

# Butlletí de la FECAFAMM

Federació d'Associacions de familiars  
i persones amb problemes de salut mental  
de Catalunya



familiarsmalaltsmentals

Butlletí número 0. Gener 2006

## Projectes en marxa

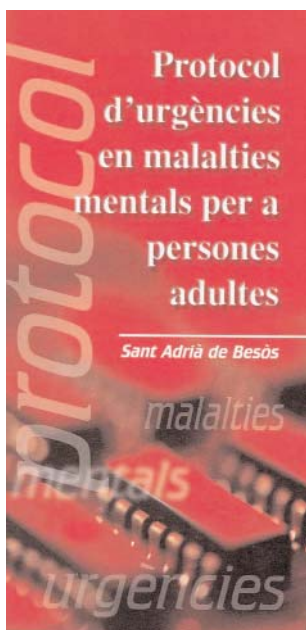
### Les Taules de Salut Mental, una eina de coordinació en el territori

Les Taules de Salut Mental són espais d'intercanvi d'informació, de reflexió i debat entorn els problemes de la salut mental i les seves necessitats d'atenció. Les componen persones i representants d'entitats, recursos i administracions coneixedors del territori i les seves necessitats, per això esdevenen interlocutors adequats amb els organismes que tenen responsabilitats a cada indret.

Des de la Federació s'ha constatat que aquesta és una manera efectiva d'intervenir en i amb el territori, per tal de coordinar tots els agents implicats en la salut mental. Per això participem, juntament amb les associacions a les Taules de Salut Mental de Sant Adrià, d'Igualada, del Baix Llobregat i de Lleida i en una Taula que aglutina les poblacions de Montcada i Reixac, Cerdanyola, Ripollet i Badia. Fruit de la feina feta a la

Taula de Salut Mental de Sant Adrià, on participa l'Associació AFEMBN de Badalona i la Federació, a més d'altres agents del territori, s'ha elaborat un protocol d'urgències en malalties mentals per a persones adultes que pauta els passos a fer en aquestes situacions d'urgència.

*Protocol d'urgències de Sant Adrià del Besòs.*



### Clubs socials, un recurs en vies de consolidació

El club social és un recurs d'inclusió social per a persones amb trastorn mental. Ajuda a utilitzar el lleure per assolir quotes de salut, independència i integració en la comunitat, i fomenta els vincles d'amistat i d'ajuda mútua.

El desenvolupament d'uns criteris marc i el compromís del Departament de Benestar i Família en el seu finançament ha permès desplegar, entre 2001 i 2005, 18 clubs



*Taller d'espeleologia del Club Social El Roure a Castellar de N'Hug, al setembre del 2004. (Foto: Club Social El Roure - Associació AFEMHOS)*

socials gestionats per associacions de familiars que atenen ja més de 700 persones.

Per avaluar els objectius del club social com a recurs, la Federació va encarregar un estudi a la Universitat de Lleida. Els resultats, que presentarem properament, avalen la feina feta i apunten algunes millores.

Enguany en tenim un de nou vinculat a les associacions de familiars, el club de Sta. Coloma de Gramanet impulsat per l'Associació AMAME, que té el suport de l'Ajuntament de la ciutat.

## Neixen els grups de supervisió per a dinamitzadors de GAM

Durant el final d'any 2005 des de la Federació s'ha impulsat la creació dels grups de supervisió per a dinamitzadors de Grups d'ajuda Mútua (àmpliament anomenats GAM). Aquests grups es reuneixen de forma quinzenal a la seu de la Federació i són conduïts pel psiquiatre Lluís Isern amb l'objectiu de millorar les eines dels dinamitzadors dels GAM. Inicialment, s'han organitzat dos grups que han de permetre una comprensió mútua i un intercanvi d'experiències fluït entre els assistents.

