

Afem de 9 Barris Memoria 2021

www.afemnoubarris.org

Los orígenes 1995/96

Nacimos en el 1995/1996 con el objetivo de apoyar y reivindicar las necesidades de familiares y personas con trastorno mental frente a las administraciones y la red pública de atención y rehabilitación. Actualmente tenemos 46 familias asociadas.

Las Jornadas

A pesar de dedicarnos mayoritariamente al colectivo de la salud mental de Nou Barris, llegamos mucho más allá del distrito mediante nuestras actividades como las Jornadas de Salud Mental en Nou Barris, que celebramos en la Biblioteca Vilapicina-Torre Llobeta. Este 2021 las pudimos recuperar después del año de paro. Las transmitimos por streaming por miedo a la falta de asistencia, pero justo un par de semanas antes se levantaron las restricciones y pudieron acceder a la sala unas 90 personas el viernes por la tarde y unas 50/60 el sábado por la mañana, además de las que las siguieron on-line. Durante la celebración proyectamos un vídeo conmemorativo de los 25/26 años de la entidad, en el que se rendía homenaje a José Trujillo Pelegrini, presidente durante 20 años, y a Enric Segarra López, tesorero y secretario durante 24 años. Ambos nos dejaron en el 2020.

Actualización de la web

Actualizamos la web días antes de la celebración de las Jornadas.. Podéis consultar la actualidad de la entidad y de la salud mental en www.afemnoubarris.org.

Grupos de Ayuda Mutua Soporte de igual a igual

Gracias a la tenacidad y constancia de los participantes, hemos podido mantener los grupos de ayuda mutua, a pesar de las restricciones. Nos hemos reunido en el Centro Cívico Torre Llobeta, y cuando no, en el interior o en la terraza del bar del Centro Cívico Can Verdaguer y cercanías. Además, el WhatsApp ha sido una herramienta eficaz para mantener la calidez necesaria.

Hemos encontrado a faltar las salidas en autocar

Un año en blanco

Las circunstancias nos han impedido organizar las dos salidas que solemos celebrar en primavera y otoño. Apalabramos con la agencia una Calçotada y una salida que tuvimos que anular. La incertidumbre de poder realizar las salidas y la inseguridad que se podía generar en las personas de nuestro colectivo, se impuso a las ilusiones. No realizamos tampoco la salida del Día Mundial de la Salud Mental al no organizarla la *Federació Salut Mental Catalunya*.



Hemos bajado la puerta de nuestra sede. A finales de julio de 2021 tuvimos que abandonar el local de la calle de *l'Estudiant*, 22-24 del barrio de Porta, que nos cedió la asociación de vecinos en 2003. Pasamos a celebrar nuestras actividades en el *Ateneu La Bòbila*, recientemente inaugurado. Ante la imposibilidad de ubicar la sede social en el *Ateneu*, la *Associació de Veïns de Porta* ha vuelto a acudir a nuestro auxilio y tendremos la sede social en *l'Estudiant*, 26 baixos.

Foto: AFEM de Nou Barris

En el curso del año...

Hemos ofrecido a las familias asesoramiento, orientación y apoyo emocional desde los grupos de ayuda mutua y la atención personalizada de la psicóloga Cristina Ventura.

De la mano de: *Federació Salut Mental Catalunya*, el IMPD (*Institut Municipal de Persones amb Discapacitat*) del *Ajuntament de Barcelona*, del *Departament de Salut de la Generalitat*, i del *Pla Integral de Salut Mental i Addiccions*, también de la *Generalitat*, y entidades privadas, iniciamos en 2015 el proyecto *Activa't x la Salut Mental*. Durante 5 años fue una prueba piloto que intentaba integrar a todos los agentes de la salud mental: personas con experiencia propia, familiares y profesionales, para que vayamos todos a una y, sobre todo, que la persona sea propietaria de su propia salud. Además de conseguir que se la tenga en consideración y se le dé poder de decisión: empoderarse y empoderar también a familiares y profesionales. La prueba piloto fue implantada en 13 territorios de la geografía catalana. Desde AFEM de Nou Barris hemos colaborado desde el principio en las sesiones que ha organizado la *Federació Salut Mental Catalunya* para la formación de familiares. Fruto de este trabajo fuimos una de las asociaciones escogidas para gestionar el *Espai Situa't* de información, orientación y asesoramiento, que atiende a los distritos de *Eixample Dreta*, *Sant Martí*, *Sant Andreu*, *Horta -Guinardó* y *Nou Barris*.

Nos encargamos de la logística y de los recursos materiales. La asociación *Arep per la Salut Mental* cuida de la atención personal. El *Espai* lo atendió en un principio Roser Busquets; actualmente está al cargo Laia Vicente, que presta servicio desde el *CIS Cotxeres*, el *Ateneu la Bòbila* y *AREP per la Salut Mental*.

Soporte psicológico Cristina Ventura al rescate

A pesar de la situación, Cristina Ventura ha podido atender personalmente, o por teléfono, cuando ha sido necesario, a los socios y las personas derivadas del *Espai Situa't* y procedentes de otros recursos sociales. Asimismo, el grupo de ayuda mutua ha acogido a algunas de estas personas, que han entrado a formar parte de nuestra familia. Llevar adelante día a día requiere de las consultas psicológicas y del soporte de los grupos. Cristina Ventura ha participado en las *XXI Jornadas de Salud Mental a Nou Barris*.

Día Mundial de la Salud Mental en Nou Barris

Con motivo de la celebración del Día Mundial de la Salud Mental, el *Centre Ton i Guida* de Roquetes organizaba la semana dedicada a la salud mental. AFEM de Nou Barris hemos invitado al psicólogo Miquel Miranda, con la charla -coloquio *Cuando los miedos nos dominan... ¿cómo podemos dominar los miedos?* Asimismo, la *Federació Salut Mental Catalunya* celebraba en CaixaForum el 25 aniversario de su fundación, con la presencia del presidente de la *Generalitat* Pere Aragonés, el *Conseller de Salut* Josep Maria Argimón y otros responsables.