

RECURSOS D'ACOMPANYAMENT AL BENESTAR EMOCIONAL I SALUT MENTAL DELS JOVES DEL BERGUEDÀ

Aquest recull pretén facilitar al professorat i els professionals d'acompanyament a joves la recerca de recursos que tenim actius en aquest moment i que poden acompanyar situacions emocionals i de salut mental.

SERVEI	DESCRIPCIÓ	VIA D'ACCÉS	UBICACIÓ	CONTACTE
SALUT				
CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA (CAP)	L'Equip d'Atenció Primària (EAP) és el conjunt de professionals de medicina de família, pediatria, infermeria, auxiliars d'infermeria, odontologia, treball social i d'atenció a la ciutadania que ofereix una atenció integral a la salut des d'una perspectiva multidisciplinària	Per iniciativa pròpia o derivació	CAP Alt Berguedà CAP Berguedà CAP Gironella CAP Puig-reig	Als Centres d'Atenció Primària (CAP) de 8 a 20 h. CAP Alt Berguedà: 938227172 CAP Berga: 938212744 CAP Gironella: 938250321 CAP Puig-reig: 938290542 Per internet 24h: ics.gencat.cat . Urgències (nit, cap de setmana i festius trucar al 061 o CAP Guardiola (24 h) i Hospital de Berga.
PROGRAMA SALUT I ESCOLA	Programa de la Salut pública destinat a joves i adolescents. Una de les principals línies d'actuació és el servei de Consulta Oberta, que implica el desplaçament periòdic de professionals de la infermeria als centre docents.	El porten a terme les infermeres de l'EAP (equip d'atenció primària)	Als centres de secundària	Alt Berguedà - Rosa Vilanova (CAP Guardiola, 938227172) Berga centre - Anabel Lancho/ Carla Pujol (CAP Berguedà, 938212744) Baix Berguedà - Meritxell Alma (CAP Gironella, 938250321)
CENTRES DE SALUT MENTAL INFANTIL I JUVENIL (CSMIJ)	Servei sanitari especialitzat que dona assistència ambulatoria als nens/nenes i adolescents (fins 18 anys) amb problemes de salut mental i/o addiccions de la comarca del Berguedà.	Derivació dels metges d'atenció primària (dels pediatres fins als 14 anys i dels metges de família a partir dels 15 anys)	C/ Quim Serra, 1 de Berga	mjmoreno@althaia.cat 938212744

SERVEI**DESCRIPCIÓ****VIA D'ACCÉS****UBICACIÓ****CONTACTE****ATENCIÓ A LA SALUT SEXUAL I REPRODUCTIVA (ASSIR) – TARDA JOVE**

Espai de consulta per a joves de fins a 25 anys de tota la comarca. Una llevadora aten les consultes sobre relacions sexuals, mètodes anticonceptius, infeccions de transmissió sexual i dubtes sobre la regla, entre d'altres.

Dijous, cada quinze dies, al CAP Berguedà (17 a 19 h) amb o sense cita prèvia. Atenció per Whatsapp 634 755 960

C/ Quim Serra, 1 de Berga

634 755 960
assirbergueda.cc.ics@gencat.cat

PROGRAMA DE BENESTAR EMOCIONAL I SALUT COMUNITÀRIA A L'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE SALUT (RBEC)

Els equips d'atenció primària (EAP) incorporen la figura del referent de benestar emocional comunitari. Es tracta d'un professional que desenvoluparà tasques de promoció i prevenció en salut emocional, adreçades als col·lectius que més ho necessiten.

Per activitats comunitàries demanda via mail.
Per intervenció individual per derivació del metge o infermera de referència.

C/ Quim Serra, 1 de Berga

Professional Berga centre
acanadas.cc.ics@gencat.cat
938212744

Professional alt i baix Berguedà
asant.cc.ics@gencat.cat

PROGRAMA PER A LA PROMOCIÓ D'UNA ALIMENTACIÓ SALUDABLE I LA PREVENCIÓ I ABORDATGE DE MALALTIES A L'ATENCIÓ PRIMÀRIA I COMUNITÀRIA

Professional referent en la prevenció i tractament de problemes associats a una mala alimentació. Realitza un treballar en equip i de forma multidisciplinària amb la resta de professionals de l'EAP i en col·laboració amb els equips de salut pública i la comunitat.

