

4º Trimestre 2011

Hospital Psiquiátri-  
co

SAN JUAN DE  
DIOS

OSPITALE PSIKIATRIKOA



TENED

SIEMPRE

CARIDAD

QUE

ES LA

MADRE

DE

TODAS

LAS

VIRTUDES

## *SALUDO*

¡Quién lo diría pero ya está acabándose el año! Parece que cada vez corren más deprisa los meses y que nos faltan días para hacer todo aquello que nos proponemos, menos mal que el año que viene durará un poco más. Es bisiestro.

Después de un parón técnico sale otro número de la revista SARE que quiere acercarte todo lo referido a la Pastoral y al Voluntariado. Como este mes de diciembre se ha celebrado el Día Internacional del Voluntariado, éste va a ser el tema principal que va a ocupar estas páginas. No está de más que un día al año y más en las fechas previas a la Navidad se dedique un día al Voluntariado, un día de reconocimiento a los hombres y mujeres que de manera gratuita y solidaria trabajan por construir un mundo mejor, personas que creen que el ser humano es más humano cuando saca desde dentro aquello que dignifica a la persona, el encuentro en libertad.

En estas fechas, para concluir, un deseo: Feliz Navidad, Eguberri On!!

## **CONSEJO DE PASTORAL**

En este último trimestre del año el Consejo de Pastoral se ha reunido en tres ocasiones para perfilar y aprobar el Plan cuatrienal de Pastoral, organizar el VI Encuentro de Agentes de Pastoral y la elaboración del DAFO con las consiguientes estrategias a poner en práctica durante el 2012.

Se ha mantenido la participación en las reuniones mensuales del Arciprestazgo.

Durante el año 2011, el número de pacientes que han recibido la visita de la pastoral asciende a 305, mediante las 44 visitas que han realizado las 11 parroquias que se han acercado hasta el hospital.

## Día del Voluntariado

Hace poco más de un año que acudo como voluntaria al Hospital Psiquiátrico San Juan de Dios.

Dicen que la motivación de la mayoría de los voluntarios son altruismo, solidaridad, hacer una labor social, etc., pero esa no es la imagen que tengo de mi misma.

Mi motivación real nació de una necesidad de sentirme realizada conmigo misma, ocupando parte de mi tiempo libre y alejándome de los problemas del día a día. Esta inquietud me llevo a realizar una búsqueda rápida mediante internet en la que la opción del hospital Psiquiátrico despertó mi curiosidad.

Mi pensamiento inicial, como supongo que es el de la mayoría de las personas fue miedo, temor, rechazo, dudas, etc.. Sin pensármelo demasiado contacté con el hospital y para cuando me di cuenta ya formaba parte del voluntariado.

De las opciones que el Hospital tiene para los voluntarios me incline por participar en la Fiesta de los Domingos que hasta hace poco organizaba Sor Esther. Ella llevaba 11 años organizando y preparando actividades de ocio para los enfermos algunos domingos al mes. Desde Agosto nos ha pasado la batuta a las nuevas voluntarias. La verdad que nos lo pasamos muy bien con Sor Esther, es un poco generala pero todos la



recordamos mucho, los enfermos y las voluntarias. Algunos domingos llegamos a estar cinco voluntarias en la fiesta y eso les anima y alegra un montón a los enfermos..

Me alegro de que la imagen que por desconocimiento tenía de los enfermos “mentales” (algunos del “corazón” como dijo una de las enfermas una vez!) ha cambiado y con esto no quiere decir que no haya que ser precavido con algunos, solo quiero decir que son personas que probablemente no hayan tenido tan buena suerte como nosotros en la vida, que agradecen y devuelven multiplicadas las muestras de afecto y cariño desde los más jovencitos hasta los abueletes encantadores, siempre te reciben con una sonrisa enorme, es increíble!

Actualmente dispongo de menos tiempo libre pero sigo participando en la fiesta uno o dos domingos al mes, me gusta compartir esas tarde con ellos, se han ganado mi cariño y aunque aquí no escriba sus nombres ellos saben quiénes son.

Carolina Costa

Voluntaria

## ¿Qué es eso de ser voluntaria/o

El Voluntariado es una energía solidaria formada por personas que —de un modo gratuito, organizado y comprometido— se empeñan en mejorar y transformar las condiciones de vida de las personas más vulnerables. Estas palabras cobran mayor protagonismo en esta época de crisis en la que los mercados y las grandes finanzas manejan el rumbo de los países sin importar los rostros humanos de las personas que sufren dicha crisis. Cada vez son menos los espacios que nos “construyen” como personas, por el contrario, aumentan los espacios impersonales donde las formas de comunicación se empobrecen.

