

20 AÑOS DEL SRC BURRIAC,

20 AÑOS DE TRABAJO COMUNITARIO EN PREMIÀ DE MAR

Por Laura Gómez Quijada, Psicóloga Sanitaria colegiada núm. 22965 y Jefe del SRC Burriac de Premià de Mar desde el 2002

El Burriac, llamado así entre las entidades de Premià de Mar y el Ayuntamiento, hace 20 años el día 18 de marzo del 2022. Aquel fue el primer día que pacientes y trabajadores llegamos al centro por primera vez. Desde entonces, 20 años han pasado llenos de proyectos estimulantes.



¿POR QUÉ EN PREMIÀ DE MAR?

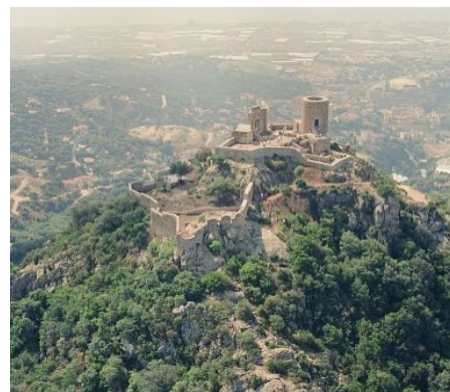
Nuestro servicio atiende a las personas con problemas de trastorno mental severo del Baix Maresme. Podría estar situado en cualquiera de las poblaciones del Maresme Sur, pero se escogió Premià de Mar por ser la que tenía más habitantes, más densidad de población y, también, por su accesibilidad gracias a la línea R1 de Rodalies de Catalunya.

A parte de todo esto, la relación con el Ayuntamiento de Premià de Mar se ha ido consolidando a lo largo de los años y, actualmente, puedo decir que es muy fluida y facilitadora.

Premià de Mar, además, es un lugar con una gran vida asociacionista, con muchas entidades que facilitan nuestro trabajo de inserción comunitaria. El hecho que no sea una gran ciudad ayuda a que el trato con todos los agentes sea más cercano y propiciador de nuevos proyectos.

EL NOMBRE

El servicio se bautizó con el nombre del pasaje peatonal en el que está ubicado. Para los que no vivan en el Maresme, les explicaré que Burriac es una montaña coronada por un castillo que está en Cabrera de Mar. Para mí, siempre ha sido un punto de referencia en el Maresme. Teniendo en cuenta cuál es la función de un Servicio de Rehabilitación Comunitaria, pensé que sería un nombre muy



apropiado. Porque está claro que somos un espacio de referencia que orienta, ubica y sitúa cada día a nuestros pacientes.



De hecho, el logotipo que inicialmente tuvo el SRC era el perfil de Burriac.

Para hacerlo, nos acercamos al castillo a hacerle fotos. De hecho, durante los primeros años subimos de manera tradicional anualmente con los pacientes.

EL LOCAL

Estamos situados en un pasaje peatonal, cerca de una plaza con bancos y escalones donde los pacientes charlan tranquilamente al sol durante los descansos. El hecho que el local tenga toda la fachada de cristal ayuda a que el espacio sea acogedor y agradable. La policía local está situada muy cerca y esto nos da seguridad. Justo delante tenemos una masía del año 1909, Can Fontanills, que nos ofrece unas vistas muy agradables.



LOS INICIOS

Para abrir el servicio, trasladamos a los pacientes que vivían en el Maresme Sur desde el SRC Maresme (Mataró) al SRC Burriac, los dos son servicios de la misma entidad, el Centre de Formació i Prevenció (CFP).

El 18 de marzo del **2002** esperé a los pacientes en la estación de Rodalias de Premià de Mar para acompañarlos hasta el servicio. Eran un total de 9 pacientes. Con ellos, también me trasladé yo. Aquel día les enseñé el camino desde la estación de tren al centro, dado que la mayoría de pacientes que vienen al SRC utilizan este medio de

transporte. Otros utilizan autobuses porque vienen de los pueblos de montaña o interior.

Poco a poco, fuimos creando un dispositivo que ya no era un centro de día, sino un Servicio de Rehabilitación Comunitaria. Pasamos de la concepción de recurso finalista donde acababan nuestros pacientes, a pensar que la vinculación era temporal y reducida a la mínima expresión para conservar la estabilidad. El trabajo se centró más en la ciudad ya que el encargo era orientar mucho el trabajo a la inserción comunitaria. Así que, enseguida, tuvimos que hacer todo un trabajo de investigación de campo alrededor del tejido asociativo de todo el Maresme Sur.

INAUGURACIÓN OFICIAL DEL SRC BURRIAC

El 21 junio del **2002**, se realizó la inauguración oficial presidida por el Conseller de Sanitat i Seguretat Social de la Generalitat de Catalunya, Eduard Rius i Pey.

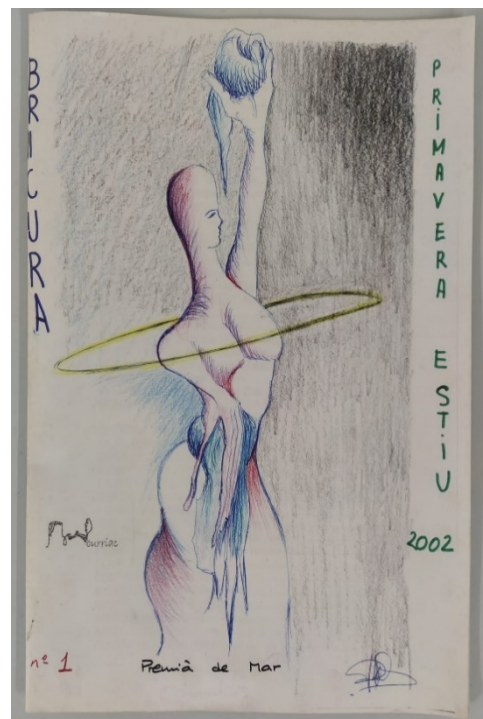
Para celebrar la obertura, hicimos un día de puertas abiertas en el centro con una visita guiada del equipo de nuestra empresa para los profesionales, pacientes, familiares, vecinos, políticos... que vinieron. También se realizó una fiesta en la Plaza dels Escacs, situada justo al lado del SRC. Ésta estuvo amenizada con un concierto de música de jazz y un aperitivo. Fue un día muy agradable, que todos, incluidos los pacientes, disfrutamos mucho.

