

## Sumario

### Taller para familiares

Os informamos sobre los programas anuales para familiares y cuidadores. **Sigue en Pág. 2**

### Curso para los trabajadores

Trabajadores de Agifés han participado en el programa de formación Prospect **Sigue en Pág. 3**

### Formación para usuarios

Continúan los cursos y talleres que tan buena acogida han tenido hasta ahora. **Sigue en Pág. 3**

### Grupos de familia

Comenzamos un nuevo curso de grupos de familia. Os informamos de los horarios. **Sigue en Pág. 3**

### ADEMM, amigos catalanes

Os presentamos una veterana asociación catalana de enfermos mentales. **Sigue en Pág. 4**

### Cartel ganador

"Javi Garda Martínez, de Zarautz, ha sido el ganador del concurso de carteles, por lo que su obra ha servido de imagen para los carteles y folletos que se han impreso con motivo del Día Mundial de la Salud Mental. Nuestra enhorabuena al ganador y a todos los participantes."



## Día Mundial de la Salud Mental

Celebración, sábado 11 de octubre

La comisión de Sensibilización ha informado a todos los asociados de los actos que tendrán lugar próximamente con ocasión del Día Mundial de la Salud Mental.

El próximo día 10 de octubre, se celebrará el Día Mundial de la Salud Mental. Este año la jornada de confraternización será el día 11 de octubre, sábado, en el Monasterio de Estíbaliz en Vitoria-Gasteiz, donde se reunirán las cuatro asociaciones que conforman FEDEFES: ASASAM, ASAFES, AVIFES y AGIFES. El precio de la comida es de 18,00 € para los familiares y de 10,00 € para los usuarios. Las inscripciones se cerraron el pasado 2 de octubre. El horario de autobuses es el siguiente:

Autobús 1		
Irún	8.30 h.	Pza. San Juan
Rentería	8.45 h.	Paredón Iztieta
Donosti	9.00 h.	Pza. Pío XII
Tolosa	9.30 h.	c/ Rondilla

Autobús 2		
Zumarraga	8.30 h.	Parroquia
Eibar	9.15 h.	Plaza Unzaga
Bergara	9:45 h.	Ertzaintza, parada de autobuses

## Jornadas Agifés

Este año la Comisión de Sensibilización quiere dedicar este espacio al cuidador, que se prolongará durante todo el mes de octubre. Este es el programa que se ha organizado:

### PROGRAMA DE LA CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN DE OCTUBRE 2008

Lema de las charlas "Y a mi, ¿quién me ayuda a cuidarte?"

Hora / Hordua	Fecha / Data	Localidad / Herria	Sala / Lekua	Ponente / Hizlaria
19	Miércoles 8 de octubre	Eibar	Areto Nagusia. Portalea. Bista eder 10	Maite Piñeiro Psiquiatra
19	Jueves 9 de octubre	Azpeitia	Sala de cultura. Plaza nagusia 5	Rafa Benito Psiquiatra
19	Viernes 10 de octubre	Donostia - San Sebastian	Salón de Plenos Ayuntamiento. Entrada alderdi eder	Javier Aranguren Psicoterapeuta de Proyecto H.
19	Sábado 11 de octubre	Viaje a Monasterio Estivaliz	Día Mundial Salud Mental	-----
19	Miércoles 15 de octubre	Irun	Hospital viejo. Plaza urdanibia s/n	Aurora Elozegi Jueza
19	Miércoles 29 de octubre	Arrasate	Kulturate. Areno nagusia. Asoka 1	Itziar Cabieces Enfermera
18	Viernes 31 de octubre	Zumarraga	Ayuntamiento. Servicios Sociales. Plaza Euskadi, 1	Mari Jose Cano Abogada de FEDEFES
19	Miércoles 12 de noviembre	Tolosa	Casa de Cultura Plaza del Triángulo, s/n *	Rosalía Sánchez, familiar socia de Agifés

(\* ) A concretar próximamente

# Taller para familiares

El próximo mes de diciembre se pondrá en marcha un curso sobre el “cuidado de los cuidadores”

Agifes, dentro del trabajo iniciado en la promoción de la educación sanitaria, lleva a cabo varios programas anuales dirigidos tanto a familias y cuidadores como a personas con enfermedad mental.