En estos tiempos de crisis, es preciso rescatar con urgencia el valor de la persona. Es la hora del voluntariado para poner en valor las capacidades, la nobleza y todo aquello que nos dignifica como seres humanos. La hora de que personas voluntarias miren directamente la realidad y la llenen de nombres, aportando sus ojos hasta donde les alcance la vista, asombrándose y —tras quedar afectadas— se comprometan. Es el tiempo oportuno para crear redes solidarias con quienes lo están pasando mal.

Un ejemplo de lo dicho hasta ahora se encuentra en el Hospital Psiquiátrico de San Juan de Dios de Arrasate donde seis personas realizan actividades de voluntariado diluyendo estigmas y superando miedos y prejuicios. Son seis personas de diferentes edades que tienen mucho que ofrecer, personas que salen de su privacidad y regalan hospitalidad. Aquella hospitalidad que, ante la hostilidad y la indiferencia, acoge a las personas con enfermedad mental sintiendo como único referente la humanización.

## VOLUNTARIADO en Debagoiena

A lo largo de este año se han reunido cada dos meses miembros de los siguientes colectivos: Cruz Roja, Cáritas, Nagusilan, Alboan, Hurkoa, Elkar Hezitzen y Hospital San Juan de Dios. Se siguen dando pasos, muy poco a poco con la intención de crear en la zona una red que sensibilice de la necesidad de voluntariado que hay en diferentes ámbitos de la comarca.

Como la velocidad es lenta y hay que tratar de encajar diferentes sensibilidades y estructuras no se ha podido realizar en la comarca ningún acto con motivo del Día Internacional del Voluntariado. Sin embargo, los miembros de Cruz Roja, Cáritas, Nagusilan, Alboan, Hurkoa, Elkar Hezitzen y Hospital San Juan de Dios hemos confeccionado un tríptico que se presentará en breve y se hará una correcta difusión por toda la zona. El lema: **Participa y transforma**

**PARTICIPA** en la sociedad siendo voluntaria/o y **TRANSFORMA** las vidas de quienes viven excluidos.

**PARTICIPA** porque puedes contribuir a **TRANSFORMAR** otro mundo que es posible.



**Actividades:** Acompañamientos personales y/o grupales. Actividades de ocio y tiempo libre. Apoyo en la actividad administrativa y jurídica.

**Destinatarios:** Personas mayores y/o con enfermedad mental en situación de fragilidad, dependencia o desprotección

**Tel.:** 94348956

**E-mail:** ecantera@hurkoa.org

**Web:** www.hurkoa.org

 **Gurutze Gorria**  
Alta Veia - Ibañeta

**Actividades:** Transporte sanitario, servicios preventivos, cooperación internacional, transporte adaptado, ayuda humanitaria y formación para la salud y sensibilización.

**Destinatarios:** Población en general.

**Tel.:** 943765576

**E-mail:** altodeba@cruzroja.es

**Web:** www.cruzroja.gipuzkoas

 **Hermandades Hospitalarias**

**Actividades:** Acompañamiento de personas con enfermedad mental, discapacitados físicos y psíquicos.

**Destinatarios:** Enfermos de salud mental

**Tel.:** 943794411

**E-mail:** ezabal@hita-mendi.org

**Web:** www.voluntariadohospitalario.org

 **nagusilan**

**Actividades:** Acompañamientos y animación a personas mayores.

**Destinatarios:** Personas mayores en soledad

**Tel.:** 943 230990

**E-mail:** nagusilanarrasate@hotmail.com

**Web:** www.nagusilan.org

 **Voluntariado San Juan de Dios**

**Actividades:** Acompañamiento, deporte, actividades lúdicas y de ocio, actividades que contribuyan a la integración social

**Destinatarios:** Enfermos de salud mental

**Tel.:** 943793900

**E-mail:** mondragov.voluntariado@hjd.es

**PARTE HARTU ETA ERALDATU**



Bolondres izan, gaizki dagoena alda dezakedalako, mundu hobe bat eraili dezakedalako, bizitzeko errazago den mundu bat, guztiarentzat leku dagoen mundu bat.

**DEITU ETA INFORMATU ZAITEZ!!**








## GABONETAKO IRTEERA GASTEIZERA

2011ko Abenduaren 15ean, Arrasateko San Juan de Diosko ospitaleko zazpi paziente eta bi arduradun Gasteizera joan ginen egun pasa, hiriko gabonetako dekorazioa; Jaiotza, Katedral Berria, bertako kaleak, dendak... ikus-

teko asmoz. Udan zehar irteera desberdinak egin ditugu ospitaleko San Juan de Dios pabeioitik, baina hau neguan egin den lehena izan da. Hau guztia paziente batek egindako proposamenaren ondorioz atera zenez eta ondorioz guri primerako



ideia iruditu zitzaigunez, aurrera eraman genuen proposamena. Beste pazienteei ideia jakinarazi genienean, hauek berehala baiezkota eman zuten eta guztion artean irteera programatu genuen.

