

FUNDACIÓ ARED



Seu social: Barcelona

Àmbit geogràfic: Autonòmic

Forma jurídica: Fundació

- 41 persones treballadores
- 1 persona treballadora pertanyent a col·lectius en risc d'exclusió social
- 48 persones voluntàries
- 80 persones sòcies

Nombre actual de persones ateses

- 42 a serveis a persones dependents o amb discapacitat
- 22 a serveis específics vinculats a l'àmbit de l'execució penal
- 1289 a serveis a d'altres col·lectius en situació d'exclusió social

www.fundacioared.org

Breu història de l'organització

Ared neix el 1994 al taller de confecció de Wad-Ras: el Centre Penitenciari de Dones de Barcelona. La fundadora Teresa Rodríguez va iniciar el projecte de la mà de cinc dones privades de llibertat i alumnes d'un curs de confecció, amb l'objectiu d'oferir-los formació i una nova oportunitat de vida.

L'any 1998 l'expansió i la consolidació d'Ared com a entitat dedicada a la inserció sociolaboral va permetre l'homologació com a centre col·laborador del Servei d'Ocupació de Catalunya. L'any 2001 va representar un canvi organitzatiu amb la transformació d'Associació a Fundació i l'adquisició d'un local, que és l'actual seu social. L'any 2006 va significar un pas endavant en l'expansió d'Ared donat que vàrem crear l'empresa d'inserció denominada Salta i el 2021 es va incorporar un Centre Especial de Treball. L'any 2019 vam celebrar el nostre 25è aniversari rebent la Creu de Sant Jordi a tota la nostra trajectòria.

Actualment, en el moment que complim 30 anys, Ared ha evolucionat per poder donar resposta a les creixents demandes, especialitzant-se en els col·lectius socials més vulnerables: dones privades de llibertat, dones víctimes de violència de gènere, dones amb Fibromiàlgia, persones desocupades, persones migrades, etc. En aquest temps hem atès a més de 17.000 persones i hem aconseguit més de 6.500 insercions laborals.

Missió

La missió és acompanyar persones en alt risc de vulnerabilitat, majoritàriament dones que

provenen de serveis socials o centre penitenciari, perquè aconseguixin la plena integració a la societat. Ho fem fomentant la seva autonomia a través de la formació i l'acompanyament integral, que permeti la incorporació al mercat laboral. Inclusió, integritat, il·lusió, innovació i implicació són els nostres valors.

Descripció de l'activitat

L'activitat està centrada en el desenvolupament de programes que impulsin l'autonomia de les persones en situació de vulnerabilitat i fomentin la seva ocupabilitat. Els principals àmbits d'actuació, més enllà de l'acompanyament socioeducatiu i la inserció laboral són: Dona-Salut, Dona-Igualtat i Dona-Formació. Actualment portem a terme les següents activitats:

- FOAP: Formació Ocupacional en Àrees Prioritàries
- FEM CAMÍ: Acompanyament integral a dones que pateixen Fibromiàlgia
- DONA UN PAS: Acompanyament a dones víctimes de violència masclista

- AVANÇAT AL TEU FUTUR: Integració sociolaboral dirigida a persones en situació de vulnerabilitat
- PUNTADES DE LLIBERTAT: Acompanyament socioeducatiu a dones privades de llibertat
- AMB TU I PER TU: Acompanyament socioeducatiu per a persones en situació i/o risc de vulnerabilitat.
- MILLORA DEL BENESTAR: Servei menjador, lots d'aliment i ajudes econòmiques dirigides a famílies en vulnerabilitat
- INCORPORA: Inserció sociolaboral dirigida a persones en situació de risc d'exclusió social.
- REINCORPORA: Inserció sociolaboral dirigida a persones privades de llibertat
- PFI: Punts Formatius Incorpora
- ORIENTA: Programa d'orientació laboral
- Programa LÀBORA

DESCRIPCIÓ DE LA INICIATIVA PROPOSADA

ACOMPANYAMENT INTEGRAL A DONES AFECTADES PER FIBROMIÀLGIA PER LA MILLORA DEL SEU BENESTAR EMOCIONAL I LA SEVA EMPLEABILITAT

Breu descripció

La iniciativa FEM CAMÍ ofereix un acompanyament per a dones afectades per la Fibromiàlgia perquè guanyin benestar emocional i eines per afrontar oportunitats laborals. Des de l'inici, atenem des d'un vessant 100% personalitzada i ens adaptem a les necessitats i l'experiència vital de la persona. El projecte planteja apoderament, atenció i acompanyament a un col·lectiu altament vulnerable i invisible que facilita la seva recuperació biopsicosocial, la cerca del seu propòsit vital, la seva inserció sociolaboral i el manteniment d'un lloc de feina, fets que repercuteixen directament sobre una millora en el seu estat general de salut. Per aconseguir aquest objectiu, duem a terme actuacions individuals i grupals adaptades a les necessitats de cadascuna de dones ateses.