CREACIÓN DE LA REVISTA BRICURA

El **2002** fue el año de creación de la revista del SRC Burriac donde escriben los pacientes. Para poder escoger su título pasamos un rato con los pacientes jugando ordenando las letras de Burriac. Una de las propuestas que salieron fue Bricura, nombre que encantó viendo que podía tener un significado apropiado: BRIcura, un bri de cura (una brizna de cura).

Así que se quedó este nombre y dos pacientes escribieron la editorial de la primera revista BRicura de julio de 2002, explicando el porqué del nombre:

“Tiempo y espacio “para la cura”, para ponernos bien, para disfrutar de la vida, de nuestra creatividad y de la creatividad de los otros.



Una brizna de tiempo y espacio para curarnos soñando, imaginando (hay quien cree –y yo también- que el arte y la escritura son terapéuticos), curando cuando menos un poco estas heridas que no se ven pero que se han abierto en el más profundo de la mente y del alma y que son -dicen- las enfermedades psicológicas. Tener una brizna de cura, de cuidado de nosotros mismos, de la brizna que nace a cada instante en el bienestar social, en la terapia del centro, en el disfrutar de las actividades y las salidas, en la tranquilidad del día a día en la vida. Debemos tener una brizna de cura de nuestra enfermedad, un poco de cuidado de nuestra problemática...

Desde la editorial, entonces, os deseamos que os guste la revista y que la lectura os resulte amena y entretenida

Salud y paz

.La palabra BRICURA surge de escoger arbitrariamente de entre las letras de la palabra BURRIAC las cuales definen el nombre del Centre de Dia y, con su combinación espontánea, después de diferentes intentos aparece la palabra BRICURA que da nombre a la revista”.

DETALLES DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL SRC EL 2002

Un trabajo muy interesante que se hizo, ya de entrada, fue un taller dentro de la actividad de Autonomía Personal que se llamó Conociendo Premià. Fue la manera de que los pacientes que no vivían aquí, pudiesen descubrir la historia, los barrios y los recursos de esta ciudad. Para hacer los recorridos contamos con el conocimiento de personas que siempre habían vivido en Premià de Mar y que sabían la historia de los rincones, las leyendas, las fiestas... Fruto del taller, y con ayuda de la voluntaria que hacía tareas administrativas, se escribió un dossier que cedimos a la Biblioteca y que aún está allí. Parece ser que muchos estudiantes de las escuelas de Premià lo hacen servir para hacer trabajos. Años después nos pidieron incluso permiso para hacer copias porque el original estaba muy dañado ya.

Ya habíamos empezado desde hacía un par de años un programa en el Museo MNAC con diferentes centros de día y Servicios de Rehabilitación Comunitaria de Fòrum Salut Mental. Fue emocionante y alentador ver el trabajo productivo artístico que los pacientes hicieron alrededor de las obras románicas durante años.

Para trabajar el embrión de la relación de los pacientes con el entorno, creamos la actividad de Integración social. En ella, se hacía un trabajo sobre la agenda cultural del Maresme Sur con la intención de vincular a actividades de ocio en la comunidad. También se hacían visitas a recursos comunitarios de alrededor, con el espacio principal del Centro Cívico como punto de recogida de información y de visita de exposiciones.

Además, acababa con un paseo y un café en L'Amistat, nuestra segunda casa. Este lugar, después fue restaurado y perdió el encanto modernista que tenía en su interior.

Fruto del trabajo en esta actividad, los pacientes se vincularon de manera muy sólida al Cine fórum que GLIMPSE, asociación cultural de Premià de Mar, realizaba los viernes a la tarde en el Centro Cívico.

También tuvimos un contacto muy estrecho con las Asociaciones premianencas Creixent y CONEX. En las dos, se realizaban y se realizan actividades de ocio y formación a precios asequibles. Muchos de nuestros pacientes han pasado por sus aulas a lo largo de estos años.



En aquellos tiempos, aún se realizaban ratos semanales de Manipulados con pequeñas remuneraciones simbólicas. Había pacientes muy animados con esta faena. Después, la progresiva especialización de cada servicio, separó la rehabilitación psicosocial de los servicios prelaborales y laborales, y se dejó de hacer estas faenas. Recuerdo uno que era muy bonito, que era crear sets para pesebres.

También hacíamos un viaje anual de cuatro días que eran las vacaciones de nuestros pacientes. Eran muy interesantes como espacio donde trabajar el vínculo, la autonomía personal y el ocio. Era muy gratificante ver como disfrutaban aquellos días. Generalmente, los pacientes se tomaban también vacaciones de su problemática mental, así los síntomas se rebajaban hasta casi desaparecer aquellos días.

También empezamos a tener muy en cuenta la importancia del intercambio social y, por tanto, el concepto de voluntariado. Entonces empezamos el embrión sobre este tema con algún paciente que colaboraba con la biblioteca o haciendo tareas administrativas en el centro.

