Red de Salud Mental
San Benito Menni

Nubes Blancas

El boletín de los usuarios de la RED

Nº 11

SECCIONES:

Los Escritores	2
Recordando a Anita	2
Aconsejanzas Cocinando en la Red	3
Noticias de la Red	4-7
Mi Vida, Mi Historia	7
Más Noticias de la Red	8

CONSEJOS PARA PASAR UN BUEN 18 DE SEPTIEMBRE

Receta Dieciochera

Gran Fiesta de Disfraces

Bendición de las Familias

Historias, cuentos y mucho más...

Los escritores del boletín

Queridos lectores, este Boletín fue escrito en su totalidad por dos grupos de usuarios de la Red de Salud Mental San Benito Menni, los del Centro de Día Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús de La Granja y San Ramón, y los del Centro de Rehabilitación Psicosocial San Benito Menni de Santiago Centro. *Esperamos que lo disfruten!!!*

Hernán González
Cecilia Osorio
Juana Cocio
Francisco Riquelme
Erika Gacitúa
Juan Cáceres
Hernán Ubilla
Ricardo Arcay
Carlos Aguilar

Rodrigo González, Sebastián Espinosa, Andrés Riveros, Fernando Muga, Nicole Bernardt, Juan Cáceres, Nancy Valenzuela, Loreto Méndez, Karina Rojas, José Aburto, Elizabeth Musatadi Roger Soto, Daniel Martínez, Patricio Asenjo, Alejandro Cerda, Pablo Pérez, Marcelo Villanueva, Lorena Valdés, Juan Acevedo, Diego Espinoza, Eduardo Rojas, David Jimenez, Claudio Araneda, Sergio Bertoloto, Paulo Montero, Juan Sandoval

RECORDANDO A ANITA

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del Sgdo. Corazón de Jesús

Anita, siempre te recordaremos con amor, tú eras una mujer justa, que siempre nos dio buenos consejos y aunque eras un poco terca, te queríamos igual. Eras una buena compañera y amiga, que siempre te gustaba andar a la moda y maquillada, eras una persona muy inteligente y bonita.

Anita, vivirás en nuestros corazones para siempre.

CONSEJOS PARA PASAR UN BUEN 18 DE SEPTIEMBRE

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del Sgdo. Corazón de Jesús

1. No encumbrar volantines con hilo curado.
2. No tomar tanto alcohol.
3. No pelearse con los compañeros.
4. Baile mucha cueca.
5. Pruebe un vasito de chicha, un poquito no le hace mal a nadie.
6. Izemos la bandera chilena.
7. Si bebe alcohol, no maneje.
8. Haga las compras a tiempo.
9. Páselo bien.
10. Coma cosas ricas, como asado, empanadas de pino y queso y lechuga con salmón.
11. Participe en juegos tradicionales que no sean peligrosos.
12. No olvide comer mucha ensalada.
13. Si tiene un traje típico, úselo para bailar la cueca.
14. No haga bromas pesadas en las fondas.
15. Pórtese bien en este 18.

COCINANDO EN LA RED

RECETA DIECIOCHERA
FELICES FIESTAS PATRIAS!!!

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del Sgdo. Corazón de Jesús

Se nos viene el 18 y qué mejor que celebrarlo con un rico anticucho y empanadas. Y la receta para estos anticuchos se las damos los usuarios de la Red de Salud Mental San Benito Menni.

Ingredientes: (para 6 personas)
12 fierritos o palos de brochetas.
1 kilo de posta o lomo vetado
2 cebollas bonitas
2 zanahorias
1 kilo de pulpa de cerdo
½ kilo de longanizas de Chillán
1 kilo de marraqueta
2 kilos de carbón para el fuego
1 rico pebre para acompañar

Preparación:
Corte la carne en trozos cuadrados no muy chicos.
Corte la cebolla en cuadros grandes y la zanahoria en rodajas.
Corte la longaniza en trozos y corte el pan en trozos.
Arme los anticuchos en el siguiente orden: carne de vacuno, cebolla, zanahoria, carne de cerdo, cebolla, longaniza, pan.
Prenda el carbón en la parrilla. Cuando esté el carbón en brazas, se colocan los anticuchos al fuego.
Hay que ir dándoles vueltas hasta que todo esté cocido, se le echa sal a la mitad de la cocción.
Sírvalos con unas papas cocidas y un poco de pebre.
¡Feliz 18 de septiembre! ¡Viva Chile Mierda!

