

EMPODERAMIENTO Y PARTICIPACIÓN DE LAS FAMILIAS EN SALUD MENTAL

Guía práctica
NUEVOS TIEMPOS, NUEVOS RETOS



**Empoderamiento y participación de las familias en Salud Mental.
Guía Práctica.**

Nuevos tiempos, nuevos retos

EDICIÓN Y DISEÑO: Feafes Salud Mental Extremadura
Año de Edición: 2021

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



Esta Guía ha sido redactada de acuerdo a las normas para una comunicación no sexista de Feafes Salud Mental Extremadura.



HACIENDO SALUD MENTAL EN EXTREMADURA

Feafes Salud Mental Extremadura es la Federación de Asociaciones de Personas con problemas de Salud Mental y Familiares. Representa a más de 4000 familias extremeñas, con un total de 10 asociaciones federadas.

[Ver asociaciones federadas en página 31](#)

ESTAS ENTIDADES GESTIONAN RECURSOS

Centros de Rehabilitación Psicosocial, Programas de Integración Social, Programas Laborales, Pisos supervisados, Servicios de Información y Orientación en Salud Mental, Voluntariado en Salud Mental #EnRed, Programas de Acompañamiento Integral, Programas de Apoyo Mutuo/Escuelas de Familia, Programas de Atención a niños con Déficits Cognitivos, Orientación y sensibilización en el TDAH y T. Asociados.

MISIÓN

La mejora de la calidad de vida de las personas con trastorno mental y sus familias, la defensa de sus derechos y la representación del movimiento Asociativo.



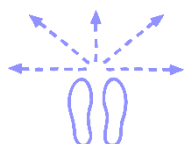
VISIÓN

Queremos 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.



VALORES

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



PILARES en los que fundamentamos nuestra filosofía del trabajo:

MODELO COMUNITARIO

"La atención a la Salud Mental de la población debe hacerse en su entorno, en su lugar, en su Comunidad".

RESPECTO A LOS DERECHOS

"Todos los seres humanos nacen libres en dignidad y derechos".

EMPODERAMIENTO Y RECUPERACIÓN

"Nada para nosotros/as sin nosotros/as".

LUCHA CONTRA EL ESTIGMA

"Soy como tú".

ÍNDICE

HACIENDO SALUD MENTAL EN
EXTREMADURA PG3

INTRODUCCIÓN PG5

1 TRASTORNO MENTAL Y FAMILIA
PG6

2 NECESIDADES DE LAS FAMILIAS
PG7

3 LAS FAMILIAS EN EL FOCO PG8

4 EMPODERAMIENTO DE LAS
FAMILIAS PG10

**El papel de las familias en el
contexto de la Salud Mental.
Buenas Prácticas.** PG12

1 CONCIENCIA COLECTIVA PG14

2 DERECHOS Y DEBERES PG15

3 ¿QUIÉN PUEDE FORMAR PARTE DE LOS
ÓRGANOS DE GOBIERNO? PG16

4 LIDERAR Y MANDAR NO SON LA MISMA
COSA PG17

5 RESPONSABILIDADES BIEN DEFINIDAS PG18

6 COMUNICACIÓN PG19

7 COORDINACIÓN PG20

8 ORGANIZACIÓN Y TRABAJO EN EQUIPO
PG21

9 ORIENTACIONES PARA EL ÉXITO PG22

NUEVOS RETOS. AVANZAMOS PG23

PREGUNTAS Y RESPUESTAS BÁSICAS
PG24

INTRODUCCIÓN

La familia ha sido y es el principal soporte en la atención y en el proceso de Recuperación de la persona con problemas de salud mental. Un soporte que lleva asociado una gran sobrecarga, sobre todo, cuando los recursos sanitarios y sociales faltan o fallan.

Esta situación que todavía perdura, ha fomentado el desgaste y sufrimiento del familiar cuidador/a. El sistema tiene que asumir su responsabilidad con las familias, mejorando la Red y dirigiendo la asistencia también a ellas. **Es importante cuidar al que cuida.**

Feafes Salud Mental Extremadura es la Federación Regional de Asociaciones de Familias y Personas con experiencia propia en salud mental, para nosotros/as la familia es la piedra angular del movimiento asociativo. Por ello reivindicamos y trabajamos en fomentar el cuidado de nuestras familias y dotarlas, sin paternalismos, de herramientas que ayuden a mejorar la situación personal y social, promoviendo el autocuidado, el empoderamiento y el derecho a la ciudadanía universal.

En su proceso de mejora continua esta Federación pretende dar respuesta a la necesidad de plantear nuevos procesos que generen una mayor implicación de nuestras familias y de las personas con experiencia propia en salud mental.

Hay que sumar fuerzas, ser más ágiles y flexibles, favorecer la participación y compartir responsabilidades.

**En esta guía
encontraremos las
claves que facilitarán
el camino a quienes
quieran unirse y
sumar**



TRASTORNO MENTAL Y FAMILIA

1

“A menudo, en cada casa donde una familia convive con un problema de salud mental, millones de familias, sin importar el rango, (padres, madres, hijos, esposos/as, hermanos/as...), nos enfrentamos cada día a nuestras propias emociones, a situaciones para las que no estamos preparados/as porque los trastornos mentales no llegan con manual de instrucciones. Lo que sí es seguro, es que influyen en nuestra vida y la vida de cada uno/a de nosotros/as”

Testimonio de un familiar cuidador.

La aparición de problemas de salud mental en un miembro de la familia supone cambios en la dinámica familiar que conlleva importantes desajustes en el conjunto familiar y social. Pueden producirse cambios en los proyectos laborales, detrimento económico, alejamiento de las amistades y de la vida social, carencia de tiempo libre y de ocio... Y en el plano emocional la reacción es significativa, pudiendo aparecer sentimientos muy complejos y contradictorios como desconcierto, dudas, impotencia, culpabilidad, negación, enfado, tristeza o desesperanza.