Gabonetan gaudenez, irteerak gabon ikutua izan behar zuela pentsatu genuen. Horrela hiriko hainbat kaleetan zehar ibili ginen dendetako dekorazioa, kaleetako argiak, patinatze pista ikusten... Hau guztia oso esanguratsua izan zen bertara hurbildu ginen guztiontzat, beraientzat ez dituztelako egunero horrelako dekorazioak ikusten eta guretzako beraiek izan zuten interes eta harriduragatik. Guretzako hain normala izan daitekeen zerbait (argiak, dendak, jendea, erosketak...) beraientzat izugarritzko ikusmina sortzen duelako.

Irteeran ikusitako gauza guztien artean, Katedral Berriak eta Florida parkeko Jaiotza izan ziren interes gehien sortu zituztenak. Interes honetaz ohartu ginen, beraiek egindako ehundaka galderengatik. Honek aukera eman zigun beraien gaztetako oroitzapenetaz hitzegiteko eta ausnartzeko. Adibidez, gabonetan jaten zituzten jakiak, beraien

Lehen aipatutako Katedral Berriak beraiengan sortzen duen interesa, beraien bizimodu erlijiosoarekin lotura handia duelako da, beti bizi izan dutelako oso gertutik sinezkera hau. Bestalde, Florida parkeko Jaiotzak, izugarritzko tamaina handia duelako eta hiriko parke zabal eta estali gabeko toki batean kokatua dagoenez, ikusmin handia sortu zuen beraiengan.

Gasteizek gabonetarako eskeintzen dituen aukera ezberdinak ikusi ondoren, bazkaltzera joateko momentua heldu zen. Urte osoan jantokiko janaria jan ondoren, irteerako momentu hau ere oso berezia da. Batetik jakiak prestatzeko modua eta jaki bereziak jateko aukera dutelako eta bestetik, bakoitzak nahi duen menua aukeratzen duelako. Horrezgain, talde txikia denez, janordua aukera aproposa da elkarrizketa atsegin bat izateko eta bakoitzak bere eguneko bizipenak kontatzeko. Irteerako arduradunentzat une polita izan zen, pazienteen alaitasuna ikusi eta sentitzean, giro atsegina sortu baitzen.

Bazkal osteko mahai inguru luze baten ondoren ospitalera bueltatzeko ordua heldu zen. Furgoneta hartu eta bertan gindoazela argi ikusten zen beraien hitzetan egun zoragarri bat pasatu genuela Arabako hiriburuan. Hau ikustean ohartzen gara zein garrantzitsua den beraientzat horrelako irteerak egitea, beraien egunerokotasunetik irtetzeko, leku berriak ezagutzeko, beraien arteko erlazioa sendotzeko...



Bukatzeko aipatu beharra daukagu,

arduradunontzat oso motibagarria dela pazienteak ospitaleketik kanpo duten jarrera ikustea, hauek beste kontestu ezberdin batean daudelako. Ziur gaude datorren urtean errepikatuko dugula.



## EL VOLUNTARIADO EN SANTA AGUEDA

A lo largo de 2011 han sido ocho las personas que han realizado actividades de voluntariado con algunos pacientes además de contar con la presencia de una estudiante de la asignatura Participación social y valores mediante el convenio de colaboración firmado con la Universidad de Deusto. En la actualidad son seis las personas que movidas por los principios de voluntariedad, solidaridad, gratuidad entre otros pretenden crear ambientes de humanización en el hospital. De esas seis personas que realizan voluntariado cinco son mujeres y la edad media ronda los cuarenta años.

En la asignación de las personas que desean realizar voluntariado se pretende conjugar sus deseos y disponibilidad con las necesidades de los pacientes. De manera que tres personas voluntarias realizan por separado una actividad de acompañamiento a varios pacientes y otras tres llevan a cabo actividades de ocio.

Durante el año 2011 se han enviado cartas de sensibilización a diferentes centros educativos y culturales y a medios de comunicación. Recientemente se ha realizado una charla de sensibilización en Antzuola y se han seguido realizando las reuniones bimestrales con diferentes colectivos de la zona para implantar el trabajo en red para el voluntariado.

