

# I PLAN ESTRATÉGICO

## ASOCIACIÓN EXPERIENCIA BIPOLAR

### 2024 - 2027



ASOCIACIÓN EXPERIENCIA BIPOLAR

Octubre 2023



## Índice de contenidos

<b>1. Introducción</b> .....	1
<b>2. Contexto</b> .....	4
<b>2.1. Marco jurídico y conceptual</b> .....	4
<b>2.2. Contexto económico</b> .....	5
<b>3. Metodología de diseño</b> .....	7
<b>3.1. Qué es un Plan Estratégico</b> .....	7
<b>3.2. Para qué</b> .....	7
<b>2.3. Para quién</b> .....	8
<b>3.3. Cómo se diseña</b> .....	9
<b>3.4. Cómo se aborda</b> .....	10
<b>3.5. Metodología y herramientas</b> .....	11
<b>3.6. Conclusiones metodológicas</b> .....	13
<b>4. Ámbito de aplicación</b> .....	14
<b>4.1. Temporal</b> .....	14
<b>4.2. Organizacional</b> .....	14
<b>4.3. Competencial</b> .....	14
<b>5. Objetivos y Ejes Estratégicos</b> .....	15
<b>5.1. Objetivos del Plan</b> .....	15
<b>5.2. Ejes estratégicos</b> .....	15
<b>5.2.1. Eje 1: Apoyo psicosocial</b> .....	15
<b>5.2.2. Eje 2: Inserción sociolaboral</b> .....	16
<b>5.2.3. Eje 3: Marca, sensibilización e incidencia social</b> .....	16
<b>5.2.4. Eje 4: Estructura entidad</b> .....	16
<b>5.2.5. Eje 5: Sostenibilidad económica</b> .....	16
<b>6. Seguimiento y evaluación</b> .....	19
<b>7.1. Socialización interna</b> .....	19
<b>7.2. Socialización externa</b> .....	20
<b>7.3. Coordinación y seguimiento del Plan Estratégico</b> .....	20
<b>7.4. Evaluación del Plan Estratégico</b> .....	21

## 1. Introducción

La Asociación Experiencia Bipolar es una entidad del Tercer Sector de Acción Social sin ánimo de lucro y de interés social que se constituyó en 2020. Inscrita en el Registro Nacional de Asociaciones (RNA): Sección 1ª / Número Nacional: 621676, del Ministerio del Interior.

**La misión** de la Asociación consiste en el apoyo y empoderamiento de las personas diagnosticadas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad. Para ello, adoptará todas las medidas que contribuyan a la mejora de su calidad de vida y la defensa de sus derechos, así como unirse al movimiento asociativo creado en torno a la salud mental y al trastorno bipolar.

**La visión** de la Asociación pasa por llegar a consolidarse como organización líder en el apoyo y empoderamiento de las personas diagnosticadas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad y como el movimiento asociativo que une a todas las personas diagnosticadas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad, así como las asociaciones en que se organizan, estimulando un modelo de atención en base comunitaria y generando mecanismos de inclusión social y aceptación de la diversidad.

La Asociación se reconoce como un movimiento de acogida, de apoyo, de autoayuda, de atención y de representación de las personas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad, que proyecta interna y externamente un discurso normalizador del trastorno bipolar, así como de otros problemas en salud mental.

La Asociación basa su actuación en **los principios** de consideración de la persona con un problema en salud mental como sujeto de derechos y deberes, en plena igualdad con los demás, la importancia de las familias, la calidad en la actuación de las organizaciones y el interés por la globalidad del colectivo de personas con algún problema de salud mental.

**Los valores** que la Asociación defiende son:

- **Respeto:** La Asociación actuará siempre en base al respeto, entendiendo por respeto al acto mediante el cual una persona tiene consideración por sí misma y por otra y actúa teniendo en cuenta sus intereses, capacidades, preferencias, miedos o sentimientos.
- **Coherencia:** La Asociación sitúa siempre a la persona en el centro y como protagonista de las diferentes actividades que desarrolla.
- **Solidaridad:** La Asociación entiende la solidaridad como emanación natural del trabajo en común y la promueve entre sus integrantes. Impulsa el apoyo y aprendizaje mutuos. Para ello pone a su disposición su información, conocimiento, sus formas de hacer y sus logros, de manera que puedan ser útiles y provechosos para personas y entidades. Así mismo fomenta la solidaridad promoviendo y promocionando el voluntariado social.