En este momento la familia tiene que hacer frente a:

- Una situación que desconocen, no saben qué hacer o a dónde acudir.
- Cambios en el comportamiento del familiar, en sus hábitos, emociones, en la forma de relacionarse con ellos/as y con el mundo.
- A veces la persona no es consciente de tener un problema de salud mental, y esto dificulta aún más su atención.
- El (auto) estigma impide exteriorizar emociones con otros familiares o amigos/as. Las familias se enfrentan al “qué dirán”.
- Falta de recursos y medios en Salud Mental para atender a las personas con trastorno mental, atención que acaba recayendo en el/la familiar cuidador/a, con el desgaste y sufrimiento que conlleva.
- Falta de programas dirigidos específicamente a la atención de las familias. Están solos y solas haciendo frente a una situación dura.



La aparición de un trastorno mental puede producir una especie de “crisis familiar” que conlleva, de una u otra manera, una desorganización y desajuste en la dinámica interna y externa de la familia

“La inmensa mayoría se desvivirá por ayudar a su familiar. Como lo haría cualquier persona”

LAS FAMILIAS EN EL FOCO

2

Las familias de personas con Trastorno mental tienen sus propias necesidades y demandas y tradicionalmente han sido ignoradas, puesto que se priorizan las actuaciones dirigidas directamente a las personas con Trastorno Mental.

Las familias deben estar en el foco de interés de los planes y políticas de salud mental, por dos cuestiones fundamentales:

- Está demostrado que las familias tienen un papel clave en el proceso de recuperación de las personas con problemas de salud mental.
- Los trastornos mentales tienen también un impacto en todos los miembros de la familia. El bienestar de las familias mejoraría sustancialmente la calidad de vida de las personas con discapacidad psicosocial.

Hay que promover el bienestar de las familias, éstas deben beneficiarse de los servicios de salud mental.

La atención e intervención con familias es imprescindible para realizar una atención integral y de calidad.



NECESIDADES DE LAS FAMILIAS

3

Cada familia es diferente, la forma que tienen de enfrentarse y adaptarse a esta situación va en función de las posibilidades de utilizar estrategias, recursos y capacidades. **El trabajo con las familias ha de partir de las necesidades que éstas plantean**, por ejemplo:

- Es importante que cuenten con **información** adecuada y dar tiempo para asimilarla. Información sobre los trastornos mentales, sobre los recursos, sobre el proceso de recuperación, etc.
- **Asesoramiento y formación** adecuada para mejorar su capacidad de cuidado y aprender a prestar apoyo. También para mejorar el clima familiar, mejorar las redes sociales, aliviar el esfuerzo de las personas cuidadoras, etc.
- Dotarles de **herramientas** que ayuden a mejorar su situación personal, familiar y social. Desarrollo de **habilidades** de comunicación, manejo del estrés, resolución de problemas, etc. Potenciar **mecanismos** que faciliten la convivencia positiva y preservar la calidad de vida de toda la familia.
- **Empoderamiento**. Ser sujetos activos en la defensa de sus derechos.
- Autogestión de la vida y de los intereses.
- **Autocuidado**. Los miembros de la familia necesitan tiempo para ellos mismos, cuidarse y recuperar su proyecto de vida.
- **Acompañamiento en la recuperación**. Es importante contar con el apoyo sanitario y profesional adecuado.
- Disponer de **espacios de encuentro** entre iguales. Grupos de Ayuda Mutua de Familiares.
- **Apoyo socioeconómico**. Algunas familias sufren un gran impacto en la economía familiar (gastos extraordinarios, problemas de acceso al mercado laboral, abandono de trabajo remunerado para cuidar a su familiar, etc.).
- **Sin Paternalismos, sin proteccionismos** y entendiendo los cuidados como sinónimo de Autonomía, respeto a los Derechos y a las libertades individuales.



Muchas familias pasan a
asumir roles de cuidadores
sin herramientas,
formación ni recursos
necesarios.

EMPODERAMIENTO DE LAS FAMILIAS

4

**“El empoderamiento
no es un destino, sino
un camino”.**

Organización Mundial de la Salud.

La falta de influencia y control de las personas en sus propias vidas puede conducir a resultados negativos en su bienestar. Por el contrario, participar y decidir en los acontecimientos vitales, produce resultados positivos, pudiendo actuar como un factor de protección en situaciones de riesgo.

Debemos permitir que las familias se involucren de manera activa en todo lo que les afecta.

¿QUÉ ES EL EMPODERAMIENTO?

- Por un lado, el empoderamiento está relacionado con la toma de poder y capacidad de decidir sobre **nuestra propia vida**, tomando conciencia de nuestras capacidades. Se refiere, por tanto, al nivel de elección, influencia y control que las personas tenemos y ejercemos sobre nosotros y nosotras.
- También, el empoderamiento está relacionado con el **poder colectivo de cambio**, para conseguir logros sociales, políticos y económicos. En Salud Mental hace muchos años que las familias se unieron para trabajar colectivamente en la defensa de los derechos de sus familiares, a través del movimiento asociativo. A las familias se han ido uniendo las personas con trastorno mental, con la máxima de “Nada para mí, sin mí”. Este lema se ha convertido en la filosofía de trabajo del movimiento asociativo de salud mental y en él se refleja la esencia del empoderamiento.

Cuanto más empoderado está un colectivo, menos vulnerable es.

El empoderamiento de las familias les permite expresar sus necesidades, plantear sus preocupaciones y decidir y llevar a cabo acciones para hacer frente a sus necesidades y defender sus derechos.



Según la declaración de la Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud **“La llave que abre las puertas del empoderamiento es la eliminación de los impedimentos formales e informales, así como la transformación de las relaciones de poder entre individuos, comunidades, servicios y gobiernos”**.

Es necesario, por tanto, eliminar barreras como: el paternalismo, los prejuicios y las etiquetas, la discriminación, la desinformación, etc.