Per activitats comunitàries demanda via mail.
Per intervenció individual per derivació del metge o infermera de referència.

C/ Quim Serra, 1 de Berga

mgargallo.cc.ics@gencat.cat
677187262

EL SERVEI ESPECIALITZAT EN SALUT MENTAL I DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL (SESM-DI)

Servei ambulatori especialitzat en Salut Mental per a persones amb Discapacitat Intel·lectual.

Per derivació de:
Atenció primària de salut (CAP) o serveis socials.

Serveis de la xarxa d'atenció a la salut mental (CSMA o altres).

C / Dr. Joan Soler, 1-3 Manresa

938 732 550
ext: 1702

938 742 114 ext:
3189/3190

SERVEI

DESCRIPCIÓ

VIA D'ACCÉS

UBICACIÓ

CONTACTE

CENTRE D'ATENCIÓ I SEGUIMENT DE LES DROGODEPENDÈNCIES (CASD)

El Centre d'Atenció i Seguiment a les Drogodependències del Berguedà ofereix atenció ambulatoria, pública i gratuïta, en l'àmbit de les drogodependències a tota la població de la comarca del Berguedà. Persones majors de 18 anys amb trastorn per consum de substàncies.

Derivació per part de l'Atenció Primària de Salut o Serveis Socials.

Pl. Països Catalans 4, 2-1 de Berga

938212286
casdberga.hsagrat-cor@hospitalarias.es

CENTRE DE SALUT MENTAL D'ADULTS DEL BERGUEDÀ (CSMA)

Ofereix atenció ambulatoria, pública i gratuïta, en l'àmbit de la salut mental a tota la població de la comarca del Berguedà i zona nord del Solsonès, persones majors de 18 anys. Els serveis de salut mental del Berguedà també disposen, a més del CSMA i del CASD, de l'Hospital de Dia d'Adults, del Servei de Rehabilitació Comunitària i del Programa de Seguiment.

Derivació per part de l'Atenció Primària de Salut o Serveis Socials.

Pl. Països Catalans 4, 2-1 de Berga

938212286
csmaberga.hsagrat-cor@hospitalarias.es

EDUCACIÓ

EQUIPS D'ASSESSORAMENT I ORIENTACIÓ PSICOPEDAGÒGICA (EAP)

Recurs multidisciplinari format per pedagogs, psicòlegs i treballador social. Treballen per la millora de la qualitat educativa i per l'atenció a la diversitat de tot l'alumnat.

Dimarts i Dijous de 15.30h. a 18.00h.

Pl. Països Catalans 4, 6-7 de Berga

eap-bergueda@xtec.cat
93 822 05 55

CENTRE DE RECURSOS PEDAGÒGICS (CRP)

Equip que dona suport a l'activitat pedagògica dels centres i a la tasca docent de mestres i professorat, especialment, en temes de formació permanent, de recursos pedagògics i de dinamització de projectes de centre i de la zona.

Pl. Països Catalans 4, 1-6 de Berga

crp-bergueda@xtec.cat
938 214 190

SERVEI

DESCRIPCIÓ

VIA D'ACCÉS

UBICACIÓ

CONTACTE

CENTRE DE RECURSOS EDUCATIUS PER A TRASTORN DEL DESENVOLUPAMENT I CONDUCTA DE CATALUNYA CENTRAL (CRETDIC)

Centre de Recursos amb la funció principal de col·laborar, juntament amb l'EAP amb l'assessorament als centres educatius, per l'atenció educativa de l'alumnat amb dificultats en la regulació de la conducta.

La derivació de les demandes al CRETDIC es realitzen exclusivament a través de l'EAP de referència.

Ctra. de Vic 175-177 de Manresa
Dimarts de 15h a 18h.

