



**Servicio  
Canario de Salud**

**Hospital Universitario de Gran Canaria Dr. Negrín  
Servicio de Psiquiatría.**



## **CREA TU PROYECTO DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN SALUD MENTAL**

Las Palmas de Gran Canaria; Viernes 15 de junio de 2018 de 9:00 a 14:00.

Solicitada la acreditación docente como formación continuada de profesionales de la salud

**Lugar de celebración:** Salas de docencia de la 3ª planta del Hospital Universitario de Gran Canaria Doctor Negrín.

**Matrícula gratuita. Número de plazas:** 40. La admisión será por estricto orden de inscripción

**Inscripción:**

- Envíe los datos personales: nombre, apellidos, profesión y lugar de trabajo (especifique si es personal sanitario del Servicio Canario de Salud) a [mmonherx@gobiernodecanarias.org](mailto:mmonherx@gobiernodecanarias.org)

Aún cuando parecía algo ya superado, la ONU, en junio del 2017 pide a sus estados miembros que avancen hacia sistemas de salud mental que se basen en los derechos humanos y los respeten. Debemos reorganizar tanto espacios como formación de profesionales bajo esta perspectiva. Actualmente el enfoque biomédico, predominante en la atención a la salud mental, puede hacernos perder una visión integral de las personas que tratamos. El enfoque "salutogénico", del que tratará este seminario, impartido por profesionales que han liderado importantes cambios en este campo, aborda la salud mental desde una visión positiva, dirigida hacia el bienestar y la calidad de vida de las personas y persigue capacitar a los usuarios para que utilicen sus propios recursos y los del entorno para alcanzar este bienestar.

**Profesores:**

**Saúl Alcaraz García.** Doctor en Psicología de la Salud y el Deporte. Unidad de Conductas Adictivas (Servicio de Psiquiatría), FGS - Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, Barcelona.

**Àlex Marieges Gordo.** Enfermero Especialista en Salud Mental. Coach Sistémico. Supervisor Enfermero Servicio de Psiquiatría FGS- Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, Barcelona

**Estructura y Objetivos del Taller:**

Parte 1 (9:00 -11:00h) - Cómo crear un proyecto desde la base. Aprendizajes a partir del proyecto Stop & Go

Objetivo: presentar la experiencia de los formadores en el proyecto Stop & Go, poniendo énfasis en los aprendizajes y descubrimientos que han hecho a medida que desarrollaban y ponían en marcha el mismo, para que los asistentes lo puedan trasladar a su día a día asistencial.

Ideas a Trabajar:

- ¿Qué es Stop & Go (y como un proyecto te puede cambiar la vida).
- Como Nace Stop & Go. Concepto de Unidad Salutogénica.
- La base teórica / empírica detrás de nuestro proyecto.
- Buscando la eficiencia en la Evaluación del proyecto.
- Barreras que nos hemos encontrado (y cómo solucionarlas).
- Sinergias y recursos que nos han ayudado (y cómo aplicarlas).
- Cómo gestionar el día a día del proyecto.
- La marca "Stop & Go".
- Cómo hacer la difusión de un proyecto.

Parte 2 (11:30 -14:00h) - De la idea a la Realidad

Objetivo: Trabajar en grupos de profesionales para gestar y desarrollar ideas de proyectos de promoción del estilo de vida saludable en salud mental.

Ideas a Trabajar:

- Brainstorming de proyectos de promoción de estilo de vida saludable.
- Tengo una idea, y ahora qué? Resolviendo los preguntas ¿Qué / Quién / Como / Cuando / Por qué?
- Una imagen vale más que mil palabras: Establecer la estructura del proyecto.
- Branding del proyecto.
- Puesta en común de los proyectos desarrollados en los Grupos de trabajo.

**Material que deben llevar a los participantes: tablet y/o móvil. Es útil también llevar ordenador portátil.**

- **Servicio de Psiquiatría.- Teléfono: 00.34. 928.45 06 05. Fax: 928 45 00 93. Mail: [mmonherx@gobiernodecanarias.org](mailto:mmonherx@gobiernodecanarias.org)  
Hospital Universitario Dr. Negrin Barranco de la Ballena s.n. 35020 Las Palmas de Gran Canaria. España**