Hermanas Hospitalarias
RED DE SALUD MENTAL SAN BENITO MENNI

Nubes Blancas

El boletín de los usuarios de la RED

Nº 32
Año 2019

SECCIONES:

Los Escritores Noticias al Paso	2
Noticias de la Red	3-7
Mi Vida, Mi Historia	8

Gran Fiesta de la Primavera

Olimpiadas 2019

DÍA DE LA SALUD MENTAL

FIESTAS PATRIAS

Mi vida, mi historia
Lili Orellana

Noticias al Paso

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!!!*

NOTICIAS AL PASO

Manifestaciones en todo Chile

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

Desde el viernes 18 de Octubre hubo manifestaciones en Santiago por el alza del Metro, la gente hizo cacerolazos en todas partes, hubo marchas pacíficas, pero hubo gente que saqueó supermercados e hizo barricadas y fallecieron 10 personas. Ahora las micros están funcionando bien y los autos también, pero el Metro solo funciona parcialmente porque hay estaciones que hay que reparar porque las quemaron.

Salieron las fuerzas militares y carabineros a resguardar el orden del país.

Está malo que hagan desorden y destruyan por que nosotros que no hacemos nada "pagamos los platos rotos".

Despedida de la Señorita Coni

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

A fines de agosto nos juntamos en la Residencia San Benito los usuarios de la Residencia San Juan y el Hogar San José de la Estrella, como a la una y media estábamos todos juntos ahí. Nos juntamos especialmente para darle la despedida a la tía Coni, la jefa del Centro Día porque se iba de la Red después de 6 años. Ella era muy trabajadora, compasiva, sencilla, humilde, amable y simpática pero estricta.

En la despedida se emocionaron varios, hubo lágrimas y le deseamos buenos augurios y mucho éxito donde vaya y que le vaya muy bonito y disfrute mucho lo que haga y su trabajo. La echaremos mucho de menos y esperamos verla de nuevo por aquí. Nos dejó lindos recuerdos.

Los recordaremos para siempre

Por los del Centro Día SBM

En agosto llegó un grupo de enfermería de la Universidad Mayor a hacer una pasantía de 5 semanas en la Residencia Juan Pablo II y en el Centro Día San Benito Menni, eran 6 estudiantes, 2 hombres y 4 mujeres, nos hicieron talleres de hábitos saludables, como enfermedades de trasmisión sexual, higiene y cuidado personal y alimentación saludable, también nos hicieron una ficha a cada uno con el estado de salud y los signos vitales, fue muy agradable y nos sirvió su compañía porque eran muy profesionales, eficientes y amables. El jueves 12 de septiembre fue la clausura de su pasantía y prepararon una despedida con cosas para comer más saludables y con poca azúcar y poca sal. Fue una despedida bonita y emotiva y les deseamos que tengan mucho éxito en su vida y en los proyectos que propongan.

Emotiva despedida

Por los del Centro Día SBM

El día jueves 5 de septiembre y el viernes 6, nos despedimos de Azalea, un día en el Centro Día San Benito y el otro en la Residencia Juan Pablo II.

Ella es una tierna y simpática estudiante en práctica, era muy cariñosa, atenta y proactiva y siempre nos preparaba té para el frío.

Ella trajo el "comistrajo" para su despedida, galletas, queque y bebida y nosotros le escribimos mensajes en la pizarra y en el diario mural deseándole lo mejor para su carrera profesional y para su futuro. Nosotros nos sentimos bien con ella y muy agradecidos porque nos dejó mucho amor.

Feliz día de la unción

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

El miércoles pasado nos reunimos los 3 hogares de La Granja en el Santuario de la Inmaculada Concepción que está en el 25 de Santa Rosa. Nos estaban esperando para una misa dedicada a todos los enfermos, la misa duró 1 hora y el padre nos puso la unción de los enfermos en la frente y en las manos con aceite haciendo una cruz y también comulgamos y cantamos, fue muy bonita la ceremonia. Después de que la misa terminó, fuimos a tomar una rica once en el comedor del Santuario, había te, queque, galletas y sopaipillitas, estaba todo exquisito y el comedor estaba llenito de gente. Lo pasamos bien y nos sentimos en la Paz del Señor Jesús.

Novedosa inauguración de las fiestas patrias.

