



**TENED  
SIEMPRE  
CARIDAD  
QUE  
DONDE  
NO HAY  
CARIDAD  
NO HAY  
DIOS,  
AUNQUE  
EN TODO  
LUGAR  
ESTÁ  
DIOS...**

## *SALUDO*

Atrás quedó el verano, apenas lo recordamos y un nuevo curso ha comenzado con ganas de mejorar, con proyectos nuevos que nos ayuden a hacer más llevadero el día a día.

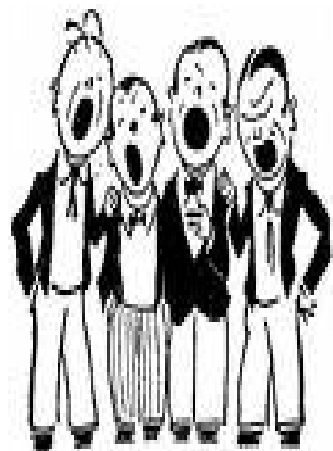
Esta publicación, por ser trimestral, tenía que haber salido allá por septiembre. Sin embargo, se quiso retrasar para hacer de ella un monográfico sobre un tema del que la realidad de este hospital no ha de ser ajena. El voluntariado.

Dicen que a lo largo del año hay varios momentos de buenas intenciones uno es el inicio del curso, otro es el de la Navidad ya próxima en el que parece que nos hacemos más sensibles a realidades, muchas veces, infrahumanas.

Para humanizar nuestras relaciones y nuestro entorno están esas personas que dan de su tiempo sin pedir nada a cambio, son las personas que conforman el Voluntariado.

El próximo 05 de diciembre se celebra el Día Internacional del Voluntariado, por esta razón en las siguientes páginas encontrarás el testimonio de algunas voluntarias y noticias a él referidas.

Esperamos que os guste.



## *BODAS DE ORO.....*

El próximo 08 de diciembre, el Hno Luis Orruño, superior de la comunidad de Mondragón de los Hermanos de San Juan de Dios, celebrará sus Bodas de Oro, 50º aniversario de su profesión como religioso hospitalario. Lo celebrará en compañía de algunos hermanos y de su familia en la Eucaristía que se oficiará en el Hospital de San Juan de Dios de León y con una comida en el Restaurante San Marcos de dicha ciudad.

Zorionak!!!!



## *Hablan las voluntarias....*

*La figura del voluntario me sugiere compromiso social, responsabilidad, despojarse del individualismo y materialismo, altruismo, enriquecimiento personal y por supuesto aprendizaje.*

*Pienso que el voluntariado tiene cabida aquí y en cualquier sitio, ya que para ser voluntario no hace falta irse a otro país; en el pueblo hay gente que necesita de nuestra ayuda; tampoco el tiempo es un problema: Es una cuestión de ganas y compromiso. No se trata de dar nada, basta con nuestra compañía.*

*Considero muy importante un programa para sensibilizar a la gente y favorecer el conocimiento y aceptación de personas con trastornos mentales y actuaciones dirigidas a luchar contra el estigma y modificar la actitud negativa que tenemos hacia estos enfermos.*

*Así, quizás, podamos ayudar a que vuelvan a adquirir habilidades sociales perdidas por los ingresos hospitalarios y disminuir la soledad que padecen.*

*También estos momentos de crisis pueden ser adecuados para animar a la gente a participar en el voluntariado.*

Maricarmen

## *Encuentros de Voluntariado durante 2009*

Reuniones de Coordinadores de Castilla en febrero, mayo y octubre

Encuentro Interprovincial de Voluntariado en Salud Mental: Ciempozuelos. Marzo

Encuentro Provincial de Voluntariado. Valladolid. Octubre

XIX Encuentro Interprovincial de Coordinadores de Voluntariado. Valencia. Noviembre

### UN PAR DE HORAS

La mente me atrae.

Me gusta la comunicación, más allá de la palabra. Sobretudo la no verbal.

Incluso con amigos invisibles como aquellos que tenía mi abuelo.

Mi aitona, aparte de ser un ser especialmente entrañable, era cuanto menos extraño, y no sólo por ver la televisión sin volumen para que no nos oyeran aquellos de Rusia.

De ahí parte mi necesidad de entenderme con gente diferente.

A menudo los más difíciles.

Siempre los olvidados.

Me motiva la retroalimentación que surge con gente que vive otras realidades.

Pobres ellos que a veces no la diferencian.

El año pasado vi un documental sobre Esquizofrenia. Y me encantó



Y no sólo me encantó sino que sirvió para activar algo en mí.

Me sentí incómodamente aludida cuando alguien dio datos sobre voluntarios en el Hospital de Mondragón.

