

MEMORIA 2018



FEAFES Salud Mental
EXTREMADURA



Misión, Visión y Valores:

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA es la Federación Extremeña de Asociaciones de Personas con Trastorno Mental y Familiares, entidad de naturaleza asociativa y sin ánimo de lucro, en calidad de interés general y en particular de las Personas con Problemas de Salud Mental y de sus familias. En ella participan familiares, personas con problemas de salud mental, voluntarios y trabajadores.

Esta Federación se constituyó en 1998 y actualmente la componen 11 Asociaciones repartidas por toda Extremadura que ofrecen cobertura a toda la geografía Extremeña (áreas sanitarias y sociosanitarias), trabajando en red por la mejora de la salud mental en nuestra Comunidad. Representa en la actualidad a más de 4.000 familias.

MISIÓN

La **mejora de la calidad de vida** para las personas con trastorno mental y sus familias. La calidad de vida no sólo se debe entender como calidad asistencial sino como Integración social plena, participativa y desde todos los ámbitos así como la desaparición del estigma.

La **defensa de sus derechos** teniendo como principio la Igualdad, y la representación del movimiento Asociativo.

VISIÓN

Consolidarnos como organización líder en salud mental y como el movimiento asociativo que une a todas las personas con problemas de salud mental y sus familias, así como las asociaciones en que se agrupan, estimulando un modelo de atención de base comunitaria y generando mecanismos de normalización. Por ello, se reconoce como un movimiento de acogida, apoyo, autoayuda, de atención y de presentación de las Personas con Enfermedad Mental y sus Familias, que proyecta interna y externamente un discurso normalizador de la enfermedad mental.

VALORES

Liderazgo, Universalidad, Participación, Democracia, Transparencia, Autodeterminación, Justicia, Eficacia, Solidaridad y Equidad.



Desde la perspectiva de la Federación, esta mejora de la salud mental pasa por **cuatro aspectos fundamentales** que serán los pilares en los que fundamentaremos este proyecto:

MODELO COMUNITARIO Aunque la red de atención ha mejorado, aún presenta **carencias importantes**. Esto se comprueba en la **ausencia de medidas integrales de apoyo** a las personas con trastorno mental que incidan en aspectos formativos, educativos, residenciales, laborales, de ocio y tiempo libre, familiares, etc

RESPECTO A LOS DERECHOS

El respeto a los **derechos** de las personas con trastorno mental y sus familiares: **La Convención ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad**, que entró en vigor en España en 2008, supone un cambio de mentalidad, y marca el camino a seguir para evitar cualquier situación de exclusión social de las personas con discapacidad

EMPODERAMIENTO Y RECUPERACIÓN

Es prioritario fomentar acciones que desarrollen al máximo capacidades con el fin de que alcancen cada vez una mayor autonomía y acciones de participación más activa en sus propios procesos de recuperación y mejora de su calidad de vida; participación que se considera un derecho inherente a su consolidación de ciudadanos/as.

ESTIGMA

Los **falsos prejuicios** que persisten y se mantienen son muy graves. La **desinformación** y la **falta de conocimiento** sobre los trastornos mentales producen discriminación y rechazo por parte de la sociedad. En el ámbito de la discapacidad, las personas con enfermedad mental es uno de los grupos más vulnerables y con **mayor riesgo de exclusión social** y **menor inserción laboral**. Según el informe “Estigma social y enfermedad mental” de

Recuperación:

Enfoque que define un proceso continuo consistente en adquirir o recuperar muchos aspectos de la vida cotidiana de las personas, que puedan haberse perdido a causa del problema de salud mental.

Implica recuperar el control activo sobre la propia vida. Esto puede suponer descubrir (o redescubrir) un sentido positivo de sí mismo, aceptar y hacer frente a la realidad de cualquier dificultad, encontrar significado en las propias experiencias, resolver problemas personales, sociales o de las relaciones con los demás, que pueden contribuir a afrontar las contrariedades relacionadas con el problema de salud mental.

En el artículo 1 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos se afirma que: “Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos”.

En el Preámbulo de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad se declara que:

“La discriminación contra cualquier persona por razón de su discapacidad constituye una vulneración de la dignidad y el valor inherentes del ser humano”.





¿Qué hemos hecho?

Servicio de Información y Orientación en salud mental.



FEAFES Salud Mental
EXTREMADURA

S.I.O.

Servicio Regional de Información y Orientación en Salud Mental

682 632 100

feafesextremadura@gmail.com

www.feafesextremadura.com

El S.I.O. es un servicio a través del cual se da respuesta a las demandas de información, asesoramiento y orientación en el ámbito de la salud mental del conjunto de personas con trastorno mental, familiares, profesionales y sociedad en general.

Contamos con una base de datos de los recursos existentes y derivamos hacia ellos según sea pertinente.

Se trata de un servicios de ámbito regional, en el que atendemos de forma personal, telefónica o por correo electrónico a través de:

E-mail: feafesextremadura@gmail.com

Línea móvil: 682 632 100

Personalmente: C/ San José nº 49B. Almendralejo. 06200. Badajoz

Durante el 2018 se registraron los siguientes datos:

Nº de personas atendidas en el S.I.O.: 263

- Nº de personas atendidas en modalidad presencial: 22
- Nº de personas atendidas en modalidad telefónica: 174
- Nº de personas atendidas en modalidad online: 67

La tipología de la información demandada es la siguiente:

- Información general sobre la entidad (servicios, programas, modo de hacerse socios, etc.): 83
- Certificado de discapacidad: 6
- Ámbito laboral (SIL, bolsa de empleo, CEE, etc.): 13
- Prestaciones económicas: 23
- Recursos residenciales: 12
- Recursos sociosanitarios: 26
- Ocio y tiempo libre: 9
- Fundaciones / agencias tutela: 31
- Voluntariado: 44
- Riesgo de exclusión (personas sin hogar, ámbito penal penitenciario): 6
- Ingresos involuntarios: 8
- Otros (medicación, psiquiatría, etc.): 2

Personas atendidas por sexo:

Persona atendidas	Nº Hombres	Nº Mujeres
Personas con problemas de Salud Mental	19	39
Familiares	37	53
Profesionales	47	68
Otros		
Total	263	

Comité en Primera Persona



FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

comitefeafesextremadura@gmail.com

El Comité en Primera Persona es un órgano participativo perteneciente a la Federación Feafes Salud Mental Extremadura, compuesto por personas con experiencia en salud mental. Cada uno de los miembros de este grupo pertenecen a su vez a las asociaciones miembros de Feafes Salud Mental Extremadura.

Su función principal es representar al colectivo tanto de cara a la organización como a la sociedad en general. El comité supone un

espacio de diálogo donde concretar líneas de trabajo, criterios de actuación, planteamiento de objetivos, reivindicaciones, etc., y todo en primera persona como medio de autogestión.

Desde la federación se promueve trabajar en la línea del empoderamiento en salud mental donde la persona tiene responsabilidad y participación en todo aquello que le compete y que se dirige a mejorar su calidad y su proyecto de vida.

