

CATÀLEG D'ACTIVITATS FEDERACIÓ VEUS

2023-24

LA FEDERACIÓ VEUS

La **Federació Catalana d'Entitats de Salut Mental en 1a Persona – VEUS**, som una organització de Catalunya que apleguem el teixit associatiu de persones amb experiència pròpia en salut mental.

Som tot un ventall d'entitats, creades i dirigides per les mateixes persones amb diagnòstic de salut mental, que hem unit les nostres forces per promoure i enfortir el moviment associatiu en 1a persona, per la defensa dels nostres drets i perquè la veu del nostre col·lectiu tingui influència en les polítiques públiques.

Ens vam constituir com a Federació el 09 de juliol de 2014, a la ciutat de Barcelona.

Actualment, Veus està constituïda per 8 Associacions d'Arreu de Catalunya i estem en procés obert de noves adhesions.



Missió

La **Missió** de la Federació Veus és millorar la qualitat de vida de les persones amb experiència pròpia en salut mental de Catalunya; així com garantir l'acompliment dels seus drets, mitjançant la representació, coordinació i el suport a les associacions en primera persona.

Visió

La **Visió** de la Federació Veus és constituir-nos com un referent de la salut mental a Catalunya i representants del col·lectiu de persones amb experiència pròpia en salut mental i les seves entitats; treballant com a portaveus i defensors dels seus drets, per la no discriminació i la igualtat; participant en el disseny de les polítiques sanitàries i socials.

Valors

AUTODETERMINACIÓ · HORITZONTALITAT · JUSTÍCIA · DIVERSITAT · SOLIDARITAT

Objectius

- Promoure i enfortir el Moviment Associatiu en 1a Persona.
- Representar al col·lectiu de persones amb experiència pròpia en salut mental i les associacions federades.
- Vetllar per l'acompliment dels drets de les persones amb diagnòstic en salut mental.
- Millorar les polítiques sanitàries, socials i econòmiques orientades a la salut mental.
- Lluitar contra la discriminació per motius de salut mental.
- Coordinar les associacions membres i orientar les persones dins la xarxa d'entitats federades.
- Fomentar el desenvolupament de projectes culturals orientats a persones amb experiència pròpia en salut mental.
- Promoure l'activisme jove dins el moviment associatiu.
- Impulsar el voluntariat a les entitats federades per enfortir la seva estructura i funcionament.

CATÀLEG D'ACTIVITATS



FEDERACIÓ VEUS

Observatori de Drets en Salut Mental (ODSaM)

L'Observatori de Drets en Salut Mental (ODSaM) és un Grup de Treball on ens organitzem per defensar els drets de les persones amb experiència pròpia en salut mental des del coneixement per experiència viscuda.

El nostre objectiu és vetllar perquè es satisfacin els estàndards de drets humans previstos a la Convenció sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat (CDPD) i per tal d'aconseguir-ho, treballem en xarxa amb diferents serveis i recursos especialitzats.

- Horari: Dilluns de 16h a 17h.
- Lloc: Grup de treball telemàtic.

Grup d'Escoltadors de Veus

Els Grups d'Escoltadors de Veus permeten acollir experiències i compartir recursos d'afrontament, que ajudin a conèixer d'una manera menys conflictiva amb les veus o amb altres experiències inusuals com notar presències o tenir visions.

- Horari: Dimecres de 18h a 19.15h.
- Lloc: Barcelona Cuida, C/ Viladomat, 127. Barcelona.

CATÀLEG D'ACTIVITATS



FEDERACIÓ VEUS

Grup d'Acompanyament i Suport entre Iguals

El Suport Entre Iguals en salut mental és basa en el fet de que les persones que han passat per una experiència de salut mental s'ofereixen per donar suport i orientació a altres persones que estan passant per una situació similar.

Actualment estem començant un voluntariat d'acompanyament als presos de Brians 2 que té com a objectiu millorar la salut mental i el benestar dels reclusos amb problemes de salut mental, reduir les taxes de reincidència i facilitar la seva reintegració en la societat.