- **Universalidad:** La Asociación promueve una actitud abierta a todas las personas y entidades que conforman el entorno de la salud mental y trabajen sobre sus mismos valores.
- **Participación:** La Asociación promueve la colaboración de todos sus integrantes para el cumplimiento de su misión y visión, impulsando acciones y actitudes que garanticen la participación.
- **Democracia:** En la Asociación la toma de decisiones se produce mediante el diálogo y el consenso como estrategia previa a la votación. En este sentido, la Asociación tiene un funcionamiento y actitud democráticos.
- **Transparencia:** La Asociación asegura una información completa clara y veraz en todas sus actuaciones internas y externas, dotándose de manera permanente de un sistema de gestión en el que se contemplen las adecuadas auditorías internas y externas.
- **Justicia:** La Asociación defiende los derechos de las personas con problemas de salud mental y sus familias, exigiendo las condiciones adecuadas para el ejercicio pleno de sus derechos y reconociendo necesidades y expectativas diversas, desde el respeto y la defensa de su individualidad.
- **Eficacia:** La Asociación manifiesta su compromiso con su misión, generando todos los recursos necesarios para ello, a la vez que se asegura la mayor eficiencia en el uso de estos.
- **Autodeterminación:** La Asociación apoya la capacidad de las personas para decidir sobre su vida, promoviendo la máxima autonomía y capacidad propia
- **Equidad:** La Asociación entiende la equidad como el principio regulador que defiende la equiparación de los problemas de salud mental y sus consecuencias con el resto de las dificultades de salud, para así superar la discriminación y el estigma.

Con el fin de cumplir y llevar a cabo la misión, visión, principios y valores, **desde la entidad se gestionan recursos, programas y/o servicios psicoeducativos, de inserción sociolaboral, de sensibilización, etc.; que facilitan el apoyo y empoderamiento de las personas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad, con el objetivo de obtener una mejora real en la calidad de vida de las personas beneficiarias** de los proyectos que desde la AEB se ejecutan.

Desde la perspectiva de la Asociación, esta mejora de calidad de vida pasa por tres aspectos fundamentales que serán los pilares en los que fundamentaremos este proyecto:

**Psicoeducación de las personas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad:** Es prioritario fomentar acciones psicoeducativas que favorezcan que las personas desarrollen al máximo capacidades y herramientas con el fin de que alcancen cada vez una mayor autonomía. Esto pasa también por involucrar al entorno de las personas diagnosticadas con trastorno bipolar

para que sean un apoyo efectivo para las personas con problemas de salud mental, con especial atención al trastorno bipolar.

**Inserción sociolaboral:** Aunque se han adoptado medidas para tratar de reducir la tasa de desempleo del colectivo de personas con problemas de salud mental, los datos siguen mostrando el alto nivel de desempleo de estas personas. Una buena calidad de vida también pasa por tener una independencia y estabilidad económica, por eso es muy importante que las personas con patologías mentales puedan incorporarse al mercado laboral y tener las mismas oportunidades de progreso y desarrollo a nivel profesional que el resto de personas.

**Sensibilización, lucha contra el estigma y prevención del suicidio:** La comunicación debe usarse como una herramienta para informar, transmitir conocimientos y concienciar sobre la importancia de los cuidados, que se acerca más al objetivo de normalizar la salud mental, favoreciendo a su vez la reducción del estigma que rodea a este tipo de salud y a las personas con problemas psicológicos. Además, a través de la palabra y la comunicación el suicidio se puede prevenir y el primer paso consiste en hablar de ello.

## 2. Contexto

### 2.1. Marco jurídico y conceptual

La **Convención sobre los Derechos Humanos de las Personas con Discapacidad**<sup>1</sup>, aprobada por la Organización de Naciones Unidas (ONU) el día 13 de diciembre de 2006 está integrada por 50 artículos que establecen los principios, valores y mandatos que deben prevalecer en el respeto por los derechos humanos de las personas con discapacidad.

Las obligaciones a asumir se fundamentan en un nuevo concepto de discapacidad, basada en el modelo social que define como persona con discapacidad a (Art.1) “... *aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones que las demás*”. Es decir, la discapacidad no es una característica del individuo sino el resultado de la interacción entre una persona con unas circunstancias personales concretas y un entorno que limita, obstaculiza o impide el ejercicio de sus derechos.

Para la **Organización Mundial de la Salud**<sup>2</sup>, la salud mental se define como “*un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad*” así, “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.

La **Declaración de Helsinki**<sup>3</sup> y el **Plan de Acción Europeo para la Salud Mental**<sup>4</sup>, instauran entre sus objetivos desarrollar establecer y evaluar una normativa que dé lugar a intervenciones en el ámbito de la Salud Mental, capaces de mejorar el bienestar de la población, prevenir los problemas de Salud Mental y promover la inclusión social y el desarrollo de las personas que padecen problemas de Salud Mental.

