

La Confederación Salud Mental España hace balance de las acciones de 2021

Asapme Teruel valora la visibilización de las necesidades de las personas con problemas de salud mental

Redacción Teruel

El año 2021 supuso un periodo de numerosos hitos para la Confederación Salud Mental España, a la que pertenece Asapme Teruel. El año comenzó con la convocatoria del tercer certamen de los Premios Buenas Prácticas para, en febrero, celebrar la jornada de su Plan Estratégico en el que participaron 70 personas de manera online; el encuentro supuso un espacio de regalo y agradecimiento al esfuerzo de todo el movimiento asociativo, con el objetivo de compartir y tomar impulso con una mirada de ilusión al futuro. La Confederación también asistió a una audiencia con la reina Letizia.

Marzo contó con la conmemoración del Día Internacional de la Mujer así como con la celebración de las campañas *Trabajar sin máscaras, emplear sin barreras y Salud mental y covid-19, un año de pandemia*. Hubo, además, una colaboración con *Moderna de pueblo* en la realización de una acción contra el estigma en la salud mental, así como con el lanzamiento de la web del *Proyecto HUB Genera, faenando fu-*

turo para el emprendimiento y empoderamiento de las mujeres rurales con problemas de salud mental.

La jornada de *Salud Mental y Suicidio, cuando comunicar es prevenir* se celebró en abril, en forma de debate online, gracias a la organización del periódico Público en colaboración con el Foro Agora Salud. Contaron con la participación de Carmen Montón, exministra de Sanidad y con la de Nel González Zapico, presidente de la Confederación.

Mayo fue también un mes de gran actividad para la Confederación; su presidente participó, en calidad de vicepresidente del Cerme, en un acto en el Palacio de la Moncloa en el que pudieron trasladar al presidente del Gobierno su satisfacción por el proyecto de reforma del artículo 49 de la Constitución Española; modificación a través de la cual se destierra la palabra "disminuido" y se establece, además, un artículo más amplio e integral que contempla una visión de derechos humanos. Se lanzó, además, la primera web sobre salud mental ODS y agenda 2030, así como la iniciativa *#ApoyoLaSaludMental*. El debate *Salud men-*

tal en tiempos de pandemia. Y ¿después qué? fue otra de las actividades.

Junio y julio presenciaron, entre otras acciones, la jornada sobre la asistencia personal en salud mental y la 1ª edición del curso de *Prevención de adicciones en el ámbito educativo*. La confederación recibió una mención especial en los Premios dependencia y sociedad. La 1ª edición del curso *Intervención en centros penitenciarios. Adicciones y salud mental* se celebró durante el mes de agosto. *Sacudida* fue la obra elegida para celebrar el Día Mundial para la Prevención del Suicidio (10 de septiembre) como herramienta para remover conciencias, derribar tabúes y visibilizar la urgencia de invertir en la prevención.

En octubre se hizo la campaña de La Sexta *#DeEstoHayQueHablar* y la comparecencia ante el Congreso de los Diputados para la reclamación de políticas a favor de las personas con problemas de salud mental. En noviembre se celebró el XXI Congreso Salud Mental España y en diciembre, el Día del Voluntariado. Asapme Teruel valora muy positivamente todas estas acciones.



Redacción Teruel

Las personas con discapacidad intelectual usuarias de Atadi realizan varias marchas senderistas entre el 26 de enero y el 2 de febrero, como parte del proyecto *Kilómetros por la paz*. Este proyecto, impulsado por Special Olympics Aragón, pretende fomentar la actividad física entre las personas con discapacidad intelectual de Aragón, a la vez que se conmemora el Día Escolar de la No Violencia y la Paz, celebra el 30 de enero.

Además de Special Olympics Aragón, participan en el proyecto entidades sociales de toda la comunidad: Plena Inclusión Aragón, Adispaz, Amibil, Adisciv, Valentia y Atadi. Cada una de estas entidades ha preparado varios recorridos diferentes y adaptados a las capacidades de los participantes, que se distribuyen

Personas con discapacidad intelectual caminan por la paz

Atadi se suma al proyecto de Special Olympics Aragón

en grupos burbuja para minimizar el riesgo de contagios. Los recorridos transcurren por el entorno natural de las distintas localidades donde se ubican los centros de cada entidad.

Así, los deportistas han disfrutado de marchas de distinta dureza y distancia, en función de sus capacidades motrices y sus preferencias. "Hemos creado tantos grupos y rutas como ha sido necesario, para que cada persona hiciera la ruta que más se adaptara a ella", explica José Antonio Mora, director administra-



Deportistas de Atadi tras su marcha senderista por la paz

tivo de Atadi y miembro de la Junta Directiva de Special Olympics Aragón. El total de kilómetros realizados por los deportistas de cada centro se sumará al del resto de entidades participantes para obtener la cifra global de distancia realizada.

Vida activa en pandemia

La pandemia ha paralizado las competiciones deportivas organizadas por Special Olympics Aragón, pero se ha continuado con el fomento del deporte y la vida activa entre este colectivo, con diferentes propuestas.

Por un lado, Special Olympics Aragón ofreció sesiones *Activa-T Online* a través de YouTube. También, se organizaron competiciones deportivas a distancia. En total, en el torneo *#ActivaT* participaron 408 deportistas con discapacidad intelectual, de 21 localidades de todo Aragón y pertenecientes a 12 clubes.

Es espacio patrocinado por Caja Rural de Teruel. ESTAMOS CONTIGO, TE APOYAMOS, COMO SIEMPRE. CAJA RURAL.