93 630 590 ext. 7161 - Pilar Sanlorien Sánchez
a8912517@xtec.cat

PROJECTE RECONNECT-ES. ABORDATGE DE L'ABANDONAMENT ESCOLAR PREMATUR

Projecte que treballa per la reducció de l'Abandonament Escolar Prematur dels joves d'entre 16 a 24 anys. Fent xarxa amb els agents orientadors i socioeducatius del territori i acompanyant des del vessant personal, social, acadèmic i professional per tal que els i les joves iniciïn o continuïn el seu itinerari formatiu.

Els i les joves es poden posar en contacte amb l'educador/a per iniciativa pròpia a través de correu, telèfon o whatsapp si han abandonat els estudis. Si el centre ho considera oportú, pot avisar a l'educadora/a.

Pl. Països Catalans 4, 1r 6 de Berga

677342768 - 938214190
agome174@xtec.cat

UNITAT DE SUPORT A L'ALUMNAT EN SITUACIONS DE VIOLÈNCIA (USAV)

Equip de professionals que fa acollida, atenció i assessorament a qui hi contacta, i que dona suport als centres educatius per a l'activació dels protocols corresponents en relació a les situacions de violència

Per iniciativa pròpia a través del correu i de l'app.

usav.educacio@gencat.-cat
Aplicació informàtica UsApps

PROJECTE "WHAT'S UP! COM VAS DE SALUT MENTAL?"

Aquest projecte aborda l'estigma i la discriminació de manera multifocal als instituts, amb joves de 3r i 4t d'ESO. Es promou la intervenció en primera persona als centres educatius i també s'ofereixen recursos als joves i professionals per millorar el procés de sensibilització en temes de salut mental.

Cal donar-se d'alta en la plataforma www.comvas.org amb rol de docent.

www.obertament.org

Irene Alabau
Responsable de Salut Mental i Estigma a l'Àmbit Educatiu
637 825 962
ialabau@obertament.org

SERVEI

DESCRIPCIÓ

VIA D'ACCÉS

UBICACIÓ

CONTACTE

AULA INTEGRAL DE SUPORT (AIS)

S'adreça a a alumnes amb necessitats educatives especials associades a trastorns mentals greus que necessiten suport integral i intensiu de forma temporal per poder assolir l'equilibri i el benestar personal suficient pel retorn als contextos escolars ordinaris.

Dictamen i/o informe de l'EAP, informe clínic del CSMIJ.

INS Serra Noet

eap-bergueda@xtec.cat
93 822 05 55

COORDINADOR DE COEDUCACIÓ, CONVIVÈNCIA I BENESTAR EMOCIONAL (COCOBE)

Els centres educatius incorporen la figura del coordinador de coeducació, convivència i benestar emocional a l'alumnat, es tracta d'un professional que promou la convivència positiva en el centre, impulsa la coeducació en la comunitat educativa, protegeix l'alumnat davant de situacions de violències i vetlla pel benestar emocional de l'alumnat.

Per iniciativa pròpia

El mateix centre educatiu

La direcció de centre educatiu nomena d'entre el personal docent qui ha d'ocupar aquesta coordinació.

SOCIAL

SERVEI D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A LES DONES DEL BERGUEDÀ (SIAD)

Servei adreçat a les dones de la comarca, que ofereix informació i assessorament a qualsevol necessitat de les dones, especialment les relacionades amb discriminacions de gènere. Inclou atenció psicològica i assessorament jurídic. També s'ofereix atenció i informació als fills i filles de dones en situació de violència masclista.

Per iniciativa pròpia o derivació.

Pg. de la Pau, 45 (entresol)

siad@ccbergueda.cat
938213553 / 617161450

SERVEI D'ATENCIÓ INTEGRAL LGTBI (SAI)

Aquest servei està adreçat a les persones LGTBI, se'ls ofereix assessorament, acompanyament i suport, especialment davant les situacions de discriminació i/o violència per orientació sexual, identitat o expressió de gènere.

Per iniciativa pròpia o derivació.

