



som aquí!!!

El butlletí del Club Social Punt de Trobada

número 7, març de 2012

Club Social

La comissió d'usuaris, una nova iniciativa al Club

La veu del Club

Com veiem la situació actual des del Club Social

Entrevista:

Dolors i Isaart, membres de l'Associació Cultural
Ràdio Nikosia

BENVINGUDA

Hola a tothom, aquí us presentem un nou número del butlletí "Som Aquí!!!", el butlletí fet pels usuaris del Club Social "Punt de Trobada".

Comencem aquest nou número amb l'entrevista. Durant el mes de febrer, els redactors d'aquest butlletí es van desplaçar a Barcelona, a la seu de l'Associació Cultural Ràdio Nikosia, una associació nascuda a partir d'un programa de ràdio.

A la secció de "Club Social", hi trobareu una explicació de la comissió d'usuaris, un organisme que s'ha creat en el nostre Club Social i que està funcionant molt bé. En aquesta mateixa secció, també hi trobareu el taller d'economia domèstica, que va començar al Club a principis de mes i un recull de les sortides més destacades d'aquest mes de febrer.

EQUIP DE REDACCIÓ:

Agustín Luque, Carmen Oller, José Antonio Pérez, Juan Miguel Barbero, Matilde Torres, Manuel Moreno, Oscar Domínguez, Sergio Barra-china, Víctor Àlvarez, Núria Palmero, Alberto Olivé, Enrique Martínez, Miriam Vígara, Jordi Serra i Ricardo Joya.

COORDINACIÓ, EDICIÓ I DISSENY:

Marta Escorigüela
Beatriz Vieito
Roger Trilles

CONTACTE:

Club Social Punt de Trobada.
Carrer Francesc Riera, 11-13, Local.
93.774.33.07
club_puntdetrobada@yahoo.es
www.amartorell.com/puntdetrobada

A "La Veu del Club", llegireu les opinions de diversos usuaris del "Punt de Trobada" respecte la situació actual que s'està vivint al nostre país. Finalment, al "Calaix de Sastre" hi ha una petita galeria de fotos amb diverses activitats que hem fet darrerament i no han pogut sortir al butlletí.

Només queda dir que esperem, com sempre, que gaudiu d'aquest nou número del butlletí i que ens feu arribar les vostres crítiques, suggeriments, etc. Fins la propera!!!

*Marta, Bea i Roger
Educadors del Club Social "Punt de Trobada"*



Entrevista

Ràdio Nikosia

Una de les primeres emissores realitzada per persones que han estat diagnosticades de problemes de salut mental. Parlem amb dos dels seus membres, Dolors Ódena i Isard Vila

Què és Ràdio Nikosia?

Ràdio Nikosia és una ràdio que lluita contra l'estigma, pretén ser assembleària, és a dir, prenem les decisions del que fem en grup, aquesta manera de treballar té avantatges i desavantatges; com a desavantatges el fet de que sigui un procés molt lent perquè es crea molt debat. Com a avantatge veig que quan es decideix fer alguna cosa es fa amb més fermesa perquè està feta per consens de grup i no per imposició.

Com va conèixer Ràdio Nikosia?

Dolors: Fa molts anys que un conegut ens va proposar a mi i a la meva parella col·laborar, jo en un inici no vaig participar perquè feia altres coses, però la meva parella sí que ho va fer, des de l'inici, des de que era un projecte i encara no s'emetia. Però al febrer de 2003 amb la primera emissió jo trucava cada dia de programa per participar i va ser al setembre del mateix any quan em vaig incorporar, i des d'aquell dia fins avui col·laboro.

Isard: La vaig conèixer a través del meu tiet, que va veure un article a un diari en el que explicava que feien aquesta radio a Barcelona, i em va proposar que vingués, que m'informes a veure si m'agradava. Vaig venir a informar-me, ho vaig provar i porto aquí des del 2006 i amb perspectives d'estar-me molts anys més.

Com va començar Ràdio Nikosia?