En aquest sentit, conceptes com ara les estratègies per a la recuperació, la transició de la presó a la comunitat, el coneixement de la xarxa assistencial de salut mental i el coneixement dels recursos comunitaris de salut mental són elements bàsics. El programa es desenvoluparà en el marc del Mòdul 6 de Brians 2.

www.federacioveus.org
info@federacioveus.org
+34 654 825 217

CATÀLEG D'ACTIVITATS



AEP - AMB EXPERIÈNCIA PRÒPIA

AEP és una associació dedicada a la salut mental. La nostra missió és la lluita contra l'estigma de la salut mental i la seva sensibilització i normalització. A través de diversos tallers, apropem experiències pròpies en salut mental per poder treballar i eliminar l'estigma social que hi ha cap a la salut mental.

Som una entitat integrada dins la Federació Catalana de Voluntariat Social i la Federació Veus.

QUÈ FEM?

- Tallers de sensibilització per a adolescents des de 2on d'ESO fins a Batxillerat.
- Tallers generals de sensibilització a alumnes de cicles formatius i de graus universitaris.
- Tallers específics per a cicles formatius sanitaris, destacant els cicles de Tècnic d'emergències sanitàries i Auxiliar d'infermeria.
- Tallers específics per als estudiants de grau en Psicologia, Medicina, Infermeria, Treball i Educació Social.
- Tallers per a Associacions de Pares i Mares.
- Assessorament a estudiants que estiguin realitzant Treballs de Fi de Grau.
- Tallers específics per a empreses.
- I molt més! Ens adaptem a les teves necessitats.

@aep.ambexperienciapropia
aep.ambexperienciapropia@gmail.com
+34 628 908 473

CATÀLEG D'ACTIVITATS



COOPERATIVA AIXEC

Club social

Espai col·lectiu de trobada, de creació artística, de contacte amb la comunitat, de participació cultural. Fem activitats i tallers de l'àmbit artístic, d'oci, cultural, d'activitat física, entre d'altres. Està dirigit a persones amb algun tipus de patiment psíquic, tot i que Aixec no és un espai exclusiu per al col·lectiu. Es pretén acompanyar a aquelles persones que ho vulguin i crear espais que acullin diverses vulnerabilitats.

- Horari: De dilluns a divendres de 8h a 19h (horaris flexibles) i caps de setmana segons activitats.
- Lloc: C/ Pas de Sant Tarsici, 3 de Barcelona, però fem activitats i tallers a diferents espais de la ciutat.
- Places: 70

*Tot l'any menys període de vacances (agost).

Club de Joves

Recurs adreçat a adolescents i joves, noies i nois, d'entre 14 i 17 anys amb algun tipus de patiment mental.

És un lloc de trobada que habilita propostes d'oci emmarcades en els interessos juvenils. Un dels objectius centrals és afavorir les relacions socials entre iguals, tant importants per al desenvolupament i transit a l'adulthood.

- Horari: Dimarts i dijous de 16.30h a 18.30h
- Lloc: El Club de Joves no es reuneix en un lloc específic, sinó que les trobades es pacten amb el propi grup, en funció de l'activitat que es vagi a realitzar.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

Trobades Joves

S'adreça a adolescents i joves d'entre 18 i 25 anys amb algun tipus de patiment mental.

Es tracta de trobades setmanals a través de les quals el grup s'organitza per a generar opcions d'oci, trobades autogestionades, projectes col·laboratius i/o diferents sortides de l'interès de les participants.

- Horari: Dimecres de 16.00h a 18.00h
- Lloc: El lloc de trobada va variant en funció de l'activitat que es vagi a realitzar.

Programa Respir

Dirigit a persones majors d'edat que vulguin viatjar, conèixer gent, sortir els caps de setmana, fer activitats culturals,...

- Horari: Períodes de vacances i caps de setmana.
- Lloc: Diferents llocs de Catalunya.
- Des d'Aixec es porta la gestió des del 2005, però el servei és de titularitat de la Federació Salut Mental Catalunya que és qui fa la gestió de les places.

Acompanyament

L'objectiu és oferir un espai d'acompanyament per aquelles persones que ho necessitin i ho vulguin. Es planteja com un acompanyament en aquells aspectes que la persona determini i que tinguin a veure, sobretot, amb la vinculació amb allò social comunitari.