---

<sup>1</sup> UN HUMAN RIGHTS OFFICE. (s. f.). *Protocolo facultativo de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. UN Human Rights Office – OHCHR. [www.ohchr.org](http://www.ohchr.org). Disponible en: <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/optional-protocol-convention-rights-persons-disabilities>

<sup>2</sup> WORLD HEALTH ORGANIZATION. (s. f.). *Preguntas más frecuentes*. WORLD HEALTH ORGANIZATION – OMS. [www.who.int](http://www.who.int). Disponible en: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=%C2%BFC%C3%B3mo%20define%20la%20OMS%20la,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%C2%BB>

<sup>3</sup> THE WORLD MEDICAL ASSOCIATION. (s. f.). *Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. WMA - The World Medical Association – WMA. [www.wma.net](http://www.wma.net). Declaración de Helsinki de la AMM. Disponible en: <https://www.wma.net/es/policias-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

<sup>4</sup> ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA. (s. f.). *Plan de Acción Europeo en Salud Mental – AEN*. Asociación Española de Neuropsiquiatría – AEN. [www.aen.es](http://www.aen.es). Disponible en <https://aen.es/plan-de-accion-europeo-en-salud-mental/>

La **Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud**<sup>5</sup>: Estrategia que ha sido evaluada y actualizada en 2022 adoptando la nueva Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud 2022-2026, donde se declara que: *“La salud mental es un valor por sí mismo: contribuye a la salud general, al bienestar individual y colectivo y a la calidad de vida; contribuye a la sociedad y a la economía incrementando el mejor funcionamiento social, la productividad y el capital social”*.

Además, establece como estrategia la promoción de la salud mental de la población, la prevención de la enfermedad mental y la erradicación del estigma asociado a las personas con trastorno mental además de promover la cooperación y corresponsabilidad de todos los departamentos y agencias involucrados en la mejora de la salud mental (sanidad, servicios sociales, trabajo, educación, vivienda, justicia, etc.), así como la participación de las personas que padecen estos trastornos mentales, sus familiares y los profesionales en todos los ámbitos de la salud mental, incluyendo la planificación y evaluación de los servicios.

## 2.2. Contexto económico

El contexto económico, político y social es también un factor que impulsa el trabajo para la adopción de un Plan Estratégico (PE). En el ámbito sanitario, la pandemia de la COVID-19 ha puesto de manifiesto muchas carencias en torno a la salud mental existentes en la sociedad, en general, y en particular, ha sido un fuerte obstáculo para una adecuada atención de las personas con problemas de este tipo de salud.

Informes como el MSW<sup>6</sup> ratifican el deterioro global de la Salud Mental en 2020-2021. Si bien, ese deterioro se estaría frenando, preocupa a sus autores la particular incidencia en el grupo poblacional de entre 18 y 34 años, apuntando que la pandemia sólo ha acentuado el malestar que venía materializándose anteriormente por otros múltiples factores.

Respecto al contexto económico, debemos tener en cuenta los factores que, aunque puntuales, acontecen ahora como, por ejemplo, la incertidumbre económica creada por la subida de los precios en un contexto de guerra europea. También otros factores más estructurales, como pueden ser el propio ritmo en los trámites de solicitud, resolución y concesión de las subvenciones, tanto la mencionada anteriormente, como otras que se pueden solicitar.

---

<sup>5</sup> MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO. (2022). *Estrategia de salud mental del Sistema Nacional de Salud. Periodo 2022-2026*. [www.sanidad.gob.es](http://www.sanidad.gob.es). Disponible en: [https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/excelencia/salud\\_mental/ESTRATEGIA\\_SALUD\\_MENTAL\\_SNS\\_PAG\\_WEB.pdf](https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/excelencia/salud_mental/ESTRATEGIA_SALUD_MENTAL_SNS_PAG_WEB.pdf)

<sup>6</sup> Sapien Labs, Newson JJ, Pastukh V, Sukhoi O, Taylor J and Thiagarajan TC. (03, 2021). *Mental State of the World 2020, Mental Health Million project*. Informe sobre el estado mental del mundo 2020.



Recientemente, además, la reforma laboral de 2022 ha limitado la contratación temporal por obra y servicio, lo que pone en una situación muy difícil a las entidades a la hora de contar con su personal para los diferentes proyectos. Todo lo anterior, apunta hacia la necesidad, también, de realizar un planteamiento estratégico en torno a la búsqueda de fondos.

## 3. Metodología de diseño

### 3.1. Qué es un Plan Estratégico

Los PE son marcos globales de acción. Son los mapas que nos ofrecen una mirada panorámica desde el punto en el que nos encontramos en la actualidad, hasta donde nos proponemos llegar en un espacio de tiempo.

La estrategia nos ayuda a definir, de entre todos los caminos posibles para acercarnos a la meta, los que elegimos atendiendo a nuestros propios criterios de prioridad, eficacia y eficiencia.

La planificación estratégica focaliza las áreas clave donde pondremos nuestra atención y recursos, nos marca el camino al más alto nivel. Después, nuestra estrategia habrá de articularse en planes anuales, que son la parte operativa donde el plan se concreta en procesos estables y tareas cotidianas que nos permiten recorrer el camino diseñado día a día, mes a mes y año tras año.

Si hay algo realmente valioso en la construcción de una estrategia, no es tanto el producto final que obtenemos como las vivencias compartidas durante el proceso: los espacios de reflexión, el análisis y el entendimiento común de la realidad compleja que compartimos, el descubrimiento del talento y el trabajo colectivo en algo que trasciende la individualidad de cada una de las personas que participan.