Un factor característic de la iniciativa és la proposta de participació en sessions magistrals, conduïdes per professionals experts/es de la salut, de l'orientació laboral i altres temàtiques amb les quals les participants tenen un doble guany, nodrir-se de continguts que van més enllà de l'ocupabilitat i obtenir un espai on compartir vivències i emocions, creant una sensació de grup i pal·liant un malestar emocional present en totes.

La iniciativa exerceix el paper de tractament coadjuvant vital per a la millora de la seva qualitat de vida, ja que les dota d'eines per adaptar-se a la malaltia i a la capacitat de reeducació d'hàbits que s'ajustin a les necessitats pròpies de cada moment.

El nostre projecte s'ha construït pensant a atendre anualment a grups de 40 a 60 dones amb Fibromiàlgia. D'ençà que la iniciativa es va impulsar l'any 2018, s'ha aconseguit atendre a 254 persones afectades (la gran majoria dones).

Amb la millora del benestar emocional, val a dir que s'afavoreix indirectament a les famílies de les participants, en especial a menors i persones en situació de dependència que puguin estar a càrrec seu.

Aportació de valor de la iniciativa

Hem treballat amb un 95% de les participants en risc d'exclusió social, sent l'objectiu principal afavorir la millora de la salut, del benestar emocional i la integració sociolaboral.

Arran de la COVID-19, vam implementar un model híbrid, telemàtic i presencial que ha resultat molt efectiu per les característiques de les participants.

Hem incorporat el Test Ryff de benestar psicològic (qüestionari de 29 ítems en una escala tipus Likert de l'1 al 6) que mesura 6 dimensions: Autoacceptació, Relacions positives, Autonomia, Domini de l'entorn, Creixement personal i Propòsit vital. Fem una passació al principi i a mitjans del procés que ha resultat en el fet que el 80% de les participants milloren de manera significativa el seu benestar emocional.

Es genera una considerable quantitat de sinergies, col·laboracions, canvis d'observació i sensibilitat cap a la malaltia i les persones que la pateixen. Aquest factor ha afavorit la consolidació d'una iniciativa tan pionera.

Necessitat a la que respon

La iniciativa aborda diversos reptes socials associats a les condicions de salut, oferint un acompanyament integral més enllà de l'àmbit mèdic: manca de comprensió, aïllament estigmatització, desafiaments emocionals i psicològics, dificultat per participar en activitats socials i laborals o necessitat d'autogestió de la seva salut.

La Fibromiàlgia, una Síndrome de Sensibilització Central, afecta un 2-5% de la població, predominantment dones. Representa el 6% de les consultes mèdiques generals i el 20% en reumatologia a Espanya. El 90% de les pacients experimenten alt dolor emocional. El diagnòstic genera solitud, desprotecció i en més del 30% depressió, estrès psicològic, ansietat o fòbies. Hi ha una reducció en les activitats diàries, d'oci i físiques, especialment en l'àmbit laboral.



El cost anual de medicaments per a Fibromiàlgia a Espanya és 15-22 vegades major que el de pacients convencionals. El diagnòstic comporta repercussions laborals, com incapacitat de treballar i necessitats d'adaptacions. A Catalunya, respecte a aquest col·lectiu, hi ha una mitjana de 21 dies de baixa laboral, amb el 30% rebent pensions per incapacitat permanent. A Espanya, el 43% de pacients avaluats no treballa, el 77% havia treballat abans i el 67% va interrompre l'activitat laboral per la malaltia. La incomprensió afecta la permanència en el treball, amb queixes sobre la falta d'informació i sensibilitat per part de caps i gerents, portant a no revelar la malaltia per por a l'acomiadament.

Principals objectius assolits

La iniciativa planteja l'apoderament, atenció i acompanyament a 60 dones diagnosticades amb Fibromiàlgia per aprendre estratègies per gestionar els desafiaments emocionals associats amb la malaltia facilitant la seva recuperació biopsicosocial, la cerca del seu propòsit vital, la seva inserció sociolaboral i el manteniment d'un lloc de feina, fets que repercuteixen directament sobre una millora en el seu estat general de salut.

