



SALUD MENTAL Y BIENESTAR: UNA PRIORIDAD GLOBAL.

En el Día Mundial de la Salud Mental, desde el movimiento asociativo Feafes Extremadura y sus entidades miembro, os hacemos partícipes de nuestro mensaje de libertad y de nuestra esperanza en un tiempo mejor.

En un momento en que la humanidad se enfrenta a especiales dificultades relacionadas con la salud, la idea de una Salud Mental de calidad para todas las personas, debe tomarse en consideración con fuerza, ya que es uno de los principales condicionantes del bienestar global.

La Salud Mental y el bienestar son un derecho de todas las personas.

Tenemos que lograr que todas las actuaciones relacionadas con la atención a la Salud Mental se realicen desde el enfoque de los derechos humanos. Los Derechos no se vulneran, deben respetarse. La dignidad prevalece.

Nuestra participación activa en la sociedad como ciudadanos y ciudadanas con voz propia es y debe ser real. La participación está por encima de la inclusión. Mi voz, mi opinión, mis intereses, mis logros, mis deseos... Nada para MI sin MI. Nada para nosotros son nosotros.

La comprensión es la única palabra capaz de derrotar al estigma. El bienestar se explica con sencillez: es sonreír sin esperar nada a cambio, es paridad en la perspectiva de género, es construir una naturaleza sostenible, es fundirse con el entorno, es abrirse al diálogo, es denunciar la precariedad que nos atenaza, es desoír el prejuicio, es lograr una educación basada en la diversidad, es disfrutar de un proyecto de vida independiente.

Todas las personas somos esenciales. Sí, todas las personas somos esenciales en la misión de la responsabilidad, la cooperación y el respeto.

El Consejo de Derechos Humanos de las Naciones Unidas, nos dice que no hay salud sin salud mental. Cuantos más pasos demos en la promoción, en la prevención, en favor de modelos de recuperación respetuosos, menos espacio habrá para la discriminación, la exclusión, y la injusticia.

El ejercicio de medidas coercitivas debe ser contrarrestado con la inversión en recursos compatibles con el desarrollo personal. Verdaderamente, la salud mental y el bienestar deben ser una prioridad global.

Gracias por escuchar nuestro mensaje, porque al escuchar desaparecen las barreras de la incomunicación, desaparecen las cadenas, y despertamos en un mundo nuevo, el mundo del bienestar.

Intervención de M^a José Merchán

Miembro de la Red Regional de Mujeres en Salud Mental