El plan de voluntariado para 2012 se articula en siete programas en los que se pretende plasmar las actividades que lleven a la consecución de los objetivos. Entre esos programas cabe destacar el de fin de semana y orientación que son los más demandados hasta ahora y el destinado a la sensibilización y captación de voluntarios denominado “*Corre la voz*”.

## FIESTA DEL VOLUNTARIADO EN SANTURTZI

El pasado 26 de noviembre voluntarios de los tres centros de San Juan de Dios nos reunimos en Santurtzi para celebrar el Día Internacional del Voluntariado. En torno a 50 personas nos dimos cita a las diez de la mañana, cuando llegamos ya nos estaban esperando los hermanos José Luis, Inés la coordinadora, Joseba el gerente, el ambiente de acogida era inmejorable.

Tras las palabras de bienvenida por parte del Gerente del hospital de Santurtzi, vimos un montaje que ponía rostro y voz a un trabajo, secreto y a veces ignorado, que realizan



los voluntarios. Posteriormente subimos a la planta donde pudimos charlar con pacientes allí ingresados. La experiencia fue maravillosa y los pacientes se mostraron muy agradecidos por la visita que les ayudaba a salir de la rutina diaria. Una pena que fallaran los trikitilaris que no pudieron acudir a última hora.

Más tarde, de la mano del hermano Juan Antonio fuimos descubriendo el “runrún del corazón” que cantan Estopa

y Rosario Flores. De esta manera se dio paso a la realización de unas dinámicas que nos ayudaron a poner nombre a aquello que realizamos. Mediante una palabra escrita en un papel que luego se pegaba en los globos con forma de corazón íbamos nombrando



sentimientos, deseos y sueños que la labor voluntaria evoca. El encuentro finalizó con la suelta de globos, el lunch y la visita al hospital. Una buena experiencia para tender puentes y apostar por el voluntariado.

## VI ENCUENTRO DE AGENTES DE PASTORAL

El pasado 19 de noviembre 46 agentes de Pastoral de la Salud de las parroquias que visitan el hospital se reunieron en la sexta edición del encuentro que contó con la presencia de la psicóloga y profesora Lola Mansilla. El tema: dar, recibir, compartir.

Comenzó la charla invitándonos a pensar la solidaridad y a salir al mundo a maravillarnos, a reflexionar sobre cómo nuestras acciones ayudan a los demás a vivir mejor, a ser más felices. Dijo que corremos el riesgo de querer cambiar el mundo, entrar en el voluntariado o en la acción pastoral de la parroquia para cambiar el mundo y esto a la larga desanima porque el objetivo marcado (cambiar el mundo) no depende sólo de uno.

Hay que marcarse por objetivos aquello de lo que uno pueda responder, aquello que esté al alcance, y así evitar quemarse en el intento. Un buen objetivo puede ser: conseguir una sonrisa de la persona visitada, que esté un rato aliviada, que ayude a favorecer su bienestar. Cosas concretas y que se puedan medir.

Pensemos, ¿cómo unas acciones pueden afectar al corazón de los otros? Nos tenemos que sentir depositarios y transmisores de la ternura de Dios. Un acercamiento desde la solidaridad y sobre todo porque Alguien pide que hacerlo.

Ofrezco lo que soy. Uno mismo es la herramienta de trabajo y esa herramienta hay que cuidarla... En estas acciones que hacemos nos vamos construyendo en algo bueno, es un trabajo con nosotros mismos y mismas. Esto es la conversión, que nos vayamos trabajando.

Ahora bien, ¿qué doy? Necesitamos pedir para repartir a los demás. Existe el peligro de compensar vacíos que tengo. Hacer no es lo mismo que ser. Proceso que pase a ser mío aquello que hago. Habéis pensado ¿qué os aporta, que podéis aprender de otra gente? ¿Qué podéis aprender de los enfermos mentales? La gran pregunta es ¿quién soy? La respuesta la podemos hallar en lo que damos, ya que me doy en las cosas.

De esta manera podremos compartir las realidades, lo que al enfermo le preocupa, le inquieta, lo que quiere manifestar y yo he de dejar que entre en mí... Es importante que en nuestros grupos reflexionemos sobre lo que poseemos personalmente y como colectivo de personas creyentes.

Posteriormente añadió que a la hora de recibir de los demás hemos de ser cautos y saber diferenciar cuáles son mis necesidades y cómo pido las cosas. Sobre todo porque hemos de ser honestos con lo que necesitamos y no sentir vergüenza o apuro por mostrar carencias. En este ejercicio de honestidad consigo mismo podremos pedir las cosas de manera abierta.

