

# MEMORIA DE ACTIVIDADES PREVISTAS 2022



**FUNDACIÓN FORJA**  
A D I C C I O N E S

---

## *Introducción*

---

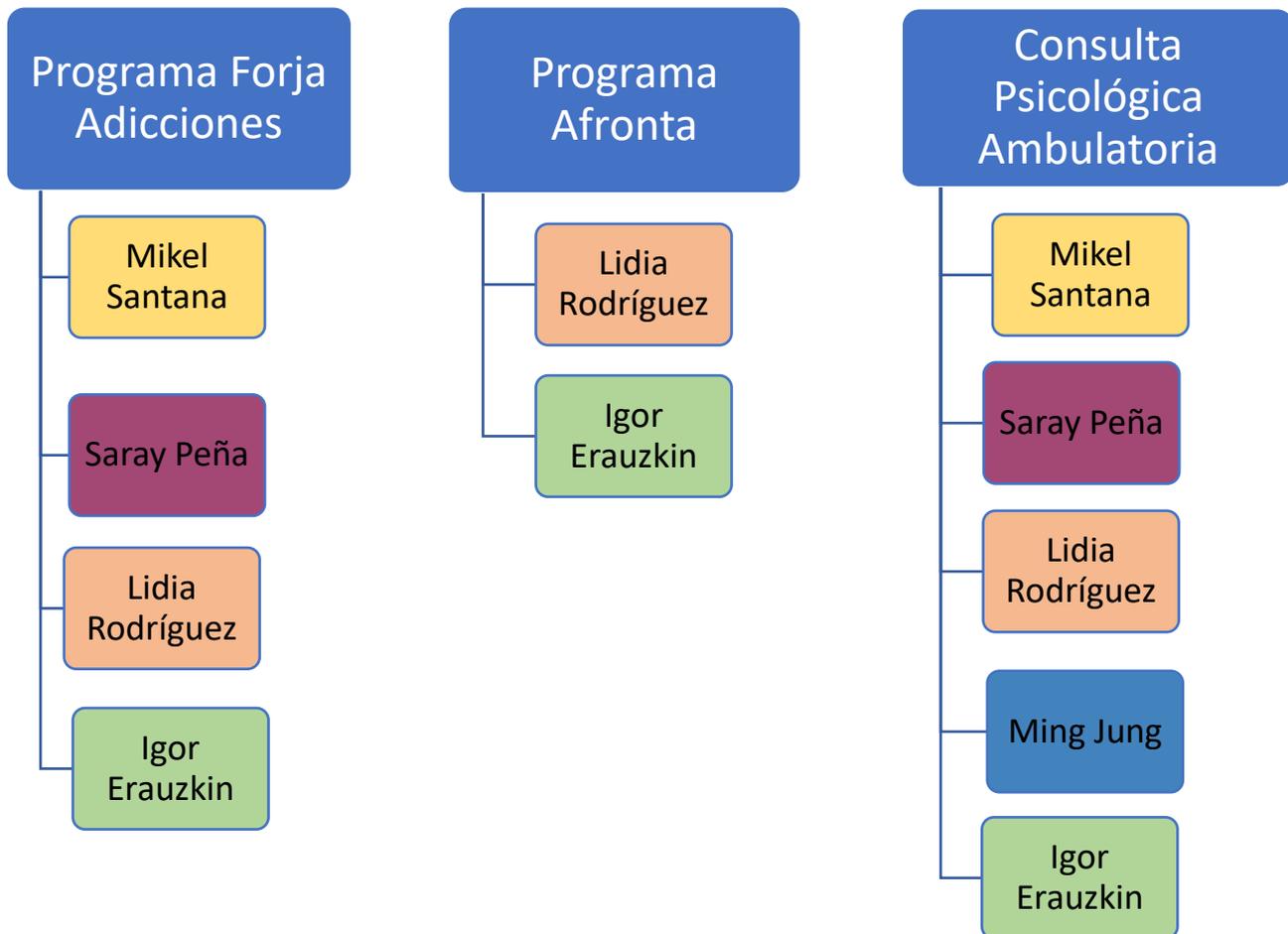
De cara al año 2022 hay cambios en lo relativo a la composición del equipo terapéutico con motivo de la baja maternal y posterior excedencia de una de las psicólogas que nos ha llevado a una reestructuración de algunas áreas y que finalmente quedará como se expondrá a continuación.