Durante el año 2018 se han registrado los siguientes **datos**:

Nº de miembros del comité a lo largo del 2018: 13

Nº de bajas: 3

Nº actual de miembros del comité: 10

Nº de reuniones de los miembros del comité: 3

Actividad del Comité en Primera Persona en 2018:

- Reunión en Zafra: retomar contacto, nuevas incorporaciones, presentación web Diversamente, presentación plataforma digital, organización Jornadas Deportivas. 10/04/2018
- Participación en las Jornadas Deportivas: representación en el acto inaugural, en la entrega de premios y en los medios de comunicación. 12/06/2018
- Acompañamiento en las Jornadas Mujeres Activas y Discapacidad organizadas por el CERMI en Mérida. 14/06/2018
- Reunión en Don Benito: renovación de los cargos, organización del Día Mundial y plataforma digital. 20/06/2018
- Jornada de convivencia en Almendralejo: reunión de preparación previa a la grabación del video corporativo sobre el "Comité en Primera Persona", comida y grabación. 5/09/2018
- Participación en el programa formativo PROSPECT en Madrid. 19-21/09/2018
- Representación en el "Comité Nacional de Personas con Trastorno mental" de la Confederación en Madrid. 29-30/09/2018
- Día Mundial de la Salud Mental: presentación del vídeo y lectura de las "Claves del Empoderamiento". 10/10/2018
- Participación en las Jornadas de Socialización del Plan Estratégico de la Confederación. 15-16/11/2018
- Representación en las reuniones de la Junta Directiva de Feafes S.M. Extremadura.
- Coordinación Comité-Federación (vía telefónica, correo electrónico, reuniones).
- Gestión de las redes sociales del Comité.

Actividad de la Federación en relación al Comité:

- Convocar reuniones.
- Facilitar los espacios de encuentros.
- Asesorar y orientar al grupo.
- Informar de actividades en salud mental.
- Diseño y edición de cartel "Claves del empoderamiento".

Comité en Primera Persona

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

comitefeafesextremadura@gmail.com





682 632 100

feafesextremadura@gmail.com

FEAFES
EXTREMADURA

www.feafesextremadura.com

#AlertaEstigma

El Observatorio de Salud Mental es una herramienta creada y vinculada directamente a la Federación FEAFES S.M. EXTREMADURA con una doble misión:

- Por un lado, es un órgano consultivo, técnico e interno de la Federación.
- Y por otro es una herramienta de recogida de información, de participación ciudadana, de análisis y detección de situaciones de vulnerabilidad de derechos que interviene de forma práctica y directa.

El trabajo de sensibilización y promoción de la imagen positiva de las personas con problemas de salud mental se manifiesta como una prioridad en la lucha contra el estigma, siendo uno de los objetivos que garantizan la protección de los derechos y la calidad de vida de las personas trastorno mental grave y sus familias.

Programa #AlertaEstigma.

Descripción: Activación de Alerta Estigma ante la detección de una noticia, declaración, suceso, etc, interviniendo directamente y de manera ágil. La actuación vendría determinada por el proceso de intervención y metodología expuesta a continuación utilizando las estrategias adecuadas para lograr la corresponsabilidad y el cambio de actitud.

En base a estas estrategias se establece el siguiente procedimiento de intervención:

Desde el Observatorio de Salud Mental:

- Detección de situación de vulnerabilidad y/o recepción de la demanda: la detección se lleva a cabo a través de la consulta directa diaria de las noticias (otros) en los principales Medios de comunicación regionales o bien por la demanda realizada al Observatorio por agentes externos.
- Registro de la demanda: estableciendo códigos y protección de datos.
- Evaluación y análisis inicial de la situación y/o demanda: ¿La demanda es susceptible y cumple con las condiciones de indicar una vulneración de derechos o favorecer el mantenimiento de prejuicios y estigma? Valoración. ¿Es viable de ser atendida y asumida por el Observatorio? Valoración.
- Si se cumple anterior, se inicia #AlertaEstigma: Análisis específico: ¿qué?, ¿de dónde?, ¿sobre qué?, ¿dónde?, ¿por quién/es?, ¿Cómo afecta?,
- Elaboración de estrategia a utilizar más adecuada y creación del Argumentario.
- Comunicación con el agente/medio responsable de la situación detectada.
- Información y sensibilización dotándole de herramientas suficientes ya elaboradas o a elaborar (Decálogo en salud mental, Guía de estilo, argumentarios y/u otro material específico,
- Establecer Colaboración y Alianza.
- Evaluar y archivar.

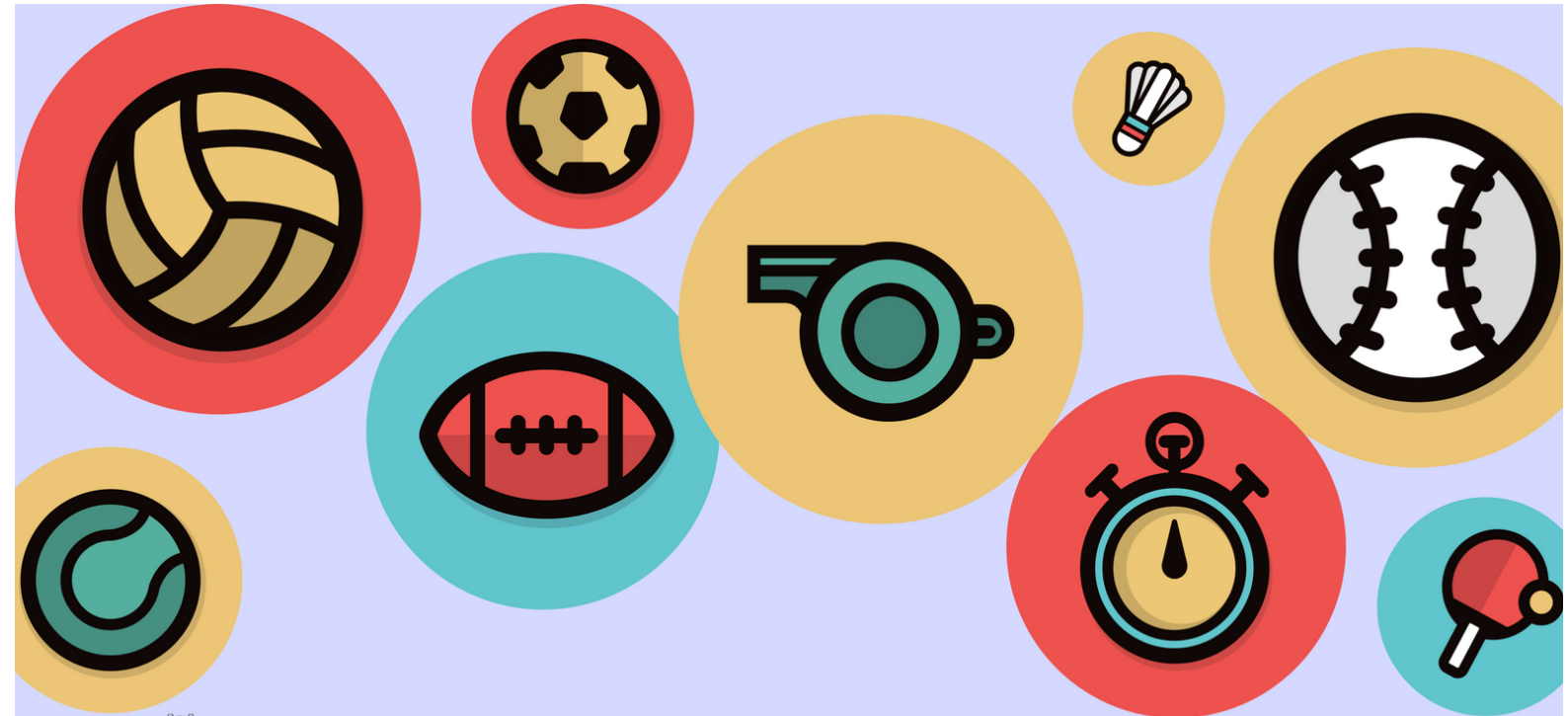
Actividad del Observatorio de Salud Mental en 2018:

