



# Balance de una gestión

Próxima ya la asamblea general de asociados y familiares de ASIEM, es necesario hacer una pausa en el camino para valorar que es lo que se pretendía lograr y después hacer el balance de lo conseguido y, por supuesto, de las omisiones o desaciertos, si es que los ha habido.

La actual Junta ha tomado como programa de su actuación los objetivos que conforman la declaración de principios que figura en sus estatutos que son la razón de ser de ASIEM, a saber:

**Primer objetivo: La sensibilización de las instituciones y opinión pública sobre la aceptación e integración de nuestros hijos e hijas o familiares enfermos en la sociedad.**

Equipos de tres o cuatro personas, integrados por un familiar, una persona enferma y un profesional, se han dedicado durante estos tres años a dar charlas informativas a estudiantes de centros universitarios. Es una actividad muy gratificante por la buena sintonía que se establece con los estudiantes. Sorprende el grado de desconocimiento de la enfermedad mental y las repercusiones en su entorno inmediato. Han recibido esta información alrededor de mil estudiantes.

- La atención a la Tienda Solidaria por parte de las personas enfermas es un recurso terapéutico que favorece su estabilidad y socialización.

- Exposición de cuadros en la Llotgeta de la CAM. Fue como una ventana abierta a través de la cual llegó al mundo de la cultura y el arte la precariedad en que se encuentra esta enfermedad.

- Proyección de un documental en los cines Babel con el que, a través de las imágenes, pudieron los espectadores conocer mejor las vivencias personales de los protagonistas.

**Resultados obtenidos:** satisfactorios, pero escasos. Sería necesario poder ampliar la oferta a otros centros uni-

versitarios: Periodismo y Medicina. También promover nuevas iniciativas.

**Conclusión:** Cabría contar con más personas, familiares y allegados, dispuestas a aportar ideas y un poco de su tiempo.

**Segundo objetivo: Exigir a la administración pública la creación de los recursos necesarios para la adecuada atención socio-sanitaria a nuestros enfermos.**

Desde la Junta se han mantenido entrevistas con algunos de los nuevos cargos (aquellos que han tenido a bien atendernos) y personal técnico de las Consellerías de Sanidad y Bienestar Social. También con los Servicios Sociales del Ayuntamiento de Valencia. La entrevista solicitada en el mes de setiembre al Director General de Atención al Discapacitado, dependiente de Bienestar Social, aún no ha tenido lugar no sabemos por qué.

**Resultados:** En general, No se han aumentado las ayudas económicas. Se mantienen las subvenciones solicitadas para los programas de la asociación, más bien en algún caso puntual, han sufrido recortes.

En cuanto a la demanda de una generalización de los recursos hospitalarios y residenciales, así como dotar de más personal a los equipos multidisciplinares de atención a la salud mental pública, nos remiten a proyectos de creación de macrocentros asistenciales y servicios sanitarios, cada vez más, en manos de empresas privadas, todos sabemos con qué intención. En cuanto a la Ley de Atención a la Dependencia, las disputas entre administraciones la tienen, a estas alturas, congelada en esta Comunidad.

**Conclusión:** No hay más sordo que el que no quiere oír y aquí, por ahora, estamos desde hace mucho tiempo a la espera de un gesto que nos indique la intención de que algún responsable quiera escucharnos.

---

REVISTA ASIEM, Año IV, Revista nº 7, abril 2008.

Director coordinador: Javier Mayorgas. Equipo de redacción: Eloy Del Teso, Begoña Marín, Pablo Cabeza, Javier Mayorgas, Paqui Serrano, Alberto Roy, Joan Gómez. Colaboraciones: Ernest Forner, Margarita Rama, Cosme López, Marisa Cruz, Cristina Aranguren, Paz Ibáñez. Dibujo portada: Paco Gómez. Maquetación: Eva Benedito. Imprime: Gráficas Catalá.

# Editorial

## **Tercer objetivo: Que la asociación sea un lugar de encuentro para los enfermos, familiares y allegados.**

Es difícil desde una asociación como la nuestra, con más de 280 socios, realizar las necesarias y suficientes actividades y programas que dinamicen la convivencia, el apoyo mutuo, el intercambio de opiniones, la generación de ideas y soluciones a determinados problemas.

**Resultados:** Se ha conseguido un piso para la sede de la asociación y un bajo para llevar a cabo las actividades del Club de Ocio y el Curso Psicoeducativo para Familiares. Estos espacios, previsiblemente a medio plazo, serán insuficientes.

Se edita la revista como elemento cohesionador de nuestro colectivo. Se echa en falta la participación de los asociados con ideas y opiniones que enriquezcan su contenido.

Mayor éxito tienen los actos festivos y las actividades de recreo para los socios y familias.

Funciona bien nuestra página web. Como desde la asociación se genera bastante información, haría falta alguna persona experta en informática que la mantuviera actualizada.

**Conclusión:** Por tanto para crear esa trama de solidaridad y sentimiento de apoyo mutuo son necesarias personas capaces de poner en práctica estrategias que dinamicen todas y cada una de estas actividades.

## **Cuarto objetivo: contribuir con nuestras acciones a mejorar la calidad de vida**

La inserción social y laboral es un recurso muy eficiente para favorecer la integración en la sociedad de nuestros familiares enfermos, cuando su estado de salud lo permite.

Sentirse responsables y útiles en el trabajo aumenta su

autoestima, refuerza su autonomía y les integra, paulatinamente, de manera natural a su entorno familiar y social. Supone, en definitiva, un cambio importante tanto para los enfermos como para sus familiares.

**Resultados:** Desde la asociación se han iniciado de un tiempo a esta parte una serie de contactos con entidades tanto públicas como privadas (SERVEF, FUNDOSA, AVAR, FEVECTA) para conocer las posibilidades de la inserción laboral y explorar alternativas y caminos que, por ahora, aquí, nadie se atreve a recorrer (excepción hecha de Albanta Jardines y Albergo Artesanos de Aldaia). En otras comunidades autónomas sí se conocen experiencias ciertamente positivas surgidas a iniciativa de familias, grupos de profesionales de la medicina o de asociaciones que, posteriormente, una vez que funcionan, cuentan con apoyos institucionales: Cataluña, País Vasco, Andalucía y Galicia, entre otras.