La creació dels grups de supervisió ha estat una iniciativa fruit de la jornada de formació per a dinamitzadors de GAM que va tenir lloc el juny passat organitzada per la Federació amb la col·laboració de la Fundació Congrés Català de Salut Mental i amb el suport de la Direcció General d'Actuacions Comunitàries i Cíviques del Departament de Benestar i Família de la Generalitat de Catalunya. La jornada, a la qual van assistir 37 persones, es va constituir com una plataforma de reflexió sobre l'espai que ocupen els GAM en el nostre moviment associatiu on, molt sovint, la conducció d'aquests grups és portada per familiars de persones amb problemes de salut mental que, voluntàriament, tenen la finalitat d'ajudar-se mútuament potenciant les capacitats dels membres del grup.

Un dels aspectes treballats en la jornada van ser les dificultats que hi ha en la conducció d'aquesta dinàmica i la necessitat de suport als dinamitzadors dels GAM. Per això va sorgir la proposta de crear aquest grup de supervisió que ara s'acaba de fer realitat: un GAM de GAM conduït per un professional de la salut mental amb experiència i coneixements en la conducció de grups.

Els dijous 24 de novembre i 1 de desembre van tenir lloc les primeres sessions amb 11 i sis assistents a cada un dels grups.

El doctor Lluís Isern té una llarga experiència en conducció de grups i dinàmiques familiars i és membre de la Fundació Congrés Català de Salut Mental i pertany, també, al Consell Assessor de la Federació.

## Programa Respir, un espai de descans per a les famílies

Les famílies i persones que conviuen amb malalts mentals i en tenen cura necessiten ajuda però, sobretot, sentir-se alleugerides de la sobrecàrrega i l'estrès que pot generar la convivència continuada amb una persona amb trastorn mental. Per això, al setembre de 2004, la Federació va impulsar el Programa Respir, una iniciativa que ofereix suport, alleujament i benestar a les famílies. Aquest recurs permet oferir un descans temporal als cuidadors sabent que el seu familiar està ben atès i gaudeix de noves activitats i noves experiències de relacions i amistat.

Les estades del Servei de Respir acostumen a tenir una durada d'un cap de setmana (de divendres a diumenge a la tarda), quatre dies per Setmana Santa i quatre a l'estiu. Els grups són d'un màxim de deu usuaris i dos educadors.



Després d'un any, ja s'han beneficiat del Servei 115 persones amb trastorn mental que han fet nou estades a diferents indrets amb un alt grau de satisfacció per part dels assistents i dels seus familiars.

*Usuaris del Respir durant l'hivern del 2004 als voltants de l'Estany de Banyoles. (Foto: FECAFAMM).*

El Programa, coordinat per la Federació, rep el suport econòmic del Dept. de Benestar i Família de la Generalitat de Catalunya i la col·laboració de la Diputació de Barcelona.

Els interessats podeu posar-vos en contacte amb la Federació (Cristina Páez: [cristina@familiarsmalaltsmentals.org](mailto:cristina@familiarsmalaltsmentals.org). o al telèfon 93 272 14 51).

# Associacions

## Els GAM de l'Associació de Trastorns d'Ansietat

L'Associació de Trastorns d'Ansietat, que enguany ha fet 10 anys, disposa de Grups d'Ajuda Mútua a diversos punts de les comarques de Barcelona. Aquests GAM són la seva principal activitat per tal de compartir experiències entre les persones que pateixen o han patit un trastorn d'ansietat, perquè ajudar els altres és la millor forma també d'ajudar-se un mateix. L'assistència als grups, que complementa la teràpia professional, serveix per obtenir informació, animar-se i aprendre dels altres, facilitar la recuperació, trobar suport, estímul i comprensió, superar l'aïllament i ajudar els altres amb la pròpia experiència.

L'Associació té grups que es reuneixen setmanalment a Barcelona, l'Hospitalet de Llobregat, Sant Cugat del Vallès i Premià de Mar, amb la intenció de seguir-ne creant segons les necessitats.