Va començar per la inquietud de dos antropòlegs, un d'ells ja havia tingut relació amb radio la Colifata. Van venir a Barcelona i van creure oportú posar-ho en marxa aquí. En un inici no era un programa de ràdio sinó un projecte en el que participaven poques persones, no sabien molt bé com tirar endavant el projecte i poc a poc es va anar consolidant, amb unes línies de treball i una manera de funcionar. Ara no som les quatre o cinc persones que eren al principi

sinó que som 20 o 30 persones.

D'on ve el nom?

Es diu Ràdio Nikosia, perquè Nicòsia és la capital de Xipre, illa que està dividida en dos, en una banda viuen els grec-xipriotes i per altre els turc-xipriotes, no es un poble que tingui un mur com en el seu moment Berlín, però sí que estan les dues cultures molt "ferreas", estan les dos a Nicòsia batallant, com en una lluita, després de veure aquesta lluita, pensàvem que nosaltres estàvem una mica així amb una lluita interna amb nosaltres mateixos i a partir d'aquest paral·lisme es va votar el nom de Nikosia.

A part de la ràdio, quines altres activitats té en marxa l'associació?

A Ràdio Nikosia es treballen tres aspectes, per una banda la ràdio com a medi de comunicació i comunitari, treballa en xarxa amb altres ràdios, com són la SER, COMRàdio, Ràdio la Mina, Ràdio Rubí, 6.Ràdio, entre d'altres.

També tenim en marxa el Club Social, que funciona des de fa quatre anys, en el que es fan activitats obertes a tota la comunitat no només a persones amb un trastorn mental, la única cosa que es demana a les persones que assisteixen a les activitats és que desfruitin i creixin personalment, volem que les persones tinguin un motiu per vindre a fer les activitats. Fem diferents tallers, entre d'altres, dibuix artístic, ioga i un taller de periodisme, la tallerista és una periodista professional. També fem un taller de teatre conjuntament amb els Pallapupes, una companyia de pallassos que treballen pels hospitals.

Per últim, també tenim una part educacional, anem a jornades de universitats de tota Catalunya, anem als centres a fer xerrades als alumnes, també a associacions, a instituts, escoles, ajuntaments.

Entrevista

Com ajuda Ràdio Nikosia a les persones amb trastorn mental?

A la Ràdio no hi ha psiquiatres, ni psicòlegs, ni educadors, no és un espai clínic, és un espai comunitari, no és un espai pensat per fer teràpia, però es cert que molta gent se sent bé aquí, es senten forts, els ajuda a pujar l'autoestima, d'algun manera es transforma en terapèutica, però no partim de la idea de que ha de ser terapèutica, sinó que ha de ser vivencial, d'experiència d'un mateix.

Isard: A mi si que m'ha ajudat, al principi tens la idea de que la gent que esta a la ràdio només poden ser periodistes, i me adonat que si t'ho proposes pots, l'únic que has de treballar el tema per poder exposar-lo i donar les teves idees.

Què s'ha de fer per formar part de Ràdio Nikosia?

Per formar part de Ràdio Nikosia, només has de venir, tenir ganes, no hi ha cap impediment, simplement no es permet veure alcohol, no es permet barallar-se, es pot discutir però no es pot arribar mai a les mans, pots venir un dia i deixar de vindre, tornar al cap d'un temps i se't rebrà amb els braços oberts, és un espai totalment lliure.

Què fan les persones associades a Ràdio Nikosia?

No tothom que ve esta associada, no cal associar-se, si que és cert que hi ha persones que ens donen uns diners per ajudar al projecte, però no existeix una quota com a tal. Quant ve algú fem una fitxa amb les dades personals i algun telèfon per si passa qualsevol cosa saber amb qui posar-nos amb contacte.

Dolors, que et va fer formar part de Ràdio Nikosia?

Aquest projecte m'ha agradat molt sempre, en tot moment me sentit molt agust, i m'entres tinguí il·lusió i ganes de vindre continuaré. Ja fa vuit anys que tinc aquesta il·lusió i crec que continuarà molt temps més.



foto: Dolors, s'identifica com "una Nikosiana més"

sia es lluita contra l'estigma? De quina manera?