**Conclusión:** Habría que hacer, cuanto menos, una reflexión sobre lo expuesto en este sentido.

Intentar dar contenido a estos cuatro objetivos ha sido un reto que desde la Junta hemos asumido con convicción porque hay unos seres queridos que padecen de enfermedad mental y que nos necesitan.

**Queremos manifestar que se han dedicado muchas horas de trabajo y de esfuerzo personal de unos pocos. Esta dedicación les ha supuesto un considerable desgaste, no tanto físico pero sí anímico pues también ellos tienen hogar y familiares que les necesitan. Cumplidos los tres años de dedicación sin reservas al frente de la entidad, su esfuerzo merece un relevo o cuanto menos un eficaz respaldo.**

Así pues, cabe ponernos en contacto con la asociación para conocer las necesidades que tiene planteadas y ofrecer nuestra colaboración. Se trata simplemente de unir los esfuerzos de muchos en beneficio de todos.

# Noticias

## Ley de promoción de la autonomía

ASIEM celebró el pasado 27 de Noviembre una charla sobre la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y de Atención a las Personas en Situación de Dependencia. La ponencia vino de la mano de D. Jesús Casero (Director del Centro Municipal de Servicios Sociales de Fuensanta). Algunos de los aspectos más característicos abordados durante la jornada fueron los siguientes:

- Esta Ley, si bien tiene por objeto la atención a la dependencia mediante la creación de un Sistema de Atención a la Dependencia (SAAD), reconoce fundamentalmente el derecho a la promoción de la autonomía de las personas.

- Esta Ley reconoce la atención a la dependencia como un DERECHO SUBJETIVO. **Por el hecho de tener una dependencia reconocida se tiene derecho a unos servicios y prestaciones en el nivel básico, independientemente de si hay presupuesto o no.**

- Otra de las características destacables es que se trata de **una ley que nace acompañada de un presupuesto por parte de la Administración del Estado**, y cuando hay un concierto con las CCAA una cantidad equivalente por parte de éstas.

- La red de Servicios y Prestaciones incluye, en el caso de los Servicios, **ayuda a domicilio, teleasistencia, cen-**

**tros de día y de noche y residencias. En relación a las Prestaciones, incluye el derecho a una prestación económica para contratar la atención en el sector privado, siempre que el servicio no esté disponible en la oferta pública. El beneficiario también podrá ser atendido por un familiar, que recibirá una compensación económica y será dado de alta en el Sistema de la Seguridad Social.** En último lugar, existirá una prestación económica destinada a la contratación de un asistente personal para ayudar al beneficiario a realizar las tareas básicas de la vida diaria.

- En el año 2.007 comenzó la atención a todos los grandes dependientes (aquella situación en que la persona requiere ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria varias veces al día y necesita el apoyo continuo e indispensable de otra persona).

- A partir del 2.008 la prestación de servicios y ayudas se irá ampliando paulatinamente a las personas con dependencia severa y moderada.

- En el año 2.015 se habrá implantado en su totalidad el Sistema de Dependencia.

- Para recibir los Servicios y Prestaciones, los ciudadanos deberán dirigirse a los Servicios Sociales de su zona.

## Las IV Jornadas de Rehabilitación psicosocial

El pasado mes de octubre, durante los días 29, 30 y 31, se celebraron en Valencia las IV Jornadas de Rehabilitación Psicosocial, con el título "Calidad, Comunidad y ética". La organización corrió a cuenta del programa ALALBA y **el objetivo de dichas jornadas fue trazar un recorrido por los diferentes recursos comunitarios de salud mental, desde los exclusivamente sanitarios, hasta aquellos responsables de lograr la reinserción sociolaboral de las personas con enfermedad mental, pasando por los que se encargan de ofrecer a estas personas una rehabilitación psicosocial.**

Los temas que se trataron en estas jornadas giraron en torno a los recursos existentes de salud mental, la metodología utilizada para lograr los objetivos de recuperación, rehabilitación e inserción sociolaboral y las dificultades y problemas a los que hay que hacer frente.

Así mismo, también se impartieron talleres formativos. El grupo de teatro del programa ALALBA, representó en el Teatro Rialto una obra que trata en clave de humor la visión que se ha tenido de la enfermedad mental en las diferentes sociedades a lo largo de la historia.

En líneas generales, se concluyó que el modelo desde el que se está trabajando es bueno, pero que dada la falta de recursos destinados a la salud mental, es muy difícil aplicarlo con las suficientes garantías. **Por ello debemos seguir insistiendo en reivindicar a las administraciones públicas que se comprometan a cubrir las necesidades de nuestro colectivo y que destinen los recursos suficientes para ello.**

# ¿Te gustaría trabajar? Ven a los talleres de orientación e inserción laboral

ASIEM va a organizar en colaboración con FUNDOSA (Fundación para la Inserción Laboral de Discapacitados del Grupo ONCE), dos TALLERES DE ORIENTACIÓN LABORAL.

Los talleres estarán dirigidos a aquellas personas con enfermedad mental que estén interesadas en acceder al mercado de trabajo.

## **Taller de motivación:**

Duración de 30 horas.

Contenidos:

Descubrir los gustos y preferencias. Conocer las capacidades personales para acceder a un puesto de trabajo. Elaborar un plan de acción para la búsqueda activa de empleo.

## **Taller de habilidades prelaborales**

Duración: 40 horas

Contenidos:

Entrenamiento para la búsqueda de empleo. Herramientas básicas para encontrar empleo. Cómo participar en una entrevista de trabajo. Dónde y cómo buscar trabajo.

## **Requisitos de los participantes:**

-Tener vigente certificado de minusvalía (a partir del 33%).

-Tener vigente tarjeta de demanda de empleo en el SERVEF (estar inscrito en Oficina de Empleo).

Se prevé la realización de los talleres para el próximo mes de Mayo o Junio.

Los interesados deben contactar con la asociación lo antes posible, puesto que las plazas son limitadas.

Se pueden inscribir en uno de los talleres o en ambos. Son talleres de carácter gratuito.



