

PROYECTO HUMANS

Organización (nombre y dirección)

Asociación La Sonrisa de Melania. C/Cedrón n 24 B-I, Málaga 29003

Persona de contacto (nombre y apellidos, teléfono y mail)

Ohara Arrebola López.

Teléfono: 665087410.

Correo: ohara@lasonrisademelania.es

Título del proyecto; conciso. En Tipo Oración (no se admitirá títulos en mayúsculas), sin abreviaturas.

Nos importa tu salud emocional.

Autores (máximo 10) :

Ohara Arrebola López

Jaime Gómez-Millán Barranchina

Bella Isabel Pajares Hachero.

Inmaculada Pozuelo Benítez.

Efrén Arrebola López.

Javier López Padilla.

Manolo Orantes Maldonado.

**Área temática a la que se presenta: ÁREA TEMÁTICA 2.
PROCESOS SOCIOSANITARIOS ENFOCADOS A LA PERSONA**

Resumen ejecutivo del proyecto (máximo 500 palabras):

Somos una asociación **sin ánimo de lucro** formada por profesionales de muy diversas áreas: sanidad, educación, empresa, medios de comunicación, entre otras. Somos la asociación *La Sonrisa de Melania*.

Nuestra misión es acompañar a las personas que se encuentran en situaciones en las que se sienten indefensas y desbordados por emociones que le generan caos y sufrimiento, apoyándoles emocionalmente, ya sea en una enfermedad, en crisis personales, en embarazo, en el proceso de educación de los hijos o en el duelo, entre otras, y compartir con ellas algunas herramientas terapéuticas que favorecen el bienestar, la paz, la salud física, mental y emocional, siempre desde el diálogo y la escucha.

Estamos dirigidos a toda la población en general, pero tras nuestra experiencia en estos 4 años, nuestra actuación ha sido principalmente:

- Personas con procesos oncológicos derivados de unidades oncológicas de los Hospitales y Centros de Salud de Málaga.

- Familiares de personas con enfermedad para asesorar y acompañar el proceso.
- Personas con sufrimiento por diferentes situaciones personales que necesitan apoyo emocional y asesoramiento. Ejemplos: Embarazos, situaciones laborales etc.
- Personal sanitario, sobre todo, después de la situación de pandemia que hemos sufrido.
- La población infantil, ofreciendo herramientas para aprender atención plena para mejorar la concentración, el autocontrol y el bienestar emocional.

Propuesta para la descripción y desarrollo de la candidatura presentada (máximo 3500 palabras):

Justificación:

A lo largo de la vida, nos encontramos situaciones donde la gestión y el afrontamiento emocional es muy importante.

En el ámbito sanitario, la vulnerabilidad de las personas es evidente y consideramos la necesidad imperiosa de cubrir las necesidades emocionales, así como la humanización del sector, para que tanto en el sanitario como el usuario consiga bienestar, paz, salud física, mental y emocional.

En el ámbito escolar, el control cognitivo y la concentración pueden ser más decisivos para la vida de un niño que su coeficiente intelectual, por lo que creemos que es importante incidir en la gestión de emociones.

Planificación y/o cronograma, enfoque:

Desde el primer momento, centramos en la ayuda al individuo organizando actividades grupales y asistiendo de forma individual a aquellos que lo necesitan.

En estos 4 años de recorrido hemos organizado charlas y talleres, junto a consultas de atención al individuo.

Hoy día disponemos de consulta de psicoterapia individual, al igual que de acupuntura. También tenemos terapias grupales. En este momento, disponemos de dos. Uno de ellos es para personas que están o han pasado por un proceso oncológico, y otro no oncológico. Ambos son quincenales y se realizan en el Hospital Clínico Virgen de la Victoria. Sala cedida por la Unidad de Radioterapia oncológica.