BIBLIOTECA CAN MANENT, CENTRE ESPORTIU DE PREMIÀ (CEM PREMIÀ) Y RADIO PREMIÀ DE MAR, GRANDES ALIADOS

Aquel año **2002**, la Comunitat Terapèutica del Maresme, empresa que trabaja en Salud Mental en el mismo territorio, cumplía 25 años. Convocaron un Concurso para todas las asociaciones que quisiesen participar del Maresme. Tenían que escribir un programa comunitario para poder llevar a cabo con personas con problemas de Salud Mental. Cuando nosotros iniciamos el contacto con ciertos espacios, nos ofrecieron lo que ya habían escrito. Pudimos aprovechar los programas de tres de los recursos comunitarios de Premià de Mar, con el permiso de la Comunitat Terapèutica del Maresme. Al fin y al

cabo, nuestros pacientes son también de ellos, ya que van a su centro de salud mental. Estos tres recursos fueron la Biblioteca Can Manent, el CEM Premià y Radio Premià de Mar. La relación con los tres recursos se comenzó a perfilar en **2002** y empezó a dar resultados comunitarios entre **2002 y 2003**. A día de hoy, aún continúa la relación con los tres.

Con el CEM Premià hacemos natación desde entonces. Esto facilita que algunos pacientes den el salto a hacerse socios e ir a hacer cursillos o a nadar por libre.

Con la Biblioteca, hemos vivido incluso su traslado y su reconversión de Biblioteca Can Manent (fotografía de abajo) a Biblioteca Martí Rosselló i Lloveras. En ella hemos hecho diversos proyectos relacionados con la lectura, con la informática, con el voluntariado, con exposiciones de fotografía o pintura... Maribel del Molino, que en **2002** era la directora de la Biblioteca, nos empezó a hacer un Taller de Lectura en voz alta que aún a día de hoy, 20 años después, continúa. Ella ya se ha jubilado y actualmente lo hace de manera voluntaria.



Con la Radio, también seguimos trabajando haciendo un programa con los pacientes y participando en programas haciendo acciones antiestigma en salud mental.

PROGRAMA BRICURA EN RADIO PREMIÀ DE MAR

Los inicios del programa fueron a finales del 2002 y fue el primer programa comunitario propio del SRC Burriac y del área de Salud Mental del CFP. Los años **2002 y 2003** fueron tiempo de coordinar el inicio del programa y trabajar con los pacientes para poder hacer el primer programa, emitido en mayo del 2003, centrado en “La movida madrileña”.

Participaban en “Premià Batega”, escaparate de las entidades locales. El espacio era mensual y de una hora, que podíamos cubrir con temas de nuestro interés. Nuestro programa radiofónico se llamaba “Tardes de Bricura”, cogiendo el nombre de la Revista del centro.

En **2008** el Espai Bricura, porque ya no se hace de tardes, queda dentro del programa magazine de cariz municipal diario “La Drecera” de Radio Premià de Mar. Empieza a llevar el programa un periodista con un cambio notorio de expresión. Los pacientes están menos pendientes del guion en papel y todo es más espontáneo. Aquel año se observa una mejora en las capacidades para comunicar en los pacientes, en su implicación y motivación hacia el programa y en el resultado final de las grabaciones. La frecuencia de grabación y emisión es quincenal. El espacio tiene una duración de entre 15 y 20 minutos. Los pacientes se reúnen una vez con el educador para perfilar el guion de cada programa, trabajando en paralelo sobre diversos programas. Se reparten responsabilidades y se lleva a término la grabación a la semana siguiente. Se llevaron a cabo coloquios, reportajes externos con micrófono y grabadora, entrevistas y perfiles a personajes en el estudio y por teléfono. La metodología se refuerza con nociones básicas sobre estilo periodístico y corrección comunicativa.



En **2012** los pacientes realizan los espacios “Profesiones de Premià” y “Lugares del Maresme”. Los dos, realizados en formato de cápsula, tienen una duración de 6 a 10 minutos. Aquel año, señalar que una de nuestras pacientes dio un paso muy importante incorporándose como tertuliana habitual, dentro del espacio “Tot d’Una”, programa completamente normalizado de Radio Premià.

El año **2014** fue un año lleno de cambios para Radio Premià, cosa que afectó al Programa de Radio. Primer, hubo cambios y reducciones de personal y eso provocó que se desmantelase “La Drecera”. Esta modificación nos obligó a replantear nuestra colaboración, tal y como la habían hecho hasta entonces y que tan buenos frutos había dado. La parada de meses que implicó, produjo que algunos pacientes que formaban parte del equipo habitual abandonasen el programa.

Por otro lado, reestructuraciones del personal de nuestro servicio y de los horarios que nos ofrecía la Radio, nos obligó a dejar de colaborar activamente en la realización de esta actividad comunitaria dentro de la programación habitual de Radio Premià de Mar.

Por tanto, se ofreció a los pacientes la posibilidad de continuar incorporándose a la dinámica de funcionamiento del Programa Comunitario de Radio que se realizaba en el SRC Maresme, en Mataró. Desde entonces, desde el SRC Burriac colaboraron pocos pacientes. El hecho de tener que desplazarse a Mataró les costaba mucho.

BRICURA

En noviembre del **2017** se recupera el programa, en formato mensual y de una hora de duración. En esta etapa, Bricura entra a formar parte de la Comisión de Radios Comunitarias de Salud Mental.

En junio del **2021** se participó en l'Altre Festival d'Arts Escèniques i Salut Mental. Fue una experiencia nueva y estimulante para los pacientes.

AlterArte, PROGRAMA COMUNITARIO ARTÍSTICO

Desde siempre las artes plásticas han ayudado a mejorar la sintomatología de las personas con problemas de salud mental a través de la sublimación. Es evidente la importancia del arte como vehículo de expresión y de pacificación de la persona con trastorno mental, herramienta utilizada siempre en cualquier servicio de tratamiento en



Salud Mental. En algunos casos, esto va más allá y la persona se identifica con el papel de artista. Quiere entrar en el intercambio social y necesita que su producción artística sea reconocida a través de la exposición, venta y difusión. Es decir, dejar de lado su rol de “enfermo mental” para convertirse en “artista”.