En este marco, el próximo mes de diciembre se pondrá en marcha el curso ‘El cuidado de los cuidadores de los pacientes con enfermedad mental’.

Sabemos que las familias que conviven con personas con enfermedad mental o que tienen problemas de personalidad y conductas disfuncionales están sujetas a un factor de estrés constante, tanto por las dificultades propias que presenta el atender y cuidar a una persona con problemas de adaptación social y relacional como por el hecho de que la atención exige un esfuerzo personal por parte de todos o algunos de los miembros de la familia. Este esfuerzo repercute, generalmente, en un déficit en los cuidados personales y las relaciones familiares. Además, se ve afectado todo el sistema de relaciones y el estilo de vida “normal” de una familia.

Este taller pretende afrontar una tarea psicoeducativa de las personas y las familias con personas con enfermedad mental, así como dotarlas de mecanismos de regulación de la interacción personal, mejora de la convivencia y el cuidado personal de sus diferentes miembros.

Los objetivos del curso son los siguientes:

- Conocer los factores implicados en la maduración y el buen funcionamiento de las relaciones y el crecimiento humano.
- Tomar consciencia del papel del estrés en la persona y la familia.

- Disponer de mecanismos activos para afrontar las diversas manifestaciones del estrés (físico, cognitivo, conductual).

- Disponer de habilidades de comunicación interpersonal que faciliten a los miembros de las familias una mejor convivencia y crear sistemas de autocuidados e inter-cuidados.

- Crear un espacio grupal en el que encontrar apoyo, desahogar la tensión personal y estimular la intervención activa sobre los problemas del entorno familiar.

- Estimular y crear sistemas cooperativos dentro de la propia familia.

El curso se realizará en dos sesiones de 12 horas durante dos fines de semana alternos. Se combinarán breves exposiciones de conceptos con ejercicios de autoconsciencia y elaboración grupal e interpersonal de las problemáticas de las personas de cara al desarrollo del sentido grupal y el desarrollo y expansión de las habilidades de manejo de las situaciones. En cuanto a los contenidos del programa, abarcan un amplio abanico de cuestiones de interés para los familiares.

Este taller se impartirá en dos localidades para facilitar que todos los socios de Agifes puedan acudir. Uno de los cursos será en el Centro de Rehabilitación Psico-Social de Benta Berri, en la calle Bertsolari Salvador 4-6, de Donostia, los días 5 y 6 de diciembre. Los horarios serán el viernes de 16:00 a 20:00 horas y el sábado de 10:00 a 14:00 y de de 16:00 a 20:00 horas. El segundo curso, con idéntico horario, será en el Centro de Rehabilitación Psico-Social en Eibar, en Isasi kalea 28, los días 19 y 20 de diciembre.

El coste de la inscripción es de 30 euros, y cada curso estará limitado a 20 personas. Fecha de inscripción: 13 de octubre al 7 de noviembre.

Bi tailerretan banatuko den ikastaroak kontzeptuen azalpena, autokontzientzia ariketak eta taldeko zein pertsona arteko ekintzak uztartuko ditu

Facilitador:

Mario Salvador Fernández



La persona facilitadora de este taller de apoyo a familiares es Mario Salvador Fernández. Es psicólogo especialista en Psicología Clínica, docente y supervisor Internacional en Psicoterapia Integrativa por la IIPA y analista transaccional docente y supervisor provisional por la EATA e ITAA. Trainer Certificado en PTM (Process Therapy Model) del Dr. Taibi Kahler. Es clínico y supervisor en EMDR. Formado en Programación Neurolingüística, Gestalt, Sofrología. Director de ALECES, Instituto de Psicoterapia Integrativa. Es profesor del Master de Psicoterapia Humanista Integrativa en Galene (Madrid).

# Formación para los trabajadores de Agifes

Los participantes en el programa Prospect han analizado la relación entre enfermedad mental y ciudadanía

Los días 2 y 3 de octubre se ha celebrado en Donostia el Programa de Formación Prospect 2008, organizado por FEDEAFES, con la colaboración de FEAFES y el Centro de Desarrollo Prospect-Eufami.

