

MEMORIA DE ACTIVIDADES PREVISTAS 2023



FUNDACIÓN FORJA
A D I C C I O N E S

Introducción

El año 2023 se presenta con numerosos cambios en la composición del equipo. La salida del director terapéutico Igor Erauzkin motivó una ampliación reestructuración liderada por el nuevo director terapéutico Francisco Ramírez. El equipo de psicólogos quedará formado por 7 personas según el organigrama que se muestra a continuación.

En cuando a los programas, seguimos con nuestros 5 programas de intervención y 1 programa de prevención aunque habrá cambios en lo referente al programa de mayores, que estamos reestructurando para ampliar el objetivo del proyecto hacia un intervención dirigida al colectivo de mujeres con consumos y/o abusos de al benzodicepinas además de mantener el grupo de mayores de Mindfullnes.

En las siguientes páginas ampliamos con detalle esta información.

Las personas que se han incorporado recientemente al equipo terapéutico son:

Francisco Ramírez

- Psicólogo General Sanitario
- Máster Oficial en Intervención Familiar
- Experto en Psicología de la Intervención Social
- Especialista Universitario en Clínica y Psicoterapia Psicoanalítica: el niño/a y su familia.
- Especialista en Sexología y Terapia Sexual

Marta Morales

- Psicóloga
- Máster en psicología de la actividad física y del deporte

Jasmina Velázquez

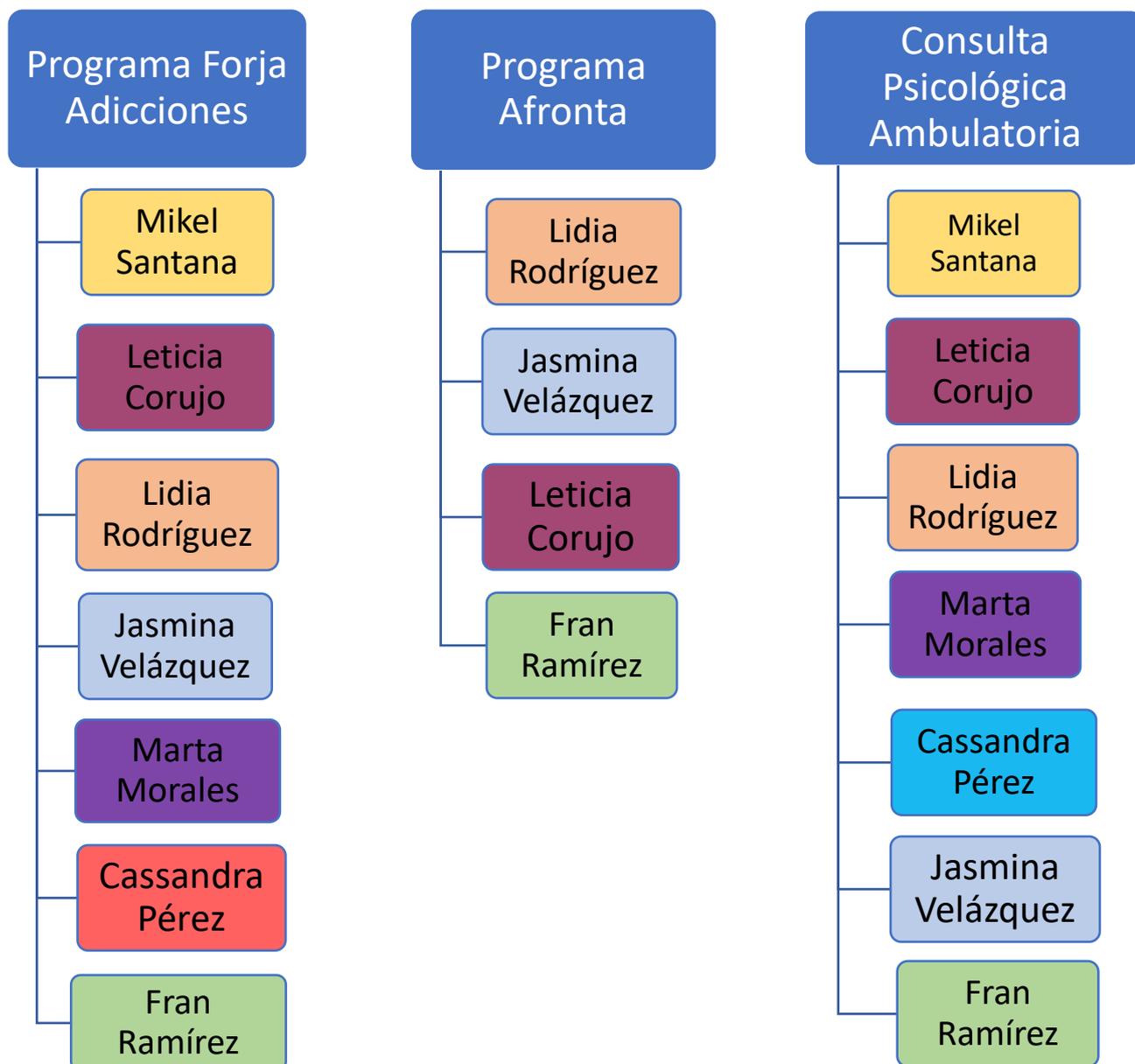
- Psicóloga General Sanitaria,
- Diplomada en Educación Social
- Experto en Intervención Psicosocioeducativa en Medidas Judiciales con Menores y Familia