Crec que si que es lluita contra l'estigma, perquè quan anem a les xerrades, a la ràdio, a les universitats, etc, només que canviem la manera de veure la salut mental a una persona, això és positiu. A vegades la gent s'ens apropa i ens explica quina era la seva visió i com amb les nostres explicacions li hem fet canviar de idea i veuen que la realitat que expliquem no té res a veure amb el que ell/a pensava. Moltes vegades pensen que les persones amb una malaltia mental estan a un

Penseu que a traves de Ràdio Niko-

Entrevista

psiquiàtric sense fer res i sense motivacions, nosaltres mostrem que això no és cert, que tots tenim ganes de fer coses i tenim sentiments. Per tant fer que poc a poc la gent ens escolti i canviï el pensament ja és lluitar contra l'estigma.

Penses que Ràdio Nikosia t'ha ajudat a pujar la teva autoestima?

Sí, perquè a vegades, no penses que tens unes habilitats, però en realitat les tens per aflorar, per sorgir... l'únic que necessites és una mica d'ajuda (Ràdio Nikosia en el meu cas), perquè les teves habilitats tornin a sorgir i tornin a estar on eren. En aquest sentit, m'ha ajudat moltíssim.

Pot participar qualsevol persona als programes de Ràdio Nikosia?

Sí, tothom que vulgui pot enviar un correu a info@radiionikosia.org dient que li interessaria venir i el per què de l'interès i no hi ha cap problema, tothom pot venir. També es pot contactar amb nosaltres a través del Telèfon del directe 93 317 73 66 (dimecres de 16h a 18h).

Com veieu el futur de l'associació de Ràdio Nikosia?

Veig que és un projecte molt maco, que s'apropa molta gent i que mentre es pugui es tirarà endavant amb molta il·lusió i moltes ganes. Crec que això no s'acaba i encara queden molts anys.

Dolors, com vas arribar a ser la presidenta de la associació?

Coses que passen, jo no sabia que formariem una associació, però un dia ho vam plantejar, els companys van escollir un noi però ell no va voler i ningú es presentava per ser-ho i al final em vaig oferir jo, però només si la gent m'escollia i si jo podia escollir el tresorer, perquè volia una persona en que pogués confiar, així que em van votar vaig escollir al tresorer i des d'aquell dia crec que tot a funcionat molt bé. Ara al gener, van passar quatre anys i s'havia de tornar a escollir nova junta, em vaig tornar a presentar i em van acceptar.



foto: Isaart, redactor de Radio Nikosia

Associació Cultural Radio Nikosia
608.282.695
Telefon del directe 93 317 73 66
(dimecres de 16h a 18h)
info@radionikosia.org
radionikosia.org
També a Facebook i Twitter



COMISSIÓ D'USUARIS

La comissió d'usuaris del Club Social "Punt de Trobada" és un organisme intern format pels companys del Club, que es reuneixen cada dues setmanes per posar sobre la taula i debatre diversos temes d'interès, tan del Club com del món de la salut mental.

L'objectiu principal amb el que es va començar aquesta iniciativa va ser el d'adquirir un compromís pel que fa al Club i a la seva gestió, ja que, al capdavant, el Club és un espai dels que hi assistim cada dia, i ningú millor que nosaltres per decidir com ha de ser.

Les iniciatives que s'han portat a la pràctica des de la comissió han estat varies. Primerament, es va decidir començar a reciclar les deixalles del Club. Tot seguit, la comissió, va començar a posar-se al capdavant de la organització de festes i esdeveniments importants, com la festa de Nadal, el comiat dels companys que marxen o la calçotada prevista properament. Finalment (i no per això menys important), la comissió d'usuaris està treballant en un decàleg sobre l'estigma en salut mental.

Aquesta comissió només és una peça d'un engranatge que està començant a funcionar a nivell de Catalunya. A diversos espais com Clubs Socials, Centres de Dia, etc. s'estan creant organismes com aquest. Des de Fecafamm (Federació catalana d'associacions de familiars i persones amb problemes de salut mental) s'està impulsant la Plataforma d'usuaris de la salut mental, amb l'objectiu de treballar a nivell de Catalunya.

José Antonio

Todo lo que se trata o se ha tratado en la Comisión son cosas que nos afectan directamente y también que las disfrutamos nosotros mismos, de manera que me parece una idea increíblemente buena.