IDEAS CLAVES DEL EMPODERAMIENTO

RESPONSABILIDAD // PROTAGONISMO
PLENITUD // SUPERACIÓN // AUTOESTIMA
PARTICIPACIÓN // AUTOCONOCIMIENTO
AUTONOMÍA // CONFIANZA // BIENESTAR
PARTICIPACIÓN

PATERNALISMO

Con frecuencia, los/as profesionales de la salud mental consideran a los/as usuarios/as y familiares faltos de capacidad para tomar decisiones correctas. Se escudan en lo que es más conveniente para ellos y toman decisiones que no les corresponden. Esta postura paternalista, produce una relación de dependencia e impotencia, limitando el control sobre las decisiones y acciones que les afectan.

Igualmente, a veces también las familias asumen conductas paternalistas con sus familiares: excesiva protección, lenguaje y conductas infantilizadas (“los niños, las niñas”, “no sabe” “no puede”), cuidados excesivos, correcciones continuas, órdenes excesivas. Comportamientos que reflejan emociones mal gestionadas y/o mal entendidas: miedos, culpa, soledad, incertidumbre...

“Sin Empoderamiento no hay Recuperación”.

El Modelo de Empoderamiento y Recuperación implica avanzar en la toma de control de las personas con discapacidad psicosocial y de sus familias en todo lo concerniente a sus vidas, en especial en los aspectos relacionados con el trastorno mental. La intervención es más integradora, y permite participar en el proceso.



EL PAPEL DE LAS FAMILIAS EN EL CONTEXTO DE LA SALUD MENTAL

Buenas Prácticas

Las personas con problemas de salud mental y sus familias son quienes lideran el Movimiento Asociativo de Salud Mental en Extremadura.

Las Asociaciones y Federación de Salud Mental Feafes en Extremadura representan este movimiento cuya Misión es mejorar la calidad de vida y defender los derechos de las personas con trastorno mental y sus familias. Muchas de estas organizaciones gestionan Servicios y Programas que forman parte de la Red de Salud Mental de Extremadura.

Para Feafes, las familias y las personas con trastorno mental son quienes deben liderar la salud mental en nuestra comunidad. Sus voces deben ser tenidas en cuenta en todas las políticas y actuaciones que se desarrollen.

Actualmente, y con el fin de mejorar, este movimiento asociativo acomete el desafío de reforzar sus Juntas Directivas como órganos en el que reside la fortaleza del colectivo de salud mental. Hay que apostar por las personas protagonistas de esta historia, las familias y las personas con experiencia propia en salud mental. Ellos/as tienen que aunar esfuerzos para que este proyecto siga vivo, con la fuerza y el entusiasmo de quienes lo han cuidado y mimado tantos años.



CONCIENCIA COLECTIVA¹

La mejor forma de estar presentes y formar parte del movimiento asociativo es hacerlo a través de los Órganos de Gobierno: Asamblea de socios y Junta Directiva.

Las personas con problemas de salud mental y sus familiares deben tomar conciencia de responsabilidad y ser ellos/as mismos/as quienes asuman la tarea de gobernar y dirigir las entidades, “vamos a dejar de ver los toros desde la barrera”.



Las personas implicadas tienen el deber de estar presentes en el día a día de las entidades, acompañando, arropando, cuidando, ...

Las entidades no son un recurso en el que se recibe un servicio. Las entidades son las personas que la forman. De no ser así perderían su esencia y pasarían a ser un lugar más, como otro cualquiera, donde pasivamente reciben un servicio sin tener en cuenta lo que realmente quieren o necesitan.

DERECHOS Y DEBERES ²

Todos/as los/as miembros de los Órganos de Gobierno: socios y cargos de la Junta Directiva, tienen Derechos y Deberes.

El principal **derecho** es que tienen a su disposición los servicios que desarrollan las Entidades. Todos/as son beneficiarios/as de la labor de las Entidades, incluidos los familiares o cuidadores. El bienestar individual de cada miembro de la familia repercute en el bienestar de toda la familia.

Todos/as los/as beneficiarios/as tienen el **deber** de cuidar las entidades, interesarse por ellas y arrimar el hombro.

Otro **derecho** y que también es un **deber** es Asistir a las Asambleas Generales. Es importante estar presentes para conocer lo que hace la entidad y si quieren para participar en la Dirección y Gobierno de la Entidad, porque este también es un **derecho** de todos/as.

Otro **derecho** que tienen todos los miembros es que los Órganos de Gobierno escuchen y estudien las propuestas que quieran hacerles.

Y es **deber** de todos/as y una cuestión de responsabilidad, puesto que todos son beneficiarios de las entidades, cumplir lo que se recoge en los Estatutos y los acuerdos adoptados por los Órganos de Gobierno, y si la entidad les encomienda una misión, desempeñarla eficazmente.



¿QUIÉN PUEDE FORMAR PARTE DE LOS ÓRGANOS DE GOBIERNO?

Existen unos criterios de selección para los miembros de los Órganos de Gobierno o Junta Directiva: deben ser familiares y/o personas con problemas de salud mental y, en nuestro movimiento asociativo existen estupendas personas con las habilidades, experiencia y virtudes para estar al frente.

Si las entidades se propusiesen buscar la mejor Junta Directiva, esta sería una combinación de la experiencia de los/as que llevan muchos años, con la juventud y la sabiduría nueva de los/as más recientes. Se busca diversidad, liderazgo, ganas de transformar y de hacer las cosas bien. Juntas Directivas cercanas, a la que puedas hablarles de "tú a tú".

Las personas que conforman la Junta Directiva deben compartir la Misión, la Visión y los Valores de nuestro Movimiento Asociativo Feafes.

Estas personas deben estar motivadas por el deseo de ayudar al colectivo, por el beneficio común, el cargo requiere dedicación, aunque no sea un empleo y no te compense económicamente.