## **TFIL jardinería**

El Ayuntamiento de Valencia tiene previsto realizar para el próximo mes de Julio un TFIL (Taller de Formación e Inserción Profesional) de Jardinería para personas con enfermedad mental.

El curso, que empezará sobre el mes de julio y finalizará en diciembre, tiene como objetivo educar a profesionales en la jardinería, pero también instruirles en áreas como la orientación laboral y habilidades socio-laborales. En el taller, que se impartirá en la Fundación de la Escuela Municipal de Jardinería, se podrán matricular hasta diez alumnos que acrediten su discapacidad (tener reconocido un grado de minusvalía no inferior al 33%) y estar inscritos como demandantes de empleo en las Oficinas de Empleo del SERVEF.

Las personas interesadas que cumplan los requisitos mencionados deberán contactar lo antes posible con la asociación, dado que se trata de plazas limitadas y sometidas a un riguroso orden de solicitud.



## “Mi mente rota”

**Se presenta el primer libro sobre trastorno bipolar narrado por la propia paciente, María Ferrero.**

María Ferrero ha presentado en Toledo su libro “Mi mente rota”, la primera autobiografía escrita en España en la que se aborda el trastorno bipolar desde la experiencia personal del paciente. **Su autora de 33 años licenciada en economía y afectada de bipolaridad desde los 18, definió su obra como “una estrategia vital para enfrentarme al pasado y aprender de él, a fin de articular tácticas de defensas para mis próximas crisis”.**

María Ferrero quien reconoció que la suya es una enfermedad crónica de la que todavía no está curada y por la que sigue padeciendo crisis, confió en que llegará un momento en el que pueda afirmar que lleva muchísimos años “estable” y reconoció que este libro, que no escribió pensando en su publicación le ha servido como terapia. Y añadió: “esta terapia ha funcionado porque me ha permitido poder mirar atrás y analizar lo pasado sin sangrar en el intento”.

María, inmersa ya en la preparación de otro libro, se mostró esperanzada en que **“Mi mente rota”** ayude a otras personas que sufren la misma enfermedad que ella y a los profesionales de la salud mental.

La obra ha sido publicada por la editorial Sal Terrae, cuyo director Antonio Allende, destacó que este libro, el primero autobiográfico escrito en España en el que se aborda el trastorno bipolar desde la experiencia personal del paciente, ha conquistado tanto el mercado español como el latinoamericano, estando presente en las grandes cadenas de librerías de los países de habla hispana.

### **“Mi mente rota”**

Autor: María Ferrero Soler

Editorial: Sal Terrae. [www.salterrae.es](http://www.salterrae.es)

Año de publicación; 2007. pvp aprox. 11 euros.

# Unas 500 personas reclaman a la Generalitat una mayor atención a la Sanidad Pública y especialmente a la Salud Mental

## **16 entidades participaron en la concentración, entre ellas ASIEM**

El pasado día 21 de febrero un nutrido grupo de representantes de partidos políticos, sindicatos, asociaciones vecinales y asociaciones de personas con enfermedad mental – hasta un total de 16 entidades - que habían sido convocadas por la Plataforma en Defensa de la Salud Mental Pública, se concentraron en la plaza de Manises ante el Palacio la Generalidad. Se clamaba por una mayor atención a la Sanidad Pública por parte del gobierno de la Comunidad así como prioridad para las urgentes e inaplazables necesidades que desde siempre padece la Salud Mental. Entre las reivindicaciones coreadas por alrededor de 500 personas que participaron en la concentración figuraban, entre otras, **la negativa a la privatización de los servicios sanitarios en general, la falta de voluntad política para llevar adelante la Ley de la Sanidad de 1986 y en la arbitrariedad y falta de planificación en la creación de recursos sanitarios en la Sanidad.**

Las carencias que padecen los afectados por enfermedades mentales y sus familiares eran el centro de atención del manifiesto: En un estudio realizado por la Asociación Española de Neuropsiquiatría **se denunciaba la merma de presupuestos para la dotación de centros de salud mental** tanto para adultos como para niños y jóvenes; desmantelamiento y cierre del centro de salud mental en Denia a pesar de las denuncias reiteradas de la Sindicatura de Greuges sobre las deficiencias en la Salud Pública. **Una de las reivindicaciones más reclamada por el colectivo de Salud mental es la gratuidad y universalidad de la rehabilitación como ocurre en otras especialidades sanitarias.** Este recurso depende de Bienestar Social y se convierte en una asistencia sometida a la existencia de presupuestos. Por tanto, si no hay presupuestos no hay rehabilitación.

A través de eslógans y pancartas se fueron desgranando el resto de demandas: **incumplimiento en dotación de hospitales de día, de unidades de atención domiciliaria, en camas en hospitales, en centros de rehabilitación, en viviendas tuteladas, en políticas de inserción social y laboral y en campañas contra el estigma.**

Después de 45 minutos de espera, una comisión de familiares y una trabajadora social, pertenecientes todos ellos a la Plataforma, fue recibida por la Secretaria de la Presidencia e invitada a pasar a una sala para manifestar sus reivindicaciones. Tras las explicaciones pertinentes de la comisión y posterior entrega del manifiesto, la Secretaria comunicó que trasladaría las quejas y el escrito al Presidente y a los Consellers de Sanidad y Bienestar Social; pidió los teléfonos de las tres asociaciones presentes y se despidió con la promesa de que en un tiempo prudencial tendrían noticias.

## **Valoración por parte de ASIEM:**

Desde ASIEM queremos hacer una doble valoración: **Agradecemos el apoyo e implicación a todas las entidades y personas que estuvieron presentes y se solidarizaron con nuestras demandas, especialmente a la Plataforma y a sus miembros por su ánimo y gran labor en la coordinación del evento.**

En cuanto a las promesas que se nos hicieron, ya nos hubiera gustado que fueran una realidad y, bien a través de FEAFES o directamente con ASIEM, se creara una comisión conjunta de consulta y asesoramiento sobre las necesidades que plantea la enfermedad mental. En el momento actual damos fe de que no ha sido así. **Una vez más han pasado olímpicamente de las asociaciones, de las leyes y de las Recomendaciones del Comité de Ministros del Consejo de Europa** en donde se pide que “se procuren mecanismos para facilitar el derecho de los sectores afectados a participar en el proceso de decisión que afecten a los cuidados sanitarios en materia de salud mental”.