Leticia Corujo

- Psicóloga General Sanitaria
- Máster en PNL
- Certificado de Aptitud Pedagógica

Cuadro organizativo del equipo para el 2023

PROYECTOS / EQUIPO TERAPÉUTICO



Programa Canarias Controla

Mikel Santana

Jasmina Velázquez

Leticia Corujo

Fran Ramírez

Programa Acompañamiento

Cassandra Pérez

Fran Ramírez

Jasmina Velázquez

Leticia Corujo

Programa Nexo

Mikel Santana

Jasmina Velázquez

Leticia Corujo

Fran Ramírez

Fran Ramírez

- Director Terapéutico
- Psicólogo

Mikel Santana

- Psicólogo

Jasmina García

- Psicóloga

Leticia Corujo

- Psicóloga

Cassandra Pérez

- Psicóloga

Lidia Rodríguez

- Psicóloga

Marta Morales

- Psicóloga

Equipo Administrativo/Directivo

Angeles Socorro -
Atención al
usuario/Administración

Dunia Rodríguez
Gerencia

Patronato

Presidente

- Juancho Sánchez Mayor

Vicepresidenta

- Isabel Sánchez Jubindo

Secretaria

- Maria del Carmen Jubindo Elizalde

Vocales

- Oscar Sánchez Herrera
- Oscar Sánchez Jubindo
- Cristina Sánchez Mayor
- Gregorio Pérez Alonso
- Ramón Amondaráinz Aguirre
- Marcial Sánchez Franco
- José Luis Alemán Suárez

Consejo Asesor

- Laureano Roca de Armas
- Elena Menéndez Jaquatot
- Rafael Inglott Benítez

Presidentes de Honor

- Julio Caubín Hernández
- Enrique Rojas Montes

MEMORIA PREVISTA 2023

Para el año 2023, además de los programas ya consolidados y referentes en el marco de las adicciones como es el PROGRAMA FORJA y los programas de prevención para jóvenes como CANARIAS CONTROLA que ya tienen una larga trayectoria dentro de nuestra organización, seguimos avanzando en prevención en jóvenes y familias con problemas de conducta con el PROGRAMA NEXO, consolidamos el PROGRAMA PARA MAYORES DE ATENCIÓN Y DESARROLLO DE LA MENTE y lo ampliamos con la incorporación de un nuevo objetivo y destinatarios que llamaremos PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL EN ATENCIÓN PLENA PARA MAYORES y seguimos con el Programa AFRONTA de atención psicológica a personas en riesgo de exclusión social para los Servicios Sociales Comunitarios del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria, que el próximo 2023 ampliaremos un número de plazas para el Servicios de Infancia y Familia también, a petición del propio Ayuntamiento.

PROGRAMA
FORJA
ADICCIONES

PROGRAMA
AFRONTA

PROGRAMA NEXO
PARA JÓVENES,
ADOLESCENTES Y
FAMILIAS

PROGRAMA DE
ACOMPAÑAMIENTO
INTEGRAL EN
ATENCIÓN PLENA
PARA MAYORES

CANARIAS
CONTROLA

PROGRAMA
CONSULTA
AMBULATORIA

Forja Adicciones

Tratamiento de las adicciones con y sin sustancias (drogas, alcohol, juego, tecnología, sexo.....)