En general cualquier miembro de la Junta Directiva debe tener implicación y ser responsable con las tareas asignadas, debe ver la documentación que se le envía, debe hacer seguimiento de los programas y actividades, estar en contacto con los demás miembros de la Junta, visitar la entidad para tener información de primera mano, siempre estar informados no solo de lo que concierne a la entidad también sobre el movimiento en general y sobre la salud mental.

LOS/AS MIEMBROS DE LA JUNTA DIRECTIVA DEBERÍAN SER:

Personas empáticas, que se expresen en términos cordiales, amistosos, desde el respeto y con la finalidad de llegar a consensos, ser positivo/as, que trabajen bien en equipo y que tenga iniciativas para mejorar la entidad.

LIDERAR Y MANDAR ⁴

NO SON LA MISMA COSA



La Junta Directiva como autoridad que manda y ejerce su control hacia los demás.

Frente a la Junta Directiva que se integra con el equipo y motiva. Muestra el camino.



Con una estructura organizacional vertical, muy jerarquizada.

Frente a la Junta Directiva que fomenta una estructura horizontal, donde las relaciones son menos jerarquizadas, donde se incrementa la colaboración.



Que incurre en microgestión, invirtiendo tiempo en supervisar tareas que no le corresponden, incluso tareas triviales.

Frente a la que se dedica a la supervisión macro. Aporta la visión estratégica más adecuada.



Usan su posición para imponer su criterio, sin considerar la experiencia del equipo.

Frente a la que asume aquello que puede hacer por la entidad y delega aquello en lo que no tienen suficiente experiencia o habilidad.



Los profesionales se sienten minimizados y con sensación de "desgaste" que se refleja en los resultados y en las relaciones.

Frente a la que da sensaciones de entusiasmo y motivación. Consigue mejor rendimiento y efectividad.



RESPONSABILIDADES⁵

BIEN DEFINIDAS

Optar por una Junta Directiva que **lidera** (no que manda y ordena) es lo más beneficioso para la entidad, pero en el día a día, si las funciones de la Junta Directiva y del Equipo Técnico no están bien definidas, muchas son las ACTITUDES que pueden hacer que se sobresalga un rol hacia otro que no corresponde y es aquí donde surgen conflictos y donde la Junta Directiva puede llegar a optar por la opción más autoritaria. Si cada uno tiene bien definido su cometido todo será más fácil.

Cada entidad en sus estatutos y reglamentos internos define las funciones y responsabilidades de cada una de las partes implicadas.

De manera general las funciones de la Junta Directiva se pueden resumir en:

- Gestión de recursos humanos: incorporación, salida, seguimiento, formación.
- Convocar las reuniones de la Asamblea General y ejecutar los acuerdos adoptados.
- Dictar las normas internas de procedimiento.
- Elaborar los presupuestos. Cuentas de Ingresos y gastos.
- Colaborar en la planificación y diseño de programa de actividades.
- Distribuir tareas y responsabilidades.
- Representar a la entidad ante terceros y organismos públicos.

De manera general las funciones del Equipo Técnico se pueden resumir en:

- Planificar y ejecutar actividades.
- Desarrollar y resolver el "hacer cotidiano" de la entidad.
- Gestionar recursos, en el caso de que exista la figura profesional.
- Responsabilizarse de la parte de solicitud, planificación, ejecución y evaluación de los Servicios y Programas según sus categorías profesionales.
- Comunicarse y coordinarse con la Junta Directiva respecto a todo lo anterior.

En los casos de entidades grandes, puede existir la figura de Gerente, cuya función también es hacer de puente entre el Equipo Técnico y la Junta Directiva.

“

Un único fin - distintas tareas

”

La Junta Directiva de la entidad debe asumir el rol de liderazgo para estar a la cabeza de un equipo de personas en las que delega actividades y proyectos, otorgando autonomía y libertad para desarrollarlos, pero siempre desde la retroalimentación-comunicación continua.

Peligro de entrar en el Círculo:
**“No estás-No te digo;
No te digo-No estás”**

La Junta Directiva tiene que estar informada y participar de la vida de las entidades, sino no podrá tomar decisiones congruentes a las necesidades reales del colectivo.

COMUNICACIÓN

ÓRGANOS DE GOBIERNO Y EQUIPO TÉCNICO



La Junta Directiva de cada entidad no solo realiza un trabajo de organización y coordinación interna entre sus integrantes, sino que forman parte de entramados conectados que trabajan por un fin común.

Las principales redes que existen son:

- La Red Feafes integrada por las entidades regionales. Estas trabajan en red y se coordinan entre si y a través de la Federación. En ocasiones también se extiende a nivel nacional.
- La Red de Salud Mental de Extremadura integrada por todos los recursos de salud mental de la región.

El trabajo en red permite dar respuestas más eficaces y multidimensionales mejorando la calidad de los servicios y recursos.

"El todo es más que la suma de las partes"

COORDINACIÓN TRABAJO #ENRED

7





8

ORGANIZACIÓN Y TRABAJO EN EQUIPO

Las Juntas Directivas de nuestras entidades están formada por personas con diferentes actitudes y aspiraciones, con diferentes situaciones personales y dificultades. Este grupo de personas no surge de la nada, es un grupo que tiene una motivación, una trayectoria,... y lo más importante, forma un equipo que debe trabajar eficazmente para lograr su misión: representar al colectivo de familiares y personas con problemas de salud mental y defender sus derechos.

Pertenecer a la Junta Directiva, en ocasiones, supone un esfuerzo y un compromiso. Si seguimos una organización básica, distribuimos las tareas, si todo el mundo conoce sus responsabilidades y nos sentimos preparados, podemos ser un equipo eficaz y la tarea será mucho más fácil de lo que nos pensamos.

“Cuando el grupo está bien se está en condiciones de tomar mejores decisiones”.

