# BOLETÍN ASCASAM



Este boletín y su contenido ha sido elaborado por las personas usuarias del Centro Ocupacional Depósito Legal SA 16-2016

Abril 2018 Volumen 3 nº 2

### ASCASAM HACE PÚBLICO EL PLAN ESTRATÉGICO 2018-2020



ASCASAM presenta el documento público "Plan Estratégico 2018-2020" para que pueda ser consultado.

Este documento ha sido elaborado por un equipo de trabajo formado por representantes de personas con problemas de salud mental y de sus familiares, de la Junta Directiva y del equipo técnico. Su objetivo ha sido establecer las principales líneas estratégicas de carácter corporativo que han de guiar la acción de la asociación a lo largo de los próximos 3 años.

Una vez finalizado y aprobado este trabajo, la entidad lo ha dado a conocer y lo ha difundido entre sus grupos de interés. Para ello, se han llevado a cabo tres sesiones informativas en las localidades de Santander, Colindres y Reinosa. Con estas sesiones se han dado a conocer las líneas estratégicas en las que se va a basar la gestión de la entidad, que, en sus 27 años de andadura, continúa comprometida con la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y sus familias, la defensa de sus derechos y la representación del movimiento asociativo en Cantabria.

# EN LOS DIFERENTES RECURSOS DE ASCASAM SE CELEBRA EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

ASCASAM se suma a la celebración del Día Internacional de la Mujer el día 8 de marzo. Los diferentes servicios y programas que gestiona la entidad llevaron a cabo actividades especiales para conmemorar ese día. Se repartieron folletos explicativos, se visionaron dos cortos sobre el origen del día y sobre la mujer y el empleo. Además, se elaboró un mural llamado "Mujeres referentes" donde cada uno libremente pudo plasmar su particular homenaje en forma de agradecimiento, narración, experiencia o simplemente reflexión sobre la celebración de dicho día.

Además de esta actividad, el Centro Ocupacional se unió a la concentración que se desarrolló en la Plaza del Ayuntamiento de Santander. La Compañía Teatral de ASCASAM-Colindres, puso su grano de arena

elaborando un video de tres escenificaciones de denuncia de situaciones cotidianas impregnadas de machismo, pero mostrándolas a la inversa, siendo los hombres los que las sufren, buscando la empatía, con los lemas: ¿os gustaría que os trataran así?.

Desde ASCASAM consideramos muy importante la participación e implicación de todas las personas vinculadas a la entidad en las reivindicaciones y conmemoraciones de este día que se llevaron a cabo en nuestra Comunidad Autónoma.









#### ASCASAM REALIZA UNA JORNADA DE CINE Y SALUD MENTAL EN REINOSA

El pasado 23 de Marzo, ASCASAM organizó una jornada en Reinosa con el título "Cine y Salud Mental: Necesidades, Futuro y Recursos en el Sur de Cantabria".

El acto, apoyado por el Ayuntamiento de Reinosa, tuvo lugar en el Teatro Principal a las 17:30h. Se abordó la realidad, necesidades y retos del futuro de la salud mental en la población de la zona de Campoo.

Realizaron la apertura D. Ignacio Allende (Presidente de ASCASAM) y D. Tomás Gutiérrez (Concejal de Asuntos Sociales, Cooperación e Igualdad del Ayto. Reinosa) y contando con la presencia de D. José Miguel Barrio (Alcalde del Ayto. Reinosa).



A continuación, Pablo Montoya del Corte (Coordinador General de ASCASAM) argumentó la importancia del estigma social en salud mental. Soledad Arrarte (Coordinadora del CRPS Reinosa) explicó los diferentes recursos con que cuenta ASCASAM en la zona sur de Cantabria y con el fin de evidenciar la importancia de la salud mental en la actualidad, se proyectó la película "El lado bueno de las cosas" que además fue comentada por Belén Díez Carral (Coordinadora General Adjunta de ASCASAM).

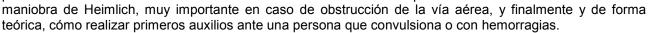
Para finalizar, se realizó una clausura a cargo de D. Ignacio Allende.

### VARIOS CENTROS DE ASCASAM RECIBEN FORMACIÓN EN PRIMEROS AUXILIOS

Las personas usuarias del Centro Ocupacional y del CRPS de Santander asistieron a una charla de primeros auxilios impartida por Eduardo, enfermero de la Fundación de Enfermería de Cantabria. En el taller se explicaron casos y dudas acerca de la vida cotidiana o de situaciones de emergencia, tales como parada cardiaca, hemorragias, intoxicaciones o picaduras, en las que se requiere una actuación inmediata, todas ellas previas a la activación de una asistencia especializada. Como actividad práctica, realizaron RCP con muñeco adulto y bebé.