Contacte: Associació de Trastorns d'Ansietat.  
Telèfon 646 715 394 / [www.ansietat.org](http://www.ansietat.org)



*Participants en un Grup d'Ajuda Mútua (Foto: Associació de Trastorns d'Ansietat).*

## L'Associació El Turó a la Fira de Vilaentitats

L'Associació El Turó de l'Alt Penedès ha estat present a la III Fira del Vilaentitats organitzada per l'Ajuntament de Vilafranca del Penedès que s'ha celebrat de l'11 al 13 de novembre. Enguany hi han estat presents amb un plafó amb informació sobre la feina i els serveis de l'Associació.

El Turó Salut Mental s'adreça a totes les persones que tenen un familiar o amic amb problemes de salut mental i als mateixos afectats. Disposa d'un servei d'atenció a les famílies amb assessorament jurídic, GAM, activitats formatives i un servei d'acolliment residencial d'urgència, entre altres; i d'un club social i un servei prelaboral per a les persones afectades, ambdós dependent de la Generalitat.

Contacte: Associació El Turó. Telèfon 93 892 08 24 / [afammap@terra.es](mailto:afammap@terra.es)

## Nous Clubs Socials

Aquesta tardor ha començat a funcionar un nou Club Social al barri de Gràcia. El Club està gestionat per l'entitat AIXEC, la qual té un conveni amb l'Associació ACFAMES de Barcelona. Gràcies a aquesta col·laboració, els usuaris d'ACFAMES es poden beneficiar de les activitats del Club Social. L'horari és els dilluns, dimecres i divendres de 17 a 20 h. Actualment s'estan realitzant tallers de pintura i es preveu obrir-ne un de ràdio i un altre d'informàtica. També es fan sortides de caps de setmana al cinema i a museus i exposicions.

La Fundació Marianao va posar en marxa el passat setembre un club social a Sant Boi, fruit d'un conveni amb la Federació. Actualment, 28 usuaris fan tallers de ràdio, de cuina, artístics i un de reparació de bicicletes, entre moltes altres activitats culturals.

Per la seva banda, l'Associació DARUMA de Granollers gestiona des del 2003 un altre club social a la ciutat. Actualment, més de 30 usuaris fan activitats i tallers de lleure, expressió, cinefòrum, esports o cuina, entre altres, i sortides de cap de setmana i de vacances.

Contactes:  
Associació ACFAMES. Telèfon 93 217 46 61 (tardes o dimarts i dijous al matí) / [acfames@hotmail.com](mailto:acfames@hotmail.com)

AIXEC. Telèfon 685 879 419

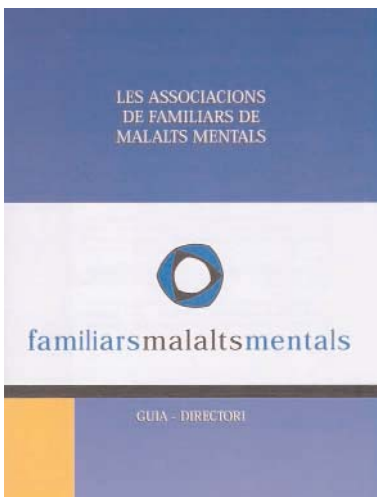
Fundació Marianao. Telèfon 93 630 30 62 / [www.marianao.net/fundacio](http://www.marianao.net/fundacio)

Associació DARUMA. Telèfon 647 47 30 60 / [daruma@darumaassociacio.com](mailto:daruma@darumaassociacio.com)

### Un nou butlletí per continuar avançant junts

Comencem un nou any i, com sempre, tornem a estar plens d'energia i projectes nous.

Un d'ells és el que teniu ara a les mans, aquest número zero del nou butlletí de la Federació i de totes les associacions que en formem part. Una eina de comunicació que impulem des de la Federació però que volem que sigui de tots. Ens agradaria que servís per compartir el que entre tots estem fent des de les nostres associacions, per ajudar-nos a mantenir els ulls ben oberts a la realitat que ens envolta i per animar-nos mútuament en la tasca que a tots en uneix:



*Guia directori de totes les associacions federades, editada al 2004.*

la millora de la qualitat de vida de les persones amb malaltia mental i de llurs famílies.