- 28 de Febrero. Asistencia al acto institucional con motivo del Día Mundial de las Enfermedades Raras.
- 2 de Marzo. Celebración del Consejo Regional de Discapacidad .
- 18 de Julio. Reunión Cermi y Consejera de Educación.
- 10 de Septiembre. Difusión de la Campaña #HablaDelSuicidio.
- 19 y 21 de Septiembre. Participación en el programa formativo PROSPECT en Madrid, organizado por la Confederación.
- 3 de Octubre. Comparecencia ante la Comisión de Sanidad, Políticas Sociales y vivienda. Ley del Tercer Sector de Acción Social de Extremadura.
- 5 de Octubre. Presentación del Decálogo en Salud Mental dirigido a los Medios de Comunicación, junto al Consejero de Sanidad y Políticas Sociales, la Directora Gerente del Sepad, la Subdirección de Salud Mental y responsables del Sepad.
- 10 de Octubre. Acto para dar a conocer la labor del Observatorio en la conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental.
- 10 de Octubre. Intervención en Cadena Ser para hablar del Día Mundial.
- 22 de Octubre. Comparecencia de Feafes Salud Mental Extremadura en la Comisión de Sanidad, Políticas Sociales y Vivienda sobre la propuesta de ley de Concursos Sociales.
- 16 de Noviembre. I Jornadas autonómicas de Salud Mental de Extremadura: Hablemos del Suicidio.
- 27 de Noviembre. Se toma posesión de la Vicepresidencia de CERMI Extremadura, en representación de FEAFES Salud Mental EXTREMADURA.
- 13 de Diciembre. Reunión del Comité ejecutivo de CERMI Extremadura con el Consejero de Sanidad y Políticas Sociales.
- 14 y 15 de Diciembre. Participación en la I Feria de Servicios Sociales y Economía Social

Otras actividades del Observatorio durante el 2018 han sido:

- Elaboración de “Decálogo en Salud Mental” y difusión en todos los medios de comunicación regionales, centros de profesores y recursos, colegios profesionales y redes sociales.
- Reuniones con la Subdirección de Salud Mental, el Consejo Regional de Salud Mental, Cermi, Volusmex, etc.
- Intervención en casos en los que se ha observado una vulneración de derechos de las personas con experiencia en salud mental.
- Asistencia a las reuniones del Comité en Primera Persona.
- Asistencia a las reuniones de los profesionales de los “Grupos de Trabajo”.





XII JORNADAS DEPORTIVAS REGIONALES DE SALUD MENTAL DE FEAFES SM EXTREMADURA

CORIA, 24 MAYO 2018
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
(Paseo de "La Isla")

Organiza:



Coorganiza:



Colaboran:



Subvencionado por la Junta de Extremadura con cargo a la asignación tributaria del I.R.P.F. — Por solidaridad otros fines de interés social.

XII Jornadas Regionales Deportivas de salud mental

El 12 de Junio, se celebraron en Coria las XII Jornadas Deportivas Regionales de salud Mental en las instalaciones del Polideportivo Municipal de Coria.

El encuentro deportivo reunió a todas las personas con problemas de salud mental que se atienden en los diferentes recursos, servicios y programas de salud mental de toda Extremadura. Estas personas dedicaron este día en demostrar las habilidades deportivas que han ido adquiriendo a lo largo de su proceso de rehabilitación.

Este tipo de iniciativas acercan y dan visibilidad a la realidad de los problemas de salud mental.

Conscientes de que el deporte es fundamental para nuestra salud física y mental, con las Jornadas Deportivas, Feafes Salud Mental Extremadura se plantea como objetivos:

- Fomentar el deporte como herramienta de inclusión y recuperación entre las personas con trastorno mental, facilitando un punto de encuentro en un entorno normalizado e impulsando el voluntariado para visibilizar la importancia de la salud mental.
- Promocionar la salud a través de la práctica deportiva.
- Potenciar la práctica deportiva en nuestro colectivo creando un entorno de participación común, motivador y alentador que favorezca una vida saludable.
- Dar visibilidad y presencia a la Salud mental a través de la práctica deportiva nivel social con el fin de erradicar estigmas.

En definitiva, la práctica de actividad física a lo largo de la vida favorece el mantenimiento de las funciones cognitivas y se asocia habitualmente a una mejor salud mental. Invertir tiempo en realizar deporte o hacer ejercicio físico se asocia con una mejor calidad de vida en las personas que realizan regularmente estas actividades, y participar en programas de ejercicio físico dirigidos puede mejorar diferentes dimensiones del bienestar psicológico y emocional. Un estilo de vida activo permitirá disfrutar de beneficios psíquicos del deporte, tales como:

- Aumento de la autoestima.
- Aumenta la autoconfianza.
- Mejora la memoria.
- Mayor estabilidad emocional.
- Mejor funcionamiento intelectual.
- Mayor independencia.
- Mejor salud percibida.

Datos relevantes:

Nº de entidades y recursos participantes: 15

Nº de asistentes: 433 (237 hombres y 196 mujeres)

Nº de deportistas: 292

Nº de familiares que asisten: 14

Nº de profesionales: 92

Nº de voluntarios: 28

16 voluntarios puntuales para las Jornadas.

6 voluntarios del Comité en Primera Persona.

2 voluntarios miembros de la Juntas Directiva.

4 voluntarios profesionales.

XII Jornadas Regionales Deportivas de salud mental



XII JORNADAS DEPORTIVAS REGIONALES DE SALUD MENTAL

DE FEAFES SM EXTREMADURA

CORIA, 24 MAYO 2018
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
(Paseo de la Isla)

Organiza:



Coorganiza:



Colaboran:



Subvencionado por la Junta de Extremadura con cargo a la asignación tributaria del I.R.P.F. - Por solidaridad otros fines de interés social.

PROGRAMA

9:30 Recepción de participantes.

10:00 Acto inaugural.

10:30 Primera ronda de juegos.

Fútbol sala
Petanca

12:30 Segunda ronda de juegos.

Baloncesto TL y TT
Tiro de cuerda

14:00 Descanso y comida.

15:00 Campeonato Juegos de Mesa.

Parchís / Oca
Dominó / Cuatrola / Ajedrez

17:30 Entrega de premios y Clausura.

Además por la tarde habrá una
"Actividad especial para las familias".

XX DÍA MUNDIAL de la EXTREMADURA Salud MENTAL 2018

*Ilustración del Día Mundial de la Salud Mental 2018 del movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA



10 de Octubre
Teatro López de Ayala
- BADAJOZ -

"Reconocida de Interés Sanitario por la Consejería de Sanidad y Políticas Sociales para actos científicos y técnicos celebrados en la Comunidad Autónoma de Extremadura".

Organiza:



FEAFES Salud Mental
EXTREMADURA

Coorganizan:



AEMIS
Salud Mental



APAFEM
Feafes Badajoz

Colaboran:



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Sanidad y Políticas Sociales



Ayuntamiento de Badajoz



DIPUTACIÓN DE CÁCERES



DIPUTACIÓN
DE BADAJOZ



SEPAD

feafesextremadura@gmail.com - 682 632 100 - www.feafesextremadura.com

XX DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

Educación inclusiva, Salud Mental positiva.