En la relación con las personas en general y con los enfermos, en particular, es importante el saber estar. En el preciso momento antes de entrar a la visita, a la habitación hemos de preguntarnos ¿qué traigo para estar contigo? Y no se refiere a bombones, caramelos... Lola nos dice: "Pon tu mente donde está tu cuerpo"

Para subrayar esta idea recurrió al psicólogo Maslow que en su trabajo con personas elaboró la pirámide de necesidades humanas. Llegó a la conclusión de que la existencia de personas con esperanza o sin esperanza estaba fuertemente condicionada a la motivación de las personas.

Antes de acabar Lola recordó que es función nuestra alentar la esperanza de las personas que visitamos. Y recomendó la lectura de *30 palabras para la madurez de García Monge, Cuando lo perfecto no es suficiente y también Hilvanes y pespuntos* de Dolores Aleixandre.

Y para los cinéfilos dos películas: *Amar la vida* y *Cosas que importan*



## LA NAVIDAD



El 25 de diciembre, según el calendario gregoriano, el 7 de enero, según el calendario juliano, se celebra la Navidad, día en que se conmemora el nacimiento de Jesús en un establo de Belén, cerca de Jerusalén. Este hecho sucedió históricamente hablando hacia el año 5-7 antes de Cristo, en la época del emperador romano Augusto. Para el Cristianismo es un acontecimiento crucial pues supone la encarnación de Dios y por tanto la promesa de Dios de salvar a la humanidad que también recoge la tradición judía. Celebra la esperanza en una redención y el advenimiento de la paz que se hace presente en la humanidad entera.

La celebración de la Navidad (del latín Natales, “día del nacimiento”) es muy antigua (se remonta al siglo IV) y está muy arraigada en el mundo cristiano. La primera mención que se conserva es la de un almanaque del año 354, aunque se estima que la fiesta fue instituida en el 330. Probablemente se estableció el 25 de diciembre en Occidente y el 7 de enero en Oriente en un intento de neutralizar la importancia de las fiestas paganas que celebraban el solsticio de invierno con los correspondientes cultos al dios Mitra y al Sol invicto. Así es como la Navidad descansa como en otros casos, sobre celebraciones anteriores a la cristianización del Imperio Romano. Dicho de otra forma la celebración romana de *Natalis invicti* (en referencia al Sol, a Apolo) fue sustituida por el *Natalis Christi*, nacimiento de Cristo. Cristo considerado como nuevo sol, de justicia, luz del mundo que vence a la tiniebla, en el solsticio de invierno el día empieza a ser más largo.

La celebración de la Navidad está precedida por una etapa de cuatro semanas llamada Adviento, que en latín significa venida, es un tiempo de preparación para celebrar el nacimiento de Jesús en Belén.

El nacimiento de Jesús marca el inicio del calendario cristiano. Aunque el año 1 no se corresponda, desde el punto de vista histórico, con el momento en que –se supone– nació Jesús en Belén, el Imperio Romano se regía por el calendario juliano, instituido por Julio César hacia el año 46 a. C.

El sistema de numeración de los años según el sistema cristiano no se introdujo hasta el siglo VI, en concreto en el año 527, cuando el abad romano Dionisio el Exiguo calculó el año de nacimiento de Jesús. Así el año 754 a partir de la fundación de la ciudad de Roma (que era el calendario que regía entonces) fue sustituido por el año 1 a.D. (*Anno Domini*, año del Señor).

El calendario juliano fue mantenido hasta 1582 cuando los países europeos, a instancias del papa Gregorio XIII, empezaron a adoptar un nuevo calendario más exacto, el gregoriano, que es el que actualmente está en vigor y es mayoritariamente aceptado.





**Feliz Natal**

**Joyeux Noël**

**Merry Christmas**

**FELIZ NAVIDAD  
URTE BERRI ON!!**

**ETORRI ZEN GIZON BAT...**

Behin batean etorri zen gizon bat, ahotsean magia zuela,  
bere hitzetan berotasuna, bere mezuan sorginkeria.

Behin batean etorri zen gizon bat, bere keinuan esperan-  
tza zituela, bere izatea indar, bere bihotza handi.

Behin batean etorri zen gizon bat, bere zeinuak maita-  
sun zituela, bere laztanak ontasun, bere bizkarra hurri-  
detasun.

Behin batean etorri zen gizon bat, bere baitan Espiritua,  
bere sufrimenean zoriona, bere heriotzan zentzua.

Behin batean etorri zen gizon bat, bere zerua altxor zu-  
ela, bere gurutzea bizi, bere fedea piztuera zuela.

Behin batean etorri zinen Zu...

Zatoz orain ere, Jauna.

(Alois Albrecht)