# “Necesitamos respeto, comprensión y mucho afecto por parte de la sociedad hacia nuestras personas enfermas”

Joan Gómez, secretario de ASIEM

## **ASIEM lleva ya años trabajando ¿Podría realizar un balance de las actividades de la asociación en los últimos años?**

Como asociación nuestro objetivo ha sido dar apoyo a nuestros usuarios a través de múltiples actividades del club de ocio. Llevamos a cabo programas de atención domiciliaria para romper su aislamiento, síntoma propio de la enfermedad, y reforzar la integración social; campañas de sensibilización de la sociedad, especialmente las dirigidas a estudiantes universitarios de determinadas áreas profesionales; los cursos psicoeducativos de apoyo, orientación e información a los familiares sobre la enfermedad y las habilidades necesarias para tratar a sus familiares enfermos.

## **¿Cómo valora la situación actual de la entidad?**

Las familias acuden en busca de orientación ante la ingrata situación en que se encuentran tras una imprevisible e inesperada crisis psicótica de algún familiar. Tratándose de una enfermedad que afecta a un uno por ciento de la población, parece que cada vez se tiene más conciencia de ella. De ahí el progresivo crecimiento de la entidad. En la actualidad somos un colectivo de alrededor de 275 socios. Una mayor implicación de las instituciones, tanto públicas como privadas, favorecería una mejor atención a las personas asociadas.

## **¿En qué situación se encuentra la enfermedad mental en la Comunidad Valenciana con respecto a la administración y los profesionales médicos?**

Hay un total desconocimiento desde la administración de las necesidades reales que plantea la salud mental. No se quiere profundizar en el tema. No les interesa. La ley sobre la Sanidad de 1986, promovía la atención co-

munitaria basada en la dotación de una serie de recursos hospitalarios y rehabilitadores en la Sanidad Pública. El desarrollo e implantación de estos servicios en la red sanitaria ha ido siempre muy lenta, con escasez de instalaciones hospitalarias adecuadas y con una dotación de profesionales de la psiquiatría y de los equipos multidisciplinarios muy por debajo de la que disponen otras comunidades e incluso los propios planes de la Administración. El modelo que planteaba la ley no ha sido tenido en cuenta en nuestra Comunidad, cuyos gobernantes la han ignorado y, en cambio, han apostado por la privatización de los servicios a cargo de empresas cuyo objetivo es el beneficio económico.

## **¿Y con la sociedad? ¿Existe comprensión por parte de la sociedad o sigue existiendo desinformación?**

La enfermedad mental es, hoy por hoy, prácticamente desconocida para la sociedad salvo para las personas que la padecen y su entorno inmediato. El tratamiento tendencioso y distorsionado que proporcionan los medios de comunicación a los incidentes protagonizados por estas personas es completamente nefasto para entender la situación en que se encuentran. Estas personas son infinitamente más víctimas que agresoras. Los afectados echamos de menos campañas institucionales de sensibilización a gran escala que sitúen esta enfermedad ante la sociedad en su justa realidad.

## **¿Están los socios implicados con el trabajo que realiza ASIEM?**

La sensibilidad asociativa está todavía muy poco arraigada. Por otra parte las asociaciones nos movemos con precariedad de recursos y es difícil transmitir a los usuarios el concepto de asociacionismo. Tampoco la adminis-

---

# solmatic

SOLMATIC, C.B. Electricistas

C/San Luis Gonzaga 4-Bajo. 46970 ALAQUÀS. Tel. y Fax 961511331\_ Empresa colaboradora con ASIEM

# Entrevista



tración favorece esta actividad porque en el fondo no le interesa que funcione. La actividad asociativa es el interlocutor válido para conocer y resolver las necesidades que hay planteadas.

## **¿Qué papel tienen los voluntarios?**

La falta de recursos económicos para llevar a término determinadas actividades asociativas, se subsana en muchas ocasiones con la solidaridad de las personas voluntarias. La juventud es a día de hoy, puestas a salvo determinadas minorías, la que mejor entiende valores como la entrega desinteresada a causas justas y solidarias. Esta valoración la hago desde el reconocimiento a la labor que en nuestra asociación están desarrollando un puñado de voluntarias y voluntarios.

## **¿Qué necesidades tiene en este momento el colectivo?**

Fundamentalmente respeto, comprensión y mucho afecto por parte de la sociedad hacia nuestras personas enfermas.

## **¿Cuáles son vuestros retos para el futuro?**

Conseguir el objetivo prioritario de mejora de la calidad de vida de nuestras personas queridas con toda clase de recursos asistenciales y residenciales. Por suerte, cada vez se detecta la enfermedad mental en edades más tempranas: cuando apenas se han terminado los estudios o ha empezado alguna actividad laboral. Muchas de estas personas carecen o apenas tienen experiencia laboral. Nuestro reto cara al futuro es buscar caminos para que una inserción socio-laboral con arreglo a su estado de salud sea posible. El que esta idea llegue un día a buen puerto va a depender en gran medida de la actitud de las familias integradas en el movimiento asociativo.

# Botiga solidària asiem

Com tots i totes recordareu aquesta Botigueta es va inaugurar el 4 d'Octubre de 2006, ja ha passat un any i uns quants mesos, és hora de fer un xicotet Balanç i alguns recordatoris:

En primer lloc parlaré dels objectius que ASIEM es va proposar quan la obrirem :

El més important era la lluita contra l'estigma social fent-nos visibles (doncs allò que no existeix no cal solucionar-lo ni ocupar-se d'això) obrint una finestra a la societat que mostre com els malalts mentals fan el mateix que tothom quan es troben medicats, que treballen i els seus productes són tan dignes com qualsevol altre, i que cal que la societat compte amb ells i elles i els tracte dignament.

Aquest objectiu està complint-se des del primer dia doncs totes les persones que entren en la botiga reben informació sobre els malalts mentals i el testimoni fonamental és que els atenen ells mateixos i els informen de tot demostrant que són tan normals com qualsevol persona. També s'enduen el tríptic de l'associació i la satisfacció d'haver col·laborat amb una bona causa al temps que adquireixen un o varis objectes molt bonics.