Como cada 10 de Octubre, se conmemoró el Día Mundial de la Salud Mental que organiza a nivel regional esta Federación. Este año la celebración tuvo lugar en la ciudad de Badajoz.

Se trata de una de las principales citas que reúne a todas las personas del ámbito de la salud mental, con asistentes de todos los recursos, servicios y programas de salud mental de toda Extremadura. En el que además se invita a participar a todos los agentes implicados de otros ámbitos: sanidad, ámbito social, educativo, empleo, justicia y política.

“Educación inclusiva, Salud Mental positiva” es el lema de este año, escogido por el movimiento asociativo de personas con trastorno mental y familiares, y ha sido común a nivel nacional.

Las Jornadas dieron comienzo con un desayuno saludable en Puerta Palma, seguido de una marcha reivindicativa por las calles de la ciudad que finalizó en el Teatro López de Ayala, donde tuvo lugar la lectura del Manifiesto por parte de nuestro vicepresidente Antonio Lozano, el Acto de Inauguración donde participó el Presidente de la Junta de Extremadura Guillermo Fernández Vara y el Acto Central, en el que intervinieron:

- El Comité en Primera Persona, realizó la lectura de las claves del empoderamiento y presentó su vídeo de promoción Comité.
- Un grupo de profesionales narraron sus vivencias en las entidades.
- Un grupo de familiares recibieron un homenaje.
- El Observatorio de Salud Mental de Extremadura informó de la labor que realizan.
- La Federación presentó un vídeo de la organización.
- Feafes Calma nos habló de educación inclusiva.

Además, todos los asistentes al teatro, recibieron una carpeta con información en su interior sobre empoderamiento, salud mental, voluntariado, Feafes, etc.

Durante el evento se registraron los siguientes datos:

- Nº de entidades y recursos de salud mental que asisten: 16
- Nº de asistentes personas con experiencia en salud mental, profesionales y familiares: 415
- Nº de asistentes de personas ajenas a las entidades: se estima que 100
- Nº autoridades y representantes de organismos invitados que asisten: 42
- Nº de voluntarios: 28
 - 7 voluntarios puntuales para el Día Mundial.
 - 9 voluntarios del Comité en Primera Persona.
 - 3 voluntarios miembros de la Juntas Directiva.
 - 9 voluntarios profesionales.
- Nº de participantes en la marcha: 500
- Nº de asistentes a la gala: 550



XX DÍA MUNDIAL de la EXTREMADURA Salud MENTAL 2018

PROGRAMA:

9:30 Llegada de autobuses.

Lugar: entre Puente de Palmas y Puente de Autonomía.

10:30 Marcha "Por la Salud Mental".

Itinerario: Puente de Palmas, Puerta Palma, Plaza de Reyes Católicos, Calle Prim, Calle Juan Carlos I, Plaza de Minayo, Paseo San Francisco y Teatro López de Ayala.

11:15 Recepción de autoridades y entrada al teatro.

11:30 Acto Inaugural.

- Lectura del Manifiesto de Feafes Salud Mental Extremadura.
- Intervención de Autoridades.
- Lectura de Proclama DMSM 2018.

12:30 Acto Central.

Familiares, Personas con experiencia propia en salud mental y Profesionales son los pilares del movimiento asociativo FEAFES SALUD MENTAL EXTREMADURA; su participación activa y coordinación estratégica determinan el valor de la organización y su influencia en la mejora de la salud mental regional.

"Los logros de una organización son los resultados del esfuerzo combinado de cada individuo. (V. Lombardi)."

14:30 Comida y sobremesa con actos lúdicos.

Precio del menú: 15 € (previa reserva).

10 de Octubre
Teatro López de Ayala - BADAJOZ -

feafesextremadura@gmail.com - 682 632 100 - www.feafesextremadura.com



Programa de Familias

Uno de los pilares fundamentales de Feafes Salud Mental Extremadura es lograr el empoderamiento y la implicación de las familias. Por este motivo para el 2018 se plantearon diferentes actividades en torno a ellas; una de ellas ha sido la organización de un encuentro de familias de personas con experiencia en salud mental, celebrado el 24 de noviembre, en Medellín, dentro del Programa de respiro Familiar bajo el lema #ComoFamiliaCuentas. "Mi historia Cuenta, mis acciones Cuentan, mi voz Cuenta".

Los asistentes dedicaron este día a reflexionar sobre el papel de la familia en el movimiento asociativo, compartir conocimientos y experiencias y tratar temas que les preocupan, y todo ello en un ambiente distendido y de esparcimiento.

Otra de las iniciativas llevadas a cabo este año ha sido el homenaje que se ha dado a la figura del familiar cuidador. Se acuerda la implantación de este homenaje como parte de los actos que se celebran todos los años en conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental.

Durante el año 2018 se han registrado los siguientes datos en relación a las familias:

- Nº de familiares a los que se le hace el reconocimiento el Día Mundial: 10
- Nº de familiares que asisten al Encuentro de Familias: 20
- Nº de familiares que participan en el Día Mundial: no se pudo cuantificar, pero se estima que entre 40-60.
- Nº de familiares que reciben información, orientación y asesoramiento a través del SIO: 90

Actividad de la Federación en relación a las familias:

- Reconocimiento de las familias en el Día Mundial.
- Organización del I Encuentro de Familias en Salud Mental.
- Invitación de las familias a las Jornadas Deportivas.
- Invitación de las familias al Día Mundial.
- Atención a familiares y orientación a recursos.
- Fomento de la participación de las familias en los órganos de gobierno.
- Coordinación con las entidades miembro para reforzar el papel de las familias en el movimiento asociativo.





Voluntariado

en Salud Mental

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA




VI CURSO DE VOLUNTARIADO- SALUD MENTAL

**EDUCACIÓN INCLUSIVA.
SALUD MENTAL POSITIVA**

**DÍAS 26,27, 28 Y 29 DE NOVIEMBRE DE 2018.
DE 17:00 A 20:30 HORAS**

RECONOCIDO DE INTERÉS SANTARIO PÚBLICO POR LA JUNTA DE EXTREMADURA.
DESDE PROINES SALUD MENTAL estamos comprometidos con una formación que posibilite llevar a cabo acciones voluntarias vinculadas a la salud mental.

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Sanidad y Políticas Sociales

INSCRIPCIONES
PROINES-SALUD MENTAL
C/MOLINO,6
06400 DON BENITO
TELF: 924805077



El programa de Promoción y Formación del Voluntariado pretende, por una parte, ser un promotor de un cambio en la concepción de la sociedad frente a las personas con discapacidad por problemas de salud mental, promoviendo el conocimiento del ámbito de la salud mental, mediante las campañas de captación de nuevos voluntarios. Por otra, fomenta la participación de personas de la sociedad civil en las diferentes entidades miembro, para que participen y colaboren en actividades que tengan como objetivo la promoción de la autonomía personal y, por tanto, la mejora de la calidad de vida de personas con trastorno mental y por otra, seguir organizando el Voluntariado en Salud Mental #EnRed estableciendo soporte y coordinación con las 11 entidades miembro de la Federación.