Además varias personas usuarias del CRPS de Reinosa asistieron al Taller Básico de Primeros Auxilios organizado por el Ayuntamiento. En este taller impartido por profesionales de Forpriven (formación de emergencias sanitarias para primeros intervinientes), el objetivo era dar a todos los interesados los conocimientos necesarios para ofrecer una ayuda eficaz en diferentes situaciones de emergencia tanto por enfermedad, como accidente o catástrofe.

Las personas usuarias de CRPS Reinosa pudieron aprender mediante la práctica cómo se hace una Reanimación Cardio Pulmonar. También practicaron la maniphra de Hamilich, muy importante en caso de obstrucción de la vía aérea.





# EL CRPS DE SANTANDER PRUEBA EL METROTUS Y VISITA LOS DOS INTERCAMBIADORES



Varias personas usuarias del CRPS de Santander pudieron conocer, durante el mes de febrero y marzo, los cambios introducidos en algunas de las líneas de Transporte Urbano de Santander (TUS).

Para ello, comenzaron el recorrido conociendo el Intercambiador de Valdecilla, así como las distintas líneas a las que se puede acceder desde el mismo. Seguidamente, y haciendo uso de la nueva Línea Central del TUS, se acercaron al otro Intercambiador situado en el Sardinero.

Dicho grupo, pudo familiarizarse y localizar las nuevas infraestructuras de transporte urbano y entrar en contacto con las recientes tecnologías implantadas en algunas de las paradas, los Tótem.

Aprovechando la cercanía con la Playa del Sardinero, dieron un paseo por los alrededores, dando por finalizada una jornada en la que pudieron aclarar algunas de sus dudas respecto a los últimos cambios implementados, siendo a este respecto la valoración realizada por los miembros del grupo como positiva.

# EL CENTRO OCUPACIONAL VISITA EL CENTRO DE EMERGENCIAS 112 DE CANTABRIA



La visita al Centro de Coordinación de Emergencias de Cantabria (112) comenzó con una breve explicación de las funciones que tenían en el Servicio de Emergencias.

Comentaron que ellos son los encargados de, en caso de alguna emergencia, poner a la persona que ha llamado en contacto con el recurso que se necesite: policía, bomberos, ambulancias, etc.

Después de la charla, pasaron a la zona de recepción, donde observaron cómo los operadores cogían las llamadas, preguntaban los datos

personales, qué había ocurrido, y hacían una valoración del caso para la posterior derivación a los recursos que fueran pertinentes para solucionar la emergencia.

A las personas usuarias les pareció una salida muy interesante ya que, según comentaron, no se conoce "lo que hay detrás" de esa llamada al servicio de emergencias que tan simple nos parece en muchas ocasiones, y la importancia de hacer un uso responsable de este recurso.

# EL GRUPO DE AYUDA MUTUA DE ASCASAM CELEBRA UN AÑO MÁS SU TRADICIONAL COMIDA Y AMIGO INVISIBLE.

Un total de 20 personas, todas ellas vinculadas al grupo de ayuda mutua celebraron una comida el 2 de febrero y se entregaron los regalos del amigo invisible. La comida tuvo lugar en la cafetería Picos de Europa de Santander y es una de las actividades de respiro que desarrollamos.

Este grupo de ayuda mutua ofrece apoyo para aquellas personas que tienen a su cargo algún familiar dependiente, ya que se considera que las actividades de ocio y de ámbito social quedan relegadas a un segundo plano debido a la gran responsabilidad que conlleva el cuidado de estas personas.

Para estar en unas buenas condiciones físicas y psicológicas, muy necesarias para cuidar de ellas mismas y de su familiar, el GAM, ofrece un espacios de ocio y tiempo libre que emprende una infinidad de actividades (culturales, sociales, gastronómicas, recreativas).



#### SEMANA SANTA DE OCIO EN EL CRPS DE COLINDRES



El CRPS de Colindres ha modificado su horario de actividades para poder tener una Semana Santa más lúdica. Se modificaron algunas de las actividades que se realizaban en el CRPS para incorporar otras como: paseos por el Camino Real de Carlos V, video fórum, cocina típica de Semana Santa, taller de belleza, juegos y Ping-Pong. Además todas las personas usuarias del centro visitaron la exposición de su compañera Vanesa en la Casa de Cultura de Santoña.

También participaron en un partido de fútbol y asistieron a la piscina, ya que se considera que a pesar de que celebren que están de fiesta, es importante mantener el deporte en las actividades y en el día a día.

Todos están deseando que llegue el buen tiempo y comenzar con las salidas de ocio y tiempo libre para poder disfrutar al aire libre.

