



L’**Actua Dona**” és un programa comunitari, integrador i d’atenció centrada en la persona, que dona suport a la vida autònoma a dones amb problemàtica derivada de la salut mental i que pateixen o han patit violències masclistes. És un programa innovador que incorpora la participació d’un voluntariat inclusiu, format per dones amb i sense trastorn mental.

Una de les activitats que es realitzen és el **Grup de Dones**, un espai dedicat a **fomentar l’ajuda mútua i la sororitat entre elles**, on la finalitat és compartir experiències viscudes i tractar temes que les impacten o les preocupen, com és la violència masclista.

Amb motiu del **25 de novembre, Dia Internacional per a l’Eliminació de la Violència envers les Dones**, el Grup de Dones del Garraf ha volgut fer sentir la seva veu realitzant el manifest **“No som invisibles”**, que compartim a continuació:

“És curiós com els llocs de feina amb més rellevància són ocupats per homes i no per dones. Aquests primers, en moltes ocasions, no ens escolten acusant-nos d’histèriques i caient amb l’anomenat “mobbing”. Desgraciadament, en qualsevol àmbit, les dones amb algun diagnòstic de salut mental patim diàriament discriminació.

Des d’aquest escrit, volem ser escoltades per tal de reivindicar els nostres drets, però també destacar que, sovint, molts professionals (en l’àmbit laboral i/o sanitari, per exemple) amb el seu tracte ens infantilitzen i revictimitzen pel fet de tenir un diagnòstic de trastorn mental.

Un exemple clar és quan un professional de la medicina s’aferra primer a la simptomatologia psiquiàtrica que a la física. És a dir, si una usuària de salut mental té mal de coll per un possible refredat i el professional no li dona l’atenció necessària traient-li credibilitat. De vegades, alguns professionals sanitaris utilitzen amb nosaltres frases com: “el teu cas és complex”, “estàs toveta”, etc. Per això, volem dir que no som dones complicades, i que tot i que avui dia encara sembla, de vegades, que som invisibles per a la societat on vivim, no hauria de ser així.

PROU DISCRIMINACIÓ, VOLEM SER ESCOLTADES!