Un altre objectiu és el de recolçar els programes i tallers que rehabiliten i integren socialment els nostres familiars malalts encarregant-nos de la venda dels seus productes i mostrant a la societat que poden confiar en el treball que desenvolupen i per tant animant a que els puguin contractar.

En aquest moment estem comercialitzant la ceràmica de Albero Artesano de Aldaia que a més de dur endavant diversos TEFILS amb malalts, és un centre especial de treball que funciona contractant únicament persones malaltes mentals, la bijuteria i joieria d'Alalba que fa el mateix. La papereria que fabriquen els que treballen als tallers de la Casa de la Caritat.

Els productes de papereria artesana que fabriquen els que treballen als tallers dels Serveis Sòcials de l'Ajuntament. La bijuteria i els productes que fabriquen en la Residència de Sueca ( articles de pell i agendes) , les agendes i els llibres de fotografia de l'Associació de malalts de la Safor i els productes fabricats en Àmbit.

Tot això és possible gràcies a la generosa col·laboració de les 18 persones voluntàries familiars i no familiars que dediquen part del seu temps a treballar en la botiga o per a la botiga i tanmateix als 6 malalts que junt amb aquells/es treballen cara al públic.

Però fer de voluntari en la botiga durant tot l'any, tot i tenint en compte que hi ha temporades en que no hi ha venda ( fa fred, plou, es fa de nit molt prompte...) és dur i per això hem de agrair aquesta dedicació que ens beneficia a tots els membre d'aquesta Associació. Com podem fer-ho?

Doncs hi ha diferents maneres;

**-Ofertint una vesprada o un matí per recolçar aquests voluntaris i que puguem comptar amb la companyia d'una altra voluntaria o voluntari, per passar el temps més distret/a, per a que puguem aten dre algun inconvenient familiar que els puga sorgir sense sentir-se malament perquè no poden assistir a la botiga o relevar algú que estiga un poc cansat/da, en aquest moment o que per motius familiars no pot atendre aquest compromís.**

**-Visitant de quan en quan la botiga per comprar un regalet.**

**-Fent propaganda de la botiga i duent amistats a conèixer-la per a que col·laboren comprant.**

**-Considerar que aquesta acció de l'Associació és pròpia, doncs qualsevol de nosaltres formem part d'aquesta i tots els programes i iniciatives que s'emprenen ens beneficiaran a tots i totes .**

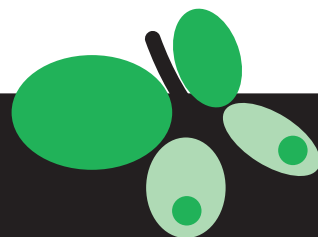
Recolzem també la rehabilitació i la inserció social dels malalts i malaltes que treballen com a voluntaris/es, doncs venen en companyia d'altres voluntaries que no són malalts i que els donen seguretat i els acompanyen ensenyant-los a recuperar les habilitats socials. En aquesta línia volem signar un conveni amb el CRIS ACOVA amb la finalitat de que es puga fer ús de la botiga com a recurs rehabilitador

És per això que esperem la teua implicació i et convidem a visitar-nos en l'Associació o en la botiga. Pots contactar amb Pepa o Paqui en el telèfon 96 3 78 57 93 o en el de la seu de l'Associació. No et talles, cridans, comptem amb TU.

**Direccion y horario:**

**C/ Alta 49. Teléfono: 963 922 859.**

**DE LUNES A SÁBADO: 10.30 - 13.30 / 17.30 - 20h.**





## Eixida de cap de setmana a Montanejos: “intens i esgotador però molt molt divertit”

La última excursió del Club d'Oci de cap de setmana va ser a Montanejos el novembre passat. Demostrarem que el fred no es impediment per a gaudir d'un viatge encantador.

Les montanyes de la població Castellonenca de Montanejos, que forma part de la comarca de l'Alt Millars i les seues aigües termals, foren testimoni d'uns dies clars i confortables i d'una nit fosca i gelada i al mateix temps d'un grup de persones que gaudiren bona cosa d'aquests paratges inigualables.

Ens varem allotjar a un alberg que, encara que poc accessible, estava situat al peu de la muntanya, el que li conferia un encant especial. Amés amés, el tracte que ens oferiren va ser molt cordial i acollidor. Les activitats que realitzàrem foren molt variades, ja que passejàrem pel poble fent turisme cultural, férem esport en unes instal·lacions properes a l'alberg, caminàrem per la muntanya i férem turisme gastronòmic, dons el dissabte dinàrem en un restaurant del poble. També visitàrem el balneari, on ens feren una visita guiada.

Per la nit, encara que amb mol de fred, alguns decidiren anar al poble a veure el futbol mentre els demés optaren per quedar-se a l'alberg dedicant-se als jocs de taula.

Cal enaltir la tasca dels voluntaris que vingueren amb nosaltres i donar-los les gràcies per dedicar el seu temps a que el temps dels demés siga millor. Moltes gràcies a Cosme i a Juan Carlos. També és molt important que tots els membres del grup tinguen la bona voluntat de que tot vaja bé i així va ser, per la qual cosa també cal donar les gràcies a tots el participants del viatge, gràcies a tots.

Un cap de setmana intens i esgotador però molt molt divertit. Ja queda poc per a la pròxima eixida que intentarem siga tan gratificant com la que férem a Montanejos el novembre passat.



## Taller de relajación

ASIEM sigue creciendo en actividades dirigidas a socios, por este motivo, estamos trabajando para que próximamente podamos realizar un taller de Relajación a socios familiares de personas con enfermedad mental.

El taller está previsto en ser realizado a partir de abril durante varias sesiones, en las que, aparte de la necesaria relajación llevada a cabo, se entrenará a los participantes de manera que puedan realizar lo aprendido en casa.

Y, por supuesto también será una buena ocasión para reunirnos, cambiar impresiones y pasar un buen rato.

El taller será dirigido y realizado por dos voluntarias de A.S.I.E.M., que además son psicólogas, Cristina y Paula.

Cuando esté completamente diseñado y tengamos las fechas exactas y el local, nos iremos poniendo en contacto con vosotros, si, de todos modos, os interesa realizarlo, podéis poneros en contacto con A.S.I.E.M., y preguntar por Pablo para ir reservando plazas.