Objectius específics de la iniciativa són:

- OE1. Augmentar l'autoconeixement, l'autoestima i la seguretat personal, el suport social i el
- benestar emocional i físic de les dones ateses.
- OE2. Orientar laboralment a les dones ateses per augmentar les probabilitats d'inserció
- OE3. Informar a les empreses i els/les empresaris/àries, responsables de selecció sobre les
- característiques d'aquest col·lectiu i la necessitat de generar aliances per l'ocupació.
- OE4. Generar oportunitats laborals
- OE5. Incrementar el coneixement existent sobre metodologies d'abordatge integral i els seus impactes sobre els efectes de la Fibromiàlgia al benestar psicològic i social de les dones ateses.

Principals resultats obtinguts

Abordar la intel·ligència i benestar emocionals, no només millora la qualitat de vida, sinó que també les prepara millor per integrar-se al mercat laboral d'una manera més equilibrada i exitosa. Si tenim en compte els resultats de l'última edició del 2023 on van participar 42 dones, els resultats van ser els següents:

- El 80% milloren de manera significativa els seus nivells de benestar emocional segons l'escala del Test Ryff de benestar psicològic: Autoacceptació, Relacions positives, Autonomia, Domini de l'entorn, Creixement personal i propòsit en la vida. L'única dimensió sense una millora estadísticament significativa és la del Domini de l'entorn. Aquesta dada ens enfoca sobre l'àrea de millora o la creació d'una nova iniciativa enfocada a treballar aquest aspecte.
- El 30% ha aconseguit reduir la medicació que habitualment prenia.
- S'ha aconseguit en el 100% de les que eren inseribles, un apoderament laboral acompanyant-les a trobar el seu objectiu laboral i un pla d'acció.
- S'ha aconseguit crear un entorn de suport social on han pogut compartir experiències, informació, recursos i obtenir suport mutu.
- S'han cercat 35 ofertes de feina adaptades a les necessitats.
- El 52% han tingut com a mínim una entrevista de feina.
- S'han realitzat 430 hores d'intervenció en sessions individuals (mitjana de 10 hores per persona) i 157,5 hores d'accions grupals.
- S'han aconseguit 9 insercions (21%) i 14 contractacions (una mateixa persona contractada més d'una vegada)

Abast de l'experiència

Tot i que gran part de la iniciativa es desenvolupa a les instal·lacions de la Fundació Ared (C/Zamora,103-105, baixos) concretament al Districte de Sant Martí, barri de la del Parc i la Llacuna del Poblenou, les beneficiàries venen derivades d'Hospitals de Barcelona i Serveis Socials de Barcelona Ciutat i de les poblacions limítrofes de l'Àrea metropolitana. Per tant, el projecte té un abast a tots els districtes: Ciutat Vella, Eixample, Gràcia i Park Güell, Horta-Guinardó, Les Corts-Pedralbes, Nou Barris, Sant Andreu, Sant Martí, Sants-Montjuïc i Sarrià-St. Gervasi. A més també té incidència a les poblacions de Santa Coloma de Gramenet, Badalona, Sant Adrià del Besòs, Hospitalet de Llobregat, Cornellà de Llobregat, Esplugues de Llobregat i Sant Joan Despí.

Persones implicades en l'experiència:

Treballadores: 4

Ateses: 254

Voluntàries: 7



Principals factors clau d'èxit

Els factors clau recauen en un enfocament holístic, flexibilitat en el plantejament, adaptació a necessitats específiques del col·lectiu diana, i centrar-se a proporcionar suport emocional, estratègies de maneig del dolor, orientació laboral i possibilitat d'adaptar l'entorn laboral per assegurar millor qualitat de vida i èxit en l'àmbit laboral:

- La possibilitat de compartir experiències amb altres dones amb Fibromiàlgia pot ajudar a alleujar l'aïllament i l'estrès emocional que acompanya la malaltia
- Ensenyar tècniques de maneig del dolor, com control d'estrès, relaxació, fisioteràpia i meditació, ajuda a millorar la qualitat de vida i reduir símptomes
- Proporcionar orientació laboral específica per ajudar-les a trobar feina que s'ajusti a les seves limitacions físiques i emocionals i assessorar sobre com comunicar-se amb els ocupadors sobre la seva condició
- Promoure la flexibilitat en els horaris de treball i la possibilitat de treballar des de casa, pot ser essencial per adaptar l'entorn laboral a les necessitats
- Oferir oportunitats de desenvolupament d'habilitats i capacitat per millorar l'ocupabilitat
- Facilitar la creació d'una xarxa de suport on puguin compartir recursos, experiències i consells
- Dur a terme avaluacions periòdiques dels seus progressos i necessitats i ajustar la iniciativa en conseqüència.
- Promoure la sensibilització sobre la Fibromiàlgia i reduir l'estigma associat a la malaltia, per crear un entorn de treball i social més comprensiu.

