

TALLER: MALESTARS EMOCIONALS I SALUT MENTAL

1. OBJECTIU DEL TALLER

Donar a conèixer eines per a la promoció del benestar emocional, així com també, eines per a la prevenció i detecció de malestars emocionals a persones en contacte amb adolescents i joves, perquè siguin capaços de brindar assistència i suport a aquells que ho necessitin.

2. POBLACIÓ DESTINATÀRIA

Professionals de la comunitat en contacte amb adolescents i joves com per exemple monitors i monitores del món del lleure, de l'esport, de menjador, vetlladors i vetlladores, dinamitzadors i dinamitzadores juvenils, personal tècnic de joventut, educadors i educadores de medi obert, etc. en contacte amb preadolescents, adolescents i joves.

3. ESPAI DE REALITZACIÓ I DURADA DEL TALLER

El taller es desenvoluparà en l'espai que proporcioni l'ajuntament per realitzar-lo. L'equipament ha de comptar amb ordinador i projector, alhora que taules i cadires pels assistents.

La durada del taller és de 3 hores. El municipi pot acordar amb l'empresa adjudicatària dels tallers l'horari que millor s'adapti a la seva organització.

4. TIPOLOGIA DEL TALLER

El taller és actiu i participatiu

5. CONTINGUTS

- Definició de salut mental, estat d'ànim i malestar emocional.
- Característiques evolutives bàsiques de l'etapa preadolescent, adolescent i jove.
- Coneixements bàsics sobre els principals malestars emocionals en aquesta etapa, principals factors de risc i potencials problemàtiques de salut mental del col·lectiu.
- Prendre consciència de la funció preventiva que tenen els professionals del lleure en salut mental en la seva tasca habitual.
- Metodologies i eines pràctiques per a la detecció ràpida de potencials casos de risc.
- Conceptes bàsics per a l'abordatge de potencials casos de risc a través de metodologies pràctiques i eficaces.
- Primers auxilis psicològics.
- Recursos disponibles en el territori per a la derivació .

6. REQUISITS MÍNIMS PER TAL DE PODER PORTAR A TERME EL TALLER

- Aula amb ordinador, projector, taules i cadires
- Un mínim de 10 i un màxim de 20 assistents
- Assistència del personal responsable municipal per a la supervisió del taller
- Qualsevol anul·lació s'ha de comunicar amb un mínim de 7 dies d'antelació a l'empresa adjudicatària del curs i al Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona al correu ssp.promosalut@diba.cat