeres con problema de salud mental.

Descripción de la actividad y Contenidos que se desarrollan: Campeonatos de diferentes disciplinas de atletismo, carrera resistencia, carrera velocidad, salto, lanzamiento balón medicinal.

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

La actividad se desarrollará el día 21 de marzo en las pistas de atletismo del Antonio Puchades.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés Educador Social del programa y Josep Espasa por experiencia en salud mental y voluntariado.

DEPORTES MULTIAVENTURA: EXCURSIÓN MEDIOAMBIENTAL, BAJADA RIO XUQUER, ORIENTACION Y TREIKING, PADDLE SURF:

➤ **Descripción de la actividad:**

Esta actividad tiene como objetivo fomentar la práctica de actividades deportivas en entornos naturales.



➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

La actividad se desarrollará:

Bajada rio xuquer kajak: 18 de Julio. En la presa de Antella

Orientación y Traking: 12 de enero. La Murta de Alzira

Paddle Surf: 31 de julio. El Perellonet

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés Educador Social del programa y Josep Espasa, José Arcadio expertos por experiencia en salud mental y voluntariado más los profesionales contratados para la actividad.

CARRERA POR LA SALUD MENTAL:

➤ **Descripción de la actividad:**

La Carrera por la Salud Mental, con un trazado espectacular en pleno corazón del Parque Natural de la Albufera y con distancias para todas las edades y niveles: 15Km, 8Km y una marcha familiar de 2Km para que todos podamos disfrutar corriendo por la salud mental.

El objetivo de la carrera es mostrar que la salud mental es algo de todos y sensibilizar a la población a través de un evento inclusivo de ocio y cuidado de la salud física y mental.

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

La actividad se realiza en el Estadio Municipal Antonio Puchades de Sueca y por el Parque natural de la Albufera el día 26 de noviembre.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés Educador Social del programa, Nieves Barrajon y Josep Espasa, expertos por experiencia en salud mental y voluntariado.

DEPORTES MINORITARIOS: PATINAJE, LASER GAME, KARTING, BOLOS, PAINT BALL:

➤ **Descripción de la actividad:**



Esta actividad tiene como objetivo fomentar la práctica de actividades deportivas minoritarias. Se trata de dar la oportunidad a nuestras personas atendidas de practicar deportes que difícilmente podrían practicar de forma independiente.

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

La actividad se desarrollarán:

Patinaje: 23 de Marzo en Pista de Bonaire.

Laser Game: 11 de Mayo. Centro Comercial MN4

Karts: 26 Marzo. Karting La Pobra

Bolos: 05 de Abril. Birles Alzira.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés Educador Social del programa Nieves Barraón y Josep Espasa experto por experiencia en salud mental.

LIGA DE FÚTBOL SALA COMUNIDAD VALENCIANA:

➤ **Descripción de la actividad:**

La iniciativa busca unir lazos de colaboración entre las tres provincias

Sportsa ha creado la Primera Liga de Fútbol Sala de la Comunidad Valenciana para personas con Enfermedad Mental, dando un paso más en su apuesta por involucrar y colaborar con todos los centros que ofrecen este tipo de atención en las tres provincias.

La tercera edición de esta Liga de la Comunidad Valenciana se desarrollará en tres días, los campeones de las tres provincias se reúnen en el Hotel Resort Albir Garden donde competirán y pasaran unos días de convivencia. Este tipo de actividades se persigue conseguir la inclusión social comunitaria de las personas con enfermedad mental. Además, el deporte, y en este caso el fútbol, ayuda a proyectar una imagen positiva y saludable de estas personas.

La Asociación Sportsa, apuesta por una liga autonómica, involucrando también a centros y recursos para personas con enfermedad mental de Castellón y Alicante, estrechando lazos de colaboración e intercambio de proyectos.



<https://www.yosoynoticia.es/futsal/nace-la-primera-liga-de-futbol-sala-de-la-comunidad-valenciana-para-personas-con-enfermedad-mental#>

➤ **Fechas de realización e instalaciones donde se desarrollan:**

Las jornadas se realizara en el Albergue La Florida (Alicante), los días 18, 19,20 y 21 de junio.

➤ **Profesionales que la ejecutan.**

José Manuel Sellés Educador Social del programa, Nieves Bartolome y Josep Espasa, expertos por experiencia en salud mental y voluntariado.

SELECCIÓN VALENCIANA DE FUTBOL PRO-SALUD MENTAL:

En el año 2015 se forma la primera selección de futbol sala pro- salud mental de la Comunidad Valenciana formada por jugadores de futbol pertenecientes a diferentes recursos de atención a la salud mental de la Comunidad Valenciana.

La selección está formada por personas con enfermedad mental de diferentes dispositivos de atención a la salud mental de la provincia de Valencia.

El objetivo de nuestra selección es fomentar la inclusión social de las personas con enfermedad mental a través del deporte.

Buscamos proyectar una imagen positiva y saludable de las personas con enfermedad mental.

Combinamos la participación en actividades deportivas con jornadas de convivencia, visitas culturales.

Las actividades previstas para el año 2023 en las que va a participar la Selección Valenciana Pro Salud Mental son:

1. EVENTO DEPORTIVO MALAGA 2024 (Se celebra en diciembre)

➤ **Descripción de la actividad:**

Sportsa en representación de la Selección Valenciana Pro Salud Mental acudirá al encuentro deportivo de fútbol siete en Almería. Con el objetivo de promover la inclusión social de personas con problemas de salud mental a través del deporte.

Combina actividades deportivas con visitas culturales. Participaran deportistas de 8 comunidades autónomas.

2. ENCUENTRO INTERNACIONAL DEPORTIVO POLIESPORTIVA AURORA DE PRATO (ITALIA)

➤ Descripción de la actividad:

Actividad organizada por la Polideportiva Aurora de Prato. Varios deportistas de nuestro programa participarán junto a compañeros de Andalucía, País Vasco y Castilla y León en un encuentro deportivo internacional. Esta actividad combina la práctica de deporte con visitas culturales y actividades de formación. En el torneo también participaron otros países como Italia, Alemania, Francia o Hungría.

3. MENTATLÓN BILBAO ENCUENTRO DEPORTIVO POR LA MEJORA DE LA SALUD MENTAL

➤ Descripción de la actividad:

Este encuentro deportivo se celebrará en Bilbao y participarán más de 100 deportistas con enfermedad mental, provenientes de 6 Comunidades Autónomas tales como Andalucía, Castilla La Mancha, Castilla-León, La Rioja, Comunidad Valenciana y Euskadi. Durante estos tres días no solo se celebrarán competiciones deportivas en distintas disciplinas deportivas como fútbol sala, tenis de mesa, padel, petanca y running, también tuvimos tiempo para el ocio, el turismo y para generar espacios de encuentro e intercambio entre los y las participantes.