# Entrevista a los chic@s del taller de teatro de asiem

## ¿Qué os motivó a apuntaros al taller de teatro?

Gonzalo: En mi caso por varias razones, quitarme miedos y ansiedades que yo tenía encima, es decir para desinhibirme y perder el miedo al ridículo y al fracaso. También para obtener algo de psicomotricidad y gestos corporales, para saber expresarme mejor vocalmente, pronunciar mejor.

## ¿Crees que el taller de teatro ha cumplido tus expectativas?

Sí, estoy completamente seguro que estoy mejor ahora, me ha servido de mucho. Además, las capacidades que se consiguen aquí se pueden utilizar en la vida diaria, no sólo para divertirse, es muy práctico.

Eva: A mí me lo ofrecieron en el centro donde voy, me dijeron que había un taller de teatro y me pareció atractivo porque conoces gente nueva, haces cosas entretenidas... Como dice Gonzalo, sirve de ayuda en la vida diaria para la gente que no se sabe expresar y para quien le falte psicomotricidad. A mí me aporta que me lo paso muy bien, que he conocido gente nueva, que tengo una obligación más para salir de casa porque si no quizás sólo pasearía a la perra, pero como tengo el compromiso, has quedado y te has comprometido a las 17.30h a estar aquí y dices "soy responsable y puedo llevarlo a cabo".

Miguel: Lo que me motivó sobretodo fue la curiosidad, por variar, por tener una obligación, por ver como era esto del teatro y por recomendación de la trabajadora social, pero sobre todo por curiosidad.

“No parece teatro sólo, sino teatro-risoterapia, porque nos reímos mucho y nos desinhibimos.”

“...me he encontrado con cosas que no sabía que iban a beneficiarme, como por ejemplo, la desinhibición, el compañerismo, relacionarse con la gente...”

Carolina: Desde pequeña he tenido un interés particular por el teatro y en cuanto me enteré estaba loca por apuntarme. Pero me he encontrado con cosas que no sabía que iban a beneficiarme, como por ejemplo, la desinhibición, el compañerismo, relacionarse con la gente, hacer todos juntos algo que de un resultado común (por ejemplo "la máquina"). Me divierto mucho y sobretodo me relajo, me relajo mucho.

## ¿Qué has encontrado aquí que no esperabas?

Gonzalo: No esperaba encontrar tanta diversión y tanto compañerismo, de verdad, pensaba que todo iba a ser mucho más frío y más estricto incluso, me he encontrado que se pueden hacer las cosas bien hechas y de una forma adecuada a la enfermedad de la gente y siempre pensando por nosotros los monitores que además son voluntarios.

Miguel: Yo he encontrado compañerismo, amistad, la gente es muy cariñosa y agradable y quiere estar bien con el grupo. Mucha diversión, mucha movilidad, me lo paso muy bien. Estoy deseando que llegue el viernes para venir al taller de teatro.

Carolina: Hemos hecho una actividad que es tener contacto físico unos con otros y eso es muy importante porque ayuda a sentirse querido y eso cuando estas enfermo es muy importante, al menos para mí, ha sido muy positivo.

“Tengo más confianza en mí mismo, no estar tan pendiente de lo que piensen los demás.”

**¿Lo veis igual? ¿Cómo habéis llevado lo del contacto físico?**

Miguel: Yo sí lo he notado...

Gonzalo: Es sorprendente, de verdad...

Eva: Yo no... a mí no me gusta que me toquen (je,je,je), las mallas me las toca sólo quien yo quiero... esto parece Sodoma y Gomorra (je,je,je)

**Eva, ¿tú que has encontrado?**

Yo he encontrado amistad, buen rollo entre todos y, como siempre digo, al final del taller cuando nos ponemos en círculo y comentamos lo que nos ha parecido yo siempre comento que esto no parece teatro sólo, sino teatro-risoterapia, porque nos reímos mucho y nos desinhibimos. A la gente se le ve sincera y eso mola, me gusta.

**¿En que os ha ayudado en la vida diaria los ejercicios que hacemos?**

Gonzalo: Tengo más confianza en mí mismo, no estar tan pendiente de lo que piensen los demás y perder el miedo, sobretodo el miedo al fracaso, a hacer las cosas mal, es justamente lo que necesitaba para mi enfermedad.

Eva: No le das tanta importancia a las cosas, yo por ejemplo me como mucho la cabeza, a veces me monto unas paranoias y esto te da que pensar que no hay que ser tan enrevesado. A no pensar tanto en lo que piensan los demás, aquí cuando hacemos los ejercicios terminamos riéndonos todos y no nos reímos de las personas sino que



nos reímos unos con otros, hacemos las cosas como nos salen y ya está, y nos reímos tan ricamente, y eso te ayuda a quitarle importancia a las cosas.

También hacemos ejercicios que nos ayudan a ejercitar la memoria, a recordar e imitar los movimientos de tu compañero, aprendemos a observar y cada uno le pone su inventiva e imaginación a lo que hace.

**¿Qué pensáis de los monitores-voluntarios?**

Carolina: ¡Que se entregan al 100%, o más, al 110%!

Gonzalo: Debería haber más gente como ellos, para nosotros todo sería mejor...

Miguel: ¡Que son la caña!

Eva: Que tienen muy buen rollo y se nota que lo hacen con gusto, yo estoy muy contenta con los cuatro, con Josele, Marissa, Mireia y Eva.

**Marissa:** Yo como voluntaria quiero decir que vosotros me aportáis mucho, vengo encantada, vosotros me enseñáis a la normalidad a la afectuosidad... A mí me propusieron formar el grupo de teatro y al principio pensé "uff" pero luego me di cuenta que iba a aprender mucho de vosotros y que me lo iba a pasar bien también, con vosotros y con el taller, he conocido personas muy diversas y cada uno me aportáis cosas distintas, también he vencido mis prejuicios con respecto a la enfermedad mental.

“Las capacidades que se consiguen aquí se pueden utilizar en la vida diaria, no es sólo para divertirse, es muy práctico.”