UNA NOVEDOSA FIESTA CON MUCHO COLOR

Por los del Centro Día San Benito Menni

El día viernes 26 de Agosto fuimos al colegio de los Hermanos Maristas a la fiesta de disfraces, vendían completos y bebidas, el lugar era bonito y grande.

Ese día, después del almuerzo comenzaron los preparativos, todos nos vestimos con los distintos disfraces y nos preocupamos de los mínimos detalles, incluido el maquillaje. A las 4 de la tarde caminamos hacia el local del evento que quedaba a 2 cuadras del Centro Día San Benito Menni, en la calle Maturana y en el camino llamábamos la atención de los transeúntes con lo vistosos que eran los disfraces y algunos niños nos saludaban.

Cuando llegamos a la fiesta, los Hermanos Maristas nos estaban esperando con cotillón para que el evento fuera más entretenido y alegre. Estuvo buena y nos entretuvimos bailando mucho, la música era buena y pudimos compartir con nuestros familiares y compañeros de La Granja.

Entre todos participamos en juegos y concursos, donde hicimos el trencito musical para luego seguir bailando con la pareja. Había luces de colores y esferas muy bonitas y los disfraces eran de todos colores y estaban hechos con bastante imaginación, creatividad y preocupación.

A las 20.00 hrs finalizó la gran gala de disfraces con una gran participación de toda la Red San Benito Menni.

Con la fiesta nos sentimos alegres porque lo pasamos bien y nos relajamos soltando tensiones y a los trabajadores y trabajadoras les permitió olvidarse de sus problemas de la vida diaria por un rato.

Esperamos que todos lo hayamos pasado bien y que el próximo año sea mejor.

GRAN FIESTA DE DISFRACES

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del Sgdo. Corazón de Jesús

Era un día viernes 26 de agosto muy esperado por todos los usuarios de la Red, desde temprano empezamos a "apitucarnos" y prepararnos con nuestros disfraces que habíamos buscado con la ayuda de las cuidadoras y monitoras, todas ellas estaban muy preocupadas porque nosotros tuviéramos nuestros disfraces y todos disfrutáramos la fiesta.

Como 20 para las 4, llegó el bus para llevarnos a un colegio Marista que quedaba en Santiago Centro, ahí se efectuó la celebración y nos encontramos con todos los compañeros de la Red y todos estábamos disfrazados de diferentes personajes.

La fiesta fue muy entretenida, con mucho baile, música y juegos, más completos, bebidas, queques y te.

Avanzada ya la fiesta, llegó el momento culmine, donde los jueces debían escoger el mejor disfraz y todos nos paseamos para mostrar en detalle nuestros trajes, ganando el 1er lugar la tía Lili que estaba disfrazada de muñeca, el 2do lugar fue nuestro compañero Nector Ferrada con su traje de pollo y el 3er lugar fue para el Faraón de Santiago Centro, Fernando Muga.

La fiesta fue todo un éxito y terminó sin ningún desmán, nos vinimos a nuestros respectivos hogares y residencias súper contentos.

UN LINDO LUGAR EN LAS CONDES

Por los del Centro Día San Benito Menni

El viernes 29 de julio fuimos de visita al Centro Cultural Las Condes y vimos obras del artista chileno-alemán Ulrich Welss. Los cuadros que estaban colgados en la pared estaban hechos con materiales simples como papel, diarios y plástico, y pintados en acuarela y oleo. También había un cuadro bonito pintado en témpera, figuras hechas en cobre y papel maché. Las pinturas mostraban los problemas de la humanidad, como por ejemplo la pobreza y el egoísmo.