Se'ns presenta davant un any ple de reptes, de mancances i demandes que es van reflectir en el Manifest fet públic amb motiu del Dia Mundial de la Salut Mental, el passat octubre. Un moment de reflexió entorn les noves eines que està elaborant l'administració pública del nostre país: el Pla Director de Salut Mental i Addiccions, en l'àmbit sanitari, i del Pla Integral de Salut Mental de caràcter interdepartamental de la Generalitat.

Volem continuar treballant i vetllant per la implantació i el desenvolupament al llarg del territori perquè millori l'atenció propera i personalitzada als afectats per algun trastorn mental. Per això pensem que hem d'avançar junts, tenir més presència i més força davant la societat, ja que cal canviar moltes coses.

Ens agradaria, doncs, que aquest butlletí, de moment intern (però que tenim la intenció de fer extensiu aviat al sector sanitari i social relacionat amb la salut mental de tot Catalunya) sigui una eina útil per a tots i ens ajudi a augmentar aquest sentiment d'equip.

## Notícies

### Salut presenta l'esborrany de Pla Director de Salut Mental i Addiccions

El 10 d'octubre passat, coincidint amb el Dia Mundial de la Salut Mental, es va celebrar una jornada sota el títol "Construint el futur: la salut mental a Europa, Espanya i Catalunya" al Palau de Congressos de Catalunya organitzada pel Departament de Salut.

La jornada, que fou inaugurada pel senyor Pasqual Maragall, President de la Generalitat, va servir per presentar l'esborrany de Pla Director de Salut Mental i

Addiccions que s'ha elaborat els darrers mesos amb la participació i el consens de tots els agents implicats, representats per professionals, usuaris, familiars i proveïdors de serveis sanitaris, entre els quals també hi ha hagut la Federació.

El Pla pretén impulsar un nou model d'atenció a la salut mental i a les addiccions que doni una resposta integral i de qualitat a les diverses necessitats de la població en aquest àmbit.

És evident, però, que aquesta és una construcció feixuga, que el futur ja és present i que cal que nosaltres estiguem amatents i que es faci la feina i es desenvolupi aquest Pla ben aviat.

## Joana Ma. Guasp Mañé, Creu de Sant Jordi 2005

Joana Ma. Guasp Mañé ha estat guardonada amb la Creu de Sant Jordi 2005 en reconeixement a la seva sostinguda dedicació a les persones discapacitades mitjançant l'impuls, a partir de 1979, de l'Associació per a la Rehabilitació del Malalt Psíquic (AREP). L'acte va tenir lloc a la Sala Oval del Palau Nacional de Montjuïc el passat dimecres 30 de novembre de 2005.

La Creu de Sant Jordi és un guardó que cada any la Generalitat de Catalunya atorga a diverses personalitats i entitats que s'han distingit per la seva aportació als valors cívics de la nostra societat, a l'enriquiment de la nostra cultura i pel seu esforç orientat cap al progrés col·lectiu.

Joana Ma. Guasp Mañé, nascuda a les Balears i mestra de professió, va ser la fundadora d'AREP. Durant 25 anys ha sabut posar la seva experiència com a mare al servei de les famílies amb persones amb trastorns mentals.



*La senyora Joana Ma. Guasp en el moment de recollir la Creu de Sant Jordi 2005 (Foto: Generalitat de Catalunya).*

## El creador de la Fageda, emprenedor social de l'any

El creador de La Fageda, la cooperativa de la Garrotxa famosa pels seus iogurts i el seu compromís social, Cristóbal Colón, va ser premiat el passat 24 de novembre com a "Emprenedor social de l'any".