Curso de Voluntariado en Salud Mental

19 al 29 de Noviembre de 2018

**Dirigido a Voluntarios
y personas interesadas en el
campo de la Salud Mental**

Lugar de celebración:
Centro de Integración Social de Zafra (C.I.S.) de FEAFES-ZAFRA
C/ Juan II, nº 13 - ZAFRA 06300 (Badajoz) **PARTE TEORICA**
Centro de Integración Social de Zafra (C.I.S.) de FEAFES-ZAFRA
C/ Juan II, nº 13 - ZAFRA 06300 (Badajoz) **PARTE PRACTICA**

INSCRIPCIÓN: Matrícula (gratuita) Inscripciones hasta el 16 de Noviembre de 2018
Enviar ficha de inscripción a: C/ Vicente Cervantes, nº 2 - 06300 Zafra (Badajoz)

para más información en: Teléfono: 924 555 943
crps_zafra@hotmail.com y www.feafeszafra.com

FINANCIAS:
JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Sanidad y Políticas Sociales







Durante el año 2018 se han registrado los siguientes datos en relación al Voluntariado:

Nº de voluntarios:

- Nº de voluntarios miembros del Comité en Primera Persona: 13 (11 hombres, 2 mujeres)
- Nº de voluntarios profesionales "Grupos de Trabajo": 27 (6 hombres, 21 mujeres)
- Nº de voluntarios otros: 6 (2 hombres, 4 mujeres)
- Nº de voluntarios Junta Directiva: 20 (11 hombres, 9 mujeres)
- Nº de voluntarios puntuales en eventos: 23 (7 hombres, 16 mujeres)

Participación de los voluntarios según actividad:

- Nº de voluntarios participantes en las Jornadas Deportivas: 28
- Nº de voluntarios participantes en el Día Mundial: 28
- Nº de voluntarios participantes en las reuniones del Comité: 13
- Nº de voluntarios participantes en las reuniones "Grupos de Trabajo": 27

Reuniones coordinación:

- Nº de reuniones de los representantes de voluntariado: 2
- Nº de reuniones de los miembros de la Red Volusmex: 1
- Nº de reuniones con los voluntarios/as antes de los eventos: 2

Formación:

- Nº de cursos de voluntariado: 6
- Lugares: Aemis, Feafes Mérida, Calma, Feafes Almendralejo, Feafes Zafra, Proines.
Nº de alumnos: 123 (16 hombres, 107 mujeres)
Aemis: 14 - Feafes Mérida: 22- Calma: 20 - Feafes Almendralejo: 20- Feafes Zafra: 26 Proines: 21

Total personas participantes en actividades de voluntariado: 212

- Nº de voluntarios: 89
- Nº personas que reciben formación de voluntariado: 123

Actividades de los voluntarios:

Coordinación previa a los eventos.
Participación en el desarrollo del Día Mundial.
Participación en el desarrollo de las Jornadas Deportivas.
Colaboración en la elaboración de documentos para la gestión del voluntariado.
Colaboración en actividades de difusión.



Actividades de la Federación en relación al Voluntariado:

- Coordinación con la Plataforma de Voluntariado de Extremadura.
- Formación del voluntariado en salud mental.
- Elaboración del Modelo Regional de Voluntariado en Salud Mental, que incluye un Plan Formativo.
- Coordinación y reuniones con los responsables del voluntariado de las entidades miembros de Feafes Extremadura.
- Formalización de contratos de voluntariado.
- Entrega de acreditaciones a los voluntarios.
- Propiciar la participación de Voluntariado en actividades regionales como son las Jornadas deportivas Regionales de salud mental y el Día Mundial de la Salud Mental en Extremadura.
- Fomento de la participación del voluntariado en actividades de las entidades, favoreciendo su integración.
- Registro seguimiento y evaluación de la acción voluntaria.
- Asesoramiento e información de las personas voluntarias.
- Visibilizar la labor de los voluntarios.
- Poner a disposición de los responsables de voluntariado de cada entidad la plataforma virtual como espacio de coordinación, reflexión, aprendizaje, evaluación.
- Registrar usuarios en la plataforma virtual.

El Voluntariado en Salud Mental

Modelo FEAFES EXTREMADURA 2018-2022



"Sé tú el cambio que quieres ver en el mundo" M. Gandhi.

PLAN DE FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN SALUD MENTAL DE FEAFES S.M. EXTREMADURA

Guía para desarrollar los contenidos teórico-prácticos del Curso
"Voluntariado en Salud Mental".



"Sé tú el cambio que quieres ver en el mundo" M. Gandhi.



"Las Claves del Empoderamiento"

**"Decálogo de Buenas Prácticas en
la información sobre Salud Mental"**

"Educación Inclusiva, Salud Mental Positiva"

ACCIÓN SOCIAL:

Campañas de Promoción y Prevención de la Salud Mental.

Campañas de Promoción y Prevención de la Salud Mental.

"Las Claves del Empoderamiento"

El empoderamiento es uno de los pilares en los que se fundamenta Feafes Salud Mental Extremadura, y por tanto es transversal a todas las acciones que desarrollamos. Es prioritario fomentar acciones que desarrollen al máximo la participación de las personas con experiencia en sus propios procesos de recuperación y mejora de su calidad de vida. Así mismo, es vital el empoderamiento y la implicación de las familias. Participación que se considera un derecho inherente a la consideración de ciudadanos.

Con el fin de promover el empoderamiento se desarrolla esta campaña de difusión, basada en el documento "Decálogo: ¿qué es el empoderamiento" elaborado por el Comité Pro Salud Mental en Primera Persona de Salud Mental España.

Datos en relación a la Campaña:

- Nº de entidades miembros Feafes en los que se hace difusión: 10
- Nº de poster que se difunden en el Día Mundial: 500

Material elaborado:

Poster en A4

Difusión:

- Difusión en el Día Mundial. Entrega de A4 a todos los asistentes.
- Lectura pública de las Claves del Empoderamiento por un miembro del Comité en Primera Persona en el Día Mundial 2018.
- Difusión a las entidades miembros de Feafes S.M. Extremadura. Envío de A4.
- Difusión a través de la página web, facebook y twitter.

CLAVES DEL EMPODERAMIENTO EN SALUD MENTAL

FEAFES Salud Mental
EXTREMADURA

"NADA SOBRE NOSOTROS SIN NOSOTROS"

Responsabilidad
Queremos poner en valor nuestra madurez, sin paternalismos.

Autoconocimiento
Conozcamos nuestras características para desarrollar al máximo nuestras capacidades.

Confianza
Nos aceptamos como somos.

Bienestar
Tanto social como individual; queremos ser felices.

Autoestima
El punto de partida de nuestro proyecto vital.

Participación
Nadie puede sustituir nuestra voz.

Autonomía
Queremos desarrollar nuestro propio proyecto de vida.

Superación
Queremos potenciar nuestras habilidades.

Plenitud
La existencia de las personas tiene múltiples facetas, y queremos disfrutar de todas ellas.

Protagonismo
Queremos ser los protagonistas de nuestras vivencias.

EN PRIMERA PERSONA

Entidades Feafes SM Extremadura: AENIS SM Badajoz; APAPE-Feafes Badajoz; FEAFES SM Almodravez; FEAFES SM Cáceres; FEAFES CALMA Hérdez; FEAFES Hérdez; POGONES SM Don Benito; FEAFES SM Corlas; FEAFES SM Plasencia; FEAFES Zafra SM; FEAFES SM Navalmoral.

Basado en el documento "Decálogo: ¿qué es el empoderamiento" elaborado por el Comité Pro Salud Mental en Primera Persona de Salud Mental España.