Detener nuestras tareas cotidianas para elevar la mirada y facilitarnos espacios de encuentro donde reflexionar, debatir y proyectar colectivamente nuestra visión es una experiencia altamente saludable para cualquier organización, además de una muestra de compromiso con nuestra misión, pues nos ayuda a asegurar la coherencia con nuestra razón de ser y con la mejora continua.

A continuación, compartimos el relato del proceso recorrido por la Asociación Experiencia Bipolar para la elaboración de su Plan Estratégico 2024-2027.

### 3.2. Para qué

El **movimiento asociativo Experiencia Bipolar** se encuentra en un momento clave en su evolución, abriendo con este Plan su primer ciclo estratégico del siglo XXI, que coincide con un contexto exigente y grandes retos del cambiante entorno, tales como la descentralización del IRPF, las nuevas fórmulas de concertación social, la tecnología, ya no solo como herramienta sino como paradigma de desarrollo a través de la transformación digital, las nuevas generaciones de profesionales, una clara revolución demográfica en la sociedad y que supone nuevas necesidades

y motivaciones, la reivindicación social respecto a la igualdad de género, el posicionamiento de la imagen de marca en una sociedad que se identifica con causas sociales desde lo visual y lo emocional, entre otros.

Por ello, nuestro movimiento asociativo ha utilizado la oportunidad que supone la elaboración de un primer PE para pararse a escuchar, analizar, revisar, proponer y desechar aquello que lo hará transitar hacia el futuro, hacia su visión.

Con todo ello, se ha logrado no solo tomar colectivamente las decisiones que guiarán el rumbo de nuestra entidad durante los próximos cuatro años, sino también definir cómo llegar hasta allí, en términos de proyectos a abordar y recursos a movilizar.

Así, el Plan Estratégico 2014 – 2027 permite visualizar la estructura organizativa necesaria y el compromiso y esfuerzo requerido por parte de la Asociación Experiencia Bipolar, ajustado a la realidad que vive el movimiento asociativo y que vivirá en los próximos años. De forma evidente, empuja a todo el movimiento asociativo a fomentar el trabajo colectivo, generar una gran experiencia compartida y conectar a todos los grupos de interés.

Este Plan debe ser considerado por tanto como una herramienta de trabajo que actúe como inspiración para la cohesión y ofrezca de forma práctica orientaciones para llevar a cabo la visión de la entidad y de la comunidad a la que representa.

### **2.3. Para quién**

El alcance principal del PE, en términos de responsabilidad, es de la AEB numerarias, aunque se pretende que su impacto llegue a todas las personas beneficiarias y del resto de agentes implicados.

Por ello, la filosofía presente durante la elaboración del Plan se mantendrá en el proceso de difusión, implantación y seguimiento del mismo, es decir:

- Se pretende **generar cohesión** dentro del movimiento asociativo (permitiendo construir, difundir y reforzar nuestra identidad), ser concreto (con acciones de implantación y seguimiento claramente delimitadas) y promover buena experiencia (gestión del conocimiento, innovación y buenas prácticas aplicadas durante el proceso de implantación y seguimiento).
- La presentación, tanto del documento del PE como de los resultados de su implantación y seguimiento, al movimiento asociativo y al resto de los grupos de interés será atractiva, visible,

pedagógica y evaluable internamente, resultando ser una herramienta potente de proyección y comunicación externa del trabajo del movimiento asociativo.

- El liderazgo y responsabilidad para el cumplimiento del Plan viene definido por consenso dentro del movimiento asociativo, creándose diferentes grupos de trabajo con roles definidos y tareas repartidas.



### 3.3. Cómo se diseña

En todo proceso de planificación estratégica se contemplan tres fases fundamentales:

1. Una **fase diagnóstica** donde se analizan los factores internos y externos más relevantes para el entendimiento de toda la complejidad actual de la Entidad y su entorno, tanto desde la perspectiva presente como en proyección a futuro.
2. Una **fase de identidad** donde se revisan la misión, la visión y los valores y se hace una reflexión sobre los elementos culturales, contrastándose la vigencia de la identidad actual. En esta fase se hace un ejercicio de autoafirmación, validación y ajustes si procede, materializando la visión de futuro.
3. Finalmente, en la **fase de estrategia** se elaboran las rutas que trazarán el camino para pasar de la misión a la visión atendiendo a la información del diagnóstico, a través del diseño y desarrollo de las líneas estratégicas.

Para poder llevar a cabo estas fases, es imprescindible generar un grupo de trabajo que vaya realizando avances y se responsabilice de movilizar internamente el proyecto de diseño estratégico.

Este grupo de personas se suele llamar Equipo Motor, porque es la tracción del proceso, el impulso de todo el engranaje. Además, se pueden y se suelen configurar grupos de trabajo ad-hoc con personas especializadas y expertas para profundizar en algunos aspectos puntuales de los distintos focos del diagnóstico.

