MULTIPLICANDO SALUD

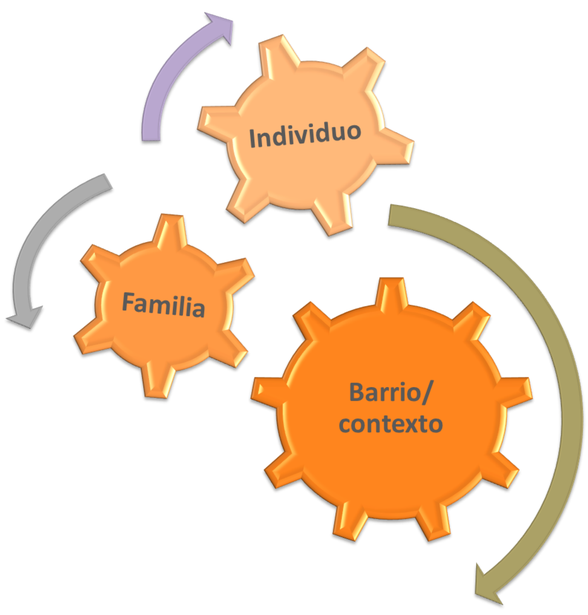
Participación por el cambio

“De eso se trata, de coincidir con gente que te haga ver cosas que tú no ves. Que te enseñen a mirar con otros ojos"
Mario Benedetti

Desde 2009 vemos las consecuencias de una grave crisis económica, que afectan directamente en la salud y el bienestar: riesgo de pobreza, desigualdades y Exclusión social van en aumento. El impacto (privación material, falta de expectativas, percepción de inutilidad, falta de autoestima…) produce un deterioro en la salud (cambios en el estado de ánimo, ansiedad, desesperanza, conductas poco saludables, auto líticas…) que suponen aumento de demanda médica, de medicación y percepción de mala salud. De ahí la necesidad de generar **espacios de encuentro grupales y comunitarios** donde las personas, de todas las edades y características socioculturales, puedan tratar sus dificultades y alegrías. Mantenemos sesiones quincenales de dos horas de duración.

OBJETIVOS MULTIPLICANDO SALUD

- Mejorar el bienestar social de las personas participantes
- Aumentar el tejido social evitando situaciones de aislamiento



CARACTERÍSTICAS DEL GRUPO:

ABIERTO A TODA LA POBLACIÓN (no perfil concreto).
ACCESO PÚBLICO Y GRATUITO (iniciativa propia o derivación).
DISPOSITIVO DE PROXIMIDAD, en el barrio / distrito.
COMUNITARIO (participación directa y enlace entre participantes, profesionales / servicios y territorio, en el diseño y gestión).
CONDUCCIÓN HORIZONTAL, Participantes como protagonistas.
FLEXIBILIDAD para tratar cualquier dificultad / problemática.
DE CONTINUIDAD, recurso en funcionamiento todo el año.
EN RED, coordinación, participación y en contacto con el resto de agentes, profesionales, plataformas del territorio.

Desde 2013 Multiplicando Salud está en **Madrid y Barcelona**. Podemos destacar:

- Desde septiembre 2016 hasta la fecha han pasado **más de 400 personas,** con una media de **25 personas por sesión**.
- Se ha conseguido crear y consolidar una **matriz grupal** (el 70% acude a más de cinco sesiones, el 60% más de diez).
- El **75% acude derivada de otros servicios**, siendo el 25% por iniciativa propia.
- A través de encuestas de satisfacción se recoge que al **90% les parece útil, el 100% nota mejoría y lo recomendaría**.
- **Principales temas tratados:** relaciones, miedo, soledad, toma de decisiones, formas de cuidar, límites…
- Se observa una mejoría en: **Aumento en la capacidad de escucha, INSIGT, responsabilidad del propio malestar, ruptura del aislamiento, construcción de narrativas diferentes y aumento de la seguridad y confianza.**

Desde 2014 se realiza la formación de **Experto en “Intervenciones Grupales Multifamiliares en contextos sociales, educativos y sanitarios”** en colaboración con el Centro de Terapia Interfamiliar de Elche.

Multiplicando Salud funciona como un laboratorio natural que demuestra que las personas no están solas.
A través de la propia participación activa en este proceso de interacción grupal se posibilita la recuperación y mejora de las personas. **La comunidad debe ser la protagonista de sus transformaciones**.

ASOCIACIÓN BIENESTAR Y DESARROLLO (ABD)
Web: abd-ong.org
Contacto: abdmadrid@abd-ong.org / 91 297 64 82

facebook.com/abd.ong
Twitter.com/abd_ong

Carmen Calafat Siquier. Directora Área de Infancia y Familia ABD
Laura Piñeiro Sanz. Directora ABD Madrid y coordinadora CAF-1
Carolina Torralbo Muñoz. Coordinadora Multiplicando Salud ABD.