



Hermanas Hospitalarias
RED DE SALUD MENTAL SAN BENITO MENNI

Nubes Blancas

El boletín de los usuarios de la RED

Nº 19
Año 2018



SECCIONES:

Los Escritores Rimas, poemas y algo más	2
A mí me gusta	3
Noticias de la Red	4-5
Noticias al Paso	6
Aconsejanzas Cocinando en la Red	7
Rimas, poemas y algo más Noticias de la Red...en el tintero	8



VACACIONES ENTRETENIDAS

Nos gusta vivir
en la Red



Cambio de mando para un nuevo Chile

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!!!*



RIMAS, POEMAS Y ALGO MÁS



Feliz Día a la Mujer

Por los del Centro Día San Benito Menni

La mujer es lo más lindo del universo, lo más perfecto, son flores delicadas, es el núcleo básico de la familia y la sociedad...y en este Día de la Mujer, queremos felicitarlas por este día tan especial y muchas felicidades para todas las mujeres del mundo.





Nos gusta vivir en la Red

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

Nuestro modo de vivir en la Red es usual y entretenido, nos levantamos temprano en la mañana, nos bañamos, hacemos las camitas y bajamos a tomar desayuno a las 8.30 de la mañana y comienza el día con muchas actividades. Las actividades se organizan por talleres o trabajos diarios y en la Red tenemos distintas actividades y talleres, como los días lunes tenemos asamblea, los días viernes tenemos taller de belleza donde las mujeres maquillan a

las mujeres, hacemos taller de gimnasia con don Michael, bailamos, cantamos, tenemos a la Hna. Milagros que nos hace ceremonias religiosas una vez a la semana, también hacemos taller de pintura y de lectura en la Biblioteca de la Municipalidad de La Granja y aprendemos computación con la Srta. Isa.

Nosotros vivimos felices en San Benito Menni, porque no nos falta la comida, la ropa limpia y siempre salimos a

pasear a alguna parte, vamos al zoológico, a la piscina, a la playa, al campo, al cine, a comer afuera, a vitrinear en el mall del 14 y una vez al mes vamos a comprar los útiles de aseo a la feria o al Líder según como nos acomode a cada uno.

...Y así vivimos felices en la Red.





Vacaciones Entretenidas

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

Casi al final del verano fuimos a comer al restaurant. Un grupo fuimos en vehículo de la Hermana Viviana con la tía Isa y la tía Andrea, tranquilamente y alegres a la Piccola Italia. Comimos pan calentito con mantequilla, lasaña, jugos naturales y copa de helado, nos atendieron de primera y el lugar era muy elegante e higiénico. Se pasó estupendamente aunque tuvimos que esperar que nos atendieran, pero estaba todo muy rico y bueno.

El día miércoles de los enamorados salimos a Pirque a almorzar a un restaurant que se llama la Vaquita Echá, nos gustó porque había un cantautor que cantaba canciones mientras comíamos. Nos acompañaron la tía Cony, Isa, Andrea y tía Vivi. Comimos empanadas de pino y queso, pasteles de choclo, costillar de cerdo, papas fritas y postres helados y leche asada. Nos gustó mucho ese lugar ya que era muy agradable y al aire libre, rodeado de campo y una atención excelente de los mozos.

Gracias a nuestros ahorros semanales y a querer salir en vacaciones nos resulto esta salida.





La película de Marta a las 8

Por los del Centro Día San Benito Menni

El sábado fuimos al MAVI a ver la miniserie "Marta a las 8" donde actuamos los protagonistas de San Benito Menni.

Había harta gente, personalidades del Consejo Nacional de Televisión, el Director del Psiquiátrico, gente del MAVI, Corfapes, apoderados y otras personas con discapacidad.

El video de Marta a las 8 fue proyectado en la pared a tamaño grande y fue emocionante verse en la pantalla, estuvo entretenida la película y podríamos recibir un premio como el Oso de Oro, pero nos dieron una premiación por el éxito de la miniserie que consistía en un libro, un lápiz y una chapita.

Durante todo el seminario había coctel de galletas. Lo pasamos bien, fue un éxito la reunión en el MAVI.



GALERÍA "SEMINARIO: MUSEO, ARTE Y SALUD". Fotos de Freddy Ibarra <http://www.mavi.cl/2018/03/13/galeria-seminario-museo-arte-y-salud/>





Un Oscar para Chile

Por los del Centro Día San Benito Menni

El domingo nos sentimos orgullosos del triunfo de Chile en la ceremonia de los "Óscar" en Hollywood, Estados Unidos, porque ganó Chile haciendo una gran hazaña, donde lo premiaron como mejor película extranjera, que se llamaba "Una mujer fantástica".

Es la historia de una mujer que tenía sentimientos encontrados porque se sentía mujer en un cuerpo de hombre, era una persona transgénero y se enamoró de un adulto mayor y la sociedad la discriminó y su familia también, al igual que a nosotros nos discriminan a veces.