Dificultats i reptes superats en el desenvolupament de la iniciativa

Les dones amb Fibromiàlgia que hi ha són derivades a la iniciativa presenten les següents dificultats:

- Traumes emocionals o físics, concretament es constata dolor emocional.
- Autoestima molt debilitada.
- Sentiment de soledat i desprotecció.
- Sentiment d'indiferència i incredulitat de les persones que escolten el seu testimoni (xarxa social, professionals de la salut, companys/es de feina, entorn familiar...).
- Sentiment de culpa i ansietat.
- Situació laboral precària.

Per tant, les dones ateses pateixen les conseqüències de la simptomatologia de la malaltia i el curs d'aquesta en forma de brots, el que genera que no sempre es trobin en la situació òptima per participar de les activitats i fer una validació objectiva. Per reduir el biaix de la informació que aporten les participants, plantegem una metodologia flexible pel que fa al disseny, a la planificació de les activitats i a la forma d'accedir als serveis.

Per augmentar les probabilitats d'aprofitament de l'itinerari de les dones amb més dificultats, la iniciativa es nodreix d'un abordatge fet des del coaching, estant present de forma transversal en totes les accions i intervencions que es fan amb les participants i treballat concretament en sessions conduïdes per "Fundación Quiero Trabajo" on les dones reben un assessorament específic de coaching laboral.

Elements innovadors que aporta la iniciativa

Actualment, a Catalunya, no existeix cap altra iniciativa que treballi de forma integral unint la Fibromiàlgia, el benestar emocional i el vessant sociolaboral; a més de la informació del sector empresarial sobre la problemàtica. Actua com a complement dels serveis de salut (unitats d'expertesa i CAPs) de les Administracions Públiques, que com a prescripció social, són principalment les que ens deriven usuàries afectades. Els factors d'innovació en la proposta didàctica són:

- Gamificació a través de diverses activitats ajuda a fer més atractiva la matèria i potencia les competències, coneixements i habilitats. Aprofitar els aspectes motivadors del joc, ajuda a fer que la persona se senti més protagonista en allò que se li proposa i contribueix a augmentar l'èxit del seu repte.

- El KitCo millora l'aprenentatge d'emocions, descobreix els talents i enforteix els valors per augmentar la motivació, la productivitat i la satisfacció. Facilita la presa de decisions i millora la comunicació, així com les relacions interpersonals.
- El coaching és una metodologia que aconsegueix el desenvolupament màxim tant professional com personal, influint positivament en la seva transformació. Té missió d'activar canvis de perspectiva i que augmenti la motivació, la responsabilitat i el compromís. Hem impregnat d'aquesta disciplina parts del material relacionades amb el creixement i canvi personal.

Per acabar, val a dir que el personal que forma part de l'equip d'Orientació i Acompanyament, està immers en una formació contínua que garanteix que la nostra proposta didàctica pugui implementar-se d'una manera professional, seriosa i actualitzada. Busquem en tot moment la innovació.

Factors que permeten la transferència i replicabilitat

La iniciativa no pretén créixer a mitjà termini en nombre de persones ateses, sinó en qualitat d'atenció. El seu objectiu, centrat en el benestar emocional i biopsicosocial, és contribuir cada any, de la manera més individualitzada possible, a assolir aquestes fites en una mitjana d'entre 50 i 60 persones de manera estable distribuïdes en dos grups amb una Tècnica de referència per cadascun d'ells.

Es vol ampliar les intervencions a altres col·lectius, i per això parlem de replicabilitat en lloc d'escalabilitat. El primer projecte on s'ha replicat el disseny al 100% és el d'atenció a víctimes de violència de gènere de la Fundació Ared. Totalment reformulat el 2022, ara suposa una rèplica exacta de la metodologia de treball, però amb aquest altre col·lectiu. Aquesta decisió s'ha adoptat després de compartir la idea i el disseny amb professionals de l'atenció a dones víctimes de violència, i validar que els principis metodològics previstos encaixen amb una projecció d'impacte positiu sobre el seu benestar.

El procediment amb la iniciativa passa per la consolidació estratègica i metodològica d'aquest, així com per la sistematització d'aquesta metodologia. La idea és continuar replicant-ho amb altres col·lectius, però basats sempre en l'evidència empírica. D'aquí la importància de tancar el cicle d'avaluació d'impacte de la metodologia, que permetrà els ajustaments necessaris per millorar-ne les pròximes edicions, i els dissenys de les rèpliques amb la resta de col·lectius.