Por los del Centro Día SBM

El lunes 16 de septiembre se hizo el TE DEUM de fiestas patrias en la Residencia Juan Pablo II, participamos los de la Red de Santiago Centro y vinieron los de la Administración, la Hermana Milagros, don Claudio y la Sra. Ximena; el tema central fue de acción de gracias por nuestra patria y por la vida.
Después bailamos cueca y brindamos con helado y jugo y después nos fuimos al Mercado Tirso de Molina a almorzar, algunos comimos pescado frito con puré o con arroz, otros comimos una empanada de pino de horno y un postre de tutti frutti. Estuvo bonito el almuerzo y rico, lo disfrutamos y nos atendieron muy bien y nos dieron una tarjeta por si queríamos volver.

Feliz 18 de Septiembre

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

El lunes 16 de septiembre nos juntamos todos los usuarios de la Residencia San Benito, Residencia San Juan y Hogar San José en la Residencia San Benito Menni a celebrar Fiestas Patrias con baile, terremoto de mentira y un Te Deum, bailamos cueca y cantamos la canción nacional. Después nos fuimos a almorzar al restaurant El Buen Amigo y todos nos fuimos y volvimos en bus. Comimos costillar de cerdo blandito con papas fritas u ensalada y toda clase de bebidas y de postre un pedazo de torta. Estaba delicioso, la atención fue magnífica y la coordinación muy buena. Lo pasamos muy bien gracias a Dios y quedamos contentos y felices, como la guatita estaba llena y la comida estaba rica, quedamos con el corazón contento.

Cantando felices en el Mall

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

El 5 de septiembre nos preparamos y fuimos a la Municipalidad de La Granja a tomar el bus para ir a cantar con "El Coro de la Inclusión" al mal del 14, el Florida Center.
El concierto fue en la Biblioteca Viva, cantamos como una hora canciones folclóricas y melódicas y la Antonia bailó cueca con un joven del público.
Lo pasamos bien, nos aplaudieron y había mucho público y el canal 7 nos grabó.
Nos sentimos felices y muy bien con el público que nos aplaudía.

Felices fiestas de la Primavera

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

El viernes pasado, 27 de septiembre, nos preparamos, algunos nos compramos ropa de colores todos nos pusimos collares y cintillos de flores y una pulsera de seguridad que nos dio la Policía de Investigaciones por si nos extraviábamos. Toda la Red nos juntamos en el colegio de los Hermanos Maristas Alonso de Ercilla en Santiago Centro. Llegamos y nos estaban esperando las anfitrionas y profesores del colegio, estaba todo lindo, lleno de adornos primaverales, estaba todo ordenado. Algunos cantaron, otros bailamos, hicimos un desfile de moda, escogimos al rey y a la reina de la primavera, la Marcia Lagos y Manuel Egaña, ganamos premios y comimos completos, queque, bebidas y te. Cada uno pagó $3000 para el bus y para comprar la comida, y lo que se recaudó es para nosotros mismos para salir de paseo.

Lo pasamos lo más bien, nos encontramos con gente conocida del colegio y fueron muy amables y cordiales.

Gran Fiesta de la Primavera en el Alonso de Ercilla

Por los del Centro Día SBM

El viernes 27 de septiembre fuimos a una fiesta al colegio Alonso de Ercilla para darle la bienvenida a la primavera. Fue toda la Red de Salud Mental San Benito Menni y un grupo de profesores actuó como anfitrión y organizador y ellos animaron la fiesta. También tuvieron una participación importante los colaboradores de la Red para que esto tuviera éxito, se preocuparon de nuestra vestimenta, que fuéramos arreglados para la ocasión, con ropa, coronas y collares de flores y a las mujeres las maquillaron y nos animaron a participar.

Las actividades estaban programadas para las 4 de la tarde y empezaron con el karaoke y a los que participaron les dieron premios, también hubo baile y desfile de la primavera para elegir al rey y a la reina de la primavera y también hubo venta de completos, queque, bebida y jugo.

En el transcurso del tiempo se ha establecido un vínculo afectivo entre los profesores y los usuarios de la Red porque van 4 años de celebración especial.

Esta fiesta nos permitió entretenernos y relajarnos y olvidarnos por un rato de los problemas de la vida diaria. Esta fiesta nos alegró a todos porque participamos en todas las actividades preparadas, también por la compañía y por los alimentos.

Damos las gracias al Instituto Alonso de Ercilla por escogernos un año más para su actividad social y aportarnos con recursos para hacer la fiesta y para una futura actividad.

Día de la Salud Mental en la Plaza Yungay

Por los del Centro Día SBM

El jueves 10 de octubre fue el Día Mundial de la Salud Mental y nosotros fuimos a la Plaza Yungay a celebrar con una exposición de trabajos artesanales hechos por usuarios de diferentes centros de rehabilitación, regalaban folletos para que la gente se informara más a fondo de los problemas de la salud mental que hay en Chile.

