

10  
URRIA  
OCTUBRE



EMPLEGU ETA GIZARTE  
POLITIKETAKO SARLA  
DEPARTAMENTO DE EMPLEO  
Y POLÍTICAS SOCIALES





— 10 de octubre de 2018 —

## DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

El Día Mundial de la Salud Mental se celebró por primera vez el 10 de octubre de 1992, fecha que eligió la Federación Mundial para la Salud Mental (WFMH) para poner el foco sobre las necesidades de las personas con problemas de salud mental. Desde entonces, la Organización Mundial de la Salud Mental se une a la celebración y apoya la iniciativa.

Aunque el Día Mundial de la Salud Mental es el 10 de octubre, a lo largo de todo el mes el movimiento asociativo vasco de personas con problemas de salud mental y sus familiares realizarán numerosas acciones informativas, de sensibilización y de reivindicación para promover la salud mental, así como la inclusión social de las personas con trastorno mental.

El lema del movimiento asociativo reunido en Salud Mental España se ha decidido mediante votación por Internet, entre cuatro propuestas creadas y elaboradas por el Comité Pro Salud Mental En Primera Persona de la Confederación Salud Mental. El eslogan elegido ha sido:

**“Educación inclusiva, salud mental positiva”**

El objetivo de este lema es reivindicar una educa-

ción que apueste por los valores, que trabaje la diversidad y la inclusión y que tenga en cuenta los retos de una sociedad que cambia a una velocidad de vértigo, para que se consiga una salud mental más positiva de las generaciones futuras.

Para FEDEAFES y las asociaciones que la integran (AGIFES, ASAFES, ASASAM, AVIFES), conseguir una sociedad para todas las personas, donde todas cuenten —también las personas con problemas de salud mental y sus familias— y dispongan de condiciones y oportunidades reales que posibiliten su autonomía personal y pleno desarrollo en todos los ámbitos de su vida, supone avanzar en un camino de transformación social hacia una cultura de aceptación de la diversidad, igualdad de oportunidades y accesibilidad universal. Desde nuestro movimiento asociativo trabajamos para que el conjunto de la sociedad conozca y comprenda mejor los trastornos mentales, y consideramos que la promoción de la salud mental entre la población en general y, sobre todo, entre las personas más jóvenes es esencial, al igual que la prevención de los problemas de salud mental en la población infanto-juvenil.

# DECLARACIÓN DE FEDEAFES

— Con motivo del día mundial de la salud mental —

FEDEAFES, federación de asociaciones de Euskadi de familiares y personas con problemas de salud mental —que agrupa a las asociaciones de AGIFES, ASASAM, ASAFES y AVIFES—, quiere sensibilizar sobre este colectivo y reclamar políticas a favor de su calidad de vida y, en especial, con motivo del día mundial de la salud mental.

Este año, el eslogan de la jornada, que se celebra el 10 de octubre, es *'Educación inclusiva, Salud Mental Positiva'*. Con este lema se pretende poner el acento en las poblaciones infanto-juveniles, en la promoción de la salud mental y en la prevención de los trastornos mentales en la infancia y en la juventud. El 75% de los trastornos mentales que se sufren de adulto comienzan antes de los 18 años y los datos existentes sobre los problemas de la salud mental de la población juvenil arrojan cifras elevadas. Por ello, **el sector educativo debe estar involucrado en la prevención y atención temprana**, enfrentándose a una de las principales dificultades de los problemas de salud mental: la dificultad de su visibilización que, al contrario de lo que ocurre con las enfermedades físicas, hace que permanezcan ocultos, **si no se disponen de medios para su detección y prevención**, lo que conlleva un gran estigma y discriminación. Creemos que ya es momento de hablar con naturalidad sobre salud mental y los trastornos mentales, en todos los contextos, en la sociedad y en la escuela. Nuestras asociaciones hace tiempo que realizan una labor de sensibilización sobre este tema en el ámbito educativo, pero es necesario que las administraciones se involucren más en la promoción de la salud mental positiva, en la sensibilización y en la prevención sobre factores que pueden ser generadores de problemas de salud mental, tales como la violencia en el hogar en las escuelas y la violencia de género o las adicciones, el acoso escolar y los abusos sexuales.