### **3.4. Cómo se aborda**

El proceso de diseño estratégico en Experiencia Bipolar comenzó con la “Jornada de encuentro y puesta en común para la futura estrategia”, donde las personas de la Junta Directiva pudieron acordar algunos elementos clave previos al diseño de la estrategia.

Por un lado, pudieron compartir, profundizar y ordenar algunos de los contenidos fundamentales para Asociación, que deberían ser analizados y manejados en el marco del proceso estratégico.

Por otro, se establecieron los criterios y requisitos que debería cumplir el producto final atendiendo a los siguientes aspectos:

La participación, el marco temporal, el alcance, las características y finalidad del proceso, las características y finalidad del producto y el liderazgo del equipo motor.

Tras este primer marco de acuerdos realizado desde la Junta Directiva de la Asociación, se arrancaron los preparativos para el diseño del plan, constituyéndose el Equipo Motor y realizando la calendarización de las distintas fases de diseño.

El Equipo Motor, compuesto por Sergio Galindo Merino (presidente), María Rodríguez (comunicación y marketing) y Carlos Efrén Álvarez (psicólogo clínico), abordó en primer lugar la Fase Diagnóstica, consistente en la recogida y posterior análisis de información relevante que permitiese elaborar una imagen de la situación actual del movimiento asociativo.

Para ello, se consideró fundamental contar con una representación diversa de los distintos territorios y realidades que componen el movimiento asociativo Asociación Experiencia Bipolar, por lo que se envió una invitación a las personas socias numerarias y voluntarias a participar de un encuentro diagnóstico que pudiera ser amplio y plural.

Posteriormente, desde el Equipo Motor se establecieron los criterios de selección, priorizando la representatividad de las realidades del movimiento asociativo, y se establecieron 5 visitas a territorios, siendo estos: Andalucía, Cataluña, Comunidad de Madrid, Comunidad Valenciana y Galicia (además de en Castilla y León, donde la entidad tiene sede).

En los seis territorios se replicaron sesiones diagnósticas en las que se trabajaron las dimensiones identificadas en la Jornada de encuentro y puesta en común para la futura estrategia.

Estas sesiones diagnósticas contaron con la participación de personas con experiencia propia en salud mental, familiares y profesionales, recogándose un informe territorial con las conclusiones de cada encuentro para que nutrieran parte del diagnóstico de la Asociación.

Para llevar a cabo el trabajo diagnóstico global, se realizó inicialmente desde el Equipo Motor una exhaustiva revisión documental para obtener una imagen realista de la situación actual de la organización en cada una de las dimensiones analizadas, siendo éstas:

#### **Focos Internos**

- Evolución del movimiento asociativo y del liderazgo.
- Articulación, gobernanza y cohesión

#### **Focos Externos**

- Modelos de intervención y tendencias clínicas.

- Políticas públicas.
- Gestión de servicios.
- Proyección, posicionamiento de marca y sensibilización.
- Financiación.
- Alianzas, competidores y grupos de interés.

### **3.5. Metodología y herramientas**

La metodología y herramientas utilizadas para cada una de ellas se diseñaron desde el Equipo Motor para asegurar tanto que nos permitieran obtener la información necesaria para el diagnóstico, como que favorecieran la participación del mayor número posible de personas de la organización durante todo el proceso.

Así, además de las seis sesiones diagnósticas territoriales, se realizó una entrevista por escrito al Grupo de Convergencia Asociativa, integrado por la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, DOWN ESPAÑA, Confederación ASPACE y Autismo España y que representa a 1.200.000 personas con discapacidad, lo que permitió contar con su visión especializada en cuestiones clave de los focos externos.

También se realizaron entrevistas a personas clave dentro y fuera de la organización, como Luís Cayo Pérez Bueno (presidente del Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI) y Fernando Lamata (experto en Salud Pública y Políticas de Salud), entre otros.

Para completar la información diagnóstica se realizó también una sesión de trabajo con el equipo técnico de la Confederación en la que se revisaron las dimensiones, recogiendo el análisis y las propuestas aportadas.

### **3.6. Conclusiones metodológicas**

Habiendo, por tanto, generado espacios para la reflexión, el debate y la comprensión compartida de la situación actual dentro del movimiento asociativo Experiencia Bipolar con los distintos grupos de interés que lo componen, se elaboró un informe diagnóstico que nutriría las siguientes fases del proceso de diseño estratégico.

La **Fase de Identidad** se trabajó de forma simultánea al diseño del Plan Estratégico, pues se encontraba previamente en marcha la revisión y el ajuste de los Estatutos e Identidad de la Asociación, por lo que los resultados de este trabajo en paralelo se incorporarían al producto final del Plan.

Como última etapa del proceso, AEB comenzó la **Fase de Estrategia**, es decir, la etapa del diseño de la planificación en la que, en base a la información obtenida durante el diagnóstico, se empiezan a tomar las decisiones que orientarán en la práctica el rumbo de la organización durante los próximos años.

