

BOLETÍN INFORMATIVO



ASCASAM
Salud mental
Cantabria

Edita centro Ocupacional de Santander ASCASAM
Depósito Legal SA 16-2016 NOVIEMBRE 2023 Volumen 8

ASCASAM CELEBRA EL DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL 2023



**SALUD MENTAL
SALUD MUNDIAL**
UN DERECHO UNIVERSAL

Bajo el lema "Salud mental, salud mundial. Un derecho universal" el pasado 10 de Octubre ASCASAM celebró el Día Mundial de la Salud Mental con actos institucionales en Colindres, Santander y Reinosa.

Entre los objetivos del lema y temática de este año, se prioriza la concienciación sobre las principales vulneraciones de derechos humanos que se producen en el ámbito de la salud mental, así como realizar propuestas para que las personas con problemas de salud mental no sufran las mismas

Un año más, esta celebración dejó grandes momentos y anécdotas pero sobre todo agradecimientos.

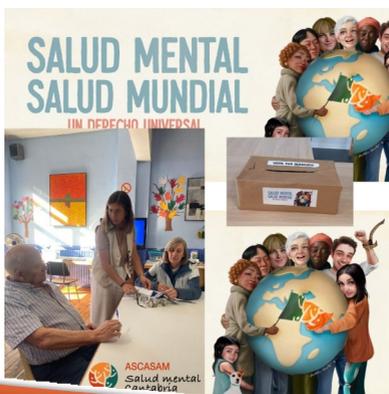
Agradecimientos a las personas que han acudido a celebrarlo en las diferentes ubicaciones, a las personas que han participado en la organización, a las personas usuarias de los servicios, a personas socias de ASCASAM, a familiares y/o personas allegadas, y en general, a todas aquellas que apoyan a ASCASAM para seguir mejorando la calidad de vida de todas ellas.

Sin duda, una jornada positiva y emocionante que nos da fuerzas a la entidad para seguir preparando nuestras acciones de sensibilización durante el año y la próxima celebración de 2024.

Actos de celebración del Día Mundial de la Salud Mental 2023 en ASCASAM

En esta ocasión, los actos instituciones se han llevado a cabo en Santander, Colindres y Reinosa. En Santander, el acto se desarrolló entre 4 entidades que trabajan en pro de la salud mental: Fundación Acorde, Proyecto Hombre, Centro Hospitalario Padre Menni y ASCASAM. En el acto, se contó con un gran número de autoridades e instituciones que apoyaron la causa de seguir mejorando la labor de las entidades presentes. Además, se colocó una mesa informativa y una mesa de productos de Cartón y otras cosucas, así como unas carpas para la realización de la actividad dinámica para continuar con nuestra intensa labor de sensibilización para la población joven de los centros formativos. Las zonas periféricas también contaron con mucha gente participativa y que apoya la el mensaje del movimiento asociativo de la entidad, así como con autoridades municipales que apoyaron en la lectura de la proclama y del manifiesto. Además, en Reinosa también se puso una mesa informativa y de productos de Cartón y otras Cosucas.

Como acto final en Santander, se llevó a cabo una dinámica que dio lugar a lanzar el mensaje de "1 de cada 4 personas tienen o pueden tener en algún momento de sus vidas un problema de salud mental".





ASCASAM celebra la XXI semana del Cine y Salud Mental

***** ASCASAM *****

XXI SEMANA DEL CINE Y DE LA SALUD MENTAL

9-17 OCTUBRE

www.ascasam.org

Fecha	Título	Director	Comentarista
9 OCTUBRE	CINCO LOBITOS	Alfonso Tazón	Rubén Estandía
10 OCTUBRE	CERDITA	Carolina Pereda	Rosa Ayesa
11 OCTUBRE	CLOSE	Lucas Dhont	Ester Sainz-Pardo
16 OCTUBRE	EL OFICIO DE APRENDER	Francisco Fregat	Ainhoa Rivera
17 OCTUBRE	GIRASOLES SILVESTRES	Joana Baptista	Inés Herrera

17:00 H APERTURA DE PUERTAS 17:30 H INICIO PROYECCIÓN

ORGANIZA: ASCASAM Salud Mental Cantabria

SUBVENCIÓN: GOBIERNO DE CANTABRIA

COLABORA: Fundación Caja Cantabria

La Semana de cine se ha llevado a cabo gracias a la colaboración de la Consejería de Salud, el Ayuntamiento de Santander y Fundación Caja Cantabria. Como en años anteriores ha mantenido el interés de las personas asistentes alcanzando aforos de 280 personas.