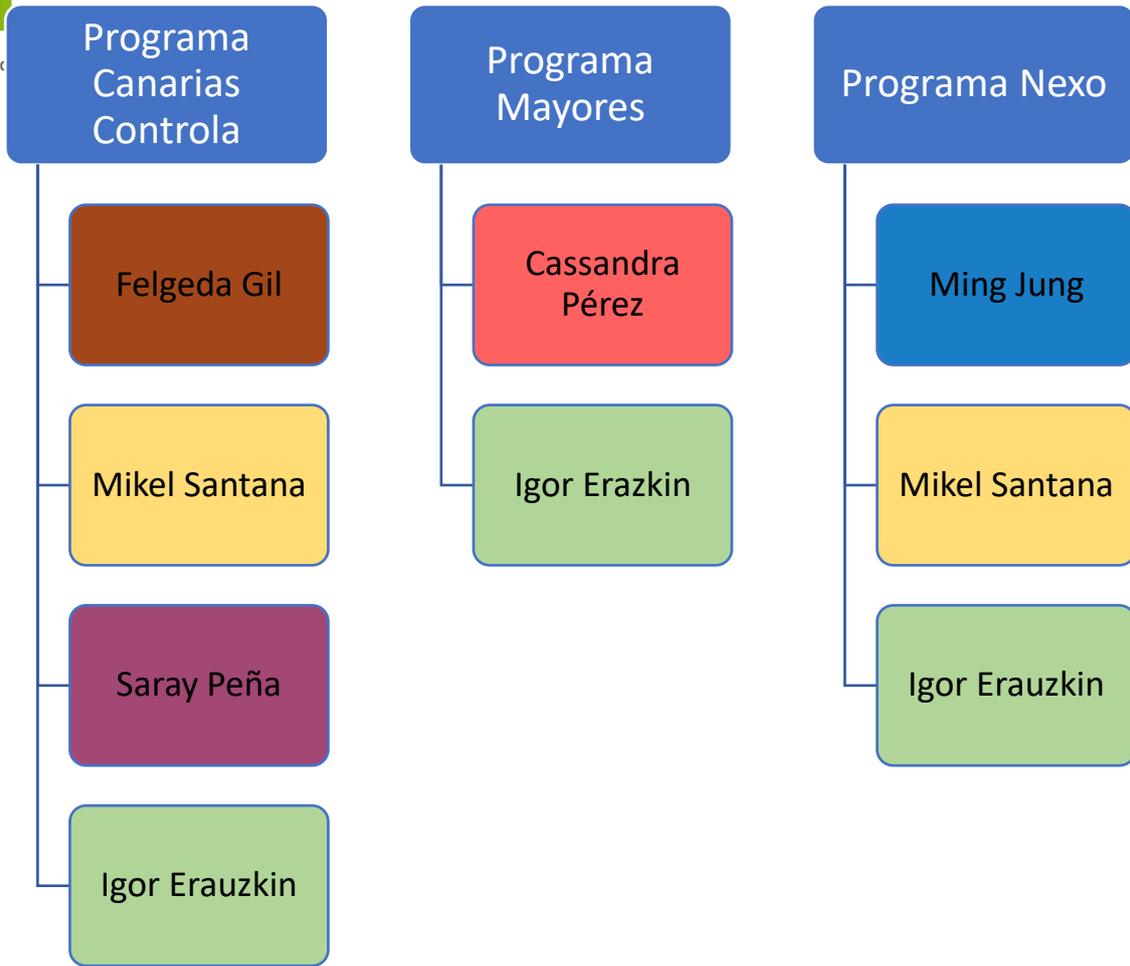
En cuando a los programas, seguimos con nuestros 6 programas con algunos cambios relativos a las entidades derivantes de los usuarios, en el caso del Programa Afronta, así como en el Programa de Mayores donde los cambios son también relativos a la procedencia de los usuarios que antes eran los del Servicios de Atención domiciliaria y ahora son usuarios de centros de días y mayores en general del municipio. Ambos cambios se han producido por iniciativa del propio ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria, para adaptarlo a las nuevas necesidades que le plantea a la concejalía de Servicios Sociales.