En el ámbito escolar realizamos un proyecto que llamamos: "El búho Ramón nos enseña respiración". En él entregamos 21 audios para realizar antes de empezar la jornada escolar y al regreso del recreo. Consiste en ejercicios de respiración y atención plena que realzarán durante esos 21 días seguidos, con el fin de que conozcan la herramienta y creen hábito.

Durante el año organizamos charlas y talleres que nos parece interesantes para el individuo en temas sanitarios, emocionales y espirituales.

Para este primer trimestre del año tenemos planeados:

30 enero: ¿Cómo conocer y alcanzar tu propósito de vida? Por Avi Hay, guía internacional de meditación.

13 febrero: ¿Por dónde empezar? ¿Qué puedo hacer por mí? Por Ana Martínez, psicóloga especializada en el acompañamiento oncológico.

15 marzo: Cambiar la mirada para transformar mi vida. Por Ana Martínez, psicóloga especializada en el acompañamiento oncológico.

17 mayo: Cómo reconocer y gestionar mis emociones. Por Ana Martínez, psicóloga especializada en el acompañamiento oncológico.

11,18,25 abril y 2 mayo: Taller de duelo. Cristina Vázquez, especializada en atención al duelo.

Desarrollo y ejecución:

Desarrollamos el proyecto un grupo de profesionales de diferentes ámbitos.

En el equipo directivo hay profesionales del ámbito sanitario, de ingeniería, publicidad y derecho.

En el equipo de trabajo y atención al usuario hay un médico Radioterápico oncológico, un psicólogo clínico especializado en atención a paliativo y una enfermera gestora de casos.

Las consultas y espacios donde realizamos nuestra labor son cedidos por entidades y personas de forma altruista.

Disponemos de un local cedido en C/Cedrón n 24 Málaga 29003.

También tenemos cedido la sala de la Unidad de Radioterapia Oncológica del HVV de Málaga, como anteriormente ya hemos comentado.

Por último, las charlas y talleres las realizamos en la sala de ámbito cultural de El Corte Inglés de Málaga o en la Biblioteca Municipal de Málaga.

Despliegue:

Disponemos de una red de personas para la divulgación de nuestra labor.

Además, las unidades de oncología de los Hospitales de Málaga y Centros de Salud derivan usuarios.

A todo ello, se suma el uso de RRSS y eventos para que conozcan nuestra labor.

Resultados:

En los 4 años de recorrido hemos atendido a más de 400 personas en todas las actividades que hemos ofrecido.

Hay que destacar que, durante la pandemia, realizamos vía online sesiones de meditaciones y seguimiento telefónico cuyo aforo fue muy importante.

Durante el año 2022, hemos tenido más de 100 consultas individuales.

Los talleres y charlas que hemos ofrecido han completado aforo y el grupo de Wasap y Telegram donde proponemos meditaciones semanales está formado por unas 140 personas.

Este año pasado hemos acudido a colegios para realizar el reto de 21 días y continuaremos en colaboración con las enfermeras escolares.

Evaluación y revisión:

Todos los años tenemos, al menos, una asamblea para la realizar el seguimiento y la puesta en común de la actividad anual, así como nuevas propuestas.

El abordaje del individuo en las diferentes etapas de la vida, tanto a nivel individual como grupal, incorporando, además de la psicoterapia, herramientas que la complementan y con carácter científico como es Mindfulness, meditación y acupuntura, proporcionan al individuo un apoyo importante y necesario en el proceso que está viviendo.

Para la evaluación de los resultados realizamos encuestas de satisfacción y testimonios.

Divulgación:

Contamos con página web, además del uso de RRSS (Facebook e Instagram), además de newsletter, para la divulgación de las actividades, talleres y novedades que ofrecemos.

Realizamos también eventos a lo largo del año para dar a conocer.

Nivel de aplicabilidad:

La misión de la asociación es el abordaje de la necesidades emocionales y espirituales del individuo, faltándole a todo aquel que lo necesite, el acudir y beneficiarse de unas prestaciones.

Enlaces y anexos (máximo 2 Paginas)