Tel. 682 632 100
feafesextremadura@gmail.com
www.feafesextremadura.com

Síguenos en:

Feafes

DIPUTACIÓN DE CÁCERES

"Decálogo de Buenas prácticas en Salud Mental"

para Medios de Comunicación

El Decálogo en Salud Mental es un documento gráfico que pertenece a la campaña #AlertaEstigma diseñada por el Observatorio de Salud Mental de Feafes Extremadura.

En este documento gráfico se plasman 10 puntos a tener en cuenta sobre el tratamiento de la información sobre salud mental, y todo ello a través de un diseño actual y llamativo. La finalidad de esta campaña es concienciar a los medios de comunicación y a la sociedad en general de que son una parte importante en esta labor social pedagógica para cambiar conceptos y mejorar la imagen de las personas con problemas de salud mental y así lograr, entre todos, abrir mentes y erradicar estigmas.

En la campaña de difusión se registraron los siguientes datos:

Nº de medios de comunicación en los que se hace difusión: 91
Nº de entidades miembros Feafes en los que se hace difusión: 10
Nº de entidades del tercer sector en los que se hace difusión: 15
Nº de Colegios Profesionales en los que se hace difusión: 12
Nº de Equipos de Salud Mental en los que se hace difusión: 13
Nº de Centros de Profesores y Recursos en los que se hace difusión: 18
Nº de Mancomunidades: 38
Nº de Servicios Sociales de Base: 48

Difusión:

- Presentación a los medios de comunicación a través de convocatoria que hace la Junta de Extremadura. Entrega de A4 a todos los asistentes. Presencia del expositor.
- Difusión en el Día Mundial 2018.
- Difusión a los medios de comunicación. Envío de A3, A4 y carta de difusión.
- Difusión a las entidades miembros de Feafes S.M. Extremadura. Envío de A3, A4 y carta de difusión.
- Difusión a entidades del tercer sector. Envío de A3, A4 y carta de difusión.
- Difusión a Colegios Profesionales. Envío de A3, A4 y carta de difusión.
- Difusión a los Equipos de Salud Mental. Envío de A3, A4 y carta de difusión.
- Difusión a los Centros de Profesores y Recursos. Envío de A3, A4 y carta de difusión.
- Difusión a través de la página web, facebook y twitter.



"Decálogo de Buenas prácticas en Salud Mental" para Medios de Comunicación

FEAFES EXTREMADURA
C/ San José nº 498 Alameda Ido
www.feafesextremadura.com

Síguenos en:  

1 En primera persona
Cuenta con la opinión de personas que viven problemas de salud mental.
Una información vivencial de proximidad y desmonta estereotipos.

2 Documentate
Recurre a fuentes de información objetivas y fiables.
En Feafes SE Extremadura y sus entidades podemos asesorarte, así como ofrecer datos y testimonios de expertos.

3 Conócenos
Las personas con problemas de salud mental no son más violentas que el resto de la sociedad.
No relaciones el trastorno mental con la causa de violencia o peligrosidad.

4 Soy como tú
Tenemos una vida plena y normalizada
vivimos, sentimos y queremos igual que tú.

5 Material gráfico
Sabemos que las personas con problemas de salud mental son difíciles de representar visualmente ya que no cambian su aspecto físico.
Utiliza una imagen realista

Entidades Feafes SE Extremadura: AEMIS SH Badajoz; APAFEN-FEAFES Badajoz; FEAFES SH Alameda Ido; FEAFES SH Cáceres; FEAFES CALMA Mérida; FEAFES Mérida; PROZINES SH Don Benito; FEAFES SH Coria; FEAFES SH Plasencia; FEAFES Zafra SH; FEAFES SH Navalmoral

#AlertaEstigma DECÁLOGO EN SALUD MENTAL

RECOMENDACIONES PARA LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN



OBSERVATORIO
de Salud Mental
Alerta Estigma
892 632 100
feafesextremadura@gmail.com



6 Palabras que ofenden
Evita el lenguaje abusivo.
Evita utilizar: loco, trastornado, enfermo mental, esquizofrénico, psicótico, maniaco, etc.

7 Ten en cuenta que...
Los problemas de salud mental no vienen y se van a cada persona.
Son problemas diferentes.
No todos los problemas de salud mental se ven a lo largo de la vida, según la edad.

8 Titulares estigmatizantes
Un trastorno mental no debe usarse para explicar un comportamiento peligroso.
Evita especular sobre la salud mental de las personas implicadas.

9 Sin paternalismo
No nos trates con condescendencia o lástima.
Mostramos nuestros logros y las capacidades del colectivo.

10 Es una parte importante de nuestra causa
Mejora la confianza y el acercamiento hacia nuestro colectivo.
La información bien tratada, ética, acorde con el estigma y la discriminación y los puntos en nuestra recuperación.

Colabora:
SEPAD
Servicio de Epidemiología y Promoción de la Salud
Departamento de Salud Pública y Atención Primaria

"Educación Inclusiva, Salud Mental Positiva"



"Educación inclusiva, Salud Mental positiva" ha sido el lema escogido este año para conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental, siguiendo esta línea hemos querido hacer esta Campaña de sensibilización e información. A través del diseño de carteles e infografías sobre la salud mental, factores de riesgo y de protección, se quiere crear conciencia entre la comunidad educativa sobre la necesidad de tratar esta problemática de manera precoz.

El 30% de los jóvenes de 15 a 29 años en España (un total de 2 millones de personas) han tenido síntomas de problemas de salud mental en el último año. De ellas, tan sólo la mitad solicitó ayuda. Ante este contexto es necesario reivindicar una educación que apueste por los valores, que trabaje la diversidad, la inclusión y que tenga en cuenta los retos de una sociedad que cambia a una velocidad de vértigo, para que se consiga una salud mental más positiva de las generaciones futuras.

Según la OMS los trastornos mentales serán la primera causa de discapacidad en 2030. Esta advertencia pone de manifiesto la necesidad de poner el foco en la educación inclusiva como herramienta más efectiva para prevenir los problemas de salud mental. Además las acciones deben estar guiadas hacia la sensibilización sobre salud mental, la importancia de hablar con naturalidad de los problemas de salud mental, la atención temprana y las acciones de prevención para el suicidio.

Durante el año 2018 se registraron los siguientes datos en relación a esta campaña:

Nº de Centros de Profesores y Recursos en los que se hace difusión: 18

Nº de charlas en Secundaria: 5

Nº de charlas en Bachillerato: 2

Nº de alumnos que asisten a las charlas: 175

Material elaborado:

Infografías.

Carteles.

Carta de difusión.

Power-point.

Difusión:

Difusión a los Centros de Profesores y Recursos. Envío carta de difusión.

Difusión a través de la página web, facebook y twitter.

Difusión en los recursos y servicios de salud mental.

"Educación Inclusiva, Salud Mental Positiva"



ELEMENTOS GENERADORES DE PROBLEMAS DE #SALUDMENTAL:

JÓVENES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA: Maltrato y Violencia de género.

2016. En España existen **4.061 menores** VÍCTIMAS DE MALOS TRATOS en el ámbito familiar → **1 de cada 4** es **MENOR DE 18 años**.

El **27,4%** de los jóvenes entre **15 y 29 años** piensa que **LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES NORMAL**

El número de víctimas de **VIOLENCIA DE GÉNERO** aumentó en un **14,8%** entre mujeres **MENORES** de 18 años.

El **75%** de las mujeres con problemas de salud mental han sufrido **VIOLENCIA machista o familiar** en algún momento de su vida.