Los deportistas de nuestro programa participarán como representantes de la Comunidad Valenciana.

4. ENCUENTRO TIKI-TAKA FOR MENTAL HEALTH ALMERIA 2024

➤ Descripción de la actividad:

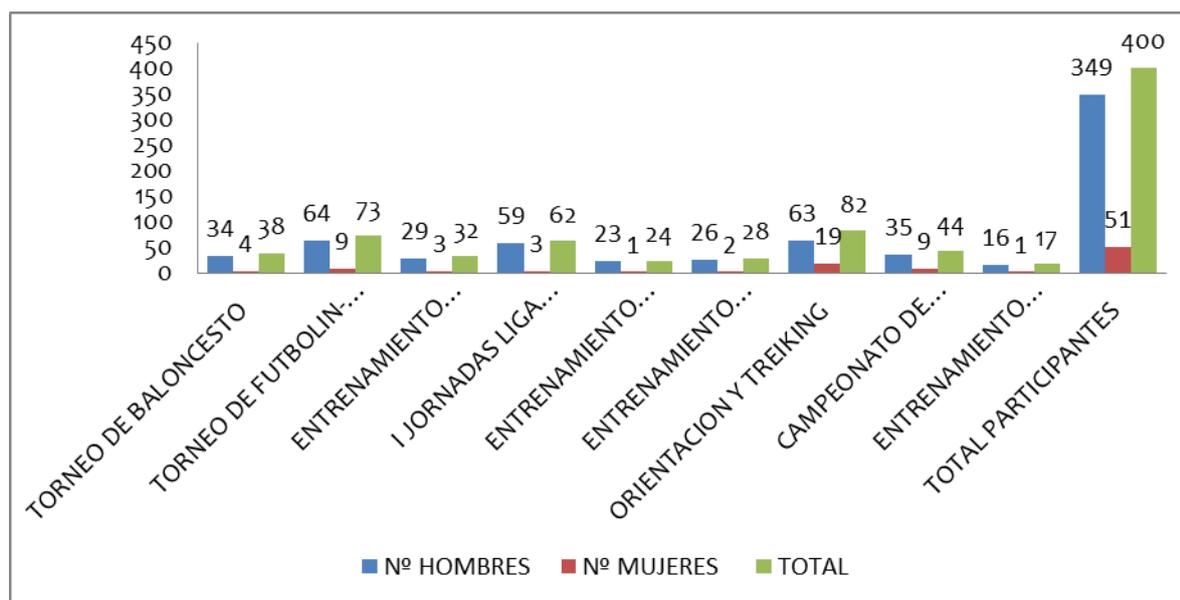
Sportsa en representación de la Selección Valenciana Pro Salud Mental acudirá al encuentro deportivo Nacional de fútbol sala en Almería. Con el objetivo de promover la inclusión social de personas con problemas de salud mental a través del deporte.

Combina actividades deportivas con visitas culturales. Participaran deportistas de 8 comunidades autónomas.

5. PROPUESTA DE EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DEL PROGRAMA:

Para la valoración del grado de satisfacción de los usuarios se seguirá el siguiente proceso y se utilizarán estos instrumentos tras la participación de los usuarios y usuarias en las actividades:

✚ NÚMERO DE PERSONAS PARTICIPANTES:



✚ SATISFACCIÓN GLOBAL

1. Cuestionario de satisfacción global. (CSG-VP):

Cuestionario cuyo objetivo es evaluar la satisfacción de los clientes con los profesionales, con la intervención seguida y con las condiciones físico-ambientales.

✚ PROCEDIMIENTO PARA LA APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS:

INSTRUMENTO	APLICACIÓN	INFORMADORES	RESPONSABLE EVALUACIÓN
-------------	------------	--------------	------------------------



Registro de asistencia	de	Al terminar la actividad	Responsable de la Actividad	Personal responsable de la actividad.
Cuestionario de satisfacción global. (CSG-VP).		En el momento que el usuario finalice su intervención.	Personas atendidas	Personal responsable de la actividad.

6. ÁMBITO GEOGRÁFICO

La Asociación Sportsa es una asociación sin ánimo de lucro creada por profesionales y personas con enfermedad mental, con el objetivo de rehabilitar y lograr la integración social de este colectivo en la comunidad a través del deporte y la actividad física. El ámbito de actuación de nuestra asociación abarca las tres provincias de la Comunidad Valenciana.

La Asociación SportSa abarca las siguientes poblaciones de la Comunidad Valenciana: Cris de Vinaroz, Cris de Segorbe, Cris Gran Vía de Castellón, Ceem La Bartola de Benicàssim, Cris La Vall D'uíxó, Cris Vila-Real, Ceem de Albocasser, Cris Cruz Roja de Castellón, Centro Rehabilitación Museo (Valencia), Menstopia- San Lorenzo (Valencia), General Barroso (Valencia), C.R.I.S. y C.D. de ACOVA (Valencia), A.F. Catarroja (Catarroja), C.R.I. S de Onteniente (Onteniente), Cris y Cd de la Safor-Gandia (Gandía), Fundación Stos. Andrés, Santiago y Miguel (Sueca), Gerisan (Favara), Centro Buendia (Alberic), CRIS de Velluters (Valencia), CEEM de Betera (Betera), AFEMPES Paterna (Paterna), CEEM la Rascanya (La Pobla de Vallbona), Asociación NEXE (Valencia) Asociación Albero Artesanos (Aldaia), CEEM Cumbres de Calicanto (Calicanto), CEEM Abadia (Olocau), Balcón de la Safor (Ador), UME Padre Jofre (Valencia) y Monduver (Barx) Videsalud (Redovan, Alicante).

6.1 TRABAJO EN RED Y CENTROS ASOCIADOS:

La mayoría de nuestros socios y socias pertenecen a recursos de toda la Comunidad Valenciana. Nuestro programa apuesta por constituir un cauce de encuentro y cooperación de organizaciones además de ser un instrumento de reflexión conjunta y de toma de decisiones y promover la investigación para la mejora de la calidad de vida y la inclusión social.

7. RECURSOS MATERIALES

7.1. DISPONIBILIDAD DE LOCALES

La asociación Sportsa dispone de dos locales destinados a la recepción y admisión de las personas atendidas en el programa.

Es importante señalar que la mayoría de nuestras actividades se realizan en entornos comunitarios (Poli-deportivos, Gimnasios, Centros deportivos, entornos naturales, centros de la ciudad de Valencia, cauce del río...)