El embrión del programa comenzó en octubre del **2003** en el SRC de Premià de Mar. Desde el centro, habíamos visto las grandes capacidades artísticas de algunos de los pacientes y la importancia para ellos de poder exponer y vender sus obras. Muchos de ellos nos pedían ayuda para poder conseguir sus metas en este sentido. Comenzamos el programa con 5 pacientes, que se identificaban con el rol de artista. Se creó una actividad, Taller de Arte, para pacientes que necesitasen un espacio de trabajo en Premià de Mar. Poco a poco, se introdujeron técnicas nuevas y el grupo creció. Para llevar a término las obras, las personas podían crear en el taller o por su cuenta. En el taller se hacían propuestas de trabajo para ir produciendo y perfeccionando técnicas. Se dio mucha importancia al proceso de creación. Posteriormente, en 2005, se comenzó a introducir este programa en el SRC Maresme de Mataró.

Al inicio se creó una comisión de trabajo formada por trabajadores que liderábamos el proyecto. En junio del **2004** realizamos la primera exposición en la escuela de Escaparatismo Artidi de Barcelona. Desde entonces, se han hecho multitud de exposiciones en diferentes lugares del Maresme y Barcelona, tanto colectivas como individuales. Los pacientes colaboran en el montaje de las exposiciones.

Se intenta trabajar para sensibilizar a la sociedad y romper los estigmas en salud mental. Para conseguirlo se trabaja con artistas locales, que enseñan su técnica y hacen obras con los pacientes. Se inicia una gran colaboración con museos, asociaciones y centros artísticos del Maresme, con los que se hacen talleres a menudo.

Se participa en diferentes concursos artísticos de todo el territorio. Y se atiende a pacientes que no son de nuestros servicios, pero sí de la Red de Salud Mental de la zona.

En **2008** empieza a utilizarse para hacer el Taller de Arte las instalaciones del Centro de Arte Contemporáneo Can Xalant de Mataró. Un día a la semana nos cedían un espacio y se podía estar en contacto directo con los artistas.

En **2012** se crea el modelo de cápsulas temáticas que se realizan en algún museo o con algún artista en concreto, intentando investigar nuevas técnicas. Es habitual la relación con la Nau Gaudí, el SusoEspai, el Museo Ca l'Arenes, PremiArt, Fundació Tàpies... También la visita a exposiciones, museos, galerías... Empiezan a realizarse las estancias artísticas de "Natura és Cultura". Cada vez se hacen más acciones en espacios que no tienen que ver con la Salud Mental ni incluso con el arte, como la participación a comercios de Mataró mostrando obras de arte de los pacientes en sus escaparates.

También hay una progresiva presencia en los medios de comunicación (prensa, radio, televisión, blogs, redes sociales...).

En **2014** se constituyó Maresme Continuum, alianza estratégica integrada por las entidades de la comarca dedicadas a la atención a la salud mental y al servicio a las personas y sus respectivos Centros Especiales de Trabajo: Centre Formació i Prevenció (CFP), Comunitat Terapèutica del Maresme, La Klosca y Fundació Molí d'en Puigvert.

En **2016** se realizó la 1ª Jornada Maresme Continuum: "Arte, creación y Salud Mental" en el Museo de la Estampación de Premià de Mar con la colaboración en la organización de AlterArte y también haciendo una presentación. La 2ª Jornada se realizó en **2018**. En aquel año, AlterArte por fin consigue tener su propio local.

Actualmente se realizan diferentes talleres abiertos a la ciudadanía, además de atender pacientes de los SRC y ex-pacientes. También se mezclan personas con diagnóstico y personas sin diagnóstico, de todas las edades. Hay espacio para exponer y para trabajar por libre.

DETALLES DE ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL SRC DEL 2003 AL 2010

Entre **2003 y 2004** se iniciaron muchas actividades.

Una de ellas, Coral, tuvo muy buenos resultados. En ella los pacientes o los profesionales proponían canciones, se trabajaba la letra y se cantaban intentando perfeccionarlas sesión tras sesión.

También hicimos un monográfico de Arte terapia, realizado por un arteterapeuta en prácticas, en el que salieron trabajos muy interesantes.

Empezamos a hacer un taller de Informática básica para aprender a utilizar el Word a nivel básico.

Se apostó por tener un profesional en el equipo dedicado a investigación de asociaciones y proyectos con éstas. Se intentaba vincular a los pacientes a estas asociaciones. Se hizo toda una investigación en Premià de Mar, como ciudad donde vivían la mayoría de los pacientes, pero también en otras poblaciones del Maresme Sur y Centro, llegando incluso a Barcelona. El objetivo era encontrar recursos comunitarios para cada paciente, en su población, teniendo en cuenta sus deseos. Fueron unos años intensos de investigación comunitaria que nos permitió conocer muy a fondo el tejido asociativo de Premià de Mar, especialmente, pero también de otras poblaciones del Maresme Sur.

Algunos de estos proyectos fueron bastante innovadores para mi opinión. Vinculamos a dos pacientes a la Fundació Altarriba, ayudando a cuidar de las colonias de gatos de calle de Premià. Era muy bonito ver como los pacientes ayudaban a las señoras que se ocupaban para entrar en la zona de rocas del litoral de Premià, donde estaban las colonias de gatos.

Se participó en varios actos festivos de Premià de Mar. En la confección de los decorados para la Fiesta Mayor, en la Cabalgata de Reyes, en el Desfile de Carnaval...