La Junta Directiva no deja de ser un grupo de personas que trabajan juntos en situaciones donde a veces se plantean problemas o se desencadenan conflictos. **Para que el trabajo sea efectivo las personas tienen que sentirse cómodas, valoradas y tienen que encontrar satisfacción en lo que hacen.**

ORIENTACIONES PARA EL 9 ÉXITO

TENER UNOS OBJETIVOS CLAROS

Formular los objetivos
entre todos/as

COMUNICACIÓN FLUIDA

Buscar canales que faciliten
la comunicación cercana e
informal: WhatsApp,
Videollamada, etc.

PERIODICIDAD EN LAS REUNIONES

Anticipar fechas y
horarios

DEDICARLE TIEMPO DEL TIEMPO QUE SE DISPONE

Estar presente en la
vida de las entidades
implica destinar
tiempo libre a ellas.

**“El éxito es un
sentimiento, una
actitud, una
manera de pensar,
de actuar
y de ser”**

MANTENER LA MOTIVACIÓN Y EL ENTUSIASMO

Dinamismo,
novedades, buscar
intereses comunes,
destacar los logros,...

TOMA DE DECISIONES DEMOCRÁTICAS

Por consenso y
votación

CLIMA DE CONFIANZA Y RESPETO

Tomar un tiempo para
trabajar la cohesión
del grupo

EVALUACIÓN CONTINUA

Revisión, reflexión,
mejora

NUEVOS RETOS AVANZAMOS

Las Juntas Directivas tienen dos enemigos tradicionales:

- ⇒ el desconocimiento /desinformación que se tenga sobre la entidad, sus profesionales, servicios y actividades o también sobre la situación de la salud mental en general (datos generales sobre salud mental, recursos que existen, tipología y características de los mismos, aspectos relevantes...).
- ⇒ y la falta de dedicación y desinterés, que viene a significar, a corto plazo, la desconexión y ausencia de liderazgo.

Es por esto que algunos de los retos que nos planteamos a corto y medio plazo están relacionados con estos dos problemas. Algunos de estos retos son:

- Mantener y cuidar a los miembros de las Juntas Directivas.
- Ampliar la participación de personas en las Juntas Directivas:
- Promocionar la participación y el empoderamiento de personas con experiencia propia en salud mental y familiares.
- Proyectar inspiración. La pertenencia a las Juntas Directivas como experiencia satisfactoria, no como una carga.
- Realizar formación dirigida a los/as miembros de las Juntas Directivas.
- Definir el papel de los profesionales como apoyo a la gestión de las Juntas Directivas.
- Establecer canales claros de comunicación-información fluida Junta Directiva-profesionales.
- Que los/las miembros de las Juntas Directivas participen en la vida de las asociaciones, que escuchen a las personas.

Si hay algo que identifica a este movimiento asociativo es que siempre ha hecho frente a las adversidades y ha sabido adaptarse y salir adelante ante cualquier reto o necesidad. Hay que mirar al futuro con cierta incertidumbre por no saber cómo se acontecerán las cosas, pero también con la certeza de que se sabrá salir adelante.



¿CUÁLES SON LOS ÓRGANOS DE GOBIERNO DE LAS ENTIDADES?

- La Asamblea General: En las entidades son las personas socias y en la Federación, las entidades miembro.
- La Junta Directiva: formada generalmente por Presidencia, Vicepresidencia, Tesorería, Secretaría y vocalías, según Estatutos.
- La Comisión Permanente: los cargos más relevantes, es decir: Presidencia, Vicepresidencia, Tesorería y Secretaría.

¿CUÁL ES EL MÁXIMO ÓRGANO DE GOBIERNO DE NUESTRAS ENTIDADES?

Nuestro máximo Órgano de Gobierno es la Asamblea General, que está compuesto por todos los socios de la entidad, por eso también la llaman Asamblea de Socios.

¿POR QUÉ LA ASAMBLEA GENERAL SE DICE QUE A VECES ES ORDINARIA Y OTRAS EXTRAORDINARIA?

Depende del tema a tratar en las reuniones. Siempre se debe hacer una reunión Ordinaria al inicio del año para tratar cuestiones relacionadas con la aprobación del presupuesto y las actividades del ejercicio actual y la aprobación de la memoria y las cuentas del ejercicio anterior. Y las demás reuniones que haya a lo largo del año serán Extraordinarias, para cuestiones como: elección de la Junta Directiva, resoluciones urgentes e importantes que afecten a la entidad, aprobación o modificación de los Estatutos, disolución de la entidad.

¿QUIÉN CONVOCA LAS REUNIONES DE LA ASAMBLEA GENERAL?

Tanto las reuniones ordinarias como las extraordinarias las convoca la persona indicada de la Junta Directiva (normalmente la Secretaría o Presidencia) con antelación y envío de orden del día a todos los socios.

¿CUÁNDO SE REÚNE LA ASAMBLEA GENERAL?

La Asamblea General Ordinaria se reúne obligatoriamente una vez al año dentro del primer trimestre y la Asamblea General Extraordinaria se reúne tantas veces es necesario.

¿CÓMO SE CONSTITUYE LA ASAMBLEA GENERAL? O LO QUE ES LO MISMO ¿CUÁNDO QUEDA VALIDADA UNA REUNIÓN DE LA ASAMBLEA GENERAL?

La Asamblea General quedará válidamente constituida en primera convocatoria cuando concurra la mitad, al menos, de los miembros numerarios, y en segunda convocatoria, cualquiera que sea el número de miembros numerarios asistentes. Entre la primera y segunda convocatoria mediará, al menos, media hora.

¿PUEDO, COMO FAMILIAR, SER MIEMBRO DE JUNTA DIRECTIVA?

Si. Presentando tu candidatura en tiempo y forma según establecen los Estatutos en periodo de elecciones o informando de tu interés.

¿PUEDO, COMO PERSONA CON PROBLEMA DE SALUD MENTAL SER MIEMBRO DE JUNTA DIRECTIVA O SER PRESIDENTE/A?