Ya que Chile gana pocas veces, ahora fue la oportunidad de ganar en el cine y nos dio una gran alegría, felicidad, emoción y orgullo de ser chileno y de que Chile haya ganado por segunda vez un Oscar. Es un honor para Chile y América Latina, porque les hace entender a los estadounidenses que en esta zona del planeta también hay gente con demasiada creatividad e imagi-



nación; encontramos que esta estatuilla la ganamos de buena ley y este logro alcanzado por Chile va a perdurar en el tiempo y esto demuestra que las personas al tener espíritu de superación, las cosas les resultan bien.

Cambio de mando para un nuevo Chile

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

Ayer domingo 11 de marzo entró un nuevo presidente de la República chilena, se dio inicio en el Congreso al cambio de mando de la Sra. Bachelet al nuevo presidente Piñera, se hizo el cambio de banda presidencial y la piocha de Bernardo O'Higgins.

Pudimos presenciar toda la ceremonia por la televisión y la señora del Presidente Piñera, Cecilia Morel, parecía una majestuosa pareja emblemática y también pudimos apreciar a toda la familia. También presenciamos en la televisión la muy hermosa ceremonia visitada por autoridades de distintos países como Jamaica, Bolivia, Paraguay, Argentina y España. Todas las personas que despidieron a la ex presidenta de la República Michelle Bachelet, le cantaron el himno nacional y fue emocionante y majestuoso para ella y para todos.

Para estos 4 años de mando, el presidente tiene la responsabilidad de responder al pueblo y el pueblo tiene la oportunidad de alzar su voz

para unir las ideas sin causar desorden ni protestas. Algunos chilenos están contentos con el Sr. Presidente y espera que entregue su sabiduría a Chile, y otros chilenos creen que no es un buen presidente porque no se preocupa de las personas con escasos recursos.

Nosotros esperamos que sea como la ex presidenta Bachelet y aún mejor porque tiene mucha formación e inteligencia y esperamos que apoye a los chilenos con discapacidad, especialmente a los con discapacidad mental.

Esperamos una gran nación para Chile.



ACONSEJANZAS

Las hojas de las verduras sirven para la salud del ser humano

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

Viva la betarraga, la zanahoria y el apio porque sus hojas sirven bastante para la salud, porque contienen vitaminas y proteínas para la sangre, el cuerpo y el organismo; no botando esas hojas y ocupándolas porque hacen bien para la salud.

Se pueden usar cocidas o crudas, en tortillas, batidos verdes, budines, arroz, porotos, sopas, ensaladas y en el té, sin importar si está frío, caliente o tibio.

Estas hojas también pueden ser beneficiosas para el estómago y hay que averiguar si existen cremas dermatológicas de estas hojas.



COCINANDO EN LA RED



Receta para saborear una rica sopa de hojas de apio

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ



Ingredientes:

- Hojas de apio
- Cebolla
- Zanahoria
- Ajo
- Huevo
- Sémola o cabellos de ángel

Preparación:

Hervir agua, en un sartén freír la cebolla, el ajo y la zanahoria. Juntar las verduras picadas chiquitito con el agua hirviendo y agregar las hojas del apio picaditas, la sémola, la sal y al final agregar un huevo batido y revolver.

Esperar a que pegue un hervor y servir los platos de esta sopa deliciosa.

RIMAS, POEMAS Y ALGO MÁS



Adopte a Fermín, un perro macho

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

Fermín es muy educado y respetuoso con la gente, no muerde y le gusta jugar con juguetes, es muy regalón, le gusta recibir cariño y es muy inteligente.

Es un perro pequeñito y de pelaje blanquito como un copo de nieve, tiene 2 a 3 años de edad y le gusta jugar con la pelota.

Es una inocente criatura que necesita un hogar, nosotros lo estamos cuidando mientras lo encuentra y escribimos este mensaje para que Ud. Pueda dar acogida a un miembro más en su familia.

Nosotros como "Nubes Blancas" estamos buscando una casa para Fermín y esperamos que este llamado tenga una buena acogida.



NOTICIAS DE LA RED



en el tintero

Año nuevo en San Benito Menni

Por los del Centro Día San Benito Menni

El último viernes del año 2017, compartimos el último almuerzo del fin de año con todos los compañeros del Centro Día San Benito Menni, fue un almuerzo opíparo y exquisito y celebramos con Ginger Ale con heladito, comimos pollo con papas fritas, pan de pascua y helado con fruta y estaba riquísimo.

Antes del almuerzo hicimos una ceremonia en que escribimos todo lo malo del año que se va y luego lo quemamos en el patio en un tarro de metal como ritual para quemar todo lo negativo y las malas vibras del año viejo.



Esperamos que este año sea mejor para nosotros en lo social, personal, humano y económico y para todo el país esperamos que se pase lo mejor posible y sin adversidades.

También esperamos que en el mundo no ocurran más guerras, ni enfermedades nuevas e incurables.