La sede de la que dispone la asociación es virtud a un acuerdo de cesión de instalaciones

UBICACIÓN DE LAS SEDES:

1. **Sede en Sueca:** Camino les Cendrosses s/n Ap 102 46140 Sueca (Valencia)

7.2. COOPERACIÓN CON OTRAS INSTUCIONES

La asociación Sportsa actualmente coopera y colabora con las siguientes instituciones:

1. **Centro de Referencia Estatal de Atención Psicosocial:** Participación en el grupo de trabajo de Salud Mental y Deporte.
2. **Universidad Cardenal Herrera Valencia:** Participación en el estudio Balonmano somos todos.
3. **Fundación Municipal Deportiva de Valencia:** Programa elige esos cinco.
4. **Federación de Fútbol de la Comunidad Valencia:** Programa de formación deportiva para personas con enfermedad mental.
5. **Fundación Valencia C.F:** Programa Escolles Cor Blanc i Negre.
6. **AEDIR: Asociación Española de Deporte Integración y Recuperación:** Socios de la entidad.
7. **FAISEM: Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Persona con Enfermedad Mental:** Participamos en las Comisiones de Deportes y Salud Mental.
8. **Hospital Universitario de la Fe:** Colaboración en actividades de voluntariado.
9. **Unidad de Media Estancia y Hospital de Día Padre Jofre:** Programa de actividad física y deporte.
10. **Federación de Balonmano de la Comunidad Valenciana:** Entrenamientos en Mislata y otras actividades con la Selección Española de Balonmano Femenino.

7.2 MATERIALES:

El material deportivo necesario para la correcta ejecución de las actividades programadas.

8.RECURSOS HUMANOS

8.1 CONTRACCIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL GRAVES COMO EXPERTOS:

Personas contratadas como Expertos en Salud Mental:

José David Espasa Tomas

Fernando Navarro Pérez

Nuestro programa está vinculando a la actividad física a la mejora y/o adquisición de las competencias de la persona, como una estrategia favorecedora para la inserción laboral.

En este sentido apostamos por que se cumpla este hecho y planteamos intervenciones con los deportistas desde otras líneas de actuación (educación formal: programas de formación reglada, educación no formal y educación informal: eventos deportivos).

Esta filosofía coincide y se fundamenta con la Estrategia Europea y Nacional 2010-2020 (Comisión Europea, 2010) donde se promueve la mejora de la salud mental de los ciudadanos, por medio, de entre otras medidas, de la actividad física. Y más concretamente con el Plan Estratégico Autonómico de salud mental de la Comunidad Valenciana 2016-2020 donde se establece unos ejes estratégicos favorecedores del desarrollo biopsicosocial de las personas, dando importancia a la práctica regular de actividad física y a la mejora de la inserción laboral.

Por ello y en consonancia con la línea estratégica 4 del Plan Estratégico Autonómico de Salud Mental de la Comunidad Valenciana 2016-2020 que se ocupa de del reconocimiento del ejercicio de los derechos, empoderamiento, y emancipación de las personas usuarias. Hemos incluido dentro de nuestro programa la figura profesional de Asistente Personal (EXPERTO POR EXPERIENCIA EN SALUD MENTAL) con el fin de desarrollar en nuestro programa las siguientes acciones e indicadores recomendados en la línea estratégica 4 del plan autonómico:



Nuestras acciones e indicadores son los siguientes:

Asistente Personal (EXPERTO POR EXPERIENCIA EN SALUD MENTAL)

ACCIONES

INDICADORES

Incluimos a las personas usuarias en los grupos y reuniones de trabajo del programa

Nº de usuarios que participan en los grupos de trabajo

Representantes para actuar de interlocutores en situaciones de crisis.

Nº de interlocutores

Difusión del programa en primera persona.

Nº de actuaciones

Participan en cursos de formación y sensibilización para profesionales, promoviendo la participación docente de las personas usuarias expertas.

Nº de cursos de formación

Apoyar programas orientados a la inclusión social desarrollados por asociaciones de personas usuarias y asociaciones de familiares , ONGs, Ayuntamientos y otras instituciones implicadas

Nº reuniones al año

El **PERSONAL** del que disponemos para la realización del proyecto, tanto en orden a la planificación y dirección de la asociación como al desarrollo práctico de las actividades cotidianas es el siguiente:

NOMBRE	TITULACIÓN	FUNCIONES	ACTIVIDADES A DESARROLLAR

JOSÉ DAVID ESPASA

TOMAS

Asistente Personal (EXPERTOS POR EXPERIENCIA EN SALUD MENTAL)

Facilitar el acceso a actividades deportivas a otras personas que sufran problemas de salud mental.

Acompañamiento a las actividades deportivas de los nuevos socios/as.

Potenciar la participación de usuarios de la red de salud mental en actividades deportivas con un rol de “persona experta” que trabaje desde “su experiencia”.

Presentación del programa en distintos recursos de atención a la salud mental.

Asistente Personal (EXPERTOS POR EXPERIENCIA EN SALUD MENTAL)

Propiciar un cambio de cultura de los servicios.

Asistente personal de los participantes durante la realización de las diferentes actividades deportivas.

Sensibilización de los profesionales y otros recursos hacia el sufrimiento psíquico.

Acompañamiento en momentos de crisis.

Influenciar a nivel social y político en cómo se entiende la recuperación de las personas con problemas de salud mental.

Entrenamientos de Balonmano

Poner en valor el apoyo mutuo entre personas

JOSÉ MANUEL

SELLÉS SOLER

Educador Social

Aplicar bajo supervisión del personal técnico e programas de: promoción de la salud y actividad física e inserción social, comunitaria

Coordinación y ejecución de las siguientes actividades:

Registrar convenientemente la realización de las actividades.

Liga de fútbol sala. Escuelas “cor blanquinegre” fundación valencia c.f.

Registrar contactos de las personas atendidas con familiares, visitas o llamadas telefónicas.

Sportime: equipo de fútbol inclusivo. Levante cup pro-salud mental.

Responsable de la supervisión de los las personas atendidas durante las actividades.

Encuentro deportivo nacional "miguel acosta" (aedir) en Málaga. Encuentro internacional deportivo poliesportiva

DAVID MARQUÉS
AZCONA

TERAPEUTA
OCUPACIONAL

Recopilar información sobre seguimiento de actividades y objetivos.

Acompañamientos necesarios para facilitar el acceso y uso de recursos comunitarios vinculados al programa.

Velar por la convivencia de todas las personas atendidas durante el desarrollo del programa.

Acompañamientos necesarios para facilitar el acceso y uso de recursos comunitarios vinculados al programa.