Esta fase tuvo su punto central en la sesión de “Orientación y Discusión Estratégica” que se llevó a cabo durante una jornada completa de trabajo en la que la Junta Directiva de la Asociación abordó los resultados del diagnóstico y realizó una priorización de los elementos, conformándose así un primer esbozo de las que serían las líneas estratégicas del Plan.

Este primer boceto de líneas estratégicas fue delegado en el Equipo Motor, que continuó trabajando en el desarrollo de las mismas, a fin de concretar los objetivos estratégicos, hitos, proyectos y temporalización que conformarían en lo concreto cada una de las líneas. Durante el proceso de construcción, el documento fue consultado en sus etapas intermedias con el Comité Técnico Asesor de la Asociación (Grupo Develop), para la validación técnica y el ajuste realista de la temporalización, y fue revisado y validado por la Junta Directiva en las distintas etapas del desarrollo.

## **4. Ámbito de aplicación**

El presente plan estratégico se diseña con el siguiente horizonte de aplicación:

### **4.1. Temporal**

Se propone una vigencia del plan que abarque desde el 1 de enero de 2024 hasta el 31 de diciembre de 2027. Se entiende que, para el impulso del primer plan estratégico y la consolidación de una estructura estratégica, cuatro años pueden ser un buen marco temporal, ya que permitirá la definición de una estructura estratégica de la Asociación y su implantación más allá del presente mando de la Junta directiva actual.

Posteriormente se podrá prever la duración cuatrienal de los planes para impulsar la continuidad de los órganos de gobierno de la entidad y permitir una mayor estabilidad de la institución. Además, si su entrada en vigor se prevé para inicios del año próximo, se permitirá la adecuación del trabajo de la entidad a las líneas del presente plan en los meses que restan hasta tal fecha.

### **4.2. Organizacional**

Esta planificación no sólo pretende orientar el trabajo de la propia estructura central de la entidad, sino que se plantea como una propuesta para coordinar, en la medida de lo posible, con los objetivos de todas las entidades colaboradoras y alinear el rumbo para los próximos ejercicios, implicando a sus directivas y equipos técnicos, y tiene también una vocación universal en cuanto que pretende orientar el trabajo de las entidades del entorno de la salud mental, con especial atención al trastorno bipolar, con las que se relaciona la Asociación, las personas con experiencia propia, resto de agentes institucionales y a la ciudadanía.

### **4.3. Competencial**

El desarrollo del presente plan afecta a toda la actividad de la Asociación en sus distintos ámbitos y servicios ofrecidos a las personas beneficiarias y a la ciudadanía.

## 5. Objetivos y Ejes Estratégicos

### 5.1. Objetivos del Plan

Este PE busca impulsar a la Asociación hacia la consecución de sus objetivos declarados. Para ello, en primer lugar, se establece un **Objetivo General (OG)** que hace referencia a **Mejorar la calidad de vida de las personas diagnosticadas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad**. Éste responde al análisis de la situación sociocultural, de políticas existentes/cobertura actual y a las necesidades identificadas en y junto a las personas beneficiarias.

Además de este OG, se identifican tres **Objetivos Específicos (OE)**: el primero de ellos enfocado en trabajar la **psicoeducación**; el segundo de ellos la **inserción sociolaboral**, conviene recordar que, en el año 2020, tan solo el 17,1% de las personas con discapacidad psicosocial tenía un empleo; el tercero se centra en la **sensibilización** de la población en general sobre salud mental y los problemas relacionados con ella.

### 5.2. Ejes estratégicos

Para el logro de los objetivos planteados se identifican cinco ejes de actuación que agrupan las X líneas de actuación que se plantean en este plan, y que se desarrollan en X programas a desarrollar en los próximos años. Estos ejes de actuación son los siguientes:

- Eje 1 – Apoyo psicosocial
- Eje 2 – Inserción sociolaboral
- Eje 3 – Marca, sensibilización e incidencia social
- Eje 4 – Estructura entidad
- Eje 5 – Sostenibilidad económica

#### 5.2.1. Eje 1: Apoyo psicosocial

El potencial del capital humano y de las personas con trastorno bipolar y afines a la enfermedad es considerable. Se hace necesario una estrategia que contemple el apoyo psicosocial, el cuidado y el desarrollo del bienestar de todas estas personas de forma que puedan realizarse de una manera plena, en el ámbito personal y social.

### **5.2.2. Eje 2: Inserción sociolaboral**

En este contexto actual de especial dificultad de acceso al empleo de las personas con discapacidad es necesario crear contextos y herramientas, como programas de inserción sociolaboral, que favorezcan la empleabilidad y fomento del autoempleo de las personas de este colectivo. A su vez, es necesario dar a conocer la obligatoriedad de las empresas públicas y privadas que empleen a un número de 50 o más trabajadores de contar, al menos, con el 2 por 100 de puestos reservados a personas con discapacidad.

