

Premios Agifés: nuestro homenaje a las personas y entidades más solidarias con nuestro colectivo

La asociación entregará los Premios Agifés 25 Aniversario el próximo 16 de abril en el Hotel Amara Plaza, en un acto que servirá también para repasar el trabajo realizado durante estos años



Entrega de Premios Agifés 25 Aniversario Agifesen 25. urteurreneko sari-banaketa

16 de abril a las 11:00
Hotel Amara Plaza (San Sebastián)

*Entrada libre para todos los socios de Agifés

...

Apirilak 16, 11:00etan
Amara Plaza Hotela (Donostia)

*Agifeseako kide guztiak gonbidatuta daude ekitaldian parte hartzera

Los logros obtenidos durante este cuarto de siglo de recorrido no habrían sido posibles sin la contribución de muchas personas y entidades que han colaborado estrechamente con Agifés. Con el fin de mostrarles nuestro más sincero agradecimiento, hemos programado para el próximo 16 de abril, sábado, un acto de entrega de premios en el Hotel Amara Plaza de San Sebastián, que se celebrará a partir de las 11:00 horas.

Así, tendremos la oportunidad de reconocer la gran implicación que han mostrado la Diputación Foral de Gipuzkoa y la Fundación Kutxa, así como los ayuntamientos de San Sebastián, Irun, Elgoibar, Oiartzun y Zumarraga, que nos han cedido viviendas para su uso como pisos bajo supervisión. También aprovecharemos la ocasión para agradecer la colaboración que siempre ha mantenido la institución del Ararteko.

No menos importantes han sido para nuestra trayectoria personas individuales que han dedicado gran parte de su tiempo a favorecer a las personas con enfermedad mental y a sus familiares. La jueza Aurora Elosegui es un auténtico referente para nosotros por su compromiso con el asesoramiento y la defensa activa de los derechos de las personas afectadas con enfermedad mental y su entorno. Tampoco podemos olvidar a la enfermera, terapeuta, trabajadora social y psicóloga en ciernes

Eloína González, gran impulsora de nuestra asociación, que se ha volcado desde el principio de la andadura de Agifés en el apoyo a pacientes y familias. Asimismo, rendiremos homenaje al difunto Victoriano Arrazola, que representa a todos los familiares que han trabajado de forma voluntaria en la junta o en diferentes comisiones de Agifés.

Por último, dedicaremos un premio a todos los usuarios y usuarias de nuestra asociación, que son nuestra principal razón de ser y nuestra motivación para el esfuerzo diario.

Repaso histórico

Otro de los objetivos del acto de Entrega de Premios Agifés 25 Aniversario será, precisamente, repasar la evolución de la asociación y los éxitos acumulados durante todo este tiempo. El repaso histórico se completará con la proyección de imágenes de algunos de los hitos más significativos para Agifés. Además, contaremos con la intervención de representantes de las entidades más involucradas en el progreso de la Salud Mental en Gipuzkoa y Euskadi, como es el caso de Fedeaef, Osakidetza, así como la Diputación, Kutxa y el Ararteko.

La jornada, que se iniciará con un aurreku dedicado a autoridades y asistentes, concluirá con un lunch para todos los invitados.

Agifes cita durante la campaña a expertos en psiquiatría, medicina y desarrollo personal

Ibiltzen Benta Berri acogerá a lo largo de todo el año conferencias de todo tipo para cuidadores, usuarios y público general

Entre las principales iniciativas de la campaña de sensibilización social que está desarrollando Agifes ('Libera tu mente. Rompe mitos sobre la enfermedad mental') figuran las conferencias que están teniendo lugar desde principios de año, y que continuarán reuniendo durante los próximos meses a expertos de diversas disciplinas. El objetivo de Agifes es brindar a sus socios y a la sociedad en general diversas visiones y vías para mejorar su salud y condiciones de vida.

La última charla tuvo lugar el pasado 31 de marzo, en Ibiltzen Benta Berri, de la mano de Maite Piñeiro, prestigiosa psiquiatra infanto-juvenil y directora médica del Centro Psicopedagógico de San Juan de Luz, además de presidenta de la Société de Psychiatrie du Pays Basque. La experta, que ha colaborado en numerosas ocasiones con Agifes de forma desinteresada, animó a los miembros de la asociación a crear una sección infanto-juvenil dentro de la misma, para que los familiares de niños y jóvenes con desequilibrios psíquicos tengan un espacio donde sentirse acogidos. De hecho, hace casi una década se formó en Agifes un grupo de padres y madres de niños y adolescentes afectados de enfermedad mental, conducido por la propia Maite Piñeiro, que funcionó durante algunos meses.

La experta informó de que las asociaciones de familiares de infantes y adolescentes con psicopatologías están



Maite Piñeiro, durante la conferencia que ofreció en Donostia.

