

## 'Tú también puedes', una nueva herramienta para la autonomía personal

- En el proyecto, desarrollado en el CRPS de Zamora, han participado 40 personas con problemas de salud mental.
- Cuenta con el apoyo de la Fundación La Caixa.

(Zamora, 29 noviembre 2021).- 40 personas con problemas de salud mental de zonas rurales y urbanas de la provincia de Zamora han mejorado sus niveles de autonomía personal gracias al programa 'Tú también puedes'. Una iniciativa de Fundación INTRAS en colaboración con Fundación La Caixa en la que también han participado 60 familiares y cuidadores.

Se han potenciado, a través de acciones en formato individual y grupal, acciones encaminadas a llevar una vida independiente en su entorno y dotar a estas personas de herramientas para la adecuada gestión y planificación de sus asuntos económicos. El programa se ha apoyado en las nuevas tecnologías, lo que ha permitido seguir interviniendo en circunstancias de confinamiento y/o contagio por COVID-19.

Una de las acciones más innovadoras del proyecto ha sido la utilización de tarjetas Caixabank que ha permitido mejorar la capacidad de gestión económica de las personas participantes en el programa.

Se ha logrado que el 90% de los participantes mejoraran su desempeño en las Actividades de la Vida Diaria, el 85% tuvieran un mejor manejo de sus asuntos económicos y de recursos y servicios sociales, así como un aumento en el nivel de conocimiento y apoyo necesario por parte de sus familiares y cuidadores.

Gracias a la colaboración de Fundación La Caixa ha sido posible implantar el proyecto y darle continuidad en el futuro..

**Fundación INTRAS** (Investigación y Tratamiento en Salud Mental y Servicios Sociales) tiene como objetivo apoyar y acompañar a las personas que sufren un malestar psíquico a lo largo de su vida en la recuperación de su proyecto vital. También busca colaborar en el progreso y desarrollo de la sociedad en la que efectúa sus acciones.

INTRAS es miembro de la Asociación Española de Fundaciones.

**Tema: 'Tú también puedes', una nueva herramienta para la autonomía personal**

**Contacto Fundación INTRAS**

- Dpt. Comunicación: Eva Iglesias: 683 573 089 / [eiv@intras.es](mailto:eiv@intras.es)
- CRPS Zamora: Susana Gil: 980 528 997 / [susanagm@intras.es](mailto:susanagm@intras.es)