Pg. de la Pau, 45 (entresol)

sai@ccbergueda.cat
938213553
61961099

SERVEI

DESCRIPCIÓ

VIA D'ACCÉS

UBICACIÓ

CONTACTE

SERVEIS SOCIALS BÀSICS (SSB)

S'hi atén qualsevol persona, família o grup que, en un moment donat, pugui necessitar orientació i suport per atendre les seves circumstàncies especials, tant de manera temporal com permanent, amb una atenció especial a les persones més vulnerables, per motius de precarietat social, dependència, violència, desatenció familiar o altres dificultats.

Per iniciativa pròpia o derivació.

Als ajuntaments de la comarca.

Estan distribuïts a tota la comarca amb 7 equips de treball (Treballadora Social, Educadora Social i Treballadores familiars)

Annabel Vilà
(coordinadora Berguedà)
avila@ccbergueda.cat

SERVEI ESPECIALITZAT D'ATENCIÓ A LA INFÀNCIA I ADOLESCÈNCIA (SEAIA)

El servei d'adreça a tota la població de la comarca del Berguedà de 0-18 anys que estan en una situació de risc o desemparament, així com a les seves famílies. Aquest servei es presta des dels equips d'atenció a la infància i l'adolescència (EAIA).

La forma d'accés és a través dels SSB majoritàriament com també derivat per escola, o altres serveis que coneguin una situació de risc o desemparament.

Pg. de la Pau, 45 (entresol)

eaia@ccbergueda.cat
938213553

SERVEI DE SUPORT A LES FAMÍLIES (SSF)

El servei realitza una tasca de suport i acompanyament a pares en la tasca social i educativa dels infants. Vetllen pel correcte desenvolupament dels infants i adolescents i promoció el seu benestar personal millorant la qualitat de la convivència familiar.

Els serveis socials bàsics prioritzen les famílies que hi poden participar. .

coordinaciossib@sumaracciosocial.cat
664497310

SERVEIS SOCIOEDUCATIU ITINERANT DEL BERGUEDÀ (SSIB)

Es tracta d'un espai educatiu de desenvolupament i creixement personal adreçat a infants de 6 a 12 anys, . En el SSIB es treballen hàbits, límits i normes i es promouen les habilitats socials, l'autonomia personal, l'autoestima i es vetlla per la inclusió mitjançant diferents dinàmiques. També es treballa amb les famílies i la xarxa comunitària.

Els serveis socials bàsics prioritzen els infants que hi poden participar. Les escoles poden fer propostes.

Aquest servei s'ofereix als municipis de Bagà, Gironella, Guardiola de Berguedà i Puig-Reig

coordinaciossib@sumaracciosocial.cat
664497310

SERVEI**DESCRIPCIÓ****VIA D'ACCÉS****UBICACIÓ****CONTACTE****CENTRE OBERT RAMON
M. SERCHS**

Servei preventiu, fora de l'horari escolar, que s'adrecen a infants i adolescents fins a 16 anys, així com a les seves famílies. La seva finalitat és donar suport, estimular i potenciar l'estructuració i desenvolupament de la personalitat, la socialització, l'adquisició d'aprenentatges bàsics i d'esbarjo.

Els serveis socials bàsics de Berga prioritzen els infants que hi poden participar.

HOTEL D'ENTITATS
Carrer Mestre Pedret, 2
(Berga).

centreobert@ajberga.-
cat
Tel. 626 749 319

**OFICINA JOVE DEL
BERGUEDÀ**

L'Oficina Jove del Berguedà es dedica a l'atenció i orientació a persones joves de la comarca

Per accés directe al servei.