**Reclamamos políticas que incidan, por un lado, en la promoción de la salud mental positiva** en la población juvenil y que establezcan estrategias de

**prevención** con campañas de sensibilización sobre la importancia de cuidar la salud mental y, por otro lado, **en la necesidad de mejorar la atención temprana ante los primeros indicios** de algún problema de salud mental, así como el incremento de recursos públicos destinados a la salud mental de esta población.

La desinformación y la falta de conocimiento sobre la salud mental y los trastornos mentales producen que, en muchas ocasiones, la sociedad no comprenda, discrimine y rechace a las personas afectadas por este tipo de problemas de salud, lo cual dificulta su inclusión social. En la población juvenil es mucho mayor el impacto de esta discriminación.

Por ello, debe abordarse de forma decidida, desde las administraciones, una estrategia para la inclusión social de las personas con trastornos mentales que incida en la eliminación del estigma asociado a las enfermedades mentales, con carácter transversal, que involucre a diferentes administraciones. Consideramos que esta estrategia es esencial para todas las personas afectadas, y que tendrá un efecto muy positivo en la población juvenil.

El estigma asociado a los trastornos mentales hace que los jóvenes no hablen de sus problemas de salud mental, lo que dificulta su atención y prevención. La prevención en salud mental, la mejora de la atención temprana en los inicios de los trastornos mentales, la mejora de la detección de la depresión juvenil, del bullying y del ciberbullying incidirá, también, en la prevención del suicidio en las poblaciones juveniles. Por todo ello, consideramos de vital importancia **el incremento de recursos para el abordaje de los problemas de salud mental en la población infanto juvenil**, en los ámbitos educativos, sanitarios y sociales, ya que hay población juvenil con problemas de salud mental a la que no se está dando respuesta desde las administraciones.

# “EDUCACIÓN INCLUSIVA, SALUD MENTAL POSITIVA”

## Manifiesto elaborado por el Comité Pro Salud Mental en Primera Persona de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA

En realidad, la celebración del Día Mundial de la Salud Mental es una fiesta para los que creemos en una ciudadanía de calidad y rica en valores. Es, asimismo, una oportunidad para proyectar sobre la sociedad una imagen nueva y positiva de lo que significa la salud mental. ¿Cómo que no?

Sin duda, y enlazando con el lema de este año, la pieza que da coherencia al conjunto es la educación.

Entendemos por educación inclusiva **un sistema donde se provee al alumnado aprendizaje de espacios, entornos y apoyos efectivos para que concurra en una verdadera igualdad de oportunidades**. En un medio inclusivo es el sistema quien trata de adaptarse al individuo con diferentes condicionantes, y en él se promueve un ambiente de respeto, de aprecio, de reconocimiento a las necesidades particulares; ya que todos formamos parte de la sociedad y del futuro. **No son importantes los déficits, sino las proyecciones**.

**Cabe decir que todas las personas somos sujetos participantes del proceso educativo:** escuela, familia, amigos, medios de comunicación, sanitarios... Si todos adoptamos una actitud de cooperación y apoyo, podremos decir que la salud mental siempre estuvo ahí, y que quizá fue un regalo. No se trata solo de atender a los que presenten dificultades, sino de explicar las bases para una buena salud mental del conjunto.

De la educación depende la adquisición de conocimientos, la competencia profesional, y el avance de la técnica, pero también el sentido de pertenencia, el respeto a la diversidad, la inclusión, y el desarrollo de los derechos fundamentales.

