



# **PROJECTE DEL PLA D'ASSOCIACIÓ**

**Associació Superar l'Ictus Barcelona**

C/ Rosselló 102 ent. 1<sup>a</sup> 08029 BCN

Telf. 672 71 41 44

[www.ictus.barcelona](http://www.ictus.barcelona)

[ictus@ictus.barcelona](mailto:ictus@ictus.barcelona)

## **L'ICTUS, LA SOCIETAT I LES DADES**

**L'ictus ja és la segona causa de mort a Catalunya, i la primera causa de discapacitat en els adults**, i 1 de cada 3 afectats està en edat laboral.

1 de cada 6 persones tindrà un **ictus** a la seva vida.

El 80% dels **ictus** són prevenibles si s'eviten els factors de risc.

El **temps** és clau; el **codi ictus** disposa de 3 hores per actuar.

**13.000 persones a l'any ingressen per ictus als hospitals de Catalunya.** La mortalitat se situa en 29,5 per cada 100.000 habitants.

Segons els estudis més recents, **9 de cada 10 ictus s'expliquen per varis factors relacionats amb l'estil de vida**, i per tant modificables. Hipertensió, tabaquisme, excés de pes i nivell elevat de colesterol, són alguns d'aquests factors.

La incidència de l'**ictus** en **nens** és de entre 2 i 13 casos per cada cent mil nens i any. Més de 900 **nens** a Catalunya viuen amb una discapacitat produïda per un **ictus**.

L'atenció a la **fase post-ictus** en **nens** precisa d'un seguiment continu, donat que la seva etapa de **creixement i canvi** és molt viva.

S'han de sumar esforços per seguir promovent les **campanyes de prevenció**, intentant arribar a tota la població.

Tant a Catalunya com a la resta d'Europa, **un dels reptes és l'atenció als supervivents a llarg termini, ja que** avui es reconeix que el suport és la part del procés assistencial **menys avaluada** i de la qual es disposen **menys dades**. Sobretot perquè amb el **codi ictus** es salven moltes vides que abans no es salvaven, però també tenim molts **supervivents** que necessitaran de **l'atenció sanitària** la resta de la seva vida, amb un **protocol d'atenció** que ara mateix no existeix.

Aquest informe no pretén donar cap consell mèdic, les dades són públiques i de varies fonts.

## **QUI SOM**

L'Associació Superar l'Ictus Barcelona és una entitat sense ànim de lucre dedicada, des de l'any 2014, a millorar la qualitat de vida de les persones que han viscut un ictus, tenint en compte el gran canvi que es produeix en la vida d'aquestes persones i en el seu entorn, atenent i assessorant també als seus familiars.

L'Associació Superar l'Ictus Barcelona està inscrita al Registre d'Associacions de la Generalitat de Catalunya, amb el número 54314, amb seu al carrer Rosselló, 102, entl. 1<sup>a</sup>, de la ciutat de Barcelona.

## **MISSIÓ**

L'associació té la missió de ser un referent per a les persones que han viscut un Ictus, per tal d'estimular les seves capacitats individuals i alhora potenciar les seves relacions socials. El nostre objectiu principal és LA PERSONA.

## **VISIÓ**

A l'associació volem aprofitar l'experiència de viure un Ictus per oferir un projecte social, educatiu i cultural basat en el cos, l'art, la ciència, l'humanisme i l'espiritualitat per tal d'afavorir el creixement personal continuat.

També volem ser una entitat de referència, per aconseguir que la realitat social de l'Ictus sigui cada cop més coneguda.

I finalment, volem ser una organització col·laboradora i dinamitzadora amb la Comunitat Mèdica i Sanitària, així com amb l'Administració corresponent, per tal de garantir un protocol de Serveis adequat a les necessitats de les persones que han viscut un Ictus.