- Horari i Lloc: El moment i l'espai es determina amb la persona interessada.
- Places: No hi ha un número de places determinat.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

*És un servei privat ja que no disposem de finançament (28€/h).

Llar amb suport

Disposem d'una llar on hi viuen dues persones.

Centre Penitenciari de Joves

Desenvolupem un taller setmanal al Centre Penitenciari de Joves, amb l'objectiu d'establir espais segurs on poder parlar de patiment, de salut mental i, en definitiva, de tot allò que travessa a les persones joves internes.

www.aixec.cat
aixec@aixec.cat
93 5 153 558
+34 615 247 821

CATÀLEG D'ACTIVITATS



associació
EMILIA
bcn

ASSOCIACIÓ EMILIA

Grup d'Ajuda Mutua (GAM) en Primera Persona

L'objectiu és ajudar-se entre iguals, des de l'experiència de compartir dificultats similars. Sense intervenció de professionals, oferint la nostra contribució com a experts per experiència. Una eina clau en el procés de recuperació de cada persona que aposta per l'ajuda entre iguals i l'esperança, fent que el nostre benestar millori.

- Horari: Dijous de 17:00h a 19:00h (quinzenal).
- Lloc: BCN Cuida, C/ Viladomat, 127. Barcelona.
- Places: Màxim de 12 persones.
- Públic: Qualsevol persona que hagi viscut o estigui vivint, en primera persona, un problema de salut mental, un patiment psicològic o hagi estat diagnosticada de salut mental.
- Presencial.

Contacte: gams@emiliaonline.org

Grup d'Ajuda Mutua (GAM) per a familiars

L'objectiu és afavorir el procés de recuperació i la creació de vincles tot ampliant el nucli relacional. Compartir pors i dubtes, compartir i aprendre per l'experiència. Compartir emocions relacionades amb les dificultats de convivència i com afrontar-les.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

- Horari: Dijous de 17:00h a 19:00h (quinzenal).
- Lloc: BCN Cuida, C/ Viladomat, 127. Barcelona.
- Places: Màxim de 12 persones.
- Públic: Familiars i persones significatives en la vida de les persones que hagin viscut o estiguin vivint un problema de salut mental, un patiment psicològic o hagi estat diagnosticada de salut mental.
- Presencial.

Contacte: gams@emiliaonline.org

El Cafè del TEAM i Tardes de Cinema

Espai de cura i de suport on els participants ofereixen acompanyament i ajuda entre iguals. Es tracta d'ajudar i acompanyar a tothom, aprenent a identificar els patiments emocionals i psíquics més comuns, donant eines i recursos de suport i enfortint les capacitats per fer front a realitats emocionalment difícils que tots podem viure en algun moment o altre.

- Horari: Dimarts de 17:00h a 19:00h (quinzenal).
- Lloc: BCN Cuida, C/ Viladomat, 127. Barcelona.
- Places: Sense límit de participants.
- Públic: Activitat oberta a tot tipus de públic.
- Presencial

Contacte: gams@emiliaonline.org

CATÀLEG D'ACTIVITATS

Debats de Cultura P2P

Espai de trobada per a la reflexió i l'expressió personal al voltant de la bogeria i la creativitat. A partir de la lectura d'un llibre o de la projecció d'una pel·lícula es pretén motivar a les persones a la reflexió, el debat i l'expressió d'opinions, emocions i experiències personals. L'objectiu és reforçar el seu procés de recuperació, reduir el pes de l'estigma i l'autoestigma, sempre des dels valors de la relació entre iguals i tot fomentant la creativitat com a eina terapèutica.

- Horari: Dimecres de 16:00h a 19:00h (mensual).
- Lloc: Aixec SCCL, Pas de Sant Tarsici 3. Barcelona.
- Places: Sense límit de participants.
- Públic: Activitat oberta a tot tipus de públic.
- Presencial.

Contacte: gams@emiliaonline.org

Curs de Tècnic en Acompanyament i Suport Mutu (presencial)

Curs presencial eminentment pràctic d'un total de 205 lectives (80 hores presencials, 25 hores de recerca i elaboració de treball final i un mínim de 100 hores de pràctiques) entorn al Model de Recuperació i l'Acompanyament i el Suport Mutu.