Una colaboración muy bonita fue con los Premis Butaca de Teatre de Catalunya, que antiguamente siempre se realizaban en Premià. Los pacientes ayudaban a montar las mesas, vestir las y ponerlas y, el día de la fiesta, asistían al acto de entrega de Premios. Era emocionante ver como se ponían bien elegantes para asistir a una gala llena de actores catalanes famosos.

Empezamos a subir en grupo a la perrera de Vilassar de Dalt, a hacer un voluntariado con la Associació Amics dels Animals en un entorno precioso. Los pacientes limpiaban las jaulas, daban de comer y paseaban a los perros en pleno espacio natural.

También se realizó durante años talleres de creación y producción en el MACBA, a partir de obras del Museo, con el acompañamiento de diferentes psicoanalistas: Montserrat Rodríguez, Isabel Cavallé, Carolina Tarrida, Carlos H. Jorge... Durante muchos años se colaboró en estos talleres, hasta alrededor del 2010.

En **2007** uno de nuestros artistas más reconocido de AlterArte comenzó una colaboración en "Le potage", revista mensual de cómics de distribución gratuita, que pretendía suplir la falta del cómic en la prensa gratuita. Reunía un colectivo de dibujantes de la comarca del Maresme.

Durante el **2008** realizamos convenios de colaboración con diversas asociaciones del territorio, que nos permitió llevar a cabo actividades comunitarias grupales.

En **2009**, una actividad histórica del servicio, la Revista BriCura, cambia de formato para acercarse a las nuevas tecnologías e intentar llegar a más público. Pasamos del formato en papel al formato blog.

<http://revistabricura.blogspot.com/>



Desde los inicios de nuestro servicio habíamos participado como voluntarios en la Fiesta Mayor de Premià de Mar ayudando a confeccionar decorados de la calle Sant Antoni. Aquel año, también se colaboró como voluntarios por primera vez a la Cabalgata de Reyes. Y en la Fiesta Mayor se ayudó estampando las banderas de piratas.

Se iniciaron los talleres en el SusoEspai, entidad sin ánimo de lucro fundada en la ciudad de Barcelona, con la voluntad de acercar la creación y la vivencia del arte a personas que convivían con un trastorno de salud mental. Es un recurso que surgió a partir del programa educativo del MNAC “El Museo: Espacio común de integración”, con el que llevábamos años colaborando.

En **2010** se inicia Expresión Corporal, actividad muy interesante, desde mi punto de vista, que ayuda a los pacientes a expresar conflictos que no se pueden poner en palabras fácilmente.

PRIMERA FILA, PROGRAMA COMUNITARIO DE TEATRO

Desde el **2003** se empezó a realizar la actividad de Teatro en el SRC Burriac, conjuntamente con el SRC Maresme de Mataró. Desde el inicio, y durante todos los años que duró el programa, contamos con la colaboración del Patronat Social Premianenc, que nos cedían la sala para hacer los ensayos y la representación.



Durante el año, se estudiaba el guion y se ensayaba para acabar representando la obra en el teatro. Inicialmente se representó “El sombrero de paja de Italia” de Eugene Labiche.

Entre **2005 y 2006** se quiso ir más allá. Se trabajó y estrenó una obra de creación propia, “La Dolça Melodia”, con la colaboración de los alumnos de la Escuela Municipal de Música de Vilassar de Dalt y de actores amateurs.

Después fue protagonista “Les aventures d’En Pere Pistoles” de Gabriel Janer i Manila, estrenada el 24 de noviembre del **2007** en el Patronat Social Premianenc. Se contó también con la colaboración de actores amateur. Los decorados y el attrezzo fueron confeccionados por pacientes de nuestros servicios.

En **2009** se aumenta la complejidad creando, de nuevo, un guion propio que giraba alrededor de canciones de la Trinca, “Mentre hi hagi peles!”, espectáculo de teatro musical. Se siguió con la colaboración de actores amateur y se abrió a toda la Red de Salud Mental cercana, asumiendo actores de otros SRC. Se crean diferentes equipos: Música, Actores, Vestuarios, Decorados... Se utiliza un estudio de ensayo para músicos en Barcelona.

Se realizan sesiones con profesionales del mundo del espectáculo (Vicky Peña, Miquel Àngel Pascual, Nina, Imma Colomer, Boris Ruiz, Mont Plans y Carol Brunet). Se hacen salidas al teatro y a la televisión y difusión en la radio y televisión (Canal Català Maresme, Radio Premià, Mataró Radio y TV3).

En junio **2009**, “Los Premios de la Radio” de Radio Premià de Mar, nominó a Primera Fila como mejor iniciativa del año en Premià de Mar.

En **2010** se inaugura una exposición en el Museo de la Estampación de Premià de Mar, que implica la presentación del cartel de la obra, realizado por Miguel Gallardo, y la exposición del concurso de La Trinca realizado por pacientes de la Red de Salud Mental de Cataluña.

El 3 de octubre se hizo la presentación del musical en la Sala Cabanyes de Mataró.

El trabajo iba desde el apartado cognitivo de memorización de texto, al trabajo de la angustia del directo, la expresión y el salir del rol de “enfermo mental”. Destaca, especialmente, la acción contra el estigma en salud mental.

También se presentó el programa en la Universidad. Por un lado, en el “Máster en Rehabilitación Psicosocial en Salud Mental” de la Universitat Autònoma de Barcelona y Fòrum Salut Mental en mayo del **2011**. También se realizó una conferencia en la Facultad de Pedagogía de la Universitat de Barcelona, para alumnos de segundo curso del “Grado de Educación Social” el 19 de octubre del **2011**.

Los participantes del Musical intervinieron en la película “*La Trinca. Biografia no autorizada*” de Joaquim Oristrell, estrenada per Televisió de Catalunya en junio **2011**.