### **5.2.3. Eje 3: Marca, sensibilización e incidencia social**

Es necesario afianzar la marca Experiencia Bipolar, así como la actividad reivindicativa y de sensibilización social para que se dé más visibilidad a las dificultades y retos a los que se enfrenta el entorno de las personas con experiencia propia en problemas de salud mental, con especial atención al trastorno bipolar, y sus familias, y se pueda lograr una mayor implicación política y social en la lucha por la inclusión y por la erradicación del estigma, a nivel público y privado. Lograr un mayor impacto pasa por desarrollar de manera estratégica toda la actividad de comunicación y sensibilización.

### **5.2.4. Eje 4: Estructura entidad**

Para poder acometer los retos que se plantean a la Asociación y poder lograr avances significativos en los objetivos que se propone ésta, es necesario poner las bases para la construcción de una entidad sólida, con un alto nivel de cohesión entre las diferentes áreas de trabajo, y continuar fomentando la profesionalización y adaptación estratégica de la institución.

### **5.2.5. Eje 5: Sostenibilidad económica**

Sin dejar de trabajar en el modelo de acceso a recursos que actualmente tiene la entidad, es necesario buscar una sostenibilidad económica y, por tanto, es necesario explorar nuevas vías y fórmulas que se puedan traducir en el acceso a otras fuentes de financiación y/o colaboración y poder crecer en el ámbito y extensión de los proyectos.

Estas son las líneas maestras que dan forma al Plan Estratégico 2024-2027 de la Asociación Experiencia Bipolar, y el correspondiente cuadro de mandos que fundamentará los planes operativos anuales y la actividad cotidiana de la Asociación para los próximos años.

LÍNEAS ESTRATÉGICAS	OBJETIVOS ESTRATÉGICOS	ÉXITOS	PROYECTOS
L1 - Apoyo psicosocial	Modelo de intervención de apoyo psicoeducativo estructurado y ajustado a las necesidades de las personas beneficiarias	Las personas beneficiarias ven aumentada su calidad de vida con respecto al inicio del proyecto	Proyecto de psicoeducación de las personas beneficiarias
	Modelo de inserción sociolaboral con definición de fases y cronograma	Las personas beneficiarias logran una inserción sociolaboral o se autoemplean	Desarrollo de programa de inserción sociolaboral propio
L2 - Inserción sociolaboral	Incrementar y afianzar marca y presencia en redes y medios de comunicación	Se consolida la identidad de la Asociación Experiencia Bipolar	Desarrollo e implementación de plan de comunicación
	Establecer alianzas estratégicas con entidades clave afines y del sector	Se establece acuerdos de colaboración con entidades afines y la Administración	Establecimiento de acuerdos de colaboración estratégicos
	Consolidación como una entidad inclusiva y abierta a la participación social (voluntariado)	Dentro del movimiento de voluntariado, la entidad se consolida como organización de acogida a personas voluntarias	Proyecto de voluntariado
L3 - Marca, sensibilización e incidencia social	Puesta al día y cumplimiento con obligaciones de las Asociaciones	La entidad cumple con todas sus obligaciones legales, fiscales, etc.	Cumplimiento de todas las obligaciones para Entidades Sin Ánimo de Lucro (ESAL)
	Implementar sistema de calidad	Se cumple con los requisitos para obtener una certificación de gestión de calidad	Certificación de sistema de calidad
	Desarrollo Plan de Igualdad	Las personas que forman parte de la entidad entienden e incorporan la perspectiva de género de manera transversal	Certificación de plan de igualdad
	Plan de gestión de personal	La manera de trabajar responde a una planificación estructurada y consensuada por las personas integrantes de la entidad	Cumplimiento de normativa de personal (interno, externo, voluntariado) y desarrollo de protocolos de trabajo y gestión de personal
L4 - Estructura entidad			

L5 - Sostenibilidad económica	Mapa de procesos	Todas las áreas de la entidad se ven interpeladas e involucradas en el mapa de procesos	Desarrollo de un mapa de procesos de la entidad
	Otros planes y documentos administrativos	Adaptación a necesidades o problemas no previstos	Desarrollo de planes/documentos administrativos no identificados anteriormente
	Desarrollo modelo de financiación (fondos públicos y privados) Crecimiento base donantes/personas socias	Se ha reducido la dependencia al aporte del presidente Se ha aumentado la base social de personas donantes y asociadas	Programa de <i>fundraising</i> Programa de captación de donantes y personas socias



## 6. Seguimiento y evaluación

Una vez hemos diseñado nuestro plan estratégico, es fundamental definir cómo haremos su seguimiento y evaluación.

Cada año (y en función de los recursos disponibles), el plan será concretado en planes operativos que desplieguen de forma específica los objetivos y acciones concretas que habremos de llevar a cabo para cada proyecto en un período determinado de tiempo, así como los indicadores que nos permitirán verificar que vamos por buen camino.

