



L'Associació d'ajuda i suport a persones amb patologia mental forma part d'un ampli projecte, que denominem "VIURE I CONVIURE", que trobareu a internet, dins del web [totsalutmental.com](http://totsalutmental.com).

Fa anys, un grup de professionals i famílies vàrem decidir que hi havia d'haver altres maneres d'ajudar a les persones amb patologies mentals. De formació i ideari humanista, TOTSALUTMENTAL veu a cada individu com a persona, molt més enllà de la seva patologia.

Creiem que la persona és, pel que és, i no es pot definir per característiques diferencials basades en races, sexe o patologia. O, si mes no, se'ls ha de tractar per la seva faceta de persona, i no com un grup basat en les seves diferències psicològiques u orgàniques.

Vivim en una societat que tendeix a etiquetar, simplificant així la riquesa de la diversitat, i nosaltres creiem en que cada individu, independentment de les seves circumstàncies te una immensa riquesa que ha de saber aprofitar.

Nosaltres veiem a la persona com a tal, i deixem la patologia com qualsevol malaltia que puguem tenir, i com qualsevol limitació que qualsevol malaltia ens comporta a tots.

Fa mes de 7 anys, vàrem iniciar amb un grup de famílies que pensaven com nosaltres, i no acabaven de trobar el lloc adient pels seus familiars amb diverses patologies, aquest projecte que, inicialment vàrem batejar com "Viure i Conviure". Treballem amb persones d'edats diverses, que tenen diferents patologies mentals, incloses les patologies duals, aquestes darreres habituals en psicogeriatria.

VIURE I CONVIURE va començar com una idea, que buscava la manera de donar una millor vida als nostres familiars, que tot i tenint una patologia, creiem capaços de desenvolupar-se, relacionar-se i créixer en un ambient adient. Vam estar anys comprovant fins a quin punt, per una banda, els nostres familiars milloraven molt per sobre del que ho havien fet en anteriors experiències, i les pròpies famílies ens sentíem orgullosos de veure'ls donar el millor de si mateixos.

VIURE I CONVIURE va néixer d'una convivència de molts anys, i de les pròpies famílies, per la necessitat d'oferir una bona i diferent qualitat de vida als seus familiars, apostant per llogar un pis, obrint un compte conjunt, i compartint el dia a dia amb uns suports. I des d'un treball en conjunt, de famílies, familiars, suports i professionals i, sobretot de la pròpia persona amb patologia, a través del qual, aconseguim que tornin a tenir seguretat al sentir-se de nou integrats.

Va ser aleshores que vàrem preguntar-nos per que no podríem obrir el projecte a d'altres famílies. La nostra experiència havia estat excel·lent, i el model permetia afegir més famílies que mostressin la mateixa inquietud que nosaltres.

Per obrir el projecte a d'altres famílies, vàrem crear, junt amb els professionals que ens havien ajudat a dur endavant el projecte Viure i Conviure, l'associació AASPAMENT. Aquesta associació està formada per famílies que tenen familiars que gaudeixen del nostre servei, ambient i la nostra llar i activitats. AASPAMENT és una associació privada, i als estatuts tenim clarament definit que som una organització sense ànim de lucre (es a dir que és dels propis associats, i qualsevol benefici, si n'hi ha, és per millorar la pròpia associació). Ningú se'n beneficia.

Per començar buscàvem una casa gran, dins d'un poble, on hi hagués transport i fàcil mobilitat,



on tots es poguessin sentir integrats de nou a la societat, sense estigma, i ho vàrem trobar al Vendrell, on ho tenim la nostra raó social, i la nostra primera casa.

NO volem ser una residència i NO volem ser un pis tutelat tampoc, perquè de fet som molt diferents.

Volem tenir una casa i conviure amb altres companys. Apostem per un treball del dia a dia, amb suports per les tasques diàries i la gestió emocional de cada moment. A l'autonomia i la independència, fins on cadascú pot arribar. La nostra contenció en moments difícils, portats per la pròpia patologia, es el carinyo, l'amor i l'escolta.

Nosaltres creiem que una abraçada, una paraula, un carinyo, una mirada i una escolta, des del respecte, és la millor teràpia.

Amb Viure i Conviure aprenem:

- A conviure
- A tenir responsabilitats
- A tenir cura de nosaltres (higiene diària, roba, ...)
- A tenir horaris
- A tenir, entendre i complir les normes de convivència
- A entendre els límits nostres i els dels altres
- A gestionar els nostres diners
- A gestionar l'autonomia i la pròpia independència
- A saber gestionar la nostra llibertat
- A recuperar habilitats perdudes
- A relacionar-nos bé, de nou, amb la família
- A poder tornar a treballar
- A fer formacions
- ...

Tot això amb ho treballem amb suports i acompanyament diaris, terapèutic i psicològic.

- Convivim
- Fem sortides
- Fem trobades i tot el que pertoca per tenir una vida normalitzada.
- Fem cuina pròpia on cadascú ajuda i aprèn
- Fem tallers externs

La vida del projecte Viure i Conviure és una vida quotidiana com la que tindrien a casa, però amb l'efecte de sentir-se emancipats, i importants. Sovint a la casa fem reunions de tots els residents per opinar i prendre decisions, doncs son ells mateixos els beneficiaris d'un bon ambient i comoditats.

Dins de la quota d'aportació mensual fem tots els acompanyaments necessaris i visites mèdiques que pertoquin, així com les necessàries per obtenir documentació i de suport i acompanyament a la família per qualsevol tema que necessiti.

Tenim un suport legal i social que col·labora amb les necessitats de les famílies.

Tenim un suport professional psicològic setmanal (o mes, en casos necessaris).