Es de vital importancia que docentes y profesionales sanitarios dominen el lenguaje de la inclusión, y que se establezcan itinerarios de formación para tal fin. Si fomentamos en la escuela, principalmente, la sensibilidad hacia realidades distintas, y ahondamos en la asignatura de la prevención, **el sueño del**

**bienestar podrá tocarse con los dedos**, y ya nadie hablará del mundo si no es para mejorarlo.

**La educación es el principal instrumento de cambio hacia horizontes más justos y equitativos.**

Es cierto, la memoria de un niño, de una niña, es como un libro en blanco, que permanece abierto en la edad de los descubrimientos. Llenemos entonces sus páginas con palabras de comprensión, acaso la mejor medicina. Introduzcamos en el ciclo educativo elementos de juicio que ayuden a valorar la experiencia vital de las personas, sea cual sea su condición.

La mente es un órgano en constante creación; formado por los pensamientos, por las luces que son los recuerdos, o por las emociones. Es un órgano preparado para el aprendizaje, para organizarnos en sociedad, y para la superación.

Sin embargo, aún hoy, **una diferencia en la capacidad de respuesta ante los problemas que genera la vida diaria es motivo de rechazo**. Con la educación inclusiva se trataría de pasar de una actitud instintiva, como es el estigma o rechazo, hacia modos más evolucionados, como serían la paciencia o el amor.

Desde este órgano de redacción del manifiesto, el Comité Pro Salud Mental En Primera Persona, y que creemos representa la voz de los que no tienen voz, **aceptamos el reto de fortalecer nuestras capacidades**, de no bajar los brazos, ahora bien, al otro lado debe haber una luz amiga, que nos ilumine con su calor. Está en juego la dignidad de la especie humana.

Recordatorio: El texto de la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de la ONU es de obligado cumplimiento para el Estado Español. Leamos el artículo 24 de la Convención, mirémonos a los ojos, y digamos si estamos haciendo todo lo posible.



# Programa de actividades

## Fedeafes

10 DE OCTUBRE

**DIA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL 2018**

**11:30**

Acto institucional en el Ayuntamiento de Donostia con la intervención de autoridades y de la presidenta de Fedeafes.

**12:00**

Acto en el Boulevard donostiarra: Lectura del manifiesto por personas del comité en primera persona de Fedeafes.

Paraguada y animación en el Boulevard.

**14:00**

Comida de hermandad entre asociaciones (personas, familiares, profesionales, juntas.. de las asociaciones de Fedeafes).

30 DE OCTUBRE

**TEATRO SOCIAL EN BILBAO: "TODOS CONTAMOS, TODOS ACTUAMOS"**

**18:30**

En la sala Bilborock – en el Muelle de la Merced, 1 en Bilbao. Te invitamos a una función de teatro muy especial...

Tendremos la oportunidad de...

- ... Reflexionar sobre la salud mental.
- ... Debatir sobre la integración social.
- ... Conocer lo que sienten las personas con trastorno mental.
- ... Empatizar con sus familiares.
- ... Descubrir otra forma de hacer intervención social.

15 DE NOVIEMBRE

Fedeafes y el Centro Penitenciario de Zaballa organizaran el torneo de futbol anual por la salud mental

## Agifes

11 DE OCTUBRE

**BURU OSASUNAREN ALDEKO II. BERTSO SAIOA**

**20:00** Recital de bertsos por la salud mental. Sala Bastero de Andoain.

23 Y 24 DE OCTUBRE

**JORNADAS DE ESTIGMA Y DEPRESIÓN**

**18:00 a 20:30**

de en el salón de plenos del Ayuntamiento de Donostia. Contaremos con la participación de ponentes profesionales y de personas con problemas de salud mental.

DEL 19 AL 27 DE OCTUBRE

**EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA**

**De lunes a viernes, de 17:00 a 21:00 horas, y sábado de 17:00 a 20:00 horas**

Exposición fotográfica sobre depresión con las obras de Pedro Mari Modrego, socio de Agifes que expresa mediante sus fotografías su visión de la depresión en primera persona. En "La Sociedad Fotográfica de Gipuzkoa".