Trabajo en atención grupal, individual y apoyo a las familias

3 grupos terapéuticos a la semana.
Terapia individual semanal
Apoyo terapéutico a las familias quincenal

Nº usuarios previstos: 50 pacientes y sus familias

Financiación:

- Propia a través de cuotas de los usuarios.
- Fundación La Caixa

Consulta Psicológica Ambulatoria

Atención psicológica a usuario con problemas de conducta, ansiedad, depresión, de parejas, etc

Trabajo de terapia individual

Nº usuarios previstos: 110

Financiación:
Propia a través de las cuotas de los usuarios.

NEXO Jóvenes y Familias

Jóvenes y adolescentes entre los 14 y los 21 años aprox. con uso problemático y/o adictivo a sustancias o comportamentales, conductas disruptivas y conflictos familiares;

Atención mediante terapia grupal, individual y familiar. Y terapia grupal para grupos de padres.

Nº usuarios previstos: 35 jóvenes y 30 familias

Financiación:

- Fundación Júnguel Sanjuan
- Fundación Mapfre Guanarteme
- Ayto. Las Palmas de GC
- Propios a través de cuotas de los usuarios

Prevención Canarias Controla

Dirigido a jóvenes y adolescentes en centros escolares

Objetivo: Introducir al alumnado en el conocimiento sobre los problemas de dependencia y consumo habitual de sustancias

10 temáticas específicas sobre consumo de sustancias

10 temáticas relacionadas con los hábitos saludables y estrategias de afrontamiento

Nº usuarios previstos a los que llegaremos: 4.000 jóvenes y 200 profesores

Financiación:

- Ayto. Las Palmas de G.C.
- Fundación Mapfre Guanarteme

Acompañami ento integral en atención plena para mayores

Dirigido a personas de la tercera edad de todos los distritos del Ayto. de Las Palmas de G.C. además de mujeres mayores de 30 con abuso de consumo de benzodicepinas

Les dotamos de herramientas que reducen la ansiedad y el estrés, incluso síntomas depresivos, con el objetivo de entrenar la práctica de estar presentes en el momento que están viviendo.

Trabajo en sesiones de grupo, terapia individual y talleres grupales con apoyo de familiares y cuidadores.

Nº usuarios previstos: 60

Financiación:

- Ayto. Las Palmas de G.C.
- Fondos propios Forja

Afronta

Intervención psicológica a persona situación de exclusión y vulnerabilidad cuya necesidad de apoyo psicológico es detectada y son derivados a través de los técnicos de los Servicios Sociales Comunitarios del Ayto. de Las Palmas de G.C.

Dirigido a personas beneficiarias de los Servicios Sociales Comunitarios del Ayto. de Las Palmas de G.C.

Trabajo en atención grupal, individual y apoyo familiar

Nº usuarios previstos: 60 pacientes

Financiación:

- Ayto Las Palmas de G. C.
- Fondos propios Forja

Programa FORJA – ADICCIONES

Este programa aborda el tratamiento de cualquier adicción, con y sin sustancia (alcohol, drogas, juegos, tecnológicas, sexo...) Se trata de un programa de libre de drogas cuyo objetivo principal es lograr la abstinencia y favorecer el desarrollo personal y social de sus usuarios.

Se desarrolla mediante sesiones de terapia individual, sesiones de terapia grupal, talleres psicoeducativos y sesiones individuales con los familiares de apoyo. En estas sesiones se abordan temas relacionados con el desarrollo personal y social, además de la superación de la adicción.

El objetivo es lograr la abstinencia y que los usuarios aprendan a responsabilizarse de sus tareas, aumentar su capacidad de esfuerzo, aumentar su autoestima, conocerse a sí mismo y aprender sus características personales. En general, aumentar las actitudes maduras del individuo para afrontar su vida. El programa va dirigido a que la persona entre en un proceso de autoexploración donde descubra sus limitaciones y resistencias, aprenda a potenciar sus fortalezas y crear nuevas herramientas en caso necesario para lograr una adaptación a su entorno que le permita lograr sus propios objetivos personales de una manera eficaz y realista.