“divididas por enfermedades”: hiperactividad, autismo, anorexia nerviosa... “Son necesarias estas entidades, pero están focalizadas en patologías concretas”.

En ese sentido, Piñeiro señaló que son muy importantes las asociaciones como Agifes que, al agrupar a personas con trastornos de diversa índole, tienen mayor capacidad de ver la globalidad de las personas, sin clasificarlas según síntomas aislados. Asimismo, subrayó la utilidad de estas

asociaciones para englobar al colectivo y reunir fuerzas para reivindicar mejoras en la atención sanitaria.

Equilibrio orgánico

En la conferencia de febrero, el doctor Félix Irigoyen, director del Instituto Superior de Medicina Biológica (Insumed), aseguró que “el primer paso para tratar el trastorno mental es equilibrar el caos orgánico”. “Todas las enfermedades psíquicas están sostenidas por un conjunto de alteraciones

Félix Irigoyen Medikuntza Biologikoko Goi Mailako Institututuko zuzendariak baieztatu zuenez, “kaos organikoa orekatzea da buruko nahasmenduak tratatzeko lehenengo pausoa”



Pilar Quera, durante la conferencia en Donostia.



Félix Irigoyen, en la conferencia que ofreció en Donostia.

metabólicas. Si no conocemos la disfunción orgánica, no podemos curar el trastorno”.

Según explicó, los médicos especializados en medicina biológica incorporan en su estudio la biología, que analiza la forma en que determinados órganos “atacan a distancia” a otros. Asimismo, basan sus diagnósticos en el análisis integral de los “signos, señales y síntomas” que presenta el paciente. “De cuello para arriba, por ejemplo, podemos valorar hasta 180 tipos distintos de síntomas, como la naturaleza del pelo, el color y textura de la piel, etc.”, detalló.

El doctor precisó que estos especialistas elaboran un tratamiento adaptado al paciente. “Cada persona es distinta, por lo que nosotros proponemos una fitoterapia correctora personalizada, no un fármaco concreto para determinada patología. No hay enfermedades, sino enfermos”, subrayó.

*Barne bakea aurkitzeko
orduro arnasketa
kontzienteari minutu bat
eskaintzea gomendatu
zuen Pilar Quera irakasle,
hezitzaile eta aholkulariak*

Paz interior

En enero, Pilar Quera Colomina, maestra, formadora y asesora en el campo de la educación y el desarrollo personal, ofreció varias técnicas para mejorar el autoconocimiento y recuperar el equilibrio y la paz interior.

La ponente catalana es representante en España de la asociación Brahma Kumaris, que ofrece una variedad de programas educativos, cursos, seminarios y formación en el área del crecimiento

personal, el pensamiento positivo y la meditación. En su intervención, comentó que en nuestra sociedad “hemos perdido muchos trazos de nuestra verdadera identidad”. A su juicio, “centramos nuestra atención en lo externo, mientras que no sabemos mucho acerca de nosotros mismos: quién soy, qué me mueve, qué me hace actuar, qué siento, qué pienso... El permanecer separados de nuestra esencia, a lo largo del tiempo, nos conduce al desequilibrio interno que da lugar al malestar, la ansiedad, el miedo y tantos otros trastornos”, informó.

La ponente se dirigió, principalmente, a los cuidadores de personas con enfermedad mental, a quienes les recordó lo importante que es que se cuiden para sentirse bien y poder atender a sus familiares. En ese sentido, les propuso detenerse cada hora durante un minuto y prestar atención a su respiración y a uno mismo. Así, invitó al público a dedicar ese breve espacio de tiempo a tomar conciencia sobre quién tiene las riendas de sus vidas, a dónde dirigen su energía, así como qué y cómo deben hacer para cambiar la perspectiva de los pensamientos o hechos que no les hacen felices.

Más información en www.agifes.org

Proyecciones de documentales

En los próximos meses, Agifes celebrará nuevas conferencias, así como proyecciones de documentales y vídeos. En mayo será el turno del documental *Solo*, que muestra una vía de entrada y salida al túnel de la esquizofrenia, una búsqueda del amor a través de la locura, la visión de un soñador desde los más profundos recovecos de la locura. Se trata de la vida de Vicente Rubio, contada por él mismo, en su paso por esta dolencia.

En junio, se proyectará el mediometraje *Flores de papel*, dirigido y producido

por Luis Vil, que cuenta la historia de dos personas con enfermedad mental que deciden casarse. Deberán afrontar ciertas dificultades pero, con ayuda de sus compañeros, organizan los preparativos para una boda que será un tanto ‘especial’. La historia, escrita por Sabino San José y Luis Vil, ha sido protagonizada por gente vinculada a la asociación ayalesa con enfermedad mental, Asasam. Esta proyección coincide con el mes que la asociación quiere dedicar a resaltar la importancia de mostrar confianza en las personas con enfermedad mental.