Nos gustó participar en la comunidad del Barrio Yungay porque estábamos en un ambiente de No Discriminación y nos sentimos acogidos por la comunidad y el entorno, nos gustaron los árboles de la plaza y la escultura del Roto Chileno. Este tipo de actividades deberían ser más seguidas para que la gente estuviese informada todo el tiempo sobre la Salud Mental.

Mente - Cuerpo

Por los del Centro Día SBM

En el Día de la Salud Mental los del Centro Día San Benito Menni y de la Residencia Juan Pablo II celebramos con baile, música, concursos y ricos completos y bebidas y con una gran participación de nosotros los usuarios. Lo más entretenido fue el concurso, una trivia de Salud Mental y también de actualidad. También contamos testimonios de vida y de cómo nosotros habíamos llegado a la Red. Nos permitió a los usuarios ver la vida en forma positiva y darnos a conocer al resto de los compañeros.

La actividad estuvo bien organizada por don Rodrigo, la Bernardita, la Sra. Edith y la Sra. Amalia, lo pasamos bien y quedamos felices.

Un paseo de ultratumba

Por los del Centro Día SBM

El martes en la salida comunitaria hicimos una tenebrosa visita al Cementerio General en Recoleta un grupo de usuarios del Centro Día San Benito Menni. Nos fuimos en Metro y nos bajamos en la Estación Cementerio y entramos e iniciamos el recorrido por las tumbas y mausoleos en algunos sectores, como donde está la tumba de Violeta Parra, el mausoleo de los viejos crack de Colo Colo, el mausoleo de la novia y buscamos el patio 29 donde se recuerda a los detenidos desaparecidos, pero no lo encontramos. En general la visita fue muy hermosa por que pudimos ver otras tumbas y mausoleos muy bonitos por su arquitectura y diseño. Hay que recordar siempre a todos los difuntos del cementerio, especialmente a nuestros seres queridos.

+ FOTOS FIESTA PRIMAVERA

Olimpiadas de la Discapacidad 2019

Por el grupo del CD Nuestra Sra. del SCJ

El miércoles 16 fuimos a las Olimpiadas de la Discapacidad, fuimos casi todos los usuarios de la Red, San Benito, San Juan, San José y Santiago Centro. Aunque fue largo el viaje en bus, lo pasamos bien en la competencia, participamos en dominó, en bochas, baby futbol, zumba y atletismo. También cantamos con el profe Jaime Maturana y fuimos muy aplaudidos. Tomamos jugo y comimos sándwich de pollo con mayo. La participación estuvo buena, algunos ganaron y otros empataron, a todos nos dieron diplomas y algunos recibieron medallas. Lo pasamos muy bien con todos los que nos acompañaron, las cuidadoras y el equipo técnico. Volvimos contentos y alegres de las Olimpiadas.

Recreativo momento olímpico

Por los del Centro Día SBM

El miércoles 16 estuvimos en las Olimpiadas de la Discapacidad en el Estadio Nacional, fuimos la mayoría de los usuarios. Había muchas instituciones participando en los diferentes deportes, fue bien entretenida la competencia futbolística y también otras disciplinas deportivas como el ping pong. Algunos nos quedamos en las galerías haciendo barra y comiendo sándwich y tomando jugo. Lo pasamos bien, nos entretuvimos harto y vimos gente nueva de otros hogares.

MI VIDA, MI HISTORIA

Mi nombre entero es Liliana de Las Mercedes Orellana Hernández y nací el 1° de abril de 1954 y he vivido toda mi vida en Santiago. Hasta los 9 años viví en una casa de 2 pisos, en Andes con Juan Miranda y ahí fue donde crecí, jugué, corrí y me desarrollé como niña. Después viví en la calle Chacabuco hasta los 18 años, ahí fue donde pasé mi adolescencia y ya en esos tiempos me deprimía, empezaron a manifestarse los primeros síntomas de la esquizofrenia, nunca pololeé, era muy casera y en mi casa había muchos problemas. Después nos cambiamos a Herrera donde he pasado mi vida de adulto y todavía vivo ahí. A los 19 años entré a estudiar a la Universidad de Chile, Química y Farmacia, me demoré 6 años en terminar la carrera y titularme, me costó al principio porque tuve que nivelar los estudios por que la U. de Chile era muy exigente. Empecé a trabajar como Directora Técnica de una farmacia chica que estaba cerca del Hipódromo, después me fui a trabajar al Hospital Sotero del Río por 4 o 5 años y después trabajé en otras farmacias. Pero la que más me gustó, fue una donde trabajé en el turno de noche porque sacó lo mejor de mí como profesional, en total