LLIBRE ACTIU, BIBLIOTECA GESTIONADA POR PACIENTES DE LOS SRC

En **2010** se inaugura Llibre Actiu, biblioteca de libros de segunda mano gestionada por pacientes y ex-pacientes de los SRC. Su funcionamiento está en sus manos. Ellos ordenan y registran los libros de la biblioteca. También atienden a los clientes que se acercan a su sede, en Mataró, recomendando algún libro. Este programa ayuda a la difusión de la cultura en la comunidad, luchando contra el

estigma en salud mental. Se trabaja los procesos cognitivos necesarios para el registro, la práctica informática y las habilidades sociales que implica la interacción con los



clientes. Además, realizan un voluntariado en la sociedad que implica entrar en el intercambio social.

En **2012** se colabora en la ciudad con diferentes puntos de book crossing en locales públicos de Mataró, acercando así Llibre Actiu a otros espacios de la ciudad.

Dado que la sede de Mataró está bastante lejos de nuestro servicio y eso provocaba poca participación de nuestros pacientes, pensamos en poder hacer una sede en nuestro SRC. Actualmente, estamos trabajando para poder inaugurarla cuando la situación pandémica mejore, esperemos que a lo largo de este año.

NACIMIENTO DE TAPS UP

A raíz de una acción de AlterArte, descubrimos un programa que realizaba AREP, empresa dedicada a la Salud Mental también. Nos resultó un proyecto tan interesante que decidimos replicarlo. Así nació en **2016** el programa comunitario Taps Up. Se trata de crear



diferentes puntos de recogida de tapones de plástico en nuestra ciudad y donarlos a una asociación que recaude dinero a partir de su reciclaje. Comenzamos ayudando a la Asociación “Miradas que hablan”, que trabajan para ayudar a niños con problemas cromosómicos graves. La entrega se hacía a través de la Asociación AREP. La recogida y traslado a Barcelona siempre ha sido gestionada por nuestros pacientes con un voluntario externo que llevaba el vehículo.

En **2020** nos quedamos sin asociación a la que donar porque ellos decidieron no recoger más tapones. Fue un momento delicado porque estábamos en plena pandemia y casi perdemos el programa. En colaboración con AREP, como siempre, cambiamos la entidad a la que destinábamos la recaudación de tapones. Ahora va a la Fundación Española de Mastocitosis a través de la campaña “Transportamos Esperanza” de GLS Spain. También se hizo un cambio de logotipo, creado por un artista de AlterArte.

ALGUNAS ACCIONES REALIZADAS ENTRE 2011 Y 2022

En **2011** se realizó el primer Taller de Mujeres, monográfico de dos meses de duración, con la participación de 5 mujeres del SRC.

Se inicia el Programa de Jóvenes común a los dos SRC, captando la necesidad de hacer un espacio y unas actividades específicas para este grupo.

En **2012** recuperamos la figura del paciente voluntario en la Biblioteca Martí Rosselló i Lloveras, gracias a la buena disposición del equipo de allí.

En **2013** se crea En Xarxa, utilizando los recursos que la sala de ordenadores de la Biblioteca nos ofrecía. Este fue el embrión que nos permitió comenzar a introducir a los

pacientes en el mundo digital. Se trabajaron aspectos de autonomía personal como solicitar cita al médico o para renovarse el DNI. También aspectos más relacionados con el ocio como redes sociales, reservar un hotel on-line, comprar entradas, escuchar música, ver vídeos o TV on-line, “chatear”, hacer uso del correo electrónico...

En **2014** se inicia una actividad muy interesante, la de Equinoterapia. Desde mi punto de vista, el vínculo con el caballo ayuda a pacientes con mucha dificultad para establecer un vínculo social. Además, el entorno natural en el que se realiza la actividad ayuda.

En **2015**, y captando la necesidad de los pacientes con menos vida social, se inicia el Grupo de Salidas con Soporte. Se los ayuda a organizar actividades de ocio sin presencia de profesionales en ellas.

En **2016** empezamos a ayudar a dos pacientes a tirar adelante sus blogs personales, uno dedicado a la Cocina y el otro a la Pintura y la Música. Así, fomentamos que estas dos personas mantengan el deseo y el proyecto personal que tienen y se mantengan activos en sus facetas.

En **2017** damos un giro a la actividad que teníamos desde el inicio en el Plan Funcional: Integración Social. Hasta entonces nos basábamos en el conocimiento y visita de recursos de la comunidad sociales, culturales... Ahora nos centramos, de manera concreta, en la acción en la comunidad a través del voluntariado grupal. Le damos importancia a la idea de devolver a la sociedad alguna cosa a cambio de todo lo que un paciente recibe de ésta. Para conseguir esto, hemos recibido ayuda de la Regiduría de Servicios Sociales de Premià de Mar. Se trabajó durante un tiempo en el huerto que provee de verduras y frutas a familias en situación de pobreza alimentaria, a través de Cáritas. También se colaboró para acompañar a abuelos residentes del Casal Benèfic Premianenc a pasear. Más adelante, se colaboró con DISA Premià, allí Cáritas ofrece un espacio único de distribución de alimentos en la Parroquia de Sant Cristòfol. Así se permite que las personas atendidas puedan seleccionar productos según un sistema de puntos. Nuestros pacientes colaboran como reponedores.

En **2018** se realiza un monográfico sobre Risoterapia con interacción con el colectivo de residentes del Casal Benèfic Premianenc. Fruto de la experiencia se realiza una charla y una exposición de fotos realizadas por un artista de AlterArte. Las dos acciones se materializan en la Biblioteca Martí Rosselló i Lloveras de Premià de Mar.