Asimismo, estamos elaborando un documental, que presentaremos este año, sobre los beneficios que producen en la salud de los usuarios los talleres terapéuticos que se imparten en la asociación.

Osasun Mentalaren Eguna, Donostian

Buruko gaixotasuna duten pertsonen eta senideen euskal elkarteak Donostian bilduko gara aurten Osasun Mentalaren Mundu Eguna ospatzeko. Jada erreserbatu dugu Kursaal, bertan zenbait ekitaldi, bazkaria eta ondorengo dantzaldia egiteko.

Egun, jardunaldi berezi horretarako egitaraua prestatzen ari gara. Besteak beste, jokoak, kale animazioa eta entitate partaideen azoka izango ditugu, pintxo, edari eta eskulanekin. Ordura arte sentsibilizazio kanpainaren barne grabatutako bideoak jendaurrean proiektatzeko aukera ere izango da. Elkarteko kideak dira ikus-entzunezko horien protagonistak, elkarriketa egiten dieten pertsonaia famatuekin batera.

Agradecimiento al polideportivo Benta Berri

Los usuarios del centro de día de Benta Berri acuden desde hace ya diez años, de forma gratuita, al polideportivo municipal de este barrio, que les cede cada jueves una sala para trabajar la motricidad y les abre las puertas de la piscina los viernes. Desde estas líneas, Agifes quiere mostrar su agradecimiento al polideportivo de Benta Berri por todos estos años de colaboración desinteresada con la asociación.



Varios usuarios en la piscina del polideportivo de Benta Berri.

Miles de personas ven los vídeos de Agifes

La campaña audiovisual de Agifes está logrando una importante difusión social y ha aumentado llamativamente el número de personas que han contactado con la asociación

Los vídeos y entrevistas de radio publicadas en la canal de Youtube de Agifes suman cerca de 3.500 visualizaciones en el primer trimestre de la campaña de sensibilización. Aún nos quedan otros nueve meses de actividades, en los que nos proponemos lanzar otros tantos vídeos protagonizados por usuarios y familiares de Agifes junto con personas famosas.

Gracias a la repercusión lograda con los vídeos y con las múltiples entrevistas y reportajes realizados hasta el momento por los medios de comunicación, hemos apreciado un notable incremento del número de personas interesadas en Agifes y en los servicios que presta. El éxito obtenido durante estos primeros meses nos anima a continuar divulgando nuestro mensaje y rompiendo mitos.



Mikel Unanue y Luciano García, en el frontón Atano III de Donostia.

Los temas tratados hasta ahora han sido el trastorno bipolar, el estigma que sufren los jóvenes en el ámbito formativo y social, y el trastorno ciclotímico. Con los próximos vídeos pretendemos combatir los prejuicios existentes en torno a enfermedades como la esquizofrenia y el trastorno obsesivo-compulsivo, así como los que se generan en ámbitos como el laboral y social. También queremos abordar temas como la importancia del diagnóstico precoz, las terapias alternativas o la necesidad de apoyar a las familias.

Una labor inestimable

El listado de personas, entidades y medios de comunicación que están colaborando con nosotros es muy extenso, por lo que no podríamos dar cabida a todos ellos en estas líneas. No obstante, nos gustaría agradecer

Eskerrak eman nahi dizkiegu Luciano, Lucas eta Javi elkarteko kideei, besteontzat eredu bihurtzeko ausardia izan dute eta



Karlos Arguiñano y Javi Garda, durante el rodaje del vídeo de marzo.

muy especialmente la valentía mostrada por Luciano García, Lucas Parma Calvo y Javi Garda, que han enfrentado todo prejuicio y han sido pioneros en la campaña. Esperamos que, al igual que ellos, que están sirviendo de ejemplo para muchas personas en situaciones similares, podamos contar con otros muchos compañeros y compañeras de Agifes dispuestos a ofrecer su testimonio y vencer el miedo al estigma.

Tampoco podemos olvidar la encomiable labor realizada por Mikel Unanue, Fermin Muguruza y Karlos Arguiñano, que han encontrado un hueco en sus apretadas agendas para colaborar desinteresadamente con nosotros. Y no menos importante es el trabajo que están realizando varios monitores y responsables de Agifes, que están contribuyendo a la difusión de nuestro mensaje mediante la atención experta a los medios de comunicación.

Juntos estamos avanzando en el camino hacia la normalización. Gracias a todos, de todo corazón.

Los vídeos de la campaña están disponibles en:

www.youtube.com/Agifes25aniversario

Kanpainaren lehenengo hiruhilekoan Youtuben plazaratutako bideoek eta elkarrizketek 3.500 bistaratze inguru lortu dituzte



Lucas Parma y Fermin Muguruza, en Irun.