El director de La Fageda, que és membre del Consell Assessor de la Federació, va estudiar psicologia i va treballar en un hospital

psiquiàtric fins al 1982, quan va decidir constituir una empresa per crear llocs de treball reals. Així va néixer la cooperativa sense ànim de lucre que avui és el tercer productor de iogurts de Catalunya, després de dues multinacionals.

El seu principal objectiu és la integració socio-laboral de persones amb discapacitat psíquica i/o malaltia mental, per la qual cosa fa front tant a les exigències de producció com a les assistencials. La Fageda, que té una fàbrica de productes de làctics, un viver forestal i una explotació ramadera, compta actualment amb 203 treballadors, 120 dels quals tenen algun tipus de discapacitat mental o psíquica.



*Moment del lliurament del premi Emprenedor Social de l'Any a Cristóbal Colón, creador de la Fageda. (Foto: Rafa Martín, diari Expansión)*

Segons Cristóbal Colón, l'èxit del negoci és "perquè fem el millor iogurt del món i no perquè fem llàstima".

## Les associacions de Rubí i CEMORIBA ja tenen local

Després de tot un any de converses amb els regidors dels seus municipis per aconseguir un local on desenvolupar la seva activitat, les associacions de Rubí i CEMORIBA de Montcada i Reixac disposaran d'una seu. Això els permetrà fer realitat moltes de les il·lusions i necessitats de les famílies.

L'associació de Rubí disposarà a partir del gener d'un local compartit amb una altra associació al vell mig de la ciutat. Per la seva banda, l'associació de CEMORIBA, que disposava d'un local allunyat del centre de la població, gaudirà (quan les obres de l'Ajuntament ho permetin) d'un local entre Ripollet i Montcada cedit per la Creu Roja.

## Actes del Dia Mundial de la Salut Mental 2005

En el marc dels actes a l'entorn el Dia Mundial de la Salut Mental, la Federació va demanar una implicació clara i decidida a totes les administracions a Catalunya per treballar de forma conjunta cap a una millora de la qualitat de vida de les persones amb trastorns mentals i avançar cap a una millor gestió de la salut mental del país. Aquesta reivindicació es va fer pública a través de la lectura d'un manifest en una roda de premsa al Col·legi de Periodistes de Catalunya el passat 7 d'octubre i una posterior caminada de més de 800 familiars, usuaris i professionals del sector de la salut mental pel centre de Barcelona sota el lema "La salut mental és cosa de tots", fins al Parc de la Ciutadella.

Allà membres de la junta executiva de la Federació van ser rebuts pel President del Parlament, Ernest Benach, a qui es lliurà la mateixa documentació i va adquirir el compromís de demanar una compareixença de la Federació davant la Comissió Parlamentària de Polítiques Socials.



*D'esquerra a dreta: Margarita Serrat, presidenta de la Federació, Hble. Anna Simó, consellera de Benestar i Família i Teresa Marfull, gerent de la Federació, en la roda de premsa al Col·legi de Periodistes el 7 d'octubre de 2005. (Foto: FECAFAMM)*

La consellera de Benestar i Família, Anna Simó, present a la roda de premsa, va dir que calia incrementar la dotació econòmica per sobre del percentatge habitual perquè el problema està creixent exponencialment. Simó va destacar el paper del Pla Integral per a la Salut Mental que s'està elaborant de forma conjunta entre administracions i societat i va acabar subscriuint totalment el manifest, en del qual es reclamava al govern de Catalunya:



*Més de 800 persones van caminar pel Centre de Barcelona amb motiu del Dia Mundial de la Salut Mental. (Foto: FECAFAMM)*

- L'increment d'un 20% anual dels pressupostos destinats a la salut mental.
- El desenvolupament de la xarxa social d'atenció a les persones amb trastorns mentals: inserció social, laboral i residencial.
- El reconeixement de la funció social de les famílies i la seva incorporació en el Pla Director de Sanitat i en el Pla Integral.
- La constitució d'un Observatori de Salut Mental que permeti conèixer la realitat de la salut mental, els serveis destinats, les persones tractades i els costos i inversions.