Cuando expresó su sorpresa por el desconocimiento y pasotismo de la gente del valle con respecto a la presencia de varios centros psiquiátricos en la zona, con sus habitantes incluidos.

Vi dos veces a una persona y a la tercera le pedí un teléfono para ponerme en contacto con alguien que me alentase a desarrollar mi curiosidad y paciencia conociendo a gente que co-existe con la cárcel de su mente en la cárcel que supone su estancia mientras está ingresado.

Conocí a Roberto.

Firme un escueto y muy amplio compromiso y así me hacía Voluntaria de San Juan de Dios.

A partir de ahí, un par de horitas a la semana, de 168 que tiene.

Un par de horitas para escuchar y charlar con alguien.

Tomar un café y compartir unos minutos de la vida.

Algo más que una conversación se produce en ese par de horas.

Una charla les entretiene.

Les evade. Les distrae.

Les saca de su rutina.

Les motiva. Se sienten valorados.

Honrados por la visita.

Expectantes ante la visita.

Ilusionados.

Contentos al ser escuchados.

Porque a veces algunos sólo necesitan eso.

Sentirse especiales porque alguien les pregunta y les atiende.

.Hay gente que necesita hablar...y soltar el nudo que aprieta su angustia.

Necesitan relacionarse con todo tipo de gente, no solo con internos o personal sanitario.

Son muchos los verbos que provocamos en ellos....y en mi caso sólo en dos horas.

Y en esta historia yo siento la gratificación personal cuando veo tranquila a quien visito, sonriendo y riendo a "mi amiga", de quien soy Voluntaria.

Cuando la veo contenta al verme, con ganas de contarme alguna cosilla.

168 horas tiene una semana.

8760 tiene un año.

En Salud Mental hay cientos a los que incluso la familia dio la espalda. Les olvidaron.

Se con dos horas de manera altruista y encantada.

Dos horas de manera Voluntaria, claro. Y me gratifica mucho.

Si hubiera muchos como yo...en conjunto...pero muchos...sería un sueño...

Utopía en los tiempos que corren, pero seguro que las estadísticas y dosis de medicamentos daban un vuelco.

Ahinara

**"Zoaz zeure  
senitartera,  
eta  
jakinarazi  
Jaunak,  
zutaz  
errukiturik,  
egin dizun  
guztia"**

10 de diciembre – mesa redonda

**Voluntariado: todos los días incidiendo e impulsando.**

· Objetivo: dar a conocer la importancia del voluntariado en la sociedad actual.

Participan: ASPACE, GIZALDE, HURKOA, NAGUSILAN y SAN JUAN DE DIOS

· Hora: 19:00

· Lugar: Kulturate, sala Jokin Zaitegi

## ALGUNOS FINES:

- Potenciar los principios de voluntariado y su concordancia con el proyecto y la misión de la Orden Hospitalaria
- Contribuir a la humanización de la asistencia promoviendo la calidad en el cuidado de la persona enferma y/o necesitada, a través de su presencia y relación afectiva y cualificadaza.
- Colaborar y participar en otros foros y plataformas de voluntariado, apostando por el valor de la red y de la presencia social y pública de nuestro voluntariado en la sociedad

## ALGUNOS DERECHOS:

- Recibir información, formación, orientación y apoyo para el ejercicio de sus funciones
- Participar activamente en la Institución
- Ser asegurados contra riesgos de accidente

## ALGUNOS DEBERES:

- Cumplir los compromisos adquiridos
- Guardar confidencialidad de la información recibida Rechazar cualquier contraprestación material

## El voluntariado en Salud Mental

¿Por qué voluntariado en el ámbito de la salud mental?

1.- Rompe el estigma. Conocer rompe barreras, hace desaparecer prejuicios. El estigma repercute negativamente en la evolución y recuperación de la persona enferma. El desconocimiento aumenta los mitos e ideas erróneas.

2.- Ayuda a transformar la visión que tiene la sociedad sobre el mundo de la salud mental. El voluntariado ejerce como agente educador al hablar desde la experiencia y normalizar las relaciones con las personas con enfermedad mental.

3.- Contribuye a reducir el alto grado de soledad de las personas atendidas. La enfermedad aísla y el entorno afectivo, a menudo, se ha distanciado

4.- Con su ejemplo ofrece a la persona atendida una nueva forma de relación con el entorno y un nuevo modelo vital

¿Qué perfil ha de tener una persona voluntaria en salud mental?

- 1.- Sin motivación terapéutica
- 2.- Con madurez emocional
- 3.- Discreción y que sepa guardar la confidencialidad
- 4.- Querer formarse
- 5.- Coherencia con el compromiso adquirido
- 6.- Actitud de servicio y amabilidad, nunca paternalismo