Este artista tenía bastante creatividad e imaginación, porque era sensible al sufrimiento humano porque en base a sus obras entendía los problemas de las personas.

La exposición mostraba 90 obras que representaban distintas etapas de su vida en 90 años.

La salida recreativa fue muy bonita, interesante, didáctica y explicativa, nos ayudó a conocer más sobre el arte contemporáneo, a adquirir nuevos conocimientos y reforzar otros porque el arte es un mundo por explorar.

ALMUERZO Y CUECA EN LA PARROQUIA

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del Sgdo. Corazón de Jesús

El sábado 20 de agosto tuvimos una actividad en la Parroquia Los 12 Apóstoles, concurriendo las residencias San Juan y San Benito Menni. Consistió en un rico almuerzo, comenzando con un rico consomé y luego un pollo asado con arroz y ensalada de lechuga y tomate, más un postre de jalea y jugo néctar para la sed.

Después del almuerzo bailamos cueca entre los compañeros y también un grupo folclórico nos deleitó con su música y baile. Después del esparcimiento, todos nos fuimos de vuelta a las residencias muy alegres y cansados de tanto bailar.

Ojalá este tipo de fiestas se hagan más seguido, porque nos sirve para compartir y conversar con los demás compañeros y pasar un rato ameno.

LOS LINDOS AVIONES

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del Sgdo. Corazón de Jesús

El viernes 5 de agosto fuimos a ver los lindos aviones, partimos después de almuerzo al Museo Aeronáutico y del Espacio que queda en Cerrillos, nos fuimos en la micro 109 mirando el paisaje de un día hermoso y soleado y todos fue muy bonito. Llegamos al museo y vimos unos aviones de combate, naves espaciales como el Apolo 11 en fotografía, también había helicópteros de Carabineros y nos subimos a los aviones, recorrimos todo el museo, nos encontramos con aviones MIG21 y también nos encontramos con una sala donde había animales voladores embalsamados, como murciélagos y lechuzas. Lo pasamos muy bien, conocimos muchos aviones y fue una tarde sensacional. Aprendimos y nos divertimos mucho.

Cerca de este museo también había una exposición de mascotas exóticas.

Visita de peluqueros voluntarios en la Red

Por los del Centro Día San Benito Menni

El día martes 19 de julio nos visitaron peluqueros voluntarios en la Residencia San Benito Menni, eran 4 hombres y 1 mujer, todos fueron muy agradables, amables y simpáticos, hacían todo con mucha paciencia y alegría e hicieron un buen trabajo. Fue una mañana amena porque pudimos compartir y conversar agradablemente con ellos, ya que eran personas sanas, muy educadas y entregadas a su labor.

Ah, uno de ellos, de nombre Ignacio y con una barba larga, frondosa y bonita, estaba de cumpleaños y le cantamos el "cumpleaños feliz".

Nosotros quedamos muy agradecidos y satisfechos porque lo hicieron bien y a todos no dejaron con peinados muy bonitos y elegantes, todos quedamos muy guapos y esperamos que vuelvan a visitarnos pronto, para mantener nuestros looks a la moda.

LA ARMONÍA EN LA FAMILIA

Por los del Centro Día San Benito Menni

El viernes 12 de agosto fuimos todos los del Centro San Benito Menni y Residencia Juan Pablo II a La Granja y tomamos unos refrigerios con todos los familiares, todos estuvimos alegres y contentos, todo fue didáctico y maravilloso.

Nos reunimos con las personas de La Granja en una parroquia del sector y fue una bendición muy hermosa y un encuentro muy religioso y armonioso. Fue un día de recogimiento y devoción a la Virgen y fue muy bonito y recreativo.

Ese día nos pudimos encontrar con nuestras familias, como nuestra mamá, papá, hermanos e hijos y usuarios y todos rezamos por la armonía de la familia.
También aprovechamos de ver bonitos alrededores y fue una actividad entretenida para los usuarios.