La característica más importante que incorporamos en nuestra línea de tratamiento es la **personalización de la intervención** y los **diferentes niveles de intensidad** según la situación personal de cada usuario.

Para el próximo 2023, prevemos atender a unos 50 usuarios y sus familias en este programa gracias al apoyo que la Fundación La Caixa ha otorgado para una parte de este programa.

Programa CANARIAS CONTROLA

El objetivo principal de este proyecto es el de introducir al alumnado en el conocimiento sobre los problemas de dependencia y las consecuencias del consumo ocasional y habitual de diferentes sustancias psicoactivas y/o elementos que pueden ser generadores de adicción dotándoles de estrategias que favorezcan la adquisición de hábitos de vida saludable.

Mejorar la competencia social del alumnado para que sea capaz de tomar decisiones informadas y autónomas ante la oferta de drogas presentes en nuestra sociedad, así como frente a un abuso en el uso de las nuevas tecnologías, internet, redes sociales, juegos de azar, etc.

Promover y potenciar modelos positivos saludables como referentes de conductas.



Capacitar al profesorado para identificar situaciones de riesgo en relación con las adicciones y actuar eficazmente ante ellas, así como a proporcionar factores protectores de salud.

La finalidad del proyecto para los/las jóvenes es:

Promover, concienciar y sensibilizar a la sociedad. Incrementar cambios de comportamiento individuales y sociales que disminuyan el consumo y las conductas adictivas.

La finalidad del proyecto para los centros escolares es:

Propiciar espacios de coordinación e intercambio.

La finalidad del proyecto para los educadores:

Orientar a las personas para desarrollar las capacidades que les permitan resolver sus problemas sociales, individuales y/o colectivos.

Estas son las temáticas que está previsto que abordemos en el 2023, dentro del área de prevención y educación sobre conductas adictivas y/o comportamientos inadecuados:

- **EL CÓDIGO ETÍLICO 1**
- **EL CÓDIGO ETÍLICO 2**
- **CANNABIS, DECIDE SER TÚ MISMO**
- **INTERNET Y REDES SOCIALES**
- **COCAÍNA**
- **TABACO**
- **BULLYING**
- **TICS**
- **¿SABES JUGAR? – Juegos de Azar**
- **¿SABES JUGAR? – Juegos On-Line**
- **SEXUALIDAD**

Y dentro del bloque de charlas dirigidas a cumplimentar las del primer grupo con temas relacionados con las emociones, los hábitos saludables y estrategias de afrontamiento, que permitan al alumno alejarse del consumo y conductas de riesgo son las siguientes:

- **SALUD INTEGRAL**
- **QUIEN SOY**
- **RELAJACIÓN**
- **ASERTIVIDAD**
- **MANEJO DE EMOCIONES**
- **RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**
- **EL FUTURO**
- **GÉNERO E IGUALDAD**

- **DIVERSIDAD E IGUALDAD**
- **EL DUELO**
- **EMOCIONES EN LAS REDES SOCIALES**

El número de jóvenes al que tenemos previsto llegar durante el 2023 asciende a unos 4.000 y unos 200 adultos/profesores.

Programa de acompañamiento integral en atención plena para mayores

Este programa se va a desarrollar en 2 actividades diferentes.

Pon un lado, seguiremos trabajando con el colectivo de mayores mediante el Mindfulness como llevamos haciendo desde hace 4 años. Esta actividad consiste en aportar a personas mayores de los distintos distritos del Ayuntamiento de Las Palmas, herramientas que reducen la ansiedad y el estrés, incluso síntomas depresivos, con el objetivo de entrenar la práctica de estar presentes en el momento que están viviendo. Estas herramientas proceden de la técnica terapéutica de Mindfulness o en su traducción “atención plena”, adaptada a sus necesidades y limitaciones, contribuye a la mejora de su calidad de vida.



El Mindfulness o *atención plena*, se considera una técnica y un componente de las terapias de tercera generación presentada a través de la meditación. Esta meditación puede ser formal o informal y es la que pretende abordar este programa.