Sí. Presentando tu candidatura en tiempo y forma según establecen los Estatutos en periodo de elecciones o informando de tu interés.

PARA DEDICAR MI TIEMPO DE MANERA ALTRUISTA A UNA ASOCIACIÓN ¿DEBO SER SOCIO/A?

Puedes ser socio/a o voluntario/a.

¿TENGO DERECHO COMO SOCIO/A A INFORMARME DE LAS CUENTAS DE LA ASOCIACIÓN Y DE LAS ACTIVIDADES?

Sí. Al respecto, la entidad debe celebrar una asamblea General Ordinaria para dar información sobre las cuentas, aprobar presupuesto e informar de la actividades y programas.

¿CÓMO SE DECIDEN LAS COSAS EN LAS REUNIONES DE LA ASAMBLEA GENERAL?

Todos los acuerdos se adoptarán como mínimo por mayoría simple de votos válidos.

¿CÓMO ES LA PARTICIPACIÓN EN LA ASAMBLEA GENERAL?

El derecho a voto recaerá en todos los socios o sus representantes debidamente autorizados.

¿QUÉ NORMA O DOCUMENTO DEBE REGIR LA ACTUACIÓN DE LOS ÓRGANOS DE GOBIERNO DE LAS ENTIDADES?

Los Estatutos.

¿QUÉ SON LOS ESTATUTOS?

Son las reglas fundamentales del funcionamiento de la entidad, es el documento por el que se rige la entidad. En los Estatutos se establecen las disposiciones internas que conforman el marco de acción, funcionamiento y desarrollo de los objetivos de la entidad y sobre los cuales se basan su existencia, toma de decisiones, designación de cargos y órganos, su disolución y liquidación. Los Estatutos los elaboran los socios fundadores.

¿SE PUEDEN CAMBIAR LOS ESTATUTOS?

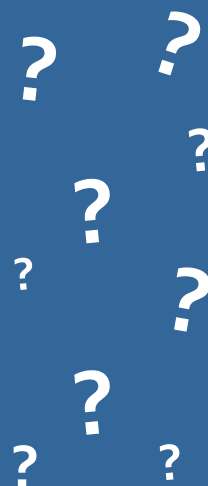
Sí, en Asamblea General Extraordinaria.

¿QUÉ ES LA JUNTA DIRECTIVA?

Es el órgano que gestiona la asociación de acuerdo con lo que establecen los Estatutos. La Junta Directiva asume las funciones rectoras, correspondiéndole la más amplia representación y administración.

¿TE HAS QUEDADO CON ALGUNA DUDA RELACIONADA CON LA JUNTA DIRECTIVA?

Te animamos a plantear tu consulta a través del correo: feafesextremadura@gmail.com o consulta los Estatutos y el RRI de tu entidad.



¿QUIÉNES PUEDEN FORMAR PARTE DE LA JUNTA DIRECTIVA?

La Asamblea General en reunión Extraordinaria nombra entre sus miembros a los representantes que forman la Junta Directiva. En este proceso de selección puede presentar su candidatura cualquier socio que lo desee.

¿CUÁL ES EL PERIODO DE MANDATO DE LA JUNTA DIRECTIVA?

Generalmente es de 4 años, según los Estatutos de la Entidad.

¿PUEDO PERTENECER A LA JUNTA DIRECTIVA MÁS DE 4 AÑOS?

Sí, puedes ser reelegido en sucesivas renovaciones de la Junta Directiva.

¿QUIÉNES COMPONEN LA JUNTA DIRECTIVA?

Presidente, Vicepresidente, Secretario, Tesorero y Vocales.

¿POR QUÉ MOTIVO SE PRODUCE EL CESE DE LOS TITULARES DE LOS CARGOS?

Por fallecimiento, pérdida de la condición de miembro, renuncia voluntaria, incumplimientos reiterados y graves de obligaciones, transcurso del plazo de los cuatro años desde que fue elegido u otras causas previstas en las leyes.

¿QUÉ PASA SI EL PRESIDENTE DEJA SU CARGO ANTES DE QUE TERMINE EL PERIODO DE 4 AÑOS?

En este caso lo sustituirá el Vicepresidente y convocará Asamblea General, para la elección de Presidente en el plazo máximo estipulado por los Estatutos.

¿Y SI CESA OTRO CARGO?

Cuando el cese no sea el del Presidente, la Junta Directiva decidirá quién ejercerá provisionalmente su cargo hasta que sea ratificado o nombrado por la Asamblea General.

¿PUEDO PERCIBIR ALGUNA CONTRAPRESTACIÓN ECONÓMICA POR PERTENECER A LA JUNTA DIRECTIVA?

No, el ejercicio de los cargos es voluntario y gratuito.

¿QUÉ FUNCIONES TIENE LA JUNTA DIRECTIVA?

Entre sus funciones más importante destacamos: convocar las reuniones de la Asamblea General y ejecutar los acuerdos adoptados, elaborar los presupuestos y programa de actividades, organizar y desarrollar las actividades aprobadas por la Asamblea, dictar las normas interiores de procedimiento, contratar al personal, solicitar subvenciones, representar a la entidad ante terceros y organismos públicos.

¿QUÉ FUNCIONES TIENE EL CARGO DE PRESIDENTE?

Sus principales funciones son: representa legalmente a la entidad, convoca y preside las reuniones, vela por la ejecución de los acuerdos adoptados, autoriza con su firma los documentos de la entidad, ordena los pagos.

¿QUÉ FUNCIONES TIENE EL CARGO DE VICEPRESIDENTE?

Su principal función es sustituir al Presidente/a en los casos de ausencia, enfermedad o cese.

¿QUÉ FUNCIONES TIENE EL CARGO DE SECRETARIO?