Sin duda, las películas y profesionales de salud mental elegidas siguen manteniendo un interés notable para las personas asistentes a estas jornadas de cine y salud mental que este año cumplían su 21 edición. Cinco lobitos, Cerdita, Close, El oficio de aprender y Girasoles silvestres han sido las seis películas elegidas por Alfonso Tazón, persona voluntaria de la entidad que se encarga de la organización, selección y dinamización de las mismas. Además, gracias a su apoyo se contó con la presencia de los ponentes Rubén Estandía, Rosa Ayesa, Esther Sainz- Pardo, Ainhoa Rivera e Inés

Herrera para realizar los coloquios posteriores a la proyección de las películas que ofrecen una perspectiva y análisis de la película y su relación con la salud mental.

Estas jornadas gratuitas suponen un gran acercamiento de la salud mental a la población de Santander y de Cantabria, y sirven para sensibilizar, empoderar y generar redes de apoyo para las personas con problemas de salud mental, sus familias y personas allegadas.

Aprovechar estas líneas para agradecer a Alfonso Tazón, a los profesionales ponentes, personas trabajadoras de la entidad y a las personas participantes su asistencia al cine y otras actividades que la entidad realiza anualmente.



SALUD MENTAL ESPAÑA exige el fin de la coerción y los tratos violentos y degradantes que cada día sufren las personas con problemas de salud mental

La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA ha organizado el acto de conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental, presidido por Su Majestad la Reina y con la intervención de José Manuel Miñones, ministro de Sanidad en funciones. El acto se ha centrado en la defensa de los derechos humanos.

En su intervención, Su Majestad la Reina aseguró que todos necesitamos herramientas para afrontar la vida, de eso se trata la prevención. Comprendamos que, sin salud mental, no hay ninguna esperanza, se apaga cualquier esperanza de vivir con plenitud. Nel González Zapico, presidente de SALUD MENTAL ESPAÑA, explicó durante el acto que en todo el mundo, se siguen aplicando medidas coercitivas y de control en el ámbito de la atención a la salud mental. Estas prácticas se derivan de la falta de recursos y de inversión necesarios, así como de la falta de información y ausencia de alternativas terapéuticas. Y destacó: Ningún estudio puede avalar que atar a las personas sea terapéutico, porque no lo es. Lo único que genera es más sufrimiento y consecuencias negativas a nivel físico y psicológico.



Desde Cartón y Otras Cosucas diseñan múltiples productos para regalar estas Navidades



Para dudas o pedidos: Email: tocupacional@ascasam.org
Santander: 630442181 Colindres: 682034067

ASCASAM participa en la Jornada de Innovación y Humanización



Esta jornada ha sido organizada por Servicio de Psiquiatría junto con el Instituto de Investigación Valdecilla (IDIVAL) y con la colaboración de Janssen. El Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario Marqués de Valdecilla ha abogado por fomentar la medicina del estilo de vida en el tratamiento de los problemas de salud mental, es decir, acompañar las terapias más innovadoras a un nivel clínico, farmacológico y organizativo de una serie de recursos que tienen más que ver con lo que puede hacer el individuo para sentirse mejor en cuestiones de autocuidado y hábitos de vida que repercutan positivamente en su recuperación.

Éstas, han contado con la participación de profesionales de diferentes perfiles, sanitarios, investigadores, economistas, artistas, deportistas e incluso el chef con tres Estrellas Michelin Jesús Sánchez. Desde ASCASAM, hemos participado en una mesa redonda donde pudimos ofrecer la perspectiva de las personas con problemas de salud mental y sus familias según las demandas que recibimos a diario en la entidad, a partir de nuestros servicios en la comunidad. Para esta ocasión, también hicimos mención de las diferentes vulneraciones de derechos: sobremedicación, ingresos involuntarios, toma de decisiones no participativa, etc. que se da en ocasiones para las personas con problemas de salud mental y que sin las que no hay avance en humanización ni innovación de intervención.

El suicidio de personas mayores ha crecido un 8,8% en España en los últimos 5 años, según datos del INE

En España, un total de 1.235 personas mayores de 65 años fallecieron en 2021 por suicidio. Aunque representan el 20% de la población (casi 10 millones), suponen el 30,85% del total de muertes por esta causa.