Por un lado, dedicando una rutina de práctica diaria y por otro, dejando que la práctica impregne de forma natural en cada faceta de la vida cotidiana como puede ser comer, darse una ducha, limpiar, relacionarse con los demás, etc. El mindfulness puede llegar a ser considerado como una filosofía de vida ya que consiste en dirigir nuestra atención al momento presente sin juzgar lo que esté ocurriendo, mostrando apertura a la experiencia y permitiendo que simplemente sea. La experiencia es contemplativa donde se observa sin valorar y se acepta, aunque esto no ignora que exista una actitud activa a la que responder.

OBJETIVOS:

- Aliviar síntomas generados por el estrés ante situaciones de crisis.
- Potenciar y prevenir el deterioro cognitivos leve multidominio (concentración, memoria, fluidez verbal, lectura, atención, etc)
- Fomentar la estimulación cognitiva
- Preparar y acompañar al usuario en su etapa final de vida
- Dotar de una mayor calidad de vida a través de la atención presente
- Disminuir los síntomas de ansiedad, estrés y depresión
- Mejorar el sueño y las relaciones intra e inter personales
- Facilitar la toma de decisiones desde la consciencia de su estado
- Acompañar y sostener las experiencias de las pérdidas que hayan vivido o estén viviendo
- Fomentar y cuidar la red de apoyo evitando la exclusión social
- Asimilar y aceptar la experiencia tal y como es
- Incorporar y/o potenciar movimientos corporales con yoga.
- Conocer las necesidades y limitaciones para contribuir en la calidad de vida

Por otro lado, incorporado al programa una actividad dirigida a mujeres mayores de 30 años con adicción o abuso de la benzodiazepinas, en colaboración con el centro de salud de Canalejas. Los objetivos y actividades concretas los iremos desarrollando a lo largo de las 4 primeras semanas del 2023, en colaboración con los servicios sociales del Ayto. Las Palmas de G.C., con quienes ya hemos mantenido una primera reunión de aproximación al proyecto que han visto a buenos ojos.

Durante el 2023 el objetivo es llegar a atender a unos 40 mayores de los distintos distritos del municipio de Las Palmas de G.C. y 20 mujeres con problemática de abuso de benzodiazepinas. Se realizarán sesiones grupales tanto en nuestro centro como en

otros espacios donde los mayores acuden habitualmente como centros de día con los que estamos colaborando así como sesiones grupales e individuales bien en nuestro centro o bien en el centro de salud de canalejas para el grupo de mujeres con riesgo de adicción.

Programa NEXO para personas jóvenes, adolescentes y familias

El programa NEXO va dirigido a chicos y chicas de edades comprendidas entre los 14 y los 21 años aproximadamente que manifiesten desde un uso problemático hasta una adicción a las sustancias o comportamentales, conductas disruptivas y conflictos familiares; y por supuesto, a sus familias o personas y/o entidades con su tutela.

OBJETIVOS:

- Realizar un diagnóstico de necesidades
- Detener o disminuir las conductas disruptivas y/o conflictivas en el hogar y/o centro de estudios
- Favorecer el aprendizaje y cumplimiento de límites y normas
- Favorecer que el adolescente asuma decisión y responsabilidad sobre actividades académicas, deportivas o relacionadas con su incorporación al mundo laboral
- Mejorar la efectividad educativa de las decisiones tomadas por los padres o tutores.
- Mejorar las habilidades de los padres o tutores
- Mediación en conflictos familiares o académicos
- Realizar exploración psiquiátrica y psicológica en los casos que sea necesario.
- Detener o disminuir hábitos no saludables (sustancias, juego, comida, sexo, compras, autolesiones, y uso de las tecnologías de información y comunicación)
- Fomentar la autonomía y responsabilidad en las elecciones del adolescente o joven

ACTIVIDADES:

Se forman grupos terapéuticos con un máximo de entre 10-12 participantes en formato semi abierto (grupos estables tratando de tener pocas entradas y salidas en la

medida de lo posible) atendiendo a los perfiles de los menores que se acercan al programa. Se atiende también a estos menores y sus familias de forma individual y familiar, proponiendo sesiones terapia individual semanales con los/las menores y sesiones terapia familiar quincenales.

Se realizan también grupos para las familias (Familiares de primer grado, segundo grado y personas entidades con su tutela) que se acerquen a las sesiones denominadas “escuela de madres y padres” con un número máximo de asistentes de entre 25 a 30 proponiendo al mes un grupo terapéutico de padres y madres y un taller para padres y madres.