El resto de nuestros programas siguen en la misma línea, con la novedad respecto del 2021 que hemos vuelto a los colegios de forma presencial y la acogida nuevamente ha sido sorprendente, los colegios han respondido como nunca antes a la oferta de charlas, y no solo centros escolares que ya nos conocen de cursos anteriores sino mucho centros escolares a los que no hemos acudido anteriormente. Estamos muy satisfechos con la respuesta en este primer trimestre y ya tenemos una gran cantidad de solicitudes para el próximo trimestre, ya dentro del 2022.

## Cuadro organizativo del equipo para el 2022

### PROYECTOS / EQUIPO TERAPÉUTICO





Igor Erauzkin	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Director Terapéutico</li> <li>• Psicólogo</li> </ul>
Mikel Santana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicólogo</li> </ul>
Saray Peña	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicóloga</li> </ul>
Felgeda Gil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicóloga</li> </ul>
Cassandra Pérez	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicóloga</li> </ul>
Lidia Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicóloga</li> </ul>
MIn Jung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicóloga</li> </ul>

## Equipo Administrativo

Angeles Socorro -  
Atención al  
usuario/Administración

Dunia Rodríguez  
Gerencia

Carmelo González  
Contabilidad

## 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 2022

Para el año 2022, 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, así como el Programa AFRONTA de atención psicológica a personas en riesgo de exclusión social.

## 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: 40 pacientes y sus familias

Financiación:

- Propia a través de cuotas de los usuarios.
- Fundación Mapfre Guanarteme

## 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:  
30 jóvenes y 35 familias

Financiación:

- Fundación Júnguel Sanjuan
- Gobierno de Canarias
- Ayto. Las Palmas de GC
- Fondos Propios Forja

## 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.
- Gobierno de Canarias
- Fundación Mapfre Guanarteme

## Desarrollo de la mente para Mayores

Dirigido a personas de la tercera edad de todos los distritos del Ayto. de Las Palmas de G.C.

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: 50

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: 45 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 2022, prevemos atender a unos 40 usuarios y sus familias en 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 puede 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 2021, 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?**
- **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**

El número de jóvenes al que tenemos previsto llegar durante el 2022 asciende a unos 4.000 y unos 200 adultos/profesores.

## Programa para la Atención Plena y el desarrollo de la mente para Mayores: Mindfulness

Este programa 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

Durante el 2022 el objetivo es llegar a atender a unos 50 mayores de los distintos distritos del municipio de Las Palmas de G.C. Ser 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.

## 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 2022, el objetivo es atender a 30 jóvenes y 35 familias dentro del Programa Nexo.

## PROGRAMA AFRONTA

Nos encontramos en un marco en el que la crisis social y sanitaria ha superado las posibilidades de abarcar la demanda y las necesidades de todos sus usuarios. El Proyecto Afronta se constituye en este marco, como un recurso de intervención psicológica al cual poder realizar la derivación de personas en situación de exclusión y vulnerabilidad, cuya necesidad de apoyo psicológico es detectada a través de la valoración de los técnicos de los Servicios Sociales Comunitarios del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria.

En esta línea se presenta el actual proyecto de atención psicológica que pretende facilitar un recurso de afrontamiento de esta crisis a personas con mayor vulnerabilidad respecto a los recursos personales, familiares y sociales y/o en exclusión social.

### 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 2022 es atender a unos 45 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 10 de diciembre de 2021