Los PE precisan un espacio propio dentro de las organizaciones, es decir, han de ser una herramienta de trabajo que esté viva, accesible y disponible. Para ello, es necesario programar qué espacios de la organización dedicarán parte de su tiempo al seguimiento del mismo y a su evaluación de forma periódica.

Es recomendable que, en el primer año de vida del plan, el seguimiento sea especialmente cercano y frecuente para facilitar su despliegue. Por tanto, la articulación de espacios que velen regularmente por el adecuado desarrollo de la planificación estratégica y acompañen a las personas responsables de cada una de las líneas ante posibles dificultades o nudos, es fundamental.

La metodología de socialización, seguimiento y evaluación de este Plan Estratégico de la Asociación Experiencia Bipolar que se presenta a continuación ha sido diseñada con las aportaciones recogidas en la Jornada de Socialización del Plan Estratégico que tuvo lugar durante los meses de junio y septiembre de 2023.

### 7.1. Socialización interna

Para la socialización interna del Plan, que deberá estar completada durante el primer semestre de 2024, es decir, que todos los grupos internos hayan sido informados y hayan recibido la documentación necesaria para conocer y comprender el PE se realizarán las siguientes acciones:

#### **1. Introducción de un punto en el orden del día de las reuniones de todos los grupos internos.**

Esto implicará, por parte del Equipo Motor, la preparación de un contenido anexo al Plan que facilite su comprensión para cada grupo interno.

#### **2. Espacio para la socialización en la Jornada de encuentro del movimiento asociativo prevista para mayo de 2023.**

Implica reservar un espacio de tiempo suficiente para la socialización del PE en dicha Jornada.

### **3. Encuentros presenciales.**

Para asegurar la mayor participación posible, se incluirá un espacio físico para la socialización del Plan dentro de una jornada más amplia diseñada a criterio en base a intereses y necesidades de la Asociación.

### **4. Medios de difusión propios.**

Las redes sociales, web, espacio de repositorio en la nube, etc., serán elementos clave en la socialización tanto interna como externa y quedará a criterio del equipo de Comunicación de la Asociación el diseño de un Plan de Comunicación que incluya la difusión de la estrategia.

## **7.2. Socialización externa**

Para la socialización externa del Plan se realizarán las siguientes acciones:

### **1. Medios de difusión propios.**

Dependerá principalmente del diseño del Plan de Comunicación diseñado, siendo fundamental hacer el encargo al equipo responsable de poner todas las herramientas disponibles al servicio de la difusión y socialización del PE.

### **2. Grupos externos.**

Se plantea el diseño de una planificación para la socialización con grupos externos, para lo cual se partirá del “mapa de alianzas” de la Asociación para que el Equipo Motor elabore una propuesta en la que quede decidido:

- A quiénes es estratégicamente valioso hacer llegar el Plan.
- Qué herramientas se utilizarán y en qué espacios se hará.
- El uso de las herramienta digitales para hacer la difusión de una manera más adecuada.

## **7.3. Coordinación y seguimiento del Plan Estratégico**

Para la coordinación del PE se establece la continuidad del actual grupo motor (sin acompañamiento externo), responsable de impulsar y dar soporte a las personas responsables de cada línea estratégica.

El Equipo Motor informará periódicamente a los órganos de gobierno y, por último, se establecerá un punto permanente en el orden del día de las reuniones de todos los grupos internos

que el Equipo Motor nutrirá con información de valor para el seguimiento del mismo.

#### **7.4. Evaluación del Plan Estratégico**

Para la evaluación interna del Plan, se plantea realizar una evaluación que permita obtener información tanto del resultado / impacto obtenido como del proceso del mismo.

Esta evaluación se realizará una o dos veces al año y se socializará con los grupos internos.

Por otro lado, se recoge la necesidad de realizar anualmente una jornada de encuentro en la que, junto a otros contenidos de interés para el movimiento asociativo, se incluya un punto de evaluación anual del PE.

A fin de conocer con mayor precisión tanto la evaluación del trabajo realizado por parte de la Asociación Experiencia Bipolar, como del desarrollo del mismo, se plantea la elaboración de un cuestionario anual que contenga información tanto cualitativa como cuantitativa y que se irá afinando a medida que evolucione el Plan para obtener con cada evaluación datos más fácilmente cuantificables.

Para la evaluación externa está previsto que la entidad pueda recibir un acompañamiento externo de consultoría en un espacio anual que permita contrastar con una visión externa y especializada los resultados del Plan.

El presente PE ha sido revisado y aprobado por la Junta Directiva de la Asociación Experiencia Bipolar en la Asamblea celebrada el 7 de octubre de 2023. En prueba de consentimiento, firma la Junta Directiva a fecha fecha-firma-digital, representada en este acuerdo por el presidente y representante legal de la Asociación.

#### **Junta Directiva de la AEB**

Tel: +34 655 07 79 37

Email: [info@experienciabipolar.org](mailto:info@experienciabipolar.org)



Fdo: Sergio Galindo Merino, presidente y representante legal de la Asociación Experiencia Bipolar