

XVIII Día Mundial de la Salud Mental 2016 en Extremadura. MANIFIESTO.

Hoy, ante todos ustedes, me gustaría lanzar un mensaje; me gustaría hacerlo una y mil veces: **“Soy como Tú aunque aún no lo sepas”**.

Somos persona, somos familias, somos amigos; También formamos parte del movimiento asociativo y parte de esta Comunidad por lo tanto exigimos ser tratados igual, con el mismo respeto, y con los mismos derechos que el resto de los ciudadanos.

Hoy levantamos la voz. El 75% de las personas con problemas de salud mental nos hemos sentido discriminadas en algún ámbito de la vida.

Nos duele la incompreensión, que nos ignoren, que no nos escuchen, que no nos entiendan, que se vulneren nuestros derechos.
En cambio, nos sentimos bien cuando nos valoran, cuando reconocen nuestros aciertos, cuando nos aceptan.

Es necesario caminar hacia una conciencia compartida sobre la salud mental. En la diversidad está la riqueza de las sociedades y comunidades más progresistas y a la discapacidad por trastorno mental le acompañan también muchas capacidades que enriquecen; **“Soy como Tú aunque aún no lo sepas”**.

Si estamos en una nueva etapa, en un nuevo proyecto regional, que la salud mental esté por fin vigente y presente, dejemos de ser de una vez los ausentes, la asignatura pendiente de la sanidad pública.

Rompamos las barreras porque:

- Igual que tú, yo no quiero sufrir.
- Igual que tú, yo necesito tener un trabajo. Como yo, tú también necesitas tener un trabajo.
- Igual que tú, yo quiero amar y ser amado.
- Igual que tú, muchas veces no entiendo lo que pasa, ni por qué pasa.
- Igual que tú, yo deseo que me escuchen y me comprendan.
- Igual que tú, yo puedo hacer pequeñas y grandes cosas.

En este día 5 de octubre de 2016, día en el que conmemoramos el Día mundial de la salud mental en Extremadura, quiero que sepas **que Soy como Tú y ahora ya lo sabes”**.

No leer:

MANIFIESTO elaborado por el Comité Pro Salud Mental en Primera Persona de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA y Adaptado por el Observatorio de Salud Mental de FEAFES EXTREMADURA.