A las personas que asistieron a la ceremonia religiosa, les trajo una paz interior, ya que es un lugar sagrado y fue un evento muy satisfactorio para todos. Había un sacerdote que hizo la ceremonia muy bonita y el lugar era ideal para hacer oraciones profundas a Dios.

Le pedimos a Dios que nos ayude siempre.

MI VIDA, MI HISTORIA

DE VUELTA AL COLEGIO

Por Juan Acevedo

Desde finales de junio empecé a trabajar como asistente educacional en el colegio Gaspar Cabrales en la comuna de Los Álamos en la provincia de Arauco en la Octava Región.

A mis queridos compañeros de San Benito Menni los echaré de menos, pero vendré una vez al mes a visitarlos desde el sur.

En el colegio ayudaré a enseñar los ramos de Matemática y Lenguaje a niños de 1° y 2° básico.

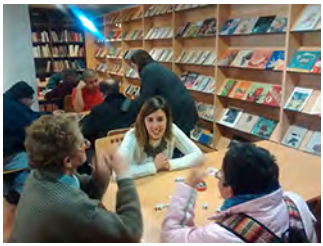
Estoy orgulloso y contento de la actividad laboral que inicio porque es muy interesante y bonita y ayuda a mi rehabilitación y reinserción social y laboral. Espero que me vaya bien en las actividades electivas y así me pueda sanar.

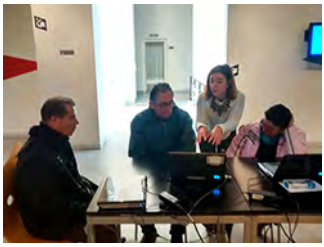
Nosotros como compañeros de Juan Acevedo le deseamos lo mejor y que le vaya súper bien en la vida porque es una buena persona.

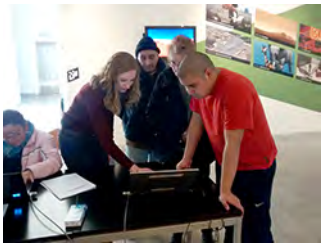
EL MUSEO, UN LUGAR INTERESANTE

Por los del Centro Día San Benito Menni

Fuimos de visita al Museo Español que estaba ubicado en Av. Salvador con Providencia.
El Museo exhibía cosas diversas y bonitas que son del agrado de todos, como mosaicos, pinturas y la geografía de España y de Chile.
También nos enseñaron juegos de mesa, como dominó, los dados y las cartas.
El lugar al ser visitado, la gente se lleva buena impresión de este, por sus bonitos diseños. Las guías del Museo eran bien bonitas y atentas y nosotros lo pasamos súper bien.







EL GRAN TALLER DE TÍTERES

Por los del CD San Benito Menni

Las tías del Mavi nos visitaron y nos vinieron a hacer un taller de títeres con género de colores y botones.

Lo pasamos bien y los títeres quedaron súper bonitos. Nos permitió desarrollar la habilidad manual y hacernos conscientes de que podemos lograrlo.

Las profesoras tienen buena voluntad para enseñarnos cosas y algunos estudian para enseñarnos más cosas.

EL GAM, UN BONITO LUGAR PARA APRENDER

Por los del Centro Día San Benito Menni

Fuimos al GAM de visita, lo que permitió adquirir nuevos conocimiento y reforzar otros.

El GAM es el Centro Cultural Gabriela Mistral, poetiza chilena que ganó un Premio Nobel de Literatura en 1945 y como homenaje a ella, este lugar lleva su nombre.

Habían varias exposiciones, por ejemplo una de Jazz chileno que mostraba cómo se inició esta música en Chile, también vimos una de Cuasimodo, donde había un video que mostraba esta fiesta religiosa católica en la que van a darle la comunión a los enfermo y "se corre al Señor y a la Virgen", paseando por las calles en carretones, a caballo y en bicicleta, adornados con flores y velas. Otra exposición que vimos fue una artesanía en greda que mostraba cosas interesantes.

El paseo estuvo entretenido y didáctico, lo pasamos maravilloso y súper bien.