Ante esta situación, Nel González Zapico, presidente de SALUD MENTAL ESPAÑA, hace hincapié en que el aislamiento en el que viven muchas personas mayores y la soledad no deseada, sobre todo en las grandes ciudades, perjudica su salud mental e impide en muchas ocasiones el acceso a un tratamiento adecuado.

#CONECTAONLAVIDA

10 MEDIDAS DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN PERSONAS MAYORES

RESPECTO

Promover una cultura del respeto a las personas mayores. Poner el foco en sus aprendizajes, en sus fortalezas y en su experiencia... en lo que pueden enseñarnos.

IMPULSA: MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA CONSUMIDORA

COLABORA: MINISTERIO DE ECONOMÍA Y ASUNTOS EXTERIORES

DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO 2023

ASCASAM colabora con el Ayuntamiento de Castro Urdiales en el marco del Programa Castro Cuida- I Campaña Salud Mental

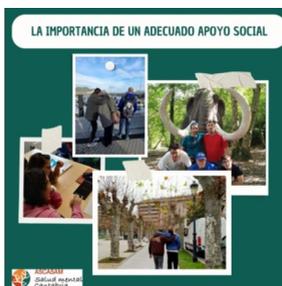
El pasado miércoles 25 de octubre se impartió una jornada dirigida al tejido asociativo de mujeres de Castro Urdiales. El programa, empezó con una breve explicación del lema de la salud mental este año, así como, una descripción de la entidad. A continuación, gracias al trabajo realizado por el Comité en primera persona "Pro Salud Mental de ASCASAM" se llevó a

cabo una dinámica consistente en escuchar la historia (basada en hechos reales) de Jaime y posteriormente, abordar aspectos importantes como las variables y factores influyentes en la pérdida de salud, identificación de derechos vulnerados, entre otros. Dando lugar a generar un debate e intercambio de opiniones muy interesante con las personas asistentes. Cómo tercer punto de la jornada se presentaron los datos y conclusiones del estudio sobre la calidad de vida de las mujeres con problemas de salud mental y su acceso al empleo elaborado por ASCASAM.

Como cierre, se puso el énfasis en la necesidad de que las personas cuidemos nuestra salud mental y seamos conscientes de la infinidad de factores que pueden contribuir a su pérdida. Todo ello con la financiación del ICASS con cargo a la asignación tributaria del IRPF



Actividades de los centros y servicios



Lotería de Navidad para el año 2023 con la que colaborar con ASCASAM

Ya está disponible la Lotería de ASCASAM

Las personas interesadas pueden hacerse con ella en cualquiera de nuestros servicios o centros hasta el 4 de Diciembre. A partir de esta fecha estará disponible en la Sede Social de Santander.

Desde ASCASAM les animamos a colaborar apoyando a las personas con problemas de salud mental, sus familias y/o personas allegadas. La participación tiene un coste de 5€ de los cuales se juegan 4€ y 1€ es para donativo de la entidad.



The image shows a promotional graphic for the Lotería de Navidad 2023. At the top, the text 'Lotería Navidad' is written in a white, cursive font against a dark blue background with a starry night sky. To the right, a stylized Christmas tree is formed by numerous white stars of varying sizes. Below the text, there is a detailed image of a lottery ticket. The ticket is for the 'S.E. LOTERÍAS Y AJUASTAS DEL ESTADO' and is for the 'LOTERÍA NACIONAL DE NAVIDAD' on '22 de diciembre de 2023'. The ticket number is '11820'. It features a small illustration of the Virgin Mary and Child Jesus. The ticket is for '23' and has a price of '20 EUROS'. To the right of the ticket is the ASCASAM logo, which consists of a stylized human figure in orange and green, with the text 'ASCASAM Salud mental Cantabria' next to it.

Participación 5 € (Lotería 4€ y 1€ de donativo)



✉ cartónotrascosucas@gmail.com
📘 [Cartón y otras cosucucas](#)
📷 [cartonyotrascosucas](#)
🌐 www.ascasam.org

ASCASAM en



www.ascasam.org



[@ascasam](#)



[ASCASAM](#)



[@ASCASAM_Sede](#)

ASCASAM

es una asociación sin ánimo de lucro, declarada de utilidad pública, que desde 1990 promueve y colabora en la mejora de la calidad de vida y los derechos de las personas con problemas de salud mental y sus familias, cuyo ámbito de actuación es la comunidad autónoma de Cantabria. Es miembro de:

CeRMi
CANTABRIA



confederación
SALUD MENTAL
españa