Sus principales funciones son: custodia los documentos oficiales de la entidad, redacta las Actas de las reuniones y certifica los acuerdos, cumplimenta las altas y bajas en el Libro de Asociados, registra los documentos en el Libro de Entradas y Salidas.

¿QUÉ FUNCIONES TIENE EL CARGO DE TESORERO?

Sus principales funciones son: lleva la contabilidad y custodia el Libro de Cuentas, Balances y Cuentas de Resultados, así como, la documentación correspondiente, custodia los fondos de la entidad, autoriza o no, los pagos, presenta los datos económicos ante la Junta y la Asamblea, realiza el Presupuesto anual.

¿QUÉ FUNCIONES TIENE EL CARGO DE VOCAL?

Los/as Vocales no tienen asignada ninguna función específica, si bien por el hecho de formar parte de la Junta Directiva participan en la aprobación o no de las decisiones que se someten a discusión y acometen cualquier otra función que pueda asignarle la Junta Directiva.

¿PUEDE PARTICIPAR LA JUNTA DIRECTIVA EN EL PROCESO DE SELECCIÓN DEL PERSONAL DE LA ENTIDAD?

Sí, puesto que una de sus funciones es contratar el personal que crea conveniente para realizar los programas, desarrollar los servicios o facilitar las tareas de la entidad.

¿DEBE LA JUNTA DIRECTIVA ESTAR INFORMADA DE LAS ACTIVIDADES QUE DESARROLLA LA ENTIDAD?

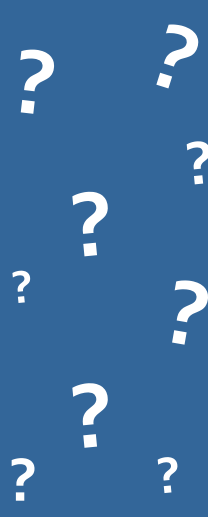
Sí, puesto que debe velar por el cumplimiento de las actividades y presentar la memoria correspondiente en Asamblea General.

¿DEBEN LOS PROFESIONALES DE LA ENTIDAD INFORMAR DE LOS GASTOS DE LA ENTIDAD?

Sí, puesto que es la Junta Directiva la responsable de la contabilidad de la entidad y es quien autoriza o no toda clase de pagos.

¿TE HAS QUEDADO CON ALGUNA DUDA RELACIONADA CON LA JUNTA DIRECTIVA?

Te animamos a plantear tu consulta a través del correo: feafesextremadura@gmail.com o consulta los Estatutos y el RRI de tu entidad.



¿PUEDEN TENER LOS MIEMBROS DE LA JUNTA DIRECTIVA ACCESO A DOCUMENTACIÓN DE LA FEDERACIÓN?

Sí, en todo momento pueden acceder a la documentación que requieran, para velar por el cumplimiento de los acuerdos.

¿CUÁNDO SE REÚNE LA JUNTA DIRECTIVA?

Al menos una vez al trimestre y siempre que sea necesario.

¿QUIÉN CONVOCA LAS REUNIONES?

Las reuniones las convoca el Presidente o un tercio de sus componentes.

¿ES OBLIGATORIO ASISTIR A LAS REUNIONES DE LA JUNTA DIRECTIVA?

Sí, la ausencia se debe justificar y delegar por escrito en algún componente de la Junta.

¿PUEDE ASISTIR OTRA PERSONA EN MI NOMBRE?

Sí, con la debida autorización.

¿QUÉ PASA SI FALTO A LAS REUNIONES DE LA JUNTA?

Cada Estatuto establece el número de faltas de asistencia consecutivas sin justificar para considerarse como renuncia al cargo.

¿PUEDE ASISTIR A REUNIONES DE JUNTA DIRECTIVA ALGUNA PERSONA QUE NO PERTENECE A LA MISMA?

Sí, como algo excepcional y por decisión de la Junta Directiva.

¿CÓMO SE DECIDEN LAS COSAS EN LAS REUNIONES DE LA JUNTA DIRECTIVA?

Por votación mayoría simple, cuando los votos afirmativos superen los negativos.

¿TODOS LOS COMPONENTES DE LA JUNTA DIRECTIVA TIENEN VOZ Y VOTO EN LAS REUNIONES?

Sí, exceptuando a las personas que asisten a las reuniones pero no pertenecen a la misma, estas solo tienen voz, pero no voto.

¿ES OBLIGATORIO LEVANTAR ACTA DE LAS REUNIONES?

Sí, de todas.

¿QUÉ DEBE CONTENER EL ACTA DE UNA REUNIÓN?

En el Acta se hará constar los asistentes y los ausentes, los asuntos tratados y los acuerdos adoptados. También se anexará la documentación a que se hace referencia en el Orden del Día tratado.

¿QUIÉN SE ENCARGA DE REDACTAR EL ACTA?

El Secretario y deben suscribirla todos los asistentes.

¿QUIÉN TIENE ACCESO A LAS ACTAS DE LAS REUNIONES DE JUNTA DIRECTIVA?

Se les entrega una copia a todos los asistentes. Además, las actas están disponibles para todo/a aquel socio que quiera consultarla.

¿QUÉ ES LA COMISIÓN PERMANENTE?

Es el órgano que se reúne para decidir sobre situaciones extraordinarias o de urgencia y lo forman los cargos de Presidente, Vicepresidente, Secretario y Tesorero. En la siguiente reunión de Junta directiva deben dar cuenta del asunto.

¿EXISTEN OTROS DOCUMENTOS MÁS ESPECÍFICOS QUE LOS ESTATUTOS?

Sí, los Estatutos podrán ser desarrollados por un Reglamento de Régimen Interno (R.R.I.) para regular todos aquellos aspectos del funcionamiento de la Asociación a los que se les quiera dar un desarrollo mayor. Es la Junta Directiva quien dicta estas normas interiores de procedimiento.

¿QUIÉN DECIDE ASUNTOS COMO QUE SUBVENCIONES SE SOLICITAN?

La Junta Directiva.