En algunos casos, dependiendo del perfil del joven, se trabaja únicamente con las familias, tanto en terapia individual como grupal.

El programa permite que cada joven finalice el tratamiento cuando haya alcanzado los objetivos personales que le ayuden a llevar una vida más sana y equilibrada.

Una parte importante de los usuarios del programa Nexo llegan a Forja derivados desde sus médicos de atención primaria, servicios sociales y desde los departamentos de orientación de los centros escolares en donde impartimos las charlas de prevención.

Para el 2023, el objetivo es atender a 35 jóvenes y 30 familias dentro del Programa Nexo.

PROGRAMA AFRONTA

Los Servicios Sociales Comunitarios se encuentran frente a una demanda de atención a personas en situación de Exclusión Social, que precisan de intervención psicológica especializada, más elevada que en años anteriores y cuyo volumen excede los recursos disponibles. Esta población entra en un rango de personas en riesgo de pobreza que impide que puedan acceder a otro tipo de recursos que los que disponen los Servicios Sociales Comunitarios a través de sus oficinas por Distritos. La demanda procede de la valoración y demanda de sus usuarios-as, y a través de la oportuna coordinación derivación al Programa Afronta los usuarios-as no encuentran trabas en su itinerario, acogida y seguimiento entre recursos.

En esa línea se presenta este proyecto de atención psicológica ofrece una atención psicológica especializada a los y las usuarios-as, y se lleva a cabo un trabajo y proceso terapéutico con ellos-as.

OBJETIVOS:

- Analizar con las familias la situación padecida, cuál es el momento actual y qué podemos hacer en el futuro inmediato al respecto.
- Aliviar el sufrimiento emocional padecido por la población.
- Facilitar el acompañamiento a las personas para poder afrontar sus dificultades individuales o familiares, sobre todo en familias con perfiles vulnerables.
- Incrementar la incorporación de recursos a la vida cotidiana, tales como habilidades en el trato y relaciones sociales, gestión de conflictos de forma positiva, manejo del estrés, desarrollo de estrategias adecuadas frente a los problemas o dificultades, evitar la cronificación de las mismas, etc.
- Facilitar espacios grupales y de ayuda mutua para poder expresar la experiencia de vida.
- Potenciar recursos, habilidades y capacidades de afrontamiento ya existentes y proporcionar nuevos si fuera necesario.
- Conocer con qué recursos propios cuentan para afrontar la nueva situación y cómo afrontar algo similar si se volviera a repetir.
- Identificar y trabajar los cambios emocionales a nivel individual y/o familiar ocurridos durante y posteriormente a la pandemia.

Las previsiones para el 2023 es atender a unos 60 usuarios dentro del programa Afronta.

ACTIVIDADES:

Después de unas sesiones previas de evaluación psicosocial, que nos permitan evaluar a la persona y al sistema familiar, trabajaremos desde dos tipos de intervención:

1) Psicoterapia individual, familiar y de pareja en sesiones de 1 hora a la semana en el que trabajaremos:

- Ayudar a reflexionar sobre los recursos personales, familiares y sociales existentes y poner en marcha en beneficio del afrontamiento.
- Acompañar en la elaboración de duelo.

- Aliviar el sufrimiento y la ventilación emocional.

 - Ayudar a elaborar las vivencias traumáticas y las consecuencias del confinamiento.
 - Acompañar en el significado dado a la situación de emergencia +
- 2) Terapia de grupo en sesiones de 2 horas semanales que abordaremos con las siguientes metas:
- Acompañamiento: sentirse comprendido, acompañado y validado.
 - Facilitar mejor gestión de la ansiedad y de emociones desagradables en general (tristeza, enfado, miedo, frustración).
 - Propiciar un espacio de apoyo, reflexión y aprendizaje en el afrontamiento.
 - Compartir la experiencia personal de cada uno ante la situación que vive
 - Favorecer el autocuidado desarrollando las habilidades de autoayuda y comunicación.
 - Valorar el estilo de afrontamiento y reestructurar en caso de invalidar el estado psicológico.

En Las Palmas de Gran Canaria a 14 de diciembre de 2022