También, per el Día Mundial de la Salud Mental se realiza una exposición en la Biblioteca con obras realizadas por los pacientes sobre la etiqueta en salud mental, el estigma, la aceptación, la lucha y la recuperación.

Por primera vez, los pacientes realizan un voluntariado en el Gran Recapte del Banco de Alimentos de Cataluña.

La constitución de la Mesa de Salud Pública de Premià de Mar estrecha aún más la relación con el Ayuntamiento. También nos empezamos a relacionar más con el CAP a

través de charlas que nos vienen a hacer al SRC sobre ejercicio físico, dieta equilibrada, tabaquismo...

El **2019** recibimos desde el Ayuntamiento un Curso de cocina realizado por una cocinera experta.

Desde el Ayuntamiento, en la Mesa de Salud de Premià de Mar, nos piden colaboración en dos momentos. Uno es por el Día Mundial de la Actividad Física y de la Salud. Realizamos dos acciones: una sesión de Yoga al aire libre y la charla de “Juego, deporte y bienestar” en la Biblioteca Martí Rosselló i Lloveras. También nos pidieron implicación en La Marató de TV3, que tuvo lugar el 15 de diciembre y que se dedicó a recaudar dinero para las Enfermedades Minoritarias. Diversas entidades de Premià nos solidarizamos ideando iniciativas. Nosotros colaboramos con una parada en la feria, con artesanía y pasteles, que organizó el Ayuntamiento per recaudar beneficios para La Marató. Además, preparamos un taller de manualidades para niños. Y los pacientes del programa de Radio Bricura, entrevistaron en directo a asociaciones, personas de la calle y políticos, para saber cómo habían vivido la experiencia.

La Biblioteca Martí Rosselló i Lloveras nos hizo una cesión de CD descatalogados, iniciamos los primeros contactos para poder participar en el Voluntariado de préstamo a domicilio. Dos pacientes voluntarias colaboraron en el cuidado y el mantenimiento del huerto urbano y de las plantas que había en su sede.

Y otra paciente voluntaria realizó los inicios de la web de la Asociación de Premià de Mar Neens.

También se empezó a concretar el despliegue del Programa de atención a las personas con un trastorno de psicosis incipiente. Es un programa transversal y comunitario de atención en les fases tempranas de la psicosis, así se puede prevenir y reducir la gravedad y la cronicidad. Actualmente está en pleno rendimiento.

El **2020** lo iniciamos con la organización, con el Ayuntamiento, de una limpieza de plásticos de la playa de Premià de Mar después del Temporal Gloria. También iniciamos los espacios auto gestionados por los pacientes, con uno de bisutería.

En aquel momento se pone en marcha las obras de ampliación del local antiguo, con uno que está justo al lado, ampliando así los espacios.

En marzo explota la pandemia por covid19. Derivado de toda la situación, la mayoría de la vinculación a recursos queda parada gran parte del año. Nos centramos en mantener estables a los pacientes desde la distancia. También se crea CFP Des De Casa, un espacio en la web de la entidad con propuestas de actividades para hacer en casa: lecturas leídas en voz alta, juegos, adivinanzas, pasatiempos, vídeos de yoga y pilates... Después, recuperamos la presencialidad en junio con grupos burbuja. En septiembre recuperamos la actividad habitual, muchos recursos comunitarios y se da una gran explosión en la vinculación de los pacientes a ellos.

Durante el confinamiento se realiza desde el equipo, unas encuestas a diferentes SRC. A partir de las respuestas se hace un estudio donde queda patente los efectos del confinamiento en el colectivo atendido en nuestros recursos. Se hizo mucha difusión de este estudio a nivel de prensa.

También se realizó un estudio en los dos SRC de la empresa con el nombre de “Ajustando la mirada” que pretendía sacar conclusiones sobre la relación entre la salud mental y la vida social. Para conseguir los datos pasamos unas encuestas a nuestras pacientes y también debatimos en grupo los temas.

A finales de año, empieza la participación en la elaboración del Plan de Salud Local de Premià de Mar, en colaboración con otras entidades de Salud como el CAP, farmacias, residencias geriátricas, asociaciones sobre salud en primera persona...

El **2021** fue un año de recuperación de la actividad de manera relativa. Comenzamos el año con un estudio que intentaba captar la percepción de los pacientes alrededor de películas que trataban sobre la salud mental. Y también la elaboración escrita, dentro de la cartera de servicios, del modelo de atención no presencial ya aplicado desde el inicio de la pandemia.

El aumento de mujeres que se ha ido dando en el servicio a lo largo de los años, nos hizo crear de nuevo la actividad de Grupo de Mujeres, donde tratar temas que les interesaba compartir. Esta experiencia se explicó en la Radio por el Día de la Salud y la Mujer.

Se consiguió, gracias a la relación con el Ayuntamiento de Premià, la posibilidad de pintar desde AlterArte un paso subterráneo hacia la playa. Su inauguración fue presidida por políticos de Premià de Mar.



La relación fluida con el CAP propició que se nos ofreciera la posibilidad de venir a vacunar contra el covid19 a todos los pacientes que no hubiesen iniciado su vacunación aún.

Recuperamos el plan funcional introduciendo mejoras. Se creó un Taller de Smartphone con la idea de trabajar más intensamente la digitalización de los pacientes, para introducirlos en la era de todas las aplicaciones telemáticas.

Desde el Ayuntamiento, nos ofrecieron diversas charlas sobre temas de Salud. Hicimos un total de cinco: sexualidad, tabaquismo, imagen y dos sobre drogadicción.

Recuperamos la idea del voluntariado en el SRC con una antigua paciente que viene a ayudarnos en tareas administrativas y encargos a tiendas de alrededor. Actualmente se está gestionando la incorporación de otra paciente voluntaria que al alta se queda como tallerista para dinamizar los espacios auto gestionados.