Representants de la Federació van resumir el contingut d'un quadern de reflexió sobre l'estat de la qüestió de la salut mental a Catalunya assenyalant, especialment, que "és tant imprescindible tenir cura dels malalts com dels seus cuidadors, així com de la prioritització en els pressupostos 2006 sobre salut mental per part del Govern de la Generalitat de Catalunya".



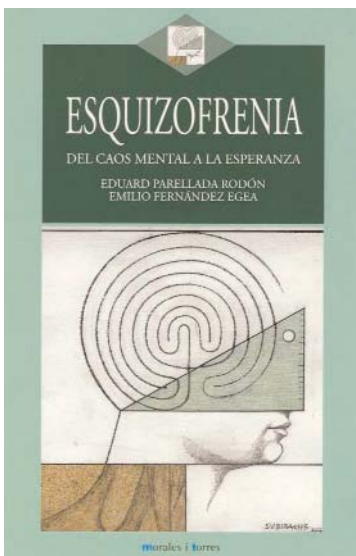
*La caminada d'usuaris, familiars i professionals de la salut mental fins el Parlament de Catalunya es va fer sota el lema "La salut mental és cosa de tots". (Foto: FECAFAMM)*

# Recomanacions

## Premiat un llibre sobre l'esquizofrènia

- *"Esquizofrenia, del caos mental a la esperança". Dr. Eduard Parellada i Dr. Emilio Fernández*  
*Editat el 2004 amb el suport dels Laboratoris Janssen-Cilag*

Una guia per a pacients, familiars i professionals de la salut que ofereix, amb un llenguatge planer, una visió actual i comprensible de l'estat de coneixement sobre les causes, les manifestacions clíniques i el tractament de l'esquizofrènia. El 4 de novembre se li lliurà a Madrid el Premi Jaime Alberto Solana.



## Nova web del Turó, creada pels usuaris del Club social

- [www.elturo.cjb.net](http://www.elturo.cjb.net)

Els usuaris del club social de l'Associació El Turó de l'Alt Penedès han creat el web de l'entitat gràcies a un taller de disseny de pàgines web.



## Portal destinat a les ONL

- [www.hacesfalta.org](http://www.hacesfalta.org)

Aquest lloc web és especialment interessant per a les ONL perquè és un espai que facilita i fomenta el voluntariat, informa sobre el món associatiu i les seves activitats, sobre possibilitats de formació en aquest àmbit, etc. També és una bona borsa de treball voluntari i remunerat dins el tercer sector.

# Agenda

## 3r Congrés Català de Salut Mental de la FCCSM

- *3r Congrés Català de Salut Mental*

Dia: 23, 24 i 25 de febrer de 2006  
Hora: de 9 a 20 h. (consulteu programa)  
Lloc: Centre de Convencions Internacional de Barcelona. Rambla Prim, 1-17.

Sota el títol "Necessitats i respostes a la salut mental: la construcció de la cura", la Fundació Congrés Català de Salut Mental, organitzadora de l'esdeveniment, vol fer un debat sobre les necessitats i demandes del subjecte i els seus drets i deures en relació a les respostes de les organitzacions, els professionals i les eines emprades.

Més informació a: [www.fccsm.net](http://www.fccsm.net)

## Presentacions de la Guia d'Estil per als mitjans

- *Presentació Guia d'Estil per a mitjans*

Dia: 8 de febrer de 2006  
Hora: 18.30 h.  
Lloc: Centre Cultural Tecla Sala de l'Hospitalet de Llobregat. Av. Josep Tarradellas, 44.

Presentació de la Guia d'Estil per als mitjans de comunicació elaborada per FEAFES, on s'exposen les pautes de llenguatge adequades per parlar de la malaltia mental i els seus afectats. Amb la col·laboració de l'Associació AFEMHOS de la ciutat.

