

Ebre



Tallers i formacions als centres educatius portats a terme el darrer any per part del programa Ocell de Foc. FOTO: OCELL DE FOC TERRES DE L'EBRE

Societat

Ocell de Foc s'estén a l'Ebre per ajudar els joves amb problemes de salut mental

Al llarg del 2023 han passat fins a 400 nois i noies ebrencs per les activitats, com sortides, xerrades o tallers, i s'ha atès una seixantena de casos de forma individual

MARINA PALLÁS CATURLA
TORTOSA

El suïcidi és la primera causa de mort no natural entre els joves d'entre 15 i 29 anys. És per això que la prevenció és vital. Per ajudar joves amb problemàtiques de salut mental i estendre'ls la mà, aquest passat 2023 s'ha desplegat a l'Ebre el programa Ocell de Foc, i des de la primavera passada no deixa de fer assessorament i activitats arreu del territori.

Ocell de Foc és un programa d'atenció a joves d'entre 16 i 30 anys, especialment per a aquells que conviuen amb una problemàtica de salut mental, que pretén acompanyar-los cap a l'autonomia personal i la construcció d'una vida independent. Està impulsat per la Direcció Gene-

ral d'Economia Social i Solidaritat, el Tercer Sector i les Cooperatives del Departament d'Empresa i Treball de la Generalitat. A les Terres de l'Ebre l'ha posat en marxa Atzavara-Arrels, Cooperativa Terram, Grup d'Esplai Blanquerna i Fundació Gentis, aquesta última com entitat guia. El programa planteja actuacions per informar sobre la prevenció i la lluita contra l'estigma de la salut mental i l'abandonament educatiu, i vol donar un servei d'atenció al jove, oferir suport i orientació i assessorar sobre projectes.

Així, qualsevol persona jove pot contactar per a conèixer el programa i rebre sessions individuals, en el qual el primer objectiu és oferir un espai d'escolta i acompanyament del seu malestar. Ocell

de Foc ofereix servei arreu de les Terres de l'Ebre: al Baix Ebre, a l'Espai Jove Lo Carrilet; al Montsià, a les oficines de la Fundació Gentis, i a la Ribera d'Ebre i la Terra Alta, als respectius consells comarcals.

El suïcidi és la primera causa de mort no natural entre els joves d'entre 15 i 29 anys

«Tenim en marxa diversos serveis, el primer del qual és la lluita contra l'estigma de la salut mental. És per això que portem a terme diferents jornades de salut mental a les quatre comarques», explica Doina Gherta Gavrilita,

tècnica d'Atzavara-arrels dins el programa Ocell de Foc Terres de l'Ebre.

En aquest sentit, també el passat mes de setembre el programa va iniciar la campanya 'No és culpa meua', l'objectiu de la qual és lluitar contra l'estigma de la salut mental entre les persones joves. La campanya consisteix en material audiovisual d'activistes de salut mental que comparteixen les seues històries i animen la gent jove a demanar ajuda si viuen un moment de malestar emocional. La campanya es difon per les xarxes socials d'Ocell de Foc, les entitats sentinelles que col·laboren i per diferents punts joves, centres educatius i punts d'informació de les Terres de l'Ebre en forma de cartelleria i flyers. Al web www.noesculpameva.cat es

troba informació i històries reals de joves i vídeos, debats i xerrades que es van realitzar amb la col·laboració d'influencers com Luc Loren, Yaiza Sanz i Melo Moreno, entre altres.

«Es va fer una formació per trencar el tabú i poder parlar del malestar emocional. A vegades ens podem alleugerir d'alguna cosa que sovint amaguem i també aprenem a veure com compartint-ho podem ajudar altres persones. Així com a identificar els signes d'alerta», apunta Gherta.

Un segon servei és el de l'atenció grupal, amb activitats per tal que els joves s'agrupin i també recaptin fons per a altres entitats com per a l'Associació del Trastorn d'Espectre Autista de les Terres de l'Ebre o Libèl·lules dels Estels. El programa també promou la col·lectivització entre els joves i l'assessorament en l'emprenedoria, per tal que puguin tirar els seus projectes endavant mitjançant una empresa, una cooperativa...

Finalment, el programa ofereix un assessorament individual. S'hi poden apropar directament o per derivació del Departament de Sa-

Una de les principals campanyes ha sigut per trencar tabús sobre la salut mental

lut. «Els acompanyem, els escoltem. El primer punt és explicar quin problema tenen i com se senten. A partir d'allí ens marquem objectius, com per exemple el retorn a l'entorn educatiu o laboral. De les persones amb malestar emocional o problema de salut mental un 80% no tenen feina o han abandonat els estudis», precisa la tècnica.

Al llarg del 2023 han passat fins a 400 joves ebrencs per les activitats (sortides, xerrades, tallers...) portades a terme enguany, i s'ha atès una seixantena de casos de forma individual. Les trobades funcionen també per lluitar contra l'aïllament que sovint pateixen els joves amb problemàtiques mentals. «És molt important i oportú que es relacionen entre ells». I és que l'ús i abús de les pantalles dels telèfons mòbils d'avui dia no ajuden.

«Ocell de Foc ha sigut la resposta a la Covid. Ha sigut un drama col·lectiu. Els joves es van perdre moltes vivències per la Covid i això els ha afectat. Se'ls ha d'escoltar i estudiar de quina manera podem acompanyar-los. Reben molts comentaris dolents dels adults, com 'jo vaig patir una guerra', 'jo em vaig posar a treballar als 14 anys'... La població jove sempre és molt criticada, però és hora d'escoltar-los també», clou.