El objetivo era reflexionar acerca de la relación entre la enfermedad y la ciudadanía, y establecer propuestas para la mejora de la atención. Estos programas son innovadores por dos motivos: primero, porque se basan en la propia experiencia de las personas

asistentes y, segundo, porque se logra el empoderamiento de los participantes del curso. El programa está también orientado a ayudar a los profesionales a utilizar estrategias efectivas para trabajar con familias y usuarios.

Durante estas dos jornadas se han analizado, por un lado, las barreras que existen en la comunicación de las personas con enfermedad mental y los diferentes modos de superarlas. Por otro lado, se ha trabajado con

el profesional como capacitador y facilitador del ejercicio pleno de los derechos de las personas con enfermedad mental y sus familias, se han tratado las contradicciones que surgen en este trabajo, y se han estudiado los planes de acción que pueden ponerse en marcha.

Los participantes han abordado la enfermedad mental desde múltiples perspectivas, y se han suscitado estrategias de trabajo basadas en la colaboración.

## Cursos para personas con enfermedad mental

El año pasado se realizó un taller de motivación para el empleo y otro de habilidades sociales

Agifes comenzó en 2007 a organizar cursos para personas con enfermedad mental. Su puesta en marcha llegó de la mano de FEAFES y de FUNDOSA, de la Fundación ONCE. Tras un estudio de nuestra Asociación, aceptaron impartir los cursos que facilitan y subvencionan. Actualmente se ofertan a todos los usuarios de Agifes, y en un futuro se analizará la posibilidad de ampliarlos a los socios.

Estos son los cursos realizados hasta la fecha:

1.- Taller de Motivación para el empleo, del 15 al 26 de octubre de 2007 en el Centro de Día de Benta Berri, en el que participaron 13 personas con enfermedad mental.

2.- Taller de Motivación para el empleo, del 12 al 23 de mayo de 2008, en el Centro de Día de Eibar, en el que

se inscribieron 12 participantes.

3.- Taller de Habilidades Sociales, del 22 de septiembre al 3 octubre, en el Centro de Día de Benta-Berri, en el que participaron 14 personas con enfermedad mental.

4.- Taller de Habilidades Sociales, en noviembre 2007, en el Centro de Día de Eibar.

Finalmente, dos personas se incorporaron a alguna acción laboral.

### Grupos de familia

Comenzamos un nuevo curso de grupos de familia, que se iniciarán en las fechas indicadas en el siguiente cuadro, en el que también se señalan los días en los que se impartirán. Os animamos a participar en una iniciativa que puede ser positiva para muchos familiares. Para cualquier consulta podéis llamar al 943 474337.

#### Lugar: Eibar

Martes, 10:00 ➔ 7 de octubre. Quincenal

#### Lugar: Bergara

Martes, 19:00 ➔ 7 de octubre. Quincenal

#### Lugar: Donostia-San Sebastián

Lunes, 10:45 ➔ 29 de septiembre. Quincenal

Lunes, 16:30 ➔ 6 de octubre. Quincenal  
18:00 ➔ 6 de octubre. Quincenal

Martes, 17:15 ➔ 30 de septiembre. Semanal  
19:00 ➔ 30 de septiembre. Semanal

Jueves, 16:30 ➔ 2 de octubre el grupo A. Quincenal  
16:30 ➔ 9 de octubre el grupo B. Quincenal  
18.30 ➔ 2 de octubre. Semanal