# Biblioteca

Estamos trabajando para volver a poner en funcionamiento la biblioteca de a.s.i.e.m. Para ello nuestro primer paso fue ponernos en contacto con la Biblioteca Pública de Valencia en la c/ Hospital, que amablemente nos asesoró en la organización y nos dirigió hacia la Dirección General del Libro, Archivos y Bibliotecas de la Consellería de Cultura y Deporte, donde nos han donado material para el préstamo y devolución de libros.

En cada nuevo número de la revista os iremos aconsejando un libro. Para esta ocasión hemos elegido el "I premio de novela salud mental", convocado en Albacete por la Fundación Fislem bajo el lema temático "Un Quijote rebelde del siglo XXI". El ganador fue Enrique Sánchez Elvira del Álamo, que presentó su obra bajo el seudónimo de Julián Tajo, titulándola: EL TESTAMENTO DE ALONSO QUIJANO.

El plazo de presentación para el VI PREMIO NACIONAL VIVIR DE RELATO BREVE, convocado por la Asociación Pro-Salud Mental "VIVIR" de Cuenca, está abierto hasta el 30 de mayo del año en curso. Para informarnos sobre las bases del concurso podéis dirigirnos a la página web: [www.asociacionvivir.com](http://www.asociacionvivir.com).. ¡Ojala! descubramos entre los asociados algún nuevo escritor.

## Libro recomendado

**Biblioteca: El Testamento de A. Quijano.  
Premier Premio Salud Mental 2006 de Novela**

El protagonista es un hombre bueno al que el Destino ha maltratado cruelmente. Desde su confinamiento en un sanatorio psiquiátrico y a través de sus diálogos, anécdotas curiosas y sensatas reflexiones que acreditan la lucidez del personaje a pesar de su locura, nos descubre una manera poco común de ver y sentir la vida: la que se percibe desde una enfermedad de la mente.

Su experiencia vital está descrita con pinceladas y trazos sólo aparentemente inconexos. A través de ellos, el autor describe la tragedia personal del protagonista: la pérdida de la memoria de haber vivido, grave secuela de la enfermedad mental que padece.

Alonso Quijano que, curiosamente, así se llama nuestro hombre (como aquel tal don Quijote al que de tanto leer y poco dormir se le secaron los sesos), desde su obligado retiro trata de reencontrar su pasado, de averiguar quién es y encontrar el sentido de su vida: No existimos si no nos recuerdan los demás, si hemos perdido la conciencia de quién somos. Esta angustiada búsqueda de la razón de ser, del reencuentro consigo mismo y de la trascendencia sobre los demás, es el motivo esencial de la novela.

Nota: El libro está a disposición de los socios en la biblioteca de la asociación.



## Les receptes de la iaia

**La meua iaia parlava poc, però amb una mirada t'ho deia tot. Cuinava espaiet, però sempre, al seu temps, el menjar estava fet.**

Ací teniu dues receptes: una que me l'ha dit ma mare i l'altra de la meua iaia Margarida.

### Olla a la Plana

Ingredients: ( per a quatre persones):

- Mitja carabassa ( de sabata o redona)
- Quart de quilo de bajoca plana
- Una seba gran
- Dues creïlles
- Tres grapats de fesols secs
- Tres grapats d'arròs
- Oli d'oliva
- Aigua, sal i safrà.

- Bullir els fesols amb aigua fins que es puguem pelar. Llevar-los la pell, si es vol.
- Pelar la carabassa i tallar-la a trossos menuts, així com la bajoca, la ceba i la creïlla. (Aneu espai, no es talleu).
- Tot seguit posar-ho tot a bullir en un perol amb aigua.
- Quan s'alça el bull, afegir un generós raig d'oli i un pessic de sal.
- Amb foc suau, deixar que bullga, aproximadament una hora.
- Quan tot siga ben cuit, afegir-hi l'arròs i el safrà. Corregir, si cal, el punt de sal.
- Finalment, quan l'arròs estiga cuit, escudellar i... bon profit.

Maruja

### Coca de Catadau

Ingredients:

Mig quilo de sucre, mig pa de viena, sis ous, un litre de llet, corfa de llima, canella en rama.

- Ensucrar el fons del motle.
- Afegir el pa tallat a bocins menuts.
- En un perol, batre els ous, el sucre i la llet junt amb la canella i una corfa de llima.
- Abocar-ho tot damunt del pa.
- Coure al forn.

Margarida Martínez de la Hoz

Nota: col·laboració de Margarida Rama

## Opinión. Estrategia en salud mental

Reunidos a principios de 2005 representantes de Salud Pública del gobierno central y de las Comunidades Autónomas junto con el Dr. D. Manuel Gómez Beneyto, como coordinador científico, y con la Confederación Española de Familiares y Personas con Enfermedad Mental, se inició la redacción del Plan Estratégico de Salud Mental.

**Este Plan Estratégico tiene como objetivo, mejorar el tratamiento de las enfermedades mentales y que se ponga en práctica con idénticos criterios en todas las Autonomías del Estado Español.**

En diciembre de 2006, la ministra de Sanidad y Consumo, Elena Salgado, la presentó en el Senado y hasta la fecha no se ha iniciado su puesta en marcha en la Comunidad Valenciana.

El Plan, prevé la puesta en funcionamiento de diferentes líneas estratégicas de actuación, dedicadas a las personas afectadas por enfermedad mental, a los profesionales que las tratan y a los familiares de las personas enfermas.

En la línea estratégica dedicada a las familias, se recomienda que éstas participen en todos los ámbitos del tratamiento, **incluyendo la planificación y evaluación de los servicios de atención al paciente; que se creen órganos consultivos entre familiares y profesionales y que las asociaciones de familiares tengan unas asignaciones económicas fijas que permitan su efectivo funcionamiento y libres de cualquier tipo de presión.**

La voz de las asociaciones de familiares debe ser la voz de las personas que padecen enfermedad mental, nuestros intereses han de ser los suyos y, por tanto, hemos de apoyar la estrategia sanitaria que más les ayude. Nuestro mayor interés ha de ser que lleven un tratamiento correcto y completo y conseguir los recursos asistenciales y residenciales necesarios para que no noten nuestra falta cuando ya no estemos para ayudarles.