## Asafes

16 DE SEPTIEMBRE

**CARRERA**

**MUÉVETE POR LA SALUD MENTAL**

Asafes celebró en el 16 de septiembre la carrera 'Muévete por la salud mental', que incluyó actividades paralelas como zumba popular, flash mob, actividades infantiles y sorteo.

10 DE OCTUBRE

**STAND INFORMATIVO EN OYÓN**

Pondremos en nuestras redes sociales el vídeo grabado durante la marcha de septiembre.

# Asasam

## 2 DE OCTUBRE

12:00

### Partido futbito ASASAM-LA MILAGROSA.

Polideportivo Lamuza-Granja  
Arbitraje / Epaila: Txato Nuñez

## 6 DE OCTUBRE

11:00

En la plaza Aldai.

- Recepción de autoridades y lectura del manifiesto
- Stand informativo de salud mental
- Exposición y venta de trabajos artísticos realizados por personas usuarias de la asociación
- Venta de pintxos y bebidas
- Actividades infantiles y herri kirolak.
- Grabación de programa de radio "Laudion Fénix"
- Animación musical

11:30

### Partido futbito ASASAM-BIZITEGI.

Arbitraje con la colaboración de Txato Núñez.

17:30

**Recital de poesía** dirigido por Begoña Guerrero.  
Parque lamuza (casino).

## 25 DE OCTUBRE

10:30-13:00

**Jornada sensibilización sobre la sexualidad y la enfermedad mental.** Programa de Atención a la Sexualidad de Asasam. Ponente: Inma Ruiz de Lezana (sexóloga). Casa cultura de Llodio (Sala Arrano)

# Avifes

## PRESENTACIÓN y PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA-DOCUMENTAL "¿Y si te dijeran que puedes? Eta egingarria balitz?"

- **3 de octubre** | Participación en el marco del II Taller de buenas prácticas en innovación social en servicios de inclusión sociolaboral del colectivo TMG, organizado por Elkarkide.
- **15 y 16 octubre** | en Tenerife y Las Palmas de Gran Canaria respectivamente.
- Proyección y presentación de "¿Y si te dijeran que puedes? Eta egingarria balitz?" en el **Hospital de Galdakao** de la mano de su unidad de psiquiatría.

- Proyección y presentación de "¿Y si te dijeran que puedes? Eta egingarria balitz?" en el Centro Penitenciario El Dueso, en **Cantabria**.

## 10 DE OCTUBRE

### CAMPAÑA "CUIDA TU COCO-ZAINDU ZURE KOKOA"

- Rueda de prensa de lanzamiento de la campaña y sus diferentes actos.
- Despliegue de la campaña "Cuida Tu Coco-Zaindu Zure Kokoa" en redes.
- sociales, así como en soportes en medios de transporte y a través de acciones de Street Marketing.
- Distribución de la misma entre Centros de salud, Centros educativos, Servicios Sociales, entidades y sociedad en general.

### PARTICIPACIÓN EN LAS JORNADA DE SALUD Y CONSUMO DEL AYTO. BILBAO

Impartición de taller sobre "Salud mental y consumo de tóxicos" en la marco de las Jornadas de Salud y Consumo, organizadas por el Negociado de Drogodependencias del Área de Salud y Consumo del Ayuntamiento de Bilbao. Jornadas dirigidas a personas afectadas por las adicciones y a sus familias, así como a profesionales y voluntariado de organizaciones o recursos sociales de Bilbao.

## 11 DE OCTUBRE

### PARTICIPACIÓN EN LAS IX JORNADAS DE ARGIA

Participación en las jornadas de intercambio y sensibilización organizadas por ARGIA, con la intervención del profesional de la entidad Arkaitz De la Ruz, sobre las necesidades socio sanitarias de jóvenes que sufren trastorno mental grave.