- Horari: Gener a Juny. Dijous de 16:00h a 19:00h (setmanal).
- Lloc: Institut Bonanova, Passeig de Circumval·lació, 8. Barcelona.
- Places: Màxim de 20 persones.
- Preu: 50€.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

- Públic: Qualsevol persona que hagi viscut o estigui vivint, en primera persona, un problema de salut mental, un patiment psicològic o hagi estat diagnosticada de salut mental.
- Presencial.

Contacte: curs@emiliaonline.org

Curs de Tècnic en Acompanyament i Suport Mutu (online)

Curs Online (Zoom) de 10 sessions de 3 hores de duració entorn al Model de Recuperació i l'Acompanyament i el Suport Mutu. Versió reduïda del curs presencial sense pràctiques que es fa en castellà.

- Horari: Octubre a Desembre. Dimecres de 16:00h a 19:00h (setmanal).
- Places: Màxim de 20 persones.
- Preu: 30€.
- Públic: Qualsevol persona que hagi viscut o estigui vivint, en primera persona, un problema de salut mental, un patiment psicològic o hagi estat diagnosticada de salut mental.
- Online.

Contacte: curso@emiliaonline.org

www.emiliaonline.org
hola@emiliaonline.org
+34 653 530 640

CATÀLEG D'ACTIVITATS

GR1P | 

GRUP DE RECERCA EN PRIMERA PERSONA

L'objectiu principal de la nostra associació és que la producció de coneixement en salut mental contempli la perspectiva de les mateixes persones que han viscut una experiència de patiment psicosocial.

Per aconseguir les nostres finalitats, realitzem les següents activitats:

- **Recerca** sobre les experiències de patiment mental des de la perspectiva de les persones afectades.
- **Formació** tant entre persones amb experiència pròpia, professionals de la salut mental i professionals de l'àmbit sociosanitari, i qualsevol persona interessada en ampliar els seus coneixements sobre aquests temes.
- **Assessorament** a les entitats del camp de la salut mental que vulguin incorporar la mirada en primera persona en la seva idiosincràsia.
- **Divulgació** a tota la població sobre temes de salut mental des de la perspectiva en primera persona.

www.gr1p.cat
fjeiroa@gr1p.cat
+34 679 125 150

CATÀLEG D'ACTIVITATS



ASSOCIACIÓ GRUP DE TEATRE IMAGINA

TALLERS OBERTS

Tots els tallers estan oberts a la incorporació de persones adultes amb trastorn mental i no diagnosticades en posició d'igualtat.

Teatre

L'expressió teatral suposa un espai i un procés propi en que les persones experimenten, s'impliquen i es manifesten mitjançant l'acció; una acció que posa en joc el seu cos, pensaments, emocions i actituds. El teatre es converteix en un element d'aprenentatge i de desenvolupament de capacitats. Creativitat, espontaneïtat i expressió formen part d'una construcció individual i col·lectiva basada en la comunicació, la interacció i la cooperació.

- Horari: Dimarts de 10:00h a 11:30h (setmanal).
- Lloc: Centre Cultural La Bòbila, Pl. de la Bòbila 1. Hospitalet de Llobregat.
- Places: No hi ha límit de places.

Impro-teatre

Per la seva dinàmica permet desenvolupar els aspectes d'expressió en qualsevol dels seus nivells i pot adaptar-se a les capacitats personals de cada participant. Es basa en la promoció del treball cooperatiu entre tots els assistents, incidint en aspectes rellevants com l'acceptació de l'altre, la tolerància a les diferències, l'ajuda mútua i el treball en equip.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

- Horari: Dimecres de 11:00h a 12:30h (setmanal).
- Lloc: Cal Ninyo, Carrer Major, 43. Sant Boi de Llobregat.
- Places: No hi ha límit de places.

Contacontes

Aquest taller ofereix l'oportunitat de descobrir el potencial del conte com a eina educativa i de transmissió de valors i poder aprendre habilitats per créixer com a narradors.

- Horari: Dimecres i Dijous de 15:30h a 17:00h (setmanal).
- Lloc: Centre Cultural Santa Eulàlia, C/ Santa Eulàlia, 60. Hospitalet de Llobregat.
- Places: No hi ha límit de places.