También realizamos un monográfico sobre Expresión Corporal y en interacción con la Asociación premianenca de fibromialgia y Fatiga Crónica. Las sesiones acabaron con un Programa de Radio realizado por nuestro grupo de Radio Bricura y una exposición de fotografías realizadas por una fotógrafa en el Centro Cívico de Premià de Mar en enero del **2022**.

Por primera vez, a finales de año, abrimos las puertas a alumnos de prácticas menores de edad, de 4º de la ESO, para poder hacer la asignatura de APS (Aprendizaje Servicio). A finales de año preparamos los contenidos que haríamos de cara a **2022**. Pensamos 3 bloques temáticos: Redes Sociales (para seguir en la línea de trabajar todo el mundo digital), Cocina (para fomentar las AVD) y Paseos (para trabajar Hábitos Saludables). Actualmente se están realizando.

EL EQUIPO

Y evidentemente, querría recordar a mis compañeros a lo largo de estos años. Los que estuvieron y los que están día a día, semana a semana... viviendo juntos cómo este servicio se ha hecho tan grande. Porque, al fin y al cabo, es un servicio para las personas desde las personas, para los pacientes desde los profesionales. Por tanto, el capital más importante que tenemos es el capital humano.

Quiero, especialmente, hacer un homenaje a dos personas que ya no están entre nosotros y que impulsaron de una manera muy clara la red de relaciones con los dispositivos comunitarios de alrededor: Vanesa Páez y Héctor Roqueta. Hicieron posible que el servicio se convirtiese en un verdadero Servicio de Rehabilitación Comunitaria vinculado con su entorno. Consiguieron que los pacientes también se relacionasen con sus recursos cercanos, desarrollando un importante tejido de relaciones con asociaciones de las poblaciones cercanas. Los dos siempre estarán en mi recuerdo.

Descansen en paz donde estén. Muchas veces les recuerdo... Hicieron un gran trabajo del que ha quedado huella y conocimiento del medio.

VALORACIÓN

Tirando la vista atrás, me parece que se puede decir que se ha hecho un magnífico trabajo, creo que inmejorable. Teniendo en cuenta que nuestra ciudad es pequeña y no ofrece las posibilidades de ciudades como Barcelona, hemos conseguido poner en marcha programas y actividades interesantes.

También, es importante tener en cuenta que, sin los pacientes no se podrían tirar adelante estos proyectos. Porque si ellos se decidiesen a quedar pasivos sin participar, no podríamos hacer nada. Por tanto, también agradezco a ellos su predisposición para poder tirar adelante proyectos así. Ellos han querido responder con su participación. Realmente tenemos un grupo muy facilitador de proyectos, acogedor de los recién llegados y colaborador en todas las actividades.

Durante estos años, siempre hemos abierto nuestro servicio a nuevas ideas y a nuevos proyectos. Y de esta posición nos hemos nutrido de entusiasmo y ganas. Siempre hemos recibido con los brazos abiertos a colaboradores, alumnos de prácticas, voluntarios, asociaciones... que nos hayan podido plantear alguna nueva actividad interesante para los pacientes.

Me siento muy satisfecha del servicio que damos, del hecho que nos pongamos al servicio de la población como voluntarios ante cualquier acto promovido por el Ayuntamiento o por alguna asociación o recurso. También estoy orgullosa que nuestra posición sea de dar y no de recibir, cosa que insistimos en transmitir a los pacientes.

Intentamos mantener una línea que aporte y sume a los pacientes, colocándolos como ciudadanos colaboradores aportando su trabajo voluntario por un bien común. Y todo eso, aporta que ellos entren en el intercambio social, cosa muy poco habitual en el colectivo de personas que sufren un problema de salud mental grave. Una gran parte se mantienen al margen de la sociedad, pero recibiendo mucho de ella (prestaciones económicas, exenciones o bonificaciones de impuestos, lotes de alimentos o limpieza de Cáritas, comedor social...). Nosotros intentamos que cambien de posición para poder ser incluidos en la comunidad y para mejorar su autopercepción por su posición activa.

EL FUTURO

Actualmente, en pleno estado pandémico y sumergidos en las diferentes olas de covid19, deseamos que todo esto se acabe y podamos recuperar de manera estable el pleno funcionamiento. Poder recuperar de una vez por todas los voluntariados, de una manera estable, sin estar en la situación de parada cada vez que sube la incidencia del covid de manera alarmante. Mientras tanto, acabamos de recuperar los voluntariados

grupales que ya hacíamos y creando nuevos. Esta vez haremos acciones como recoger alimentos en las escuelas para llevar a Cáritas, recoger artículos de primera necesidad para Ucrania o hacer un punto de recogida municipal de tapones solidarios.

Estamos en pleno montaje de Llibre Actiu Premià, recogiendo donaciones de libros de segunda mano, ordenando la biblioteca por temáticas, registrando todos los libros que tenemos... Con ganas de poder abrir a lo largo de este año 2022 este espacio a los ciudadanos de Premià de Mar, y a los que vengan de fuera. Una vez más, dando un servicio a la población que tan bien nos ha acogido.

Estamos comenzando a trabajar con diferentes colaboradores y alumnos de prácticas. Ara mismo con las alumnas de 4º de la ESO y con una alumna de Máster que acaba de empezar ya las prácticas con nosotros.

Seguimos trabajando codo con codo con el Ayuntamiento de Premià de Mar, que nos ayuda en la búsqueda de sinergias con asociaciones de la ciudad y en nuestra lucha contra el estigma en salud mental.

Después de este repaso por estos 20 años sólo puedo sentirme orgullosa del trabajo hecho. Esperando entusiasmada que los próximos también sean años llenos de proyectos interesantes, seguiremos trabajando...