

## FEAFES Salud Mental Extremadura

Feafes Salud Mental Extremadura es la Federación de Asociaciones de familiares y Personas con Problemas de Salud Mental de Extremadura. Nuestra misión es mejorar la calidad de vida de las personas con trastorno mental y sus familias.

### Salud Mental en las zonas Rurales:

Existe una visión idílica e infundada de la vida rural como una vida tranquila, sin problemas, relajada y que previene los trastornos mentales.

Lo cierto es que las personas que habitan en zonas rurales sufren mayor índice de trastornos mentales graves y crónicos estando más desprotegidas:

- ✓ Porque el acceso a la información es menor y, por tanto, el nivel de desconocimiento es mayor.
  - ✓ Es vital ofrecer información y orientación especializada en salud mental. Nuestro Servicio de Información y Orientación en Salud Mental la proporciona.
- ✓ Porque los prejuicios y el Estigma continúan muy presente y las personas con problemas de salud mental se sienten más solas, más incomprendidas, más aisladas.
  - ✓ Es vital informar, formar y educar en salud mental así como denunciar vulneraciones de derechos y malas prácticas. Nuestro Observatorio de Salud Mental está siempre Alerta con #AlertaEstigma.
- ✓ Porque existe gran falta de oportunidades para la educación, el empleo y la vida independiente de las personas con problemas de Salud Mental provocando una oferta educativa, formativa, social y laboral prácticamente inexistente.
  - ✓ Es vital trabajar desde la perspectiva de Derechos Humanos para comprender que todas las personas debemos tener las mismas oportunidades con independencia de tener o no un problema de salud mental. Los Recursos sociales y laborales deben ser completos y estables.
- ✓ Porque las dificultades en la atención producen gran impacto emocional en la persona que cuida (sobrecarga familiar) y es vital ofrecer soporte.
  - ✓ Es vital Cuidar a las personas que cuidan y ofrecerles el apoyo necesario. El Programa regional de Apoyo Familiar en Salud Mental sigue en marcha.

## ¿Qué servicios ofrece FEAFES Salud Mental Extremadura?

La Federación dispone de un Servicio de Información y Orientación en Salud Mental (S.I.O) que da respuesta a las demandas de información, asesoramiento y orientación en el ámbito de la Salud Mental al conjunto de personas con trastorno mental, familiares, profesionales y sociedad en general.

### ¿Cómo hacer uso de este servicio?

- ✓ Se puede acceder a él por vía telefónica, por correo electrónico o por WhatsApp.
- ✓ Un profesional de la Federación se encargará de asesorar a la persona en función de sus necesidades.
- ✓ En caso de necesitarlo, se facilitará el contacto de la entidad FEAFES más cercana.

También puedes recurrir a la Entidad de referencia en tu territorio para obtener información y orientación en salud mental.

### Recursos y programas de las entidades

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