¿QUIÉN DECIDE QUE ACTIVIDADES O SERVICIOS SE DESARROLLAN?

La Junta Directiva lo propone en Asamblea General Ordinaria quienes tienen que aprobarlo.

¿CÓMO SE ESTABLECEN LAS FUNCIONES DE LOS PROFESIONALES?

Las funciones de los y las profesionales se definen en el Estatuto General de los trabajadores y, en su defecto, en el Convenio Regulador. A este respecto es necesario tener en cuenta que las funciones de profesionales y Órganos de gobierno NO son las mismas ni deben interrumpirse. Muy al contrario, son distintas pero complementarias. Debe sumar. Es conveniente tener un documento de Régimen interno o bien un Documento Interno de funcionamiento normativo que recoja y aclare cualquier cuestión al respecto.

¿QUIÉN DECIDE LA EXPULSIÓN DE UN USUARIO/A O SOCIO-A?

La Junta Directiva o, en su defecto, la persona, comisión u órgano delegado.

¿QUÉ ES SER SOCIO?

Ser socio/a comporta un compromiso con la entidad, aquella persona que se hace socia de nuestra entidad es porque conoce nuestros principios y los comparte y por ello quiere representarlos, al igual que conoce nuestra misión y quiere apoyarla.

¿TE HAS QUEDADO CON ALGUNA DUDA RELACIONADA CON LA JUNTA DIRECTIVA?

Te animamos a plantear tu consulta a través del correo: feafesextremadura@gmail.com o consulta los Estatutos y el RRI de tu entidad.



Bibliografía

- Feafes Salud Mental Extremadura. (2020). *Cuídate para cuidar. Cuaderno de tareas breves. Dirigido a familias de personas con problemas de Salud Mental.*
- Feafes Salud Mental Extremadura. (2020). *La Salud Mental, un estado de bienestar - Guía informativa sobre Salud Mental en Extremadura.*
- Feafes Salud Mental Extremadura. (2020). *Derechos Humanos y Salud Mental - Aproximación a la Perspectiva de Derechos Humanos en Salud Mental.*
- Confederación Salud Mental España. (2019). *Manual de Intervención Familiar. Contenidos.*
- Junta de Extremadura, Consejería de Sanidad y Políticas Sociales. Servicio Extremeño de Salud. (2017). *III Plan Integral de Salud Mental en Extremadura 2016–2020.*
- Federación Europea de Asociaciones de Familiares de Personas con Enfermedad Mental EUFAMI. (2019) *Encuesta Cuidando de Quienes Cuidan C4C: Experiencias de Cuidadores/as familiares de personas que viven con trastorno mental grave: una investigación internacional.*
- Consejería de Sanidad y Políticas Sociales. *Memoria Programas de atención familiar. Dirección General de Servicios Sociales e Infancia y Familia.*
- Pilar Rodríguez Rodríguez. (2014). *Cuidar, cuidarse y sentirse bien. Guía para personas cuidadoras según el modelo de atención integral y centrada en la persona. Fundación Pilares.*
- Nadal Martínez y Beperet. (2000). *Sobrecarga de los cuidadores familiares de pacientes con esquizofrenia: factores determinantes.*

ENTIDADES FEAFES #ENRED

Haciendo Salud Mental en Extremadura

FEAFES S.M EXTREMADURA

C/San José, 49 – B
06200 Almendralejo
682 632 100
info@feafesextremadura.com
www.feafesextremadura.com

SALUD MENTAL AEMIS

C/ Rafael Cabezas, 4 local A
06005 Badajoz
924 23 84 21
aemis.ocio@gmail.com
www.feafes-aemis.com

FEAFES SALUD MENTAL ALMENDRALEJO

C/ San José, 49B
06200 Almendralejo
924 66 46 77
info@feafesalmendralejo.com
www.feafesalmendralejo.com

FEAFES SALUD MENTAL CALMA

C/ Anas, 3
06800 Mérida
651 992 607
asociacioncalma@gmail.com
www.asociacioncalma.com

FEAFES SALUD MENTAL CORIA

Av. Virgen de Argeme, 1º A
10800 Coria
927 50 43 62
coordinador.smcoria@gmail.com
www.feafescoria.wordpress.com

FEAFES SALUD MENTAL MÉRIDA

Av. de Lusitania, 10.
06800 Mérida
924 30 04 57
crps@feafesmerida.com
www.feafesmerida.com

APAFEM- FEAFES BADAJOZ

Av. Godofredo Ortega y Muñoz, local 2.
06011 Badajoz
924 267010
teresa.caldito.botello31@gmail.com

FEAFES SALUD MENTAL PLASENCIA

Av. Virgen del Puerto, Recinto Valcorchero
Pabellón 9—10600 Plasencia
927 41 98 87
feafesplasencia7@gmail.com
www.feafesplasencia.wordpress.com

PROINES SALUD MENTAL

C/ Molino, 6. Apto. Correo 161
06400 Don Benito
924 80 50 77
proines@proines.es
www.proines.es

FEAFES SALUD MENTAL NAVALMORAL

Av. Magisterio, 1- B
10300 Navalmoral de la Mata
628 075 489
feafesnavalmoral@hotmail.com

FEAFES SALUD MENTAL ZAFRA

C/ Vicente Cervantes, 2
06300 Zafra
924 55 59 43
gerencia@feafeszafra.com
www.feafeszafra.com



*Cuanto más empoderado está un colectivo,
menos vulnerable es.*



**FEAFES Salud Mental
EXTREMADURA**

S.I.O.

Servicio Regional de Información y Orientación en Salud Mental

682 632 100

info@feafesextremadura.com
www.feafesextremadura.com



SECRETARÍA DE ESTADO
DE DERECHOS SOCIALES

DIRECCIÓN GENERAL
DE DIVERSIDAD FAMILIAR
Y SERVICIOS SOCIALES

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Sanidad y Servicios Sociales