## 20 DE OCTUBRE

### 4er ENCUENTRO DE FAMILIAS AVIFES

Bajo el lema "**Cuida tu coco-Zaindu zure Kokoa**" en el Auditorio del Hotel Gran Bilbao (Bilbao), con asistencia prevista de 400 personas entre familias, personas con enfermedad mental, personas voluntarias y profesionales.

Celebraremos la comida de hermandad de socios y socias de AVIFES.

Programa 4er Encuentro de Familias:

- De 10:00 a 13:00 Ponencias y testimonios enmarcados en dos temas: La familia como cuidadora y los jóvenes y su salud mental
- 13:00 a 14:00 Acto institucional
- 14:30 a 17:30 Comida de hermandad

# Qué es Fedeafes

FEDEAFES es la **Federación de Euskadi de Asociaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental**. La entidad se constituyó en 1987 y desde entonces su trabajo ha consistido en la representación del colectivo en el ámbito de la Comunidad Autónoma del País Vasco. Desde 1998 tiene reconocida la Declaración de Utilidad Pública.

En la actualidad cuenta con **más de 3.000 familias asociadas** en toda la CAPV y representa a más de **12.000 personas**. Las asociaciones integrantes de nuestra entidad son ASAFES (Álava), AVIFES (Bizkaia), ASASAM (Comarca del Alto Nervión) y AGIFES (Gipuzkoa).

## Misión

Fedeafes se constituye para:

- Generar investigación, intercambio, aprendizaje e innovación en las iniciativas que buscan la mejora en la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familiares.
- Impulsar y difundir políticas y experiencias dentro del Modelo de Calidad de Vida.
- Defender y reivindicar la dignidad y los derechos de las personas afectadas y sus familiares.
- Sensibilizar a la sociedad.
- Participar en foros y redes.
- Exigir políticas públicas en beneficio de las personas afectadas y sus familiares.
- Su trabajo está orientado y enmarcado teóricamente dentro del Modelo de Calidad de Vida, la promoción de la autonomía y el desarrollo de todas las potencialidades de la persona.

## Servicios de las asociaciones

Las asociaciones del movimiento asociativo Fedeafes son un punto fundamental de asesoramiento y apoyo a las personas con enfermedad mental y sus familias.

Ofrecen **espacios de participación ciudadana** y gestionan **servicios de calidad**:

- Servicio de acogida y orientación
- Atención domiciliaria
- Intervención familiar
- Centros de día y programas de rehabilitación psicosocial
- Viviendas tuteladas
- Programas de inserción laboral
- Programas de ocio inclusivo
- Asesoría jurídica, etc.



# Asociaciones de Fedeafes



## *Fedeafes*

Tres cruces 14, behea,

01400 Laudio (Araba)

Tel: 94 406 94 30

E-mail: [fedeafes@fedeafes.org](mailto:fedeafes@fedeafes.org)

Web: [www.fedeafes.org](http://www.fedeafes.org)



## *Asafes*

Amadís, 2. (Sarrera, Blas de Oteron)

01010 Vitoria-Gasteiz (Araba)

Tel: 945 28 86 48

E-mail: [asafes@asafes.org](mailto:asafes@asafes.org)

Web: [www.asafes.org](http://www.asafes.org)



## *Avifes*

Santutxu, 40

48004-Bilbao (Bizkaia)

Tel: 94 4456256

E-mail: [info@avifes.org](mailto:info@avifes.org)

Web: [www.avifes.org](http://www.avifes.org)



## *Agifes*

Morlans pasealekua, 3 behea

20009-Donostia (Gipuzkoa)

Tel: 943 474337

E-mail: [agifes@agifes.org](mailto:agifes@agifes.org)

Web: [www.agifes.org](http://www.agifes.org)



## *Asasam*

Tres cruces 5 behea

01400 Laudio (Araba)

Tel: 94 4034690

E-mail: [info@asasam.org](mailto:info@asasam.org)

Web: [www.asasam.org](http://www.asasam.org)