Responsable de la supervisión de los las personas atendidas durante las actividades De Balonmano.

aurora de prato (italia)
Mentatlón bilbao encuentro deportivo por la mejora de la salud mental
Torneo nacional deportivo pro-salud mental de la comunidad valenciana
Gala del deporte valenciano pro-salud mental
Asistencia a partidos de liga del valencia club de futbol

Coordinación y ejecución de las siguientes actividades:

Liga y campeonatos de Pádel.
Sportime: equipo de fútbol inclusivo.
Levante cup pro-salud mental.

Coordinación y ejecución de las siguientes actividades:

Entrenamientos de Balonmano
Campeonatos de Balonmano

**LORENA ADAM
FERRI**

PSICÓLOGA

Recuperación y mantenimiento de las capacidades.

Entrenamiento de habilidades sociales.

Terapia cognitivo-conductual.

Expresión de emociones.

Desarrollo del taller aplicado a la actividad física.

Psicoeducación

Promoción de la salud y hábitos de vida saludable para incrementar la práctica deportiva.

ANA ROSELLÓ

TRABAJADORA SOCIAL

Aplicar bajo supervisión del personal técnico e programas de: promoción de la salud y actividad física e inserción social, comunitaria

Registrar convenientemente la realización de las actividades.

Registrar contactos de las personas atendidas con familiares, visitas o llamadas telefónicas.

Responsable de la supervisión de los las personas atendidas durante las actividades.

Recopilar información sobre seguimiento de actividades y objetivos.

Acompañamientos necesarios para facilitar el acceso y uso de recursos comunitarios vinculados al programa.

Velar por la convivencia de todas las personas atendidas durante el

Coordinación y ejecución de las siguientes actividades:

Torneo autonómico de baloncesto 3x3 pro-salud menta

L campeonato de fútbol y ping-pong.

Deportes multiaventura: senderismo la murta y la casella.

Deportes multiaventura: excursión medioambiental bajada rio xuquer

Deportes minoritarios: esquí, paintball, hípica, karting, cicloturismo

Deportes minoritarios: esquí, paintball, hípica, karting,

9. COLECTIVO AL QUE VA DIRIGIDO

Los beneficiarios directos son personas con enfermedad mental crónica, entre 18 y 65 años, que manifiestan un deterioro en su actividad social, familiar y laboral que viven en la Provincia de Valencia. Pueden ser derivados desde los diferentes recursos de la red de atención psicosocial de la Conselleria D'igualtat I Polítiques Inclusives Secció de Persones amb Discapacitat de València o desde las (USM) Unidades de salud Mental de las diferentes áreas de salud.

Los beneficiarios indirectos son las familias de los usuarios y la población en general (actividades de prevención, promoción y divulgación).

Al ser una asociación nueva y joven no estamos cerrados a que solo disfruten los socios de las actividades de todos los programas que desarrollamos, como éste, sino más bien estamos abiertos a todo el ámbito de la salud mental, sea de donde sea la procedencia de las personas que quieran beneficiarse de los programas y así se recoge en nuestros estatutos. Con la perspectiva de que en un futuro sean los propios soci@s, las personas expertas por experiencias propias, l@s que gestionen esta asociación.

10. NÚMERO ESPECÍFICO DE PERSONAS A ATENDER

Actualmente son personas con TMG las censadas en la Asociación Sportsa que participan en nuestras actividades. Tenemos establecida una cuota de socio anual de 20 euros.

Hasta la fecha actual han participado en el programa 349 hombres y 51 mujeres con TMG.

Son derivados desde los diferentes recursos de la red de atención psicosocial de la Conselleria D'igualtat I Polítiques Inclusives Secció De Persones Amb Discapacitat de

València, USM de los diferentes departamentos de salud, Atención Primaria y Servicios Sociales Generales de los diferentes municipios.

11. ACTIVIDADES DE COMUNICACIÓN, DIFUSIÓN Y VISIBILIDAD

Nuestro programa, pretende ir más allá de la organización de unas simples actividades deportivas. Por ello diseñamos las actividades con el objetivo de aumentar nuestra visibilidad social y luchar activamente contra el estigma.

Todas nuestras actividades se difunden en medios de comunicación y redes sociales. Algunas de las publicaciones de actividades de nuestro programa han sido:

<https://www.levante-emv.com/ribera/2022/04/02/sueca-celebra-hoy-jornada-promover-64560174.html>

<https://www.levante-emv.com/deportes/2019/01/27/crea-primera-liga-futbol-sala/1826801.html>

<https://www.castelloninformacion.com/castellon-liga-futbol-sala-sportsa-enfermedades-mentales/>

<https://blogcreap.imserso.es/event/iii-gala-del-deporte-pro-salud-mental-de-la-comunidad-valenciana/>

<https://ffcv.es/wp/blog/2018/06/11/futbol-sala-ffcv-premiado-apoyo-personas-enfermedad-mental/>

<https://www.paterna.es/es/actualidad/noticias/paterna-premiada-en-la-gala-del-deporte-pro-salud-mental-de-la-comunitat-por-favorecer-la-integracion-deportiva.html>





Sueca acoge el III Torneo Levante Cup pro-salud mental. El pabellón municipal acogió este torneo de fútbol sala, bajo el lema 'Regalada al estigma', en el que han participado más de cien deportistas de Alicante y Valencia.

Sueca usa el fútbol para integrar a los enfermos

JUAN GONZÁLEZ
El Pabellón Municipal de Sueca acogió recientemente la tercera edición del Torneo Levante Cup de Fútbol Sala Pro-Salud Mental bajo el lema 'Regalada al estigma', en el que participaron más de cien deportistas. El objetivo principal de esta competición deportiva inclusiva es el de conseguir una mayor integración y normalización de las personas con enfermedad mental a través de la práctica deportiva. El torneo está organizado por la Asociación SportSa y cuenta con la colaboración de la Federación de Fútbol de la Comunidad Valenciana, AIEA y el Ayuntamiento de Sueca y la

Fundación SASM. Este año los equipos invitados fueron la selección de la provincia de Alicante, representados por la Real Sociedad Vivesalud II; la Selección Valenciana, representada por el Hospital Padre Jofré de Valencia; la Asociación Mentopía de Valencia y un equipo formado por un combinado de jugadores locales de la Fundación SASM y AFEM RB.



Ganadores del campeonato celebrado en Sueca.

En lo referente al deporte, recibió en la Selección de Alicante Pro-Salud Mental que, tras dos años participando, se hizo con la victoria final imponiéndose de manera clara al combinado de jugadores locales de la Fundación SASM y AFEM RB.

La asociación deportiva, cultural, de recuperación e integración social SportSa, tiene por objetivo fomentar, desarrollo y práctica de toda actividad deportiva, recreativa, cultural y asistencial, orientada a la organización del ocio y tiempo libre de personas con trastorno mental grave como instrumento para la recuperación, la integración y la lucha contra el estigma.