## VALORS

- ✓ **Iniciativa i superació** des d'una vessant de respecte i promoció de l'autonomia i l'autoconfiança. Posem a disposició de les persones les eines i recursos per aconseguir disminuir la seva dependència física i psíquica.
- ✓ **Solidaritat, pluralitat i cooperació**, des d'una vessant de respecte cap a la diferència i la diversitat, tant dins de la mateixa entitat com en les relacions amb el nostre entorn. Realitzem i impulsem les activitats amb criteris d'igualtat i de respecte.
- ✓ **Transparència i coherència**. Tenim i posem a l'abast dels membres de l'associació tota aquella informació que ens demanen.
- ✓ **Il·lusió i creativitat**. Les nostres propostes estan basades en el foment de la felicitat, el benestar i l'actitud positiva davant la vida.
- ✓ **Participació, compromís i consciència col·lectiva**. Fomentem la realització de les activitats en grup que beneficïen la identificació amb el bé comú, amb els altres i amb la pròpia associació, a través del sentit de pertinença.

## OBJECTIUS GENERALS I ESPECÍFICS

1. **Fomentar i potenciar** les capacitats individuals, per tal d'afavorir el **creixement continuat de la persona**.

1.1 **Tenir cura del propi cos i de l'ànima**. Gaudir de la necessitat de recuperació i/o manteniment, estimulants contínuament el nostre cos i el nostre cervell tant física, com cognitiva i espiritualment.

1.2 **Copsar l'essència de la vida**. Estar oberts al present i a noves expectatives o experiències.

1.3 **Aprendre a viure i a conviure** gaudint del canvi amb esperit de superació i millora. Fer de l'experiència un aprenentatge.

1.4 **Fomentar les relacions personals i socials** amb el nostre entorn, aprenent a donar i a rebre ajuda, a acollir i ser acollit, afavorint així la inclusió social.

1.5 **Promoure oportunitats laborals**, fomentant aquelles activitats que obrin noves expectatives personals.

2. **Informar** des de l'experiència viscuda sobre l'ictus: **prevenció, fase aguda i post Ictus**.

2.1 **Oferir assessorament i facilitar recursos** assistencials, terapèutics, jurídics, etc., als socis i als seus familiars així com a la ciutadania en general.

2.2 **Sensibilitzar a la societat** donant a conèixer l'ictus i les seves seqüeles, a partir del seu coneixement científic, social i humà.

3. **Dinamitzar el “codi Post-Ictus”**: procés de rehabilitació continuat de la persona, per normalitzar el seu dia a dia.
- 3.1 **Impulsar un programa personalitzat i continu post-ictus**, basat en l'experiència metge-pacient, a través d'un canal de comunicació bidireccional.
  - 3.2 **Promoure una xarxa de professionals** (neuropsicòlegs, terapeutes ocupacionals, logopedes, fisioterapeutes, infermeres, farmacèutics, metges, etc.) i de Centres especialitzats en Post-Ictus, adaptant la formació dels terapeutes implicats.
  - 3.3 **Afavorir la creació d'espais interactius** per tal de compartir coneixements, informació i experiències, entre els diferents agents que participen en l'Ictus.

Actualment, a partir d'aquest document-guia, la Comissió està confeccionant **El Projecte del PLA D'ACCIÓ**.

## **CONSIDERACIONS**

El Projecte del **PLA D'ASSOCIACIÓ** que aquí figura, document elaborat dins l'any 2018, es va posar a disposició de la **Junta** i va ser aprovat per unanimitat el mes de Maig 2018. Paral·lelament el dia 8 de Juny de 2018 es va presentar a l'**Assemblea** de socis de l'Entitat, recollint tot el suport dels assistents i representats.

**Compromís amb l'Associació i Compromís amb l'Ictus.** Aquest text reflecteix la voluntat que tots els socis i simpatitzants estan cridats a ser participants de les diferents **comissions**, que són les encarregades de desenvolupar aquest **PLA D'ACCIÓ**.

Aquests documents, i altres que els seguiran, es troben registrats al Departament de Justícia de la **Generalitat de Catalunya**, a la Direcció General de Dret i d'Entitats Jurídiques (Reglament d'organització i funcionament del Registre d'Associacions).

**Un profund agraïment** a tots els socis, particulars i professionals que han dedicat una estona del seu temps, voluntàriament, a visionar i donar el seu parer respecte al **PROJECTE DEL PLA D'ASSOCIACIÓ**.

**La Comissió Delegada per la JUNTA, en la confecció del present document:** Són els vocals Assumpció Malagarriga, Toni Piquer, Jordi Minguella, i Martha Möller.