Taller de Construcció

Aquest taller s'ajusta a les necessitats de les obres de teatre d'Imagina fent atrezzo per les obres de teatre.

- Horari i lloc: Itinerant i canviant segons les necessitats.
- Places: No hi ha límit de places.

PROCESSOS CREATIUS

Segundo Segunda

Es una peça de teatre fòrum o teatre de l'oprimit sobre l'estigma en Salut Mental que ha viatjat a Instituts i teatres arreu del territori català, el procés creatiu no només està dirigit a l'assaig de la peça sino a la concepció, raonament i comprensió del teatre de l'oprimit o teatre-fòrum.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

La característica diferenciadora es l'existència de la figura del jòquer que obre un diàleg, al final de l'espectacle, amb el públic sobre diferents temes relacionats amb l'estigma i la salut mental, fent d'aquesta manera a l'espectador partícep d'allò que veu, percep i experimenta. La peça té una vivència de molt anys i en tant que es una creació pròpia que va tenir lloc en un espai de creació amb la Susana Cebrián, en aquets darrers últims anys s'ha enriquit encara més i modificat amb un treball dirigit pel Jordi Forcades, de la Companyia "Forn de teatre pa tothom". L'espai s'obre anualment per fer front a la demanda habitualment entre setembre i desembre.

Zapatillas amarillas

És una peça teatral de creació pròpia que viu des de l'any 2014 i que s'ha actualitzat i enriquit en aquests darrers anys. Les Zapatillas Amarillas han caminat per moltes escoles i teatres del territori català.

La peça dirigida a un públic infantil tracta l'estigma i la Salut Mental, la característica diferenciadora és l'existència d'un diàleg final amb l'espectador que ens ajuda a apropar la Salut Mental als nens i nenes des d'un entorn segur que els ha permès empatitzar amb diferents emocions de les sabates del sabater durant la representació prèvia. L'espai s'obre anualment per fer front a la demanda habitualment entre setembre i desembre, lo que ens permet seguir enriquant, explorant i viatjant amb les nostres Zapatillas Amarillas.

www.gtimagina.org
gtimagina@gmail.com

CATÀLEG D'ACTIVITATS



ASSOCIACIÓ SOCIOCULTURAL MATISSOS

GAM - Grup d'Ajuda Mútua (matí)

En els grups d'ajuda mútua totes les persones que hi participen tenen el mateix tipus d'experiència o problemàtica. Per tant són temàtics.

En el nostre cas parlem de Salut Mental en primera persona sobre: les nostres emocions, de com ens realitzem, de les nostres relacions afectives, etc... Per tant, és un espai de socialització en positiu. Vol dir que ens ajuda a créixer, millorar, superar una situació difícil en contraposició a quedar-se en la queixa.

- Horari: Dilluns de 10:30h a 11:30h (setmanal).
- Lloc: Centre Cívic Can Verdaguer, C/ Piferrer, 94. Barcelona.

GAM - Grup d'Ajuda Mútua (tarda)

En els grups d'ajuda mútua totes les persones que hi participen tenen el mateix tipus d'experiència o problemàtica. Per tant són temàtics.

En el nostre cas parlem de Salut Mental en primera persona sobre: les nostres emocions, de com ens realitzem, de les nostres relacions afectives, etc... Per tant, és un espai de socialització en positiu. Vol dir que ens ajuda a créixer, millorar, superar una situació difícil en contraposició a quedar-se en la queixa.

- Horari: Dilluns de 18:00h a 19:00h.
- Lloc: Centre Cívic Can Verdaguer, C/ Piferrer, 94. Barcelona.
- El 2on dilluns de mes s'obre a familiars.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

GAM - Experiències compartides

En els grups d'ajuda mútua totes les persones que hi participen tenen experiència en salut mental, però des de diferents vessants, és a dir, hi ha familiars i primeres persones que expressen les seves experiències des del seu punt de vista buscant la comprensió i els punts d'unió.

- Horari: 2on Dilluns de mes, 18:00h a 19:00h (mensual).
- Lloc: Centre Cívic Can Verdaguier, C/ Piferrer, 94. Barcelona.