Segunda Gala del Deporte Valenciano Pro Salud Mental. La Asociación SportSa, organizadora de este evento, celebraba este evento con un rotundo éxito de participación. Además de la entrega de trofeos en las diferentes competiciones, se ha recordado con el premio SportSa a la Federación Valenciana de Fútbol.

GENERALITAT VALENCIANA
Vicepresidència i Conselleria d'Igualtat i Polítiques Inclusives

Estás en: [Vicepresidència i Conselleria d'Igualtat i Polítiques Inclusives](#) > [Premis](#) > [Detalle](#)

ÁREAS

- Personas Mayores
- Infancia
- Diversidad Funcional
- Dependencia
- Servicios Sociales
- Institut de les Dones
- Igualtat en la Diversitat
- Inclusió Social

INFORMACIÓN GENERAL

- Agenda

[Imprimir/Descargar](#) [Ver](#)

El hospital Pare Jofré participa con dos equipos de fútbol sala en la 'Summer Cup contra el Estigma'

01/07/2016

Dos equipos de fútbol sala formados por pacientes del hospital Pare Jofré de Valencia participan este año por primera vez en la 'Summer Cup contra el Estigma', que se celebra en el mes de julio como competición de prolegramada a la liga regular de FUNDASM.



12.PRESUPUESTO 2024

PREVISIÓN DE INGRESOS PROGRAMA

CONCEPTO

Fondos Propios Asociación.	4865
Conselleria de Sanidad y Salud Pública	41710
TOTAL PREVISIÓN DE INGRESOS:	46575

PREVISIÓN DE GASTOS PROGRAMA

CONCEPTO

Seguro de responsabilidad civil y asistencia sanitaria por accidente	2800
Prestación de Servicios	19060
Sueldos salarios y seguridad social	14684
Material no Fungible	856
Gastos de actividades	1935
Transporte y Comunicaciones	1500
Alimentos	875
TOTAL PREVISIÓN DE GASTOS:	42189.39

13. BIBLIOGRAFÍA:

1. Battaglia, G., Alesi, M., Inguglia, M., Roccella, M., Caramazza, G., Bellafiore, M., y Palma, A. (2013). Soccer practice as an add-on treatment in the management of individuals with a diagnosis of schizophrenia. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 9, 595-603.
2. Bellack, A., & Drapalski, A. (2012). Issues and developments on the consumer recovery. *World*
3. Comisión Europea (2010). Europa 2020: Una estrategia para el desarrollo inteligente, sostenible e integrador. Bruselas (Diario Oficial de la Unión Europea, 3 de marzo de 2010). Consultado en http://europa.eu/legislation_summaries/employment_and_social_policy/eu2020/em0028_es.htm
4. Díaz, N. B., & Miralles, P. M. (2012). Análisis descriptivo de la actividad física en personas con enfermedad mental que asisten a centros de rehabilitación psicosocial y laboral en castilla la-mancha. Estudio piloto. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, (16), (pp 2-3).
5. Enguita-Flórez, M. P. (2014). Efectos de un programa de actividad física en trastorno mental grave. *Rehabilitación Psicosocial*, 11(1), 14-24. (p. 18)
6. Estrategia autonómica de atención de salud mental de la Comunidad Valenciana 2016-2020.
7. OMS. (2015). OMS. Recuperado el 3 de septiembre de 2015, from http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
8. Organización Mundial de la Salud. (2013). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. 57 Asamblea Mundial de la Salud. (pp. 4-7)
9. Soundy, A., Roskell, C., Stubbs, B., Probst, M., & Vancampfort, D. (2015). Investigating the benefits of sport participation for individuals with schizophrenia: a systematic review. *Psychiatr Danub*, 27(1), 2-

14. ANEXOS

ANEXO I

ANÁLISIS DAFO DEL PROGRAMA

Para el análisis de la situación actual de nuestro programa después de dos años de ejecución se ha elaborado un DAFO que recoja las fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades, desde la perspectiva de los profesionales que desarrollan el programa.

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES
<ul style="list-style-type: none"> • PROGRAMA INNOVADOR EN C.V • NUEVAS OPORTUNIDADES DE RECUPERACIÓN PARA TMG • DESARROLLO DE TRABAJO EN RED • BAJO COSTE • ALTO NIVEL DE PARTICIPACIÓN • PARTICIPACIÓN DE EXPERTOS POR EXPERENCIA EN SALUD MENTAL 	<ul style="list-style-type: none"> • ÚNICA ASOCIACIÓN ESPECÍFICA DE SALUD MENTAL Y DEPORTE DE LA C.V • CARENCIA DE PROGRAMAS DE DEPORTE PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL • DÉFICIT DE OFERTA DE CALIDAD • PREDISPOSICIÓN DE LA ESTRATEGIA AUTONOMICA DE SALUD MENTAL 2016-2020 • DESARROLLAR NUEVAS LINEAS DE INVESTIGACION EN SALUD MENTAL Y DEPORTE.
DEBILIDADES	AMENAZAS
<ul style="list-style-type: none"> • FINANCIACIÓN CONDICIONADA A SUBVENCIONES • TAMAÑO PEQUEÑO DE LA ASOCIACIÓN • ESCASAS EVIDENCIAS • INCERTIDUMBRE EN LA EJECUCIÓN DEL PROGRAMA 	<ul style="list-style-type: none"> • INFRAVALORACIÓN DEL USO DEL DEPORTE COMO HERRAMIENTA DE INCLUSIÓN SOCIAL • POCOS PROFESIONALES DE SALUD MENTAL LO IMPLEMENTAN EN SUS PROGRAMAS • CAMBIOS EN LAS NORMATIVAS LEGALES • INESTABILIDAD POLÍTICAS SOCIALES • DESARROLLO DE PROGRAMAS SUSTITUTIVOS NO INCLUSIVOS

--	--

ANEXO II

INVESTIGACIÓN

En el Plan de Acción sobre Salud Mental 2013-2020 de la OMS se establece como objetivo fortalecer las investigaciones en salud mental. La integración de la investigación con la práctica clínica garantiza una mayor calidad de los servicios de salud y una mejor y más rápida implantación de los avances científicos en la promoción, prevención, diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales, así como un cuidado ético y eficaz de las personas usuarias.