Colaborador : Ernest Forner



## Mi experiencia como voluntario

Hola, mi nombre es Cosme y hace un año que llegué a ASIEM como voluntario.

Cuando aterricé en la asociación desconocía lo que iba a encontrarme, pero sabía que mi único propósito era aportar de mi persona lo que pudiese.

Hoy puedo decir que mi experiencia en el Club de Ocio ha sido inolvidable. Estoy seguro que todo lo que yo he podido dar como persona, no hace sombra a lo que he recibido, y decir recíproco es demasiado por mi parte.

Es difícil explicar con palabras, pero sé que es un sentimiento muy positivo del que estoy realmente agradecido.

En ASIEM he conocido a grandes personas; personas espléndidas y dignas de admiración. He alimentado sentimientos de amistad, de humildad, de tolerancia y de respeto. ¿Qué más se puede pedir?

A veces damos importancia a cosas insignificantes y damos la espalda a cosas realmente importantes. Podría estar horas y horas escribiendo, pero soy consciente de que con muy poco a veces se puede decir mucho. Sólo hay que estar dispuesto a escuchar.

Para terminar me gustaría recomendar esta bonita experiencia que nunca voy a olvidar. Y por todo, doy las gracias.

COSME, voluntario del Club de Ocio

## ABRIL

### COMIENZO CURSO PSICOEDUCATIVO.

**Día 1 de abril, martes, a las 17:00 horas**

Lugar: C/ Fos, 17, bajo. Las personas interesadas en participar deberán contactar con ASIEM.

### ASAMBLEA GENERAL ANUAL DE ASIEM

**Día 3 de abril, jueves, a las 17:00 horas.**

Lugar: C/ Conde de Montornés, nº 7 (Colegio de Farmacéuticos de Valencia).

### EXCURSIÓN CONCERTADA "SAGUNT ROMÀ I MEDIEVAL: L'Aqueria dels Frares".

**Día 26 de abril, sábado, a las 10:00 horas.**

(Para usuarios del club de ocio de la asociación).

## MAYO

### MANIFESTACIÓN DE LA PLATAFORMA POR LA SALUD MENTAL.

**Domingo 25 de mayo**

Lugar: Plaza de la Virgen, a las 12,00 horas

### JORNADA SOBRE TEMAS PSIQUIÁTRICO-LEGALES ORGANIZADA POR ASIEM.

**Día 28 de mayo, miércoles.**

Lugar: Escuela Valenciana de Estudios para la Salud. Valencia.

C/ Juan de Garay, 21 (recinto del Hospital Universitario Dr. Peset).

### MAÑANA.

9,00 – 9,30 : Acreditación y entrega de documentación.

9,30 – 9,45: Inauguración (EVES/ASIEM).

Mesa 1: MODERADORA: Dña. Felisa Alcántara Barbany, Fiscal de la Sección Civil y de Protección de las personas discapaces.

9,45-10,15: Aspectos médico-legales de las urgencias psiquiátricas: Los ingresos . Miguel Hernández, especialista en psiquiatría legal de la Unidad de Salud Mental de la Malvarrosa.

10,15-10,45: El protocolo de ingresos involuntarios para la C.V., un asunto pendiente. José M<sup>a</sup> Sánchez Monge, Presidente de FEAFES (Confederación Española de Asoc., de E.M.).

10,45-11,15: Protección de las personas con discapacidad. Gonzalo López Ebri, Fiscal coordinador de la Sección Civil de Protección de las personas discapaces.

11,15: Turno de preguntas

CAFÉ.

Mesa 2: MODERADORA: Dña Begoña Frades, Psiquiatra de la U.M.E.. Padre Jofré.

12,00 – 12,45: Salud Mental y derechos humanos: El tratamiento ambulatorio involuntario. Carlos E. Ferreirós, Fiscal de la Audiencia Provincial de Alicante.

12,45-13,30: El tratamiento ambulatorio involuntario: una experiencia limitada. Carmen Bellido Rodríguez Fofense del juzgado de 1<sup>a</sup> instancia N<sup>o</sup> 13 de Valencia

13,30: Turno de preguntas.

### TARDE.

Mesa 3. MODERADORA: Dña. María Fuster, Letrada de ASIEM

16,30 -17,15: Aspectos legales y jurídicos de la incapacitación. J. Miguel Bort, Juez del juzgado de 1<sup>a</sup> instancia N<sup>o</sup> 13 de Valencia.

17,15-18,00: Ley del patrimonio protegido para personas con discapacidad. Carlos Marín, Notario y familiar de una persona con discapacidad.

18,00: Turno de preguntas.

### TALLER DE MOTIVACIÓN.

### TALLER DE HABILIDADES PRELABORALES.

**A desarrollar durante el mes de mayo. Contactar con ASIEM las personas interesadas.**

Lugar: C/ Fos, nº 17 (Ver más información en páginas interiores de la revista).

## JUNIO

### FIN DE SEMANA EN ALBERGUE, PARA USUARIOS/AS DEL CLUB DE OCIO

Un fin de semana del mes de junio (se avisará previamente).

### JORNADA DE CONVIVENCIA DE FAMILIAS.

**Día 8 de junio, domingo.**

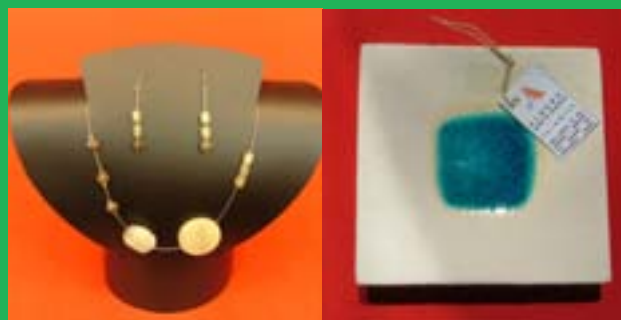
Lugar a determinar.

### TALLER DE FORMACIÓN E INSERCIÓN LABORAL (TFIL) DE JARDINERÍA.

Convoca: AYUNTAMIENTO DE VALENCIA. (Interesados, contactar con ASIEM).

(Ver información, en páginas interiores).

## asiem tienda solidaria



C/ Alta 49. DE LUNES A SÁBADO: 10.30 - 13.30 / 17.30 - 20h