També es presentarà el 10 de març a Reus. Ja us informarem dels detalls.

## Calendari de sortides del Respir 2006

Sortides del primer trimestre del 2006:

### Respir Lleida

- 20, 21 i 22 de gener. Manresa

Alberg del Carme de la ciutat  
Passejarem per Manresa i Montserrat, on visitarem la Basílica, escoltarem l'escolania i farem excursions per la muntanya.  
Reunió informativa: 18 de gener, 12.30 h.

- 10, 11 i 12 de febrer. Barcelona

Alberg Center-Rambles de la ciutat  
Visitarem Barcelona.  
Reunió informativa: 8 de febrer, 12.30 h.

- 10, 11 i 12 de març. Mora d'Ebre

Alberg Mas de la Coixa de la població  
Visitarem Mora d'Ebre.  
Reunió informativa: 8 de març, 12.30 h.

### Respir Barcelona

- 27, 28 i 29 de gener. Planoles

Alberg Pere Figuera de la població  
Visitarem Planoles i el seu entorn.  
Reunió informativa: 18 de gener, 16.30 h.

- 24, 25 i 26 de febrer. Manresa

Alberg del Carme de la ciutat  
Passejarem per Manresa i Montserrat, on visitarem la Basílica, escoltarem l'escolania i farem excursions per la muntanya.  
Reunió informativa: 15 de febrer, 16.30 h.

- 24, 25 i 26 de març. Banyoles

Alberg de Banyoles  
Visitarem Banyoles i el seu estany.  
Reunió informativa: 15 de març, 16.30 h.



Usuaris del Respir el desembre del 2004 a l'Estany de Banyoles. (Foto: FECAFAMM).

Totes les sortides valen de 33 €. El pagament s'ha de fer directament a la caixa d'estalvis.

Les reunions informatives del Respir Lleida seran a la seu de l'Associació Salut Mental Ponent i les del Respir Barcelona a la seu de la Federació.

## FECAFAMM coorganitza una jornada amb la Fundació CCSM

- 2a Jornada l'Atenció Psicoterapèutica dels Trastorns Psicòtics a la Xarxa Pública amb el professor Dr. R.D. Hinshelwood

Dia: 27 de gener de 2006

Hora: de 9 a 19 h.

Lloc: sala d'actes del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona. Pg. Bonanova, 47.

Preu: 15 euros

Fent especial referència a l'abordatge psicoterapèutic dels trastorns psicòtics, des de la FCCSM i la FECAFAMM volem contribuir al desplegament del nou Pla Director de Salut Mental i Addiccions.

Més informació a: [www.fccsm.net](http://www.fccsm.net)

## Butlletí de la FECAFAMM

Redacció, disseny i maquetació:  
Equip tècnic FECAFAMM

Tirada i periodicitat:  
800 exemplars. Bimestral

Si voleu rebre més informació, poseu-vos en contacte amb la Federació al telèfon 93 272 14 51 o per correu electrònic [federacio@familiarsmalaltsmentals.org](mailto:federacio@familiarsmalaltsmentals.org)

FECAFAMM - Federació d'associacions de familiars i persones amb problemes de salut mental de Catalunya  
C. Berguedà, 9-11, ent. 3a - 08029 Barcelona  
Telèfon 93 272 14 51 - Fax 93 272 13 65  
[federacio@familiarsmalaltsmentals.org](mailto:federacio@familiarsmalaltsmentals.org)  
[www.familiarsmalaltsmentals.org](http://www.familiarsmalaltsmentals.org)

Tots els continguts són de drets lliures si se cita la font.

La Federació Catalana d'Associacions de Familiars de Malalts Mentals (FECAFAMM) treballa per a la millora de la qualitat de vida de les persones amb trastorns mentals i de les seves famílies. Mitjançant l'acció unitària, promou actuacions integrals per garantir a les persones afectades una correcta atenció, rehabilitació i inclusió social i laboral, així com el respecte dels seus drets.