GAM de Dones

En els grups d'ajuda mútua totes les persones que hi participen tenen el mateix tipus d'experiència o problemàtica i en aquest cas, també comparteixen gènere femení.

- Horari: 1er Dilluns de mes, 16:00h a 17:00h (mensual).
- Lloc: Centre Cívic Can Verdaguier, C/ Piferrer, 94. Barcelona.

TALLERS

Música (2 grups)

- Horari: Dilluns de 16:00h a 18:00h (setmanal).
- Lloc: Centre Cívic Can Basté, Passeig Fabra i Puig, 274-276. Barcelona.
- Horari: Dimecres de 18:00h a 20:00h (setmanal).
- Lloc: Casal de Barri La Cosa Nostra, C Beret, 83. Barcelona.

Meditació guiada amb tècniques diverses

- Horari: Dilluns de 19:15h a 20:00h (setmanal).
- Lloc: Centre Cívic Can Verdaguier, C/ Piferrer, 94. Barcelona.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

Pintura virtual

- Horari: Dimarts de 16:00h a 17:00h (setmanal).
- Lloc: Whatsapp.

Pintura presencial

- Horari: Dimecres de 11:00h a 13:00h (setmanal).
- Lloc: Masia Guineueta, Pl. Can Ensenya, 4. Barcelona.

Informàtica

- Horari: Dimecres de 17:00h a 19:00h (setmanal).
- Lloc: Biblioteca Nou Barris, Pl. Major de Nou Barris, 2. Barcelona.

Teatre

- Horari: Dijous de 11:00h a 13:00h (setmanal).
- Lloc: Centre Cívic Baró de Viver, C/ Quito, 10. Barcelona.

Fotografia

- Horari: Dimarts de 11:00h a 13:00h (setmanal).
- Lloc: Centre Cívic Can Basté, Passeig Fabra i Puig, 274-276. Barcelona.

Esriptura Creativa

- Horari: Divendres de 17:00h a 19:00h (setmanal).
- Lloc: Centre Cívic Can Basté, Passeig Fabra i Puig, 274-276. Barcelona.

www.matissos.org
info@matissos.org
+34 655 935 013

CATÀLEG D'ACTIVITATS



ASSOCIACIÓ SOCIOCULTURAL RADIO NIKOSIA

Grup de cures comunes mixte

- Horari: Dilluns de 15:30h a 17:00h (quinzenal).
- Lloc: Ateneu Enciclopèdic, C/ Reina Amàlia, 38. Barcelona.
- Places: Al voltant de 20 persones (flexible).

Grup de dones i salut

- Horari: Dilluns de 15:30h a 17:00h (quinzenal).
- Lloc: Ateneu Enciclopèdic, C/ Reina Amàlia, 38. Barcelona.
- Places: Al voltant de 15 persones (flexible).

Grup per altres masculinitats possibles

- Horari: Dilluns de 15:30h a 17:00h (quinzenal).
- Lloc: Ateneu Enciclopèdic, C/ Reina Amàlia, 38. Barcelona.
- Places: Al voltant de 15 persones (flexible).

Club Social

- Horari: De Dilluns a Divendres de 15:00h a 19:00h (setmanal).
- Lloc: Ateneu Enciclopèdic, C/ Reina Amàlia, 38. Barcelona.

CATÀLEG D'ACTIVITATS

Programa de Radio Nikosia

- Horari: Dimecres de 16:00h a 18:00h (setmanal).
- Lloc: Ateneu Enciclopèdic, C/ Reina Amàlia, 38. Barcelona.
- Places: Al voltant de 20 persones (flexible).

Tallers Xarxa sense gravetat

- <https://redsingravedad.org/ca/tallers/>

Assemblea

- Horari: Dilluns de 17:30h a 19:00h (setmanal).
- Lloc: Ateneu Enciclopèdic, C/ Reina Amàlia, 38. Barcelona.

www.radionikosia.org
info@radionikosia.org
+34 656 991 816
+34 608 282 695
+34 671 360 247



federació veus



Diputació
Barcelona



Generalitat
de Catalunya



associació
EMILIA
bcn



GRIP