LA DISCRIMINACIÓN por orientación/identidad sexual, acoso escolar, cyberbullying.

El **24%** de los jóvenes no heterosexuales encuentra dificultades para vivir su orientación sexual.

El **53%** de las jóvenes españolas dice haber sufrido algún tipo de discriminación sexista.

En jóvenes de **15 a 29 años** **EL SUICIDIO** es la **1ª causa de muerte** y aumenta x3 entre los jóvenes LGTBI.

El perfil de las Víctimas del **Acoso escolar** es:

- Igualdad en la distribución por género.
- 10,9 años de media.
- De nacionalidad española.
- Más presencia de hombres como acosadores.

El perfil de las Víctimas del **Cyberbullying** es:

- Mujer.
- 13,5 años de media.
- De nacionalidad española.
- Más presencia de mujeres como acosadoras.

El **75%** de los jóvenes que sufren Cyberbullying no lo cuenta.

CULTO A LA IMAGEN:

El **40%** de los jóvenes de **15 y 29 años** se ubica en un peso **MENOR** al recomendado.

El **40%** sigue una **DIETA DE ADELGAZAMIENTO** por motivos principalmente **ESTÉTICOS**.

El **86%** dice estar **PREOCUPADO/A** por su **IMAGEN** y por la imagen que proyectan.

JÓVENES EN UN MUNDO HOSTIL:

El **83%** de los jóvenes de **18 a 35 años** afirma que "en España NO existe preocupación por el futuro de las nuevas generaciones".

El **30%** de los jóvenes ha tenido algún tipo de **problema de salud mental** durante el último año.

- En infantil tiene una prevalencia del **1,12%**
- En la población escolar general del **8,56%**
- En estudiantes universitarios del **56,6%**

El **35,7%** de los jóvenes de **20 a 29 años** se encuentra **desempleado**.

El **45%** de los jóvenes cree que tiene **menos oportunidades** que sus padres.

ADICCIONES CON Y SIN SUSTANCIAS:

EL ALCOHOL:

- Es la sustancia psicoactiva **más consumida** entre los jóvenes de **14 a 18 años**.
- La edad de consumo inicial ronda los **14 años**.
- El **67%** de los jóvenes admiten haber tomado alcohol recientemente.

EL CANNABIS:

- Después del tabaco es la **3ª droga** más extendida entre jóvenes de 14 a 18 años.
- La edad de consumo inicial ronda los **15 años**.
- El **31%** de los jóvenes admiten haberlo consumido en alguna ocasión.

LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN:

- El **18%** de los adolescentes mantiene un uso abusivo de las TIC.
- El **31%** muestra señales de riesgo en el abuso de Internet.
- El **23,3%** mantiene una conducta abusiva.
- El **13,2%** muestra una clara dependencia comportamental.
- El **43,5%** presenta una conducta problemática con el uso de WhatsApp.

S.I.O.
Servicio Regional de Intervención y Orientación en Salud Mental
682 632 100
feafesextremadura@gmail.com

OBSERVATORIO
de Salud Mental
Alerta Estigma

FEAFES Salud Mental
EXTREMADURA

Con la colaboración de:
DIPUTACIÓN DE BADAJOZ
DIPUTACIÓN DE CÁCERES

682 632 100 - feafesextremadura@gmail.com - www.feafesextremadura.com

Campaña Educación Inclusiva Salud Mental POSITIVA

Elementos generadores de problemas de #SaludMental:

ADICCIONES CON Y SIN SUSTANCIAS:

EL ALCOHOL:

- Es la sustancia psicoactiva **más consumida** entre los jóvenes de **14 a 18 años**.
- La edad de consumo inicial ronda los **14 años**.
- El **67%** de los jóvenes admiten haber tomado alcohol recientemente.

EL CANNABIS:

- Después del tabaco es la **3ª droga** más extendida entre jóvenes de 14 a 18 años.
- La edad de consumo inicial ronda los **15 años**.
- El **31%** de los jóvenes admiten haberlo consumido en alguna ocasión.

LAS TIC:

- El **18%** de los adolescentes mantiene un uso abusivo de las TIC.
- El **31%** muestra señales de riesgo en el abuso de Internet.
- El **23,3%** mantiene una conducta abusiva.
- El **13,2%** muestra una clara dependencia comportamental.
- El **43,5%** presenta una conducta problemática con el uso de WhatsApp.

Fomentar programas de Prevención y Promoción de la #SaludMental desde el Sistema Educativo.

S.I.O. 682 632 100 feafesextremadura@gmail.com

OBSERVATORIO de Salud Mental #AlertaEstigma

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Con la colaboración de: DIPUTACIÓN DE CÁCERES

682 632 100 - feafesextremadura@gmail.com - www.feafesextremadura.com

Campaña Educación Inclusiva Salud Mental POSITIVA

Elementos generadores de problemas de #SaludMental:

JÓVENES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA: Maltrato y Violencia de género.

2016. En España existen **4.061 menores** víctimas de malos tratos en el ámbito familiar → **1 de cada 4** es **menor de 18 años**.

El **27,4%** de los jóvenes entre **15 y 29 años** piensa que **LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES NORMAL**.

El número de víctimas de **VIOLENCIA DE GÉNERO** aumentó en un **14,8%** entre mujeres **menores de 18 años**.

El **75%** de las mujeres con problemas de salud mental han sufrido **VIOLENCIA machista o familiar** en algún momento de su vida.

Fomentar programas de Prevención y Promoción de la #SaludMental desde el Sistema Educativo.

S.I.O. 682 632 100 feafesextremadura@gmail.com

OBSERVATORIO de Salud Mental #AlertaEstigma

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Con la colaboración de: DIPUTACIÓN DE CÁCERES

682 632 100 - feafesextremadura@gmail.com - www.feafesextremadura.com

Campaña Educación Inclusiva Salud Mental POSITIVA

Elementos generadores de problemas de #SaludMental:

JÓVENES EN UN MUNDO HOSTIL:

El **83%** de los jóvenes de **18 a 35 años** afirma que "en España **NO** existe preocupación por el futuro de las nuevas generaciones".

El **30%** de los jóvenes ha tenido algún tipo de **problema de salud mental** durante el último año.

como LA DEPRESIÓN:

- En infantil tiene una prevalencia del **1,12%**
- En la población escolar general del **8,56%**
- En estudiantes universitarios del **56,6%**

El **35,7%** de los jóvenes de **20 a 29 años** se encuentra **desempleado**.

El **45%** de los jóvenes cree que tiene **menos oportunidades** que sus padres.

Fomentar programas de Prevención y Promoción de la #SaludMental desde el Sistema Educativo.

S.I.O. 682 632 100 feafesextremadura@gmail.com

OBSERVATORIO de Salud Mental #AlertaEstigma

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Con la colaboración de: DIPUTACIÓN DE CÁCERES

682 632 100 - feafesextremadura@gmail.com - www.feafesextremadura.com

Campaña Educación Inclusiva Salud Mental POSITIVA

Elementos generadores de problemas de #SaludMental:

LA DISCRIMINACIÓN por orientación/identidad sexual, acoso escolar, cyberbullying.

El **24%** de los jóvenes no heterosexuales encuentra dificultades para vivir su orientación sexual.

En jóvenes de **15 a 29 años** **EL SUICIDIO** es la **primera causa de muerte** y aumenta por 3 entre los jóvenes LGTBI.