Jordi

Pienso que la Comisión ayuda a que todos vayamos mejor con el apoyo mútuo entre compañeros. Está muy bien que haya gente que se preocupe de los problemas y las soluciones, tanto suyos como de los demás.

Sergio

Esta Comisión que se ha creado en el Club, creo que es una muy buena idea. Para tratar temas sobre la enfermedad mental no hay nadie mejor que los propios afectados, de forma que ya era hora de empezarse a mover.

Juanmi

La Comisión es una muy buena iniciativa, pero de momento, aunque las ideas y los temas tratados son buenos, no he visto ningún resultado, supongo que será como un buen cocido, tendrá que ser bueno en su cocción para que luego, su final, sea exquisito.



foto: Companys de la comissió, reunits.

ECONOMIA DOMESTICA

Es un nou taller, que es fa al Club des de principis de febrer, on aprenem a gestionar els nostres recursos econòmics amb l'objectiu d'optimitzar-los i poder arribar a final de mes tenint i estalviant una mica.

En les primeres sessions del taller, vam parlar de com ens gastem els diners, quines són les coses del nostre dia a dia que ens impliquen alguna despesa i com podríem fer-ho per tal de reduir les despeses innecessàries.

Una de les primers lliçons del taller, consistia en fer-nos veure que reduint lleugerament les despeses diàries podem aconseguir un bon resultat a mig termini.

Més endavant, vam parlar de l'autonomia, si nosaltres ens sentíem amb força per ser autònoms. Per ser autònoms no cal viure sol, es pot conviure amb una altra persona i tenir una autonomia personal completa.

Cap a la tercera sessió del taller, vam fer unes taules amb els ingressos i les despeses i, a partir d'ara, el taller consistirà en mirar quines són les coses que podem reduir per tal de no gastar tants diners.

Juanmi

30 PROGRAMES DE RÀDIO DEL "PUNT DE TROBADA"

El passat dia 20 de febrer, es va emetre el programa número 30 del programa de ràdio realitzat pels companys del Club Social "Punt de Trobada" a Ràdio Martorell.

Durant les gairbé dues temporades que portem a la ràdio hem parlat de moltíssimes coses, però aquest programa va ser especial per ser el número 30. El programa va consistir en una reflexió per part dels participants sobre com ha estat el seu pas per la ràdio, els primers dies, els nervis abans de començar el programa i la satisfacció de la feina ben feta cada vegada que sabem que algú l'escolta.

L'espai radiofònic el podeu escoltar els dilluns, a partir de les 11:30, cada quinze dies, a Ràdio Martorell (91.2FM), dintre del magazine diari "Martorell al Dia".

Des d'aquest espai del butlletí, volem donar ànims als companys del taller de ràdio perquè aquesta iniciativa segueixi a l'aire durant molts programes més.

Redacció

REFUGI 307

El passat dia 25 de febrer, vam anar a un refugi antiaeri de la Guerra Civil a la ciutat de Barcelona. El refugi està al carrer Nou de la Rambla, tocant a Montjuïc. Va ser un refugi fet per iniciativa popular amb la intenció de protegir la població civil dels bombardejos de l'aviació italiana durant els anys 1938 i 1939.

La visita ens va portar a descobrir els més de 200 metres de túnel en que s'amagava la població. El túnel estava fet en zig-zag, per tal d'evitar que entrés metralla si queia alguna bomba a la porta. Quan sonava l'alarma de bombardeig, hi havia molt poc temps per anar-se a refugiar. Un cop dintre, els ciutadans s'hi estaven unes dues o tres hores. En una ocasió, el bombardeig va durar tres dies, en que la gent estava amagada, sense llum, sense menjar,...

Un cop acabada la guerra, el refugi va quedar abandonat, i el van ocupar per diverses funcions. Una família que no tenia casa, va reconvertir-ne una part perquè fos la seva llar. Un senyor que no tenia feina, va aprofitar les condicions d'humitat per començar el seu negoci, una plantació de xampinyons. Finalment, una empresa de vidrieria va instal·lar el seu forn en una de les entrades del refugi fins que l'any 1995 va ser abandonat per complet i remodelat com a element turístic i històric.