Por ello, una de las actividades de nuestro programa está siendo evaluada con el objetivo de analizar **“los efectos de una ocupación deportiva sobre la competencia ocupacional, la visión cognitiva, y los procesos de recuperación en personas con enfermedad mental.”**

En colaboración con el **Programa de Doctorat en Promoció de l'Autonomia i Atenció Sociosanitària a la Dependència** de la Universidad de Valencia hemos diseñado el siguiente proyecto de investigación:

OBJETIVO DEL ESTUDIO

Analizar los efectos de una ocupación deportiva (fútbol) sobre la participación ocupacional, la visión cognitiva, y los procesos de recuperación en personas con enfermedad mental.

FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS

Las personas con enfermedad mental que practican una ocupación deportiva (liga fútbol sala pro- salud mental) mejoran la percepción de su participación ocupacional, la capacidad de reconocer su enfermedad (“insight” cognitivo) y la percepción subjetiva de recuperación

DISEÑO Y TIPO DE INVESTIGACIÓN

Se trata de un diseño de estudio descriptivo de campo cuasi-experimental (solo-post). Con un grupo de cuasi control, simultáneo o en una cohorte anterior. Se medirá la variable dependiente en dos grupos, tras la aplicación del tratamiento en uno de ellos; el otro es de comparación, no formado al azar.

El tipo de variables que se va utilizar para la investigación son:

Variable Independiente: Ocupación deportiva (Liga fútbol sala-pro salud mental)

Variables Dependientes:

- La Participación Ocupacional. Escala de Autoevaluación Ocupacional (OSA).
- La Percepción Subjetiva de Recuperación. Maryland Assessment Recovery Scale (MARS)
- La capacidad de reconocer su enfermedad. Escala de Insight Cognitivo de Beck (EICB).

Variables Independientes Socio demográficas: edad, género, nivel de estudios, estado civil.

Variables Independientes Clínicas: años de inicio del tratamiento, diagnóstico, número de hospitalizaciones y tipo de dispositivo donde recibe el tratamiento.

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población se compone de 200 usuarios diagnosticados de enfermedad mental de distintos recursos de atención a personas con enfermedad mental de la provincia de Valencia. La muestra quedara definida en función de las variables socio demográficas. Se seleccionaran en cada recurso a los usuarios que participan en la liga de fútbol sala pro salud mental y un número igual de usuarios que no participan en la liga. Estableciéndose en cada recurso un grupo control y otro experimental.

El método de muestreo es no probabilístico, de tipo incidental o de conveniencia.

INSTRUMENTOS DE VALORACIÓN

1. Maryland Assessment Recovery Scale (MARS) (Bellack & Drapalski, 2012): es un instrumento autoadministrado de 25 ítems con una escala de respuesta tipo Likert de cinco puntos donde 1 es nada en absoluto y 5 es mucho. Ha sido diseñada para evaluar el estado de recuperación de las personas con TMG.
2. Escala de Autoevaluación Ocupacional (OSA) versión 2.2 (Kielhofner, Baron, Lyenger, Goldhammer, & Wolenski, 1998): La escala OSA es una herramienta de autoevaluación que consta de dos secciones, cuyos ítems tienen una escala de respuesta tipo Likert de cuatro puntos. Mide la percepción de las personas respecto a su propia función ocupacional y las influencias del medio ambiente en su desempeño (Kielhofner, 2004). La primera sección consta de 21 ítems. Mide las competencias, donde 1 es "hacer esto es un gran problema" y 4

es "esto lo hago sumamente bien". Y mide los valores, donde 1 es "esto no es tan importante para mí" y 4 es "esto es sumamente importante para mí". En la sección dos evalúa el ambiente en 8 ítems. Mide el impacto ambiental, donde 1 es "esto es un gran problema para mí" y 4 es "esto está sumamente bien". Y mide el valor del ambiente, donde 1 es "esto no es tan importante para mí" y 4 es "esto es sumamente importante para mí".

3. La Escala de Insight Cognitivo de Beck (EICB) es una medida de auto-registro de 15 ítems que valora cómo los pacientes evalúan su propio juicio. Consta de dos dimensiones, Auto-Reflexión (R) (9 ítems) y Auto-Certeza (C) (6 ítems). Se obtiene un Índice Compuesto de InsightCognitivo como Reflexión-Certeza (IC=R-C) (resta de auto-certeza a auto-reflexión). Tiene un formato de respuesta con cuatro opciones tipo Likert: Nada de acuerdo (0), Un poco de acuerdo (1), bastante de acuerdo (2) y totalmente de acuerdo (3), con un rango de respuestas posibles de 0 a 45. La consigna de aplicación es como sigue: A continuación encontrará una lista de frases sobre cómo piensan y sienten las personas. Por favor, lea cada frase de la lista con mucha atención. Indique hasta qué punto está de acuerdo con cada frase marcando una X en la columna correspondiente. La versión americana original del instrumento tuvo una fiabilidad, con 150 pacientes ingresados, de 0,68 para la escala de auto-reflexión y 0,60 para auto-certeza. 18.(Gutiérrez-Zotes, J. A. et al. 2012)

PROCEDIMIENTO

Los participantes proceden de distintos recursos de atención a personas con enfermedad mental de la provincia de Valencia. El grupo experimental está compuesto por usuarios que participan en la liga de fútbol sala pro-salud mental. El grupo control lo componen usuarios que no participan en la liga. El investigador desempeña su función como Terapeuta Ocupacional y responsable de liga.

Una vez recibida la autorización de la dirección de los distintos recursos, el investigador propone a los usuarios la participación voluntaria en este estudio.

Los cuestionarios son entregados a las personas voluntarias para que procedan a su respuesta resolviendo con el investigador las dudas que puedan surgir.

ANEXO III

EL PROGRAMA EN IMÁGENES





GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública

CARRERA PER LA SALUT MENTAL





LIGA DE FÚTBOL SALA PROVINCIA DE CASTELLÓN

LIGA FÚTBOL SALA PROVINCIA DE CASTELLÓN

EQUIPOS PARTICIPANTES:

- CRIS LA VALL D'ALB
- CRIS VIL·REAL
- CRIS CRUZ ROJA
- CRIS GRAN VIA
- CEEM BARTOLA
- CEEM GRAN VIA
- CRIS VERA'OS
- CRIS SUDOR
- RESIDENCIA ST. GORDE
- CEEM AIRBORNER

Pro Salud Mental






JORNADA PADDLE SURF
DÍA 6 A LES 10H EN EL PERELLÓNET



EL PADDLE SURF ES UN DEPORTE ACUÁTICO QUE AYUDA A MEJORAR EL EQUILIBRIO, LA PSICOMOTRICIDAD Y LA COORDINACIÓN.



CON NUESTROS INSTRUCTORES TITULADOS APRENDERÁS LA TÉCNICA DE REMO Y DISFRUTARÁS DE LA TRANQUILIDAD DEL MAR MEDITERRANEO.