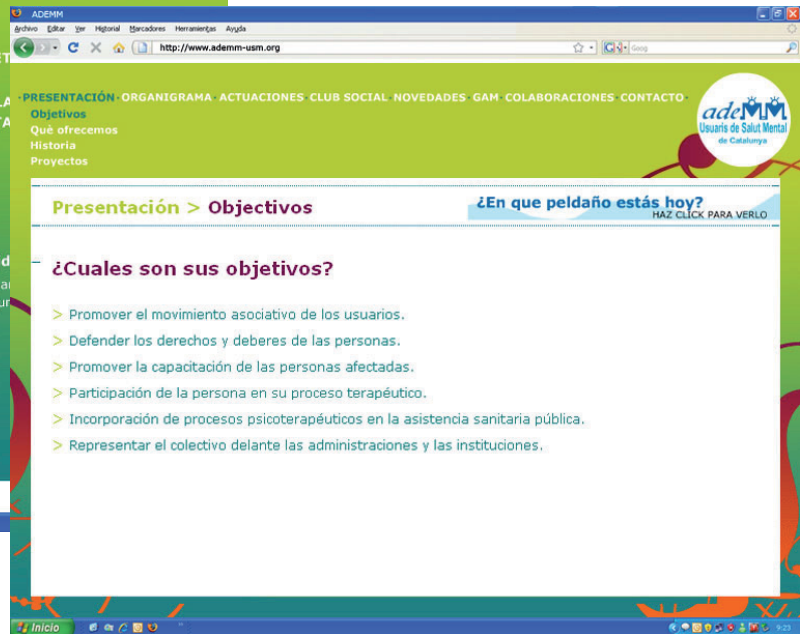
Martes, 16:00 ➔ 7 de octubre. Mensual

# ADEM, amigos catalanes

Esta asociación propone la creación de una plataforma nacional a favor de los derechos de los usuarios



Puede visitar la página en:  
[www.ademm-usm.org](http://www.ademm-usm.org)



La asociación ADEMM (Usuaris de Salut Mental de Catalunya) ha propuesto crear una plataforma nacional que vele por los intereses de las personas con enfermedad mental y ha solicitado la colaboración de todas las asociaciones que trabajan por los derechos de sus usuarios, entre las que figura Agifes.

La asociación catalana, que aspira también a crear una coordinadora en su comunidad autónoma, pretende “que los usuarios se expresen allí donde estén, se respeten sus derechos y participen en su curación”, tal y como han asegurado en un manifiesto que nos han remitido con motivo del Día Mundial de la Salud Mental.

Desde ADEMM señalan que durante estas fechas nos surgen innumerables preguntas como dónde están los usuarios de los servicios de Salud Mental, qué necesitan, qué piensan, si son suficientemente atendidas todas sus necesidades, si se respetan sus derechos como ciudadanos, si tienen medios para expresarse, si participan en su curación o si se construye con ellos su proyecto de vida.

“Si falta tanto por hacer y se producen desatenciones, injusticias y se vulneran derechos, ¿cómo es que no nos llegan sus quejas? ¿Cómo es que no se organizan y hacen patentes sus protestas y reivindicaciones?”, sostienen. En opinión de esta asociación, aún hoy en día son “otros los que toman la palabra”. “No sobra nadie pero todavía falta con más fuerza nuestra voz y nuestra participación”, aseveran.

Los miembros de ADEMM creen que “ahora hace falta que todos trabajemos para dar la palabra a los que somos los protagonistas de esta historia humana. Para poder aportar, y sean escuchadas, nuestras opiniones, propuestas, experiencias y expresar nuestras quejas, peticiones y demandas. Por ello, creemos que hace falta un movimiento de usuarios que se represente en primera persona, que abarque todo el territorio y sea totalmente independiente. Sólo así será posible un trabajo conjunto y de colaboración”.

Gaixotasun mentala duten pertsonen alde lan egiten duen ADEMM elkarte katalanak manfestu bat zabaldu du Osasun Mentalaren Egun Mundialaren ildotik, eta laguntza eskatu du plataforma nazional bat sortzeko, erabiltzaileen adierazpena bultzatu, haien eskubideak defendatu eta sendakuntza prozesuan parte har dezaten aldarrikatzeko.

ADEMM-ekoen ustetan, gaur egun oraindik beste batzuk dira gaixotasun mentala dutenen alde hitza hartzen dutenak. “Ez dago inor soberan, baina gure ahotsa eta parte hartzea sendotu beharra dago”, diote. Hori oinarri izango duen erabiltzaileen mugimendu baten alde azaltzen dira, “lurralde guztia hartzen duena eta guztiz independentea dena”.