José Antonio



foto: els companys que van visitar el refugi 307

PARTIT DE FUTBOL CONTRA IGUALADA

A principis de febrer, el dia 4, vam anar a Igualada a jugar la revenja del partit de futbol contra el Club Social Aidar (veure butlletí número 5). Va ser un partit intens i molt disputat en que els jugadors dels dos equips van oferir un bon nivell de joc i espectacle. Finalment, el Club Social Aidar va fer valer la seva experiència a les lligues de futbol de Club Social i es van acabar imposant per 8 a 5 al Club Social "Punt de Trobada". A pesar del resultat va ser una jornada molt divertida en que l'equip del "Punt de Trobada" va agafar ganes i forces per millorar i preparar-se per guanyar els propers partits.

Jordi

QUE ESTA PASSANT AL NOSTRE PAÍS?

Retallades, polítiques d'austeritat, crisi econòmica, corrupció, reforma laboral, protestes... els mitjans de comunicació ens estan bombardejant constantment amb els problemes derivats de la situació actual. Nosaltres, els usuaris de la salut mental i, en especial del Club Social, també ens veiem afectats per tots aquests problemes, o com a mínim, hi tenim alguna cosa a dir.

LES RETALLADES

Actualment i des de l'any passat, estem patint retallades en sanitat, ensenyament i altres sectors, que es manifesten en forma de reducció d'ajudes, de beques, etc. La meua opinió és que, en comptes de gastar els diners festes i salaris elevats d'alts càrrecs, s'hauria de mirar més per les persones de la classe obrera, gent treballadora que veiem constantment al carrer per no poder pagar la seva hipoteca o els seus rebuts. S'hauria de trobar la solució per repartir els recursos de manera més equitativa entre tota la població, principalment, els que més ho necessiten.

MATÍ

IRPF

Al mes de febrer, comença la pujada de l'IRPF per l'any 2012. Aquesta pujada provocarà la pèrdua d'una part del poder adquisitiu de molta gent, que no tindrà prou recursos econòmics per passar el mes. Com a conseqüència hi haurà un augment de l'economia submergida, la gent treballar en diners negre per poder sobreviure i l'economia de l'estat es veurà afectada.

MÍRIAM

L'ATUR

Els nivells d'atur en aquest país mai havien sigut tant alts. Les persones aturades van a la Oficina de Treball de la Generalitat i no troben cap feina.

En aquests moments, Espanya és el país d'Europa amb més atur. El govern, fa poc que va aprovar una reforma laboral amb moltes retallades als drets dels treballadors, cosa que ha fet que molta gent es mobilitzi en contra d'aquesta reforma.

És una situació dramàtica per moltes famílies, pares de família, gent amb la seva primera feina, etc. No hi ha cap solució a curt termini.

NÚRIA

POLÍTICA

Crec que la política en aquest país s'està veient massa esquitxada per escàndols de corrupció. Això fa que baixi la popularitat de la classe política. Per una altra banda, la mateixa situació que estem vivint fa que les mesures que prenen per superar-la no beneficiïn directament al ciutadà, que sumat amb els problemes de corrupció fa que els ciutadans no vulguin ni sentir a parlar dels polítics.

Ricardo

DENONAMENTS

La meua opinió sobre els desnonaments és que haurien de ser més flexibles i ser en dació (dones la casa al banc i no et penalitzen). Penso que això hauria de fer-se en qualsevol cas, independentment del que hagi de pagar l'afectat per la casa.

També crec que podrien posar a disposició del ciutadà afectat per desnonament una alternativa, com ara vivendes en lloguer a baix preu, encara que fos a cases antigues o cases buides.

Alberto

Calaix de sastre

GALERIA DE FOTOS

En aquest número, al calaix de sastre, us volem mostrar algunes fotografies de diverses activitats que hem realitzat al Club i que, per diversos motius, no han sortit al butlletí. Esperem que en gaudiu.



Campanya de recollida d'aliments amb Creu Roja a Sant andreu de la Barca



Sortida al Museu AGBAR de Cornellà de Llobregat



Asseguts al sol, esperant per entrar al Refugi 307



Club Social "Aidar" i "Punt de Trobada" al final del partit del dia 04/02/2012



Els socis i professionals del Club Social davant del nostre local