 GENERALITAT VALENCIANA
 GENERALITAT VALENCIANA





GENERALITAT VALENCIANA

Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública



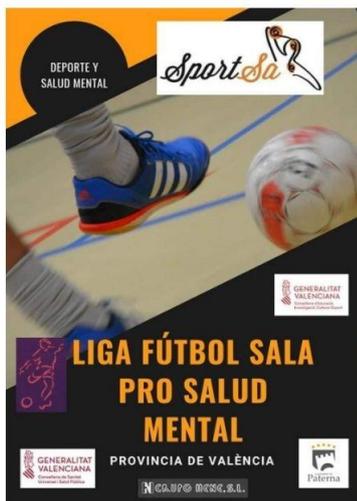
SPORTIME: EQUIPO DE FÚTBOL INCLUSIVO.



ENTRENAMIENTOS CON LA FEDERACIÓN DE BALONMANO:



LIGA DE FÚTBOL SALA PROVINCIA DE VALENCIA

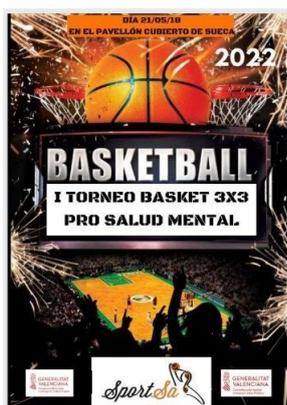




LIGA DE PADEL Y TORNEO AUTONÓMICO DE PADEL PRO-SALUD MENTAL:



TORNEO AUTONÓMICO DE BALONCESTO 3X3 PRO-SALUD MENTAL.





CAMPEONATO DE FUTBOLÍN TENIS DE MESA Y DARDOS.

09 DE MAYO 2022 A LAS 10:30H

Campeonato de **FUTBOLÍN**
 por Parejas

Campeonato de **TENIS** de Mesa

¡Os esperamos!
 TELÉFONO INSCRIPCIONES: 685892085
 ALMUERZO PARA TODOS LOS PARTICIPANTES

Campeonato de **DARDOS**

SE CELEBRARÁ EN LAS INSTALACIONES DE LA FUNDACIÓN SASM



DEPORTES MULTIAVENTURA: EXCURSIÓN MEDIOAMBIENTAL BAJADA RIO XUQUER, ORIENTACION Y TREIKING y PAINTBALL:

DEPORTE Y SALUD MENTAL

CAMPEONATO DE TRECKING Y ORIENTACIÓN

Paraje Natural "La Murta y la Casella"
 CADA ASOCIACIÓN LA REALIZARA UN DÍA

La actividad consta de varias etapas:
 Ruta Botànica
 Introducci3n Orientaci3n
 Actividad de Orientaci3n





CAMPEONATO DE FUTBOLÍN TENIS DE MESA Y DARDOS.

09 DE MAYO 2022 A LAS 10:30H

Campeonato de **FUTBOLÍN**
por Parejas

Campeonato de **TENIS de Mesa**

¡Os esperamos!
TELÉFONO INSCRIPCIONES: 685892085
ALMUERZO PARA TODOS LOS PARTICIPANTES

Campeonato de **DARDOS**

SE CELEBRARÁ EN LAS INSTALACIONES DE LA FUNDACIÓN SASM



DEPORTES MULTIAVENTURA: EXCURSIÓN MEDIOAMBIENTAL BAJADA RIO XUQUER, ORIENTACION Y TREIKING y PAINTBALL:

DEPORTE Y SALUD MENTAL

CAMPEONATO DE TRECKING Y ORIENTACIÓN

Paraje Natural "La Murta y la Casella"
CADA ASOCIACIÓN LA REALIZARA UN DÍA

La actividad consta de varias etapas:
Ruta Botànica
Introducción Orientación
Actividad de Orientación





DEPORTES MINORITARIOS: ESQUÍ, LASER GAME, KARTING, BOLOS, AJEDREZ







ENTRENAMIENTO HEALT CIRCUIT:

HEALT CIRCUIT

¡ENTRENAMIENTO DE DISTINTAS CAPACIDADES COMO LA FUERZA, RESISTENCIA, FLEXIBILIDAD, COORDINACIÓN, EQUILIBRIO

Todos los Miércoles En La Cales Werner Centro en Buena

Gratis para todos y todas las socios de SportSa



LIGA DE FÚTBOL SALA COMUNIDAD VALENCIANA:

PRIMERA LIGA FÚTBOL SALA COMUNIDAD VALENCIANA PRO SALUD MENTAL





**GENERALITAT
VALENCIANA**

Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública

GALA DEL DEPORTE VALENCIANO PRO- SALUD MENTAL



GALA DEL DEPORTE VALENCIANO PRO SALUD MENTAL

27 DE JULIO 2021- 11:00h
INSTALACIONES CREAP



PRESENTA
Paloma Gutiérrez Muñoz

COLABORA
FUNDACIÓN
SASM

ORGANIZA



JORNADA CEU CASTELLÓN "UN GOL A LOS PREJUICIOS".



PREMIO AL DEPORTE INCLUSIVO DE LA ASOCIACIÓN PROMIS A LA CATEGORÍA DE “inclusión social en el deporte”: SPORTSA

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1783520295119711&id=413054222166332



"ENS CONEIXEM"

"Ens Coneixem" que es ha sido escogido por la Fundación Trinidad Alfonso dentro del "Dia de l'esport" y que se desarrollamos por toda la Comunidad Valenciana, proyecto que nace desde nuestro compromiso con la promoción del deporte y el impulso a la educación inclusiva, que nos ha motivado a diseñar y proponer una actuación dirigida a los centros educativos de la Comunidad Valenciana.

Con "Ens Coneixem", bajo un formato de propuesta dirigida hacia el entorno educativo de Sueca, y en el marco de las dinámicas establecidas con los colectivos citados, el de la salud mental, el del balonmano, y las personas migrantes, buscamos ampliar y consolidar la oferta de actuaciones en educación inclusiva para los centros educativos.

Como punto de partida para su diseño, hemos adoptado una estructura con tres líneas base:

- Docencia inclusiva "en el aula" del centro SASM con grupos mixtos a partir de la adaptación curricular
- Práctica inclusiva de la actividad física (balonmano)
- Propuesta de talleres inclusivos específicos (cocina, cultura y geografía internacionales, títeres...)

Con inicio en septiembre de 2020, la propuesta educativa se dirige a los cursos de 5º y 6º de Primaria y de 1º y 2º de la ESO, en formato de jornada matinal entre las 9:00 y las 13:00.