# MARCAR LA "X SOLIDARIA" EN TU DECLARACIÓN DE LA RENTA SUPONE APOYAR LOS PROYECTOS DE ASCASAM

Gracias a las aportaciones de las personas contribuyentes que marcan la casilla 106 de Actividades de Interés Social en su declaración de la Renta, las ONG mediante sus proyectos sociales ayudan a 7 millones de personas en situación de vulnerabilidad en nuestro país. Cuando las personas marcan la casilla "X Solidaria" eligen el destino de una pequeña parte de sus impuestos, se trata de un gesto solidario que no les cuesta nada, por el que no van a pagar más, ni les van a devolver menos.

ASCASAM en la actualidad desarrolla tres programas de interés social a cargo de la asignación tributaria del IRPF: Programa de promoción de la salud mental y prevención de la exclusión, Programa de apoyo y descanso para familiares cuidadores de personas con discapacidad y Programa de acompañamiento integral y atención domiciliaria.

### **EDITORIAL**

# PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL Y ATENCIÓN DOMICILIARIA (P.A.I.A.D)

ASCASAM ha incorporado en sus servicios el programa de acompañamiento integral y atención domiciliaria (P.A.I.A.D). Se trata de un programa de interés social financiado por el IRPF durante el año 2018 que se lleva a cabo en el área de Santander.

El programa está dirigido a personas con problemas de salud mental que precisan una intervención integral que atienda sus necesidades socio-sanitarias, prestando los apoyos necesarios para permitir el mantenimiento de la persona en socio-comunitario. Los objetivos principales son promover la autonomía personal, facilitar el acceso a tratamientos integrales y conseguir y/o mantener la calidad de vida de las personas. Para ello, se establece un plan individualizado de intervención que permite el acceso a distintas actuaciones de rehabilitación llevadas a cabo por un equipo multidisciplinar. Concretamente, las actividades que se ofrecen son: psicoeduación, rehabilitación cognitiva, afrontamiento EQUIPO PROFESIONAL del estrés, habilidades sociales, actividades de la vida diaria, intervención familiar, comunitaria y psicológica.

Además, el programa surge de la necesidad de atender a personas en su entorno comunitario teniendo el derecho de recibir un servicio que les facilite el proceso de rehabilitación y la recuperación

PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL Y ATENCIÓN DOMICILIARIA











de su autonomía personal para su inclusión social. Al mismo tiempo, se trabaja con las familias y con el entorno cercano proporcionando estrategias y recursos para ejercer el rol de figuras principales de apoyo.

El fin último del programa de acompañamiento integral y atención domiciliaria es empoderar a las personas con problemas de salud mental y a sus familias dentro de su contexto, normalizando de este modo el proceso de intervención. También, se pretende generar un impacto en la comunidad para minimizar el riesgo de exclusión social y que se reconozcan los derechos del colectivo de estas personas.

El primer paso para comenzar la intervención en este programa es ponerse en contacto con la persona responsable del servicio para que proceda a una valoración inicial donde se detectan las necesidades y demandas de la persona procediendo a un plan individual de intervención. Toda persona con problema de salud mental, familiar o entorno cercano puede contactar con nosotros en el teléfono 942 36 41 15 o bien acudir a la SEDE de ASCASAM en la C/Isabel II Nº 21 1º izda.

#### SEDE SOCIAL, SERVICIO DE ORIENTACIÓN Y DE ATENCIÓN

Calle Isabel II, 21 - 1º izda. - 39002 Santander Tfno. 942 36 41 15

E-mail: sede@ascasam.org

#### **CENTRO OCUPACIONAL**

San Luis, 10 C-baio - 39010 Santander Tfno, 942 23 23 39

#### CENTROS DE REHABILITACIÓN

SANTANDER: San Luis, 10 D-bajo - 39010 Tfno. 942 37 24 94

REINOSA: San Roque, 2 - 39200 -Tfno. 942 75 27 12

COLINDRES: Juan de Herrera, 6 - Lonia - 39750 Tfno, 942 65 10 97

#### **ESTRUCTURAS RESIDENCIALES**

MINI-RESIDENCIA ASCASAM Corceño, 42 39011 - San Román de la Llanilla

(Santander) Tfno.942 35 58 91

PISO TUTELADO C/ La Marina, 1 -Entresuelo - 39003 Santander.

Más información en:



@ASCASAM Sede



ASCASAM-Asociación Cántabra Pro Salud Mental

www.ascasam.org

ASCASAM es una Asociación sin ánimo de lucro constituida en el año 1990, siendo su misión PROMOVER Y COLABORAR EN LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA Y LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SUS FAMILIAS.

Su ámbito de actuación es la comunidad de Cantabria. Es miembro de la Confederación Salud Mental España, así como del CERMI Cantabria.

Declarada de utilidad pública en el año 2004