El **53%** de las jóvenes españolas dice haber sufrido algún tipo de discriminación sexista.

El perfil de las Víctimas del **Acoso escolar** es:

- Igualdad en la distribución por género.
- 10,9 años de media.
- De nacionalidad española.
- Más presencia de hombres como acosadores.

El perfil de las Víctimas del **Cyberbullying** es:

- Mujer.
- 13,5 años de media.
- De nacionalidad española.
- Más presencia de mujeres como acosadoras.

El **75%** de los jóvenes que sufren Cyberbullying no lo cuenta.

Fomentar programas de Prevención y Promoción de la #SaludMental desde el Sistema Educativo.

S.I.O. 682 632 100 feafesextremadura@gmail.com

OBSERVATORIO de Salud Mental #AlertaEstigma

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Con la colaboración de: DIPUTACIÓN DE CÁCERES

682 632 100 - feafesextremadura@gmail.com - www.feafesextremadura.com

Campaña Educación Inclusiva Salud Mental POSITIVA

Elementos generadores de problemas de #SaludMental:

CULTO A LA IMAGEN:

El **40%** de los jóvenes de **15 y 29 años** se ubica en un peso **menor** al recomendado.

El **86%** dice estar **PREOCUPADO/A** por su **IMAGEN** y por la imagen que proyectan.

El **40%** sigue una **DIETA DE ADELGAZAMIENTO** por motivos principalmente **ESTÉTICOS**.

Fomentar programas de Prevención y Promoción de la #SaludMental desde el Sistema Educativo.

S.I.O. 682 632 100 feafesextremadura@gmail.com

OBSERVATORIO de Salud Mental #AlertaEstigma

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Con la colaboración de: DIPUTACIÓN DE CÁCERES

682 632 100 - feafesextremadura@gmail.com - www.feafesextremadura.com

Campaña Educación Inclusiva Salud Mental POSITIVA

¿SABÍAS QUE...?

50% de los problemas de salud mental en adultos comienzan **ANTES** de los **15 años** y el **75%** **ANTES** de los **18 años**.

El **10%** de los estudiantes de entre **6 Y 11 AÑOS** tiene problemas de salud mental que requieren atención médica.

Es decir: En todas las clases de primaria hay una media de **2 y 3 niños** con algún problema de salud mental.

Es necesario crear un ambiente escolar en el que los jóvenes sientan que pueden pedir ayuda.

NUESTRAS RECOMENDACIONES:

PREVENCIÓN Y ATENCIÓN TEMPRANA:

Cambiar de enfoque y pasar de tratar únicamente los problemas de salud mental a desarrollar técnicas de detección temprana e intervenciones precoces para la prevención. El papel del sector educativo es fundamental.

EDUCACIÓN INCLUSIVA:

Cada estudiante es único y diferente; debe ser el sistema educativo el que de respuesta a esta diversidad. Es necesario derribar todas las barreras y facilitar la participación de todos los estudiantes susceptibles de sufrir estigma o exclusión.

HABLA CON NATURALIDAD SOBRE SALUD MENTAL:

Implica conocer la realidad de las personas y entender que su identidad no está relacionada con el trastorno. Aprender y/o desaprender son procesos claves para deslizar prejuicios, estereotipos y estigma. Es necesario tener claro que todas las personas podemos sufrir en un momento dado un problema de salud mental.

S.I.O. 682 632 100 feafesextremadura@gmail.com

OBSERVATORIO de Salud Mental #AlertaEstigma

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Con la colaboración de: DIPUTACIÓN DE CÁCERES

682 632 100 - feafesextremadura@gmail.com - www.feafesextremadura.com

El 14 y 15 de Diciembre, se celebró en Mérida la I Feria de los Servicios Sociales y la Economía Social en Extremadura, organizado por Unión de Cooperativas de Extremadura de Trabajo Social, UCETA.

El evento ha contado con talleres, mesas de debate, stands expositivos y con un espacio centrado en la presentación de proyectos referentes o innovadores de Servicios Sociales y Economía Social. En el encuentro han participado ponentes de primer nivel en el ámbito de los Servicios Sociales y la Economía Social.

La I edición de la Feria abordó el presente y el futuro de los Servicios Sociales en la región, la Economía Social, su fomento y la generación de empleos y empresas de calidad.

Durante el evento se registraron los siguientes datos:

- Nº de asistentes: 400
- Nº de personas que solicitan información en el stand de Feafes S.M. Extremadura: 34



Colaboraciones:



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Sanidad y Políticas Sociales

Subvencionado por la Junta de Extremadura
con cargo a la asignación tributaria del I.R.P.F.
- Por solidaridad otros fines de interés social



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



**FEAFES Salud Mental
EXTREMADURA**

S.I.O.

Servicio de información y orientación

682 632 100

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Servicio de Orientación e Información: 682 632 100

Mail: feafesextremadura@gmail.com

Mail2: feafesextremadura@yahoo.es

Web: www.feafesextremadura.com

ENTIDADES MIEMBROS:

APAFEM – FEAFES BADAJOZ

Avenida de Godofredo Ortega y Muñoz,
local 2. 06011 Badajoz

Teléfono: 924- 26 70 10

Mail: apafemfeafesbadajoz@gmail.com

SALUD MENTAL AEMIS

C/ Rafael Cabezas Nº4 local A. 06005
Badajoz

Teléfonos: 924 23 84 21

Mail: aemis.ocio@gmail.com

Web: www.feafes-aemis.com

FEAFES Salud Mental ALMENDRALEJO

C/ San José nº 49-B. 06200 Almendralejo

Teléfonos: 924664677 – 664 295 658

Mail: feafesalmendralejo@gmail.com

Web: www.feafesalmendralejo.com

FEAFES Salud Mental CÁCERES

Avenida de Alemania, 2-2Dcha. 10001
Cáceres

Teléfono: 927 21 39 52

Mail: correo@feafescaceres.com

Web: www.feafescaceres.com

FEAFES CALMA

C/ Anas, 3. 06800 Mérida

Teléfono: 651 992 607

Mail: asociacioncalma@gmail.com

Web: www.asociacioncalma.com

FEAFES SM CORIA

Avenida Virgen de Argeme, 1ªA. 10800
Coria

Teléfono: 927 50 43 62 - 638 92 21 95

Mail: coordinador.smcoria@gmail.com

Web: www.feafescoria.wordpress.com

FEAFES NAVALMORAL

C/ Mercado, 6-4ºC. 10300 Navalmoral de la
Mata

Teléfono: 633 352 236 - 927 53 37 70

FEAFES MÉRIDA

Avenida de Lusitania, 10. 06800 Mérida

Teléfonos: 924 30 04 57- 649 88 80 73

Mail: crps@feafesmerida.com

Web: www.feafesmerida.com

FEAFES PLASENCIA SM

Ctra. del Puerto, s/n. Recinto Valcorchero.
Pabellón. 91600 Plasencia (Cáceres)

Teléfonos: 927 41 98 87- 697 60 31 90

Mail: feafesplasencia7@gmail.com

Web: www.feafesplasencia.wordpress.com

PROINES- Salud Mental

C/ Molino, 6. Apto. Correo 161. 06400 Don
Benito

Teléfono: 924 80 50 77

Mail: proines@proines.es

Web: www.proines.es

FEAFES ZAFRA Salud Mental

Vicente Cervantes nº2. 06300 Zafra

Teléfono: 924 55 59 43

Mail: gerencia@feafeszafra.com

Web: www.feafeszafra.com