Las diferentes dinámicas se desarrollarán en las dependencias de la sede SASM formando dos grupos mixtos integrados por escolares, personas migrantes y del colectivo de salud mental, que serán los protagonistas de las actividades entre el entorno deportivo exterior y el aula.

Os adjuntamos folleto explicativo.

ENS CONEIXEM?

educació **inclusiva** als centres

VALÈNCIA ←
 CASTELLÓ ←
 ALACANT ←

Federació de Balonmano Comunitat Valenciana
 SportSa
 CEARI 40
 FUNDACIÓ SASM

Qui?

La cooperació entre la Fundació SASM, l'Associació SportSa, el CEAR, la Federació de Handbol de la Comunitat Valenciana, organitzen unes jornades on conregar la **pràctica del Handbol** i diferents dinàmiques de sensibilització i lluita **contra l'estigma**.

Per Què?

Per la necessitat d'**eliminar prejudicis i estigmes** cap a les persones amb trastorns mentals greus i sol·licitants d'asil, així com la recerca de dinàmiques realment **inclusives**, ens porta a desenvolupar aquesta activitat de sensibilització.

Apropar l'alumnat a diferents recursos d'atenció a persones amb trastorn mental greu i a través de dinàmiques grupals actives i participatives per aconseguir que l'alumnat reflexione al mateix temps que les persones amb trastorns mentals greus i les sol·licitants d'asil participen en aquestes dinàmiques generant per tant una activitat realment inclusiva.

Com?

Jornada matinal en horari de **9:00h a 13:00h**. Es formaran dos grups mixtes integrats per escolars, persones migrants i persones amb trastorn mental greu, aquests grups seran els protagonistes de les diferents activitats, tant dins de l'aula com als exteriors. Es dissenya i elecció de les diferents dinàmiques perseguint l'**activació de processos d'integració** dins de cada grup de participants mitjançant la interacció directa i estimulant l'intercanvi d'experiències i coneixements.

grup 1

1ª Part: Ens Coneixem?
Dinàmica: El Joc de les etiquetes + Video-Fòrum
Dinàmica: Imatge i Paraula.

2ª Part: Pràctica:
Handbol Inclusiu.

grup 2

1ª Part: Pràctica:
Handbol Inclusiu.

2ª Part: Ens Coneixem?
Dinàmica: El Joc de les etiquetes + Video-Fòrum
Dinàmica: Imatge i Paraula.

3ª Part: dinàmica avaluativa per a obtenir dades relacionades amb els objectius proposats i aconseguits, l'organització de la jornada, la satisfacció de l'alumnat i la seua participació. Aquesta dinàmica s'anomena **Dianes avaluatives**.

grup 1 + grup 2

ENS CONEIXEM?

Participants

Les diferents activitats van dirigides a Persones amb Trastorn Mental Greu, Persones Migrants i Estudiants de 5 i 6 de Primària i 1 i 2 d'ESO. Aquestes activitats seràn coordinades i realitzades per Tècnics Especialistes en Salut Mental, Tècnics Especialistes en Migració i Tècnics d'Handbol Inclusiu de la Federació de la Comunitat Valenciana.

Àmbit geogràfic

Castelló
 Vinaròs
 Sagorbe
 Sueca
 Liria
 Mislata
 Alacant
 Eix
 Torreveja

Objectius Principals

- ★ Promoure un **ínter** ferenciu actiu de la ciutadania i respectar els drets humans, així com el pluralisme propi d'una societat democràtica.
- ★ **Conèixer, comprendre i respectar** les diferents cultures i les diferències entre les persones i la no discriminació de persones amb diversitat funcional.
- ★ **Reforçar aspectes relacionats amb:**
 - Nació de diferència cultural i discriminació.
 - Resiliència i superació d'obstacles i fracassos.
 - Aceptació de les diferències, possibilitats i limitacions.
 - Respects per la diversitat.
 - L'Empatia.

Per afrontar aquestes activitats parlem des dels coneixements previs i falses creences de l'alumnat, així com els seus esquemes cognitius segons les seves edats. A través d'agrupacions de **treball cooperatiu i de forma dinàmica i participativa**, el grup format per estudiants i persones amb trastorns mentals greus i/o migrants seran els **Ass** protagonistes del procés d'Aprenentatge-Ensenyament, a través de jocs i dinàmiques de grup motivadores que impliquen moviment. Podríem resumir la metodologia com activa, crítica i que fomenti l'autonomia. 😊 😊 😊

ENS CONEIXEM?

educació **inclusiva** als centres

GENERALITAT VALENCIANA
 Conselleria d'Ensenyament, Cultura i Esport

SportSa
 #ESPORTISALUTMENTAL
 GENERALITAT VALENCIANA
 Conselleria d'Ensenyament, Cultura i Esport
 VICARIO BUCAL

PROGRAMA DE VOLUNTARIADO SPORTSA



....y tú,
¿ que sabes hacer?



SI QUIERES SER
VOLUNTARIO
¡LLAMANOS!

¡participa!



CONTACTO

Facebook: Sportsa
685892085
sportsa@outlook.es
www.sportsa

PROGRAMA DE PARTICIPACIÓN SOCIAL Y VOLUNTARIADO SPORTSA

TIENES MUCHO QUE APORTAR



OBJETIVO

Consolidar en Sportsa una agrupación de voluntarios que colabore con los socios y socias para continuar desarrollando de la forma más eficaz y continuada posible las actividades deportivas ofrecidas por nuestra asociación.



”

Deporte y salud
mental



¿QUE ES SER VOLUNTARIO?

UN VOLUNTARIO ES AQUELLA PERSONA QUE SE COMPROMETE POR INICIATIVA PROPIA Y DE MANERA DESINTERESADA, EN UNA ACCIÓN ORGANIZADA AL SERVICIO DE LA COMUNIDAD”

ANTONIO ARIÑO 1999

¿QUIÉN PUEDE SER VOLUNTARIO?

CUALQUIER PERSONA MAYOR DE 18 AÑOS, QUE QUIERA DESTINAR PARTE DE SU TIEMPO LIBRE A COLABORAR DE UNA MANERA COMPROMETIDA Y SOLIDARIA

¿QUE ES SPORTSA?

La Asociación Deportiva, Cultural De Recuperación e Integración Social Sportsa) nace en el año 2016 y la componen personas pertenecientes a diferentes recursos de rehabilitación psicosocial de la Comunidad Valenciana.

La existencia de esta asociación tiene por objeto el fomento, desarrollo y práctica de toda actividad deportiva, recreativa, cultural y asistencial, orientada a la organización del ocio y tiempo libre de personas con Trastorno Mental Grave como instrumento para la recuperación, la integración y la lucha contra el estigma.



¡EN SPORTSA ESTAMOS LOCOS POR EL DEPORTE!