Carrer Pere III, 5, Baixos
(Berga)

93 821 35 53
joventut@ccbergueda.cat

**SERVEI D'ACOMPANYAMENT
JOVE**

Servei preventiu, educatiu i d'acompanyament per a joves d'entre 12 i 29 anys i el seu entorn per contribuir en el procés de creixement i el benestar emocional, afavorint la vivència d'una sexualitat positiva, la construcció de relacions sanes i un consum basat en la gestió de plaer i riscos

Per iniciativa pròpia (instituts o l'oficina jove).
Atenció per Whatsapp

Als instituts de la comarca i a les tardes servei de dinamització juvenil als municipis de Bagà, Gironella i Puig-reig

acompanyamentjove@ccbergueda.cat
674 79 45 38

MEDIACIÓ COMUNITÀRIA

Servei que facilita espais de diàleg perquè les persones prenguin el protagonisme en la gestió dels seus conflictes, amb el suport i l'acompanyament del mediador/a. Treballa als centres educatius des de la vessant preventiva (formació a professorat) com també quan cal ja una intervenció (alumnat, famílies i professorat)

Per iniciativa pròpia o per demanda del centre, família o alumnat.

Consell Comarcal del
Berguedà
C/Barcelona, 49
Berga

93 821 35 53
mediacio.ccbergueda@gmail.com

SERVEI

DESCRIPCIÓ

VIA D'ACCÉS

UBICACIÓ

CONTACTE

ESPAI SITUA'T

Ofereix informació, orientació i acompanyament sobre qualsevol aspecte relacionat amb la salut mental tant per la població en general, com per a persones amb un diagnòstic i/o els seus familiars. Actua com a referent de tot el procés, vinculat al moviment associatiu del territori i directament en contacte amb els professionals de la xarxa sanitària.

Per iniciativa pròpia.

Plaça Europa, 3 de Berga

669 02 41 39
bages@activatperlasalutmental.org

OCELL DE FOC

Programa de sensibilització prevenció i acompanyament de la salut mental i el benestar emocional dels joves de 16 a 30 anys. Amb un enfocament comunitari per promoure les aliances territorials i enfortir el teixit associatiu posant la mirada als joves.

Per iniciativa pròpia o derivació

623519819
ocelldefocosonabergueda@horitzobergueda.org

SPOTT

El servei SPOTT és un servei orientat a adolescents i joves de 12 a 17 anys per tractar addiccions primerenques en substàncies i pantalles. El servei disposa d'un treballador social i una psicòloga clínica per tractar de forma socioeducativa el i la jove i el seu entorn, l'addicció i les seves causes. És un servei que acompanya i assessora joves, famílies i professionals.

Contacte i derivació via e-mail per concertar cita

Oficina Jove del Berguedà

agrimau@ccbergueda.cat

REFERENTS EMANCIPACIÓ I INCLUSIÓ JUVENIL

Equip que dona suport a joves d'entre 17 i 29 anys que es troben en situació de vulnerabilitat. Fem un acompanyament en els àmbits de la seva vida que els puguin preocupar per tal de facilitar el seu projecte de vida i garantir els seus drets de ciutadania i, la seva inclusió activa al territori.

Derivació per part de Serveis Socials /altres agents de la comunitat que facin suport a joves en situació de vulnerabilitat / per iniciativa pròpia.

Carrer Pere III, 5 baixos (Berga)

acasals@ccbergueda.cat
cramon@ccbergueda.cat

Podeu consultar altres recursos (entitats de familiars, de suport a la inserció laboral,...) a la [GUIA DE DIVERSITAT FUNCIONAL](#)

ALTRES RECURSOS DISPONIBLES EN LÍNIA

<https://jovecat.gencat.cat/ca/actualitat/noticies/detalls/Noticia/obro-feel>

<https://gestioemocional.catsalut.cat/>

<https://www.adolescents.cat/consultori/>

<https://ajuntament.barcelona.cat/sanitatisalut/ca/canal/cabas-emocional>

<https://www.diba.cat/es/web/fem-tec/materials>

<https://www.diba.cat/es/web/spott>

<https://drogues.gencat.cat/ca/inici/>

<https://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/salutescola/psec/benestaremocional/>

<https://www.totok.cat>

TELÈFONS D'INTERÈS

INFÀNCIA RESPON - **116 111**

EMERGÈNCIES MÈDIQUES - **061**

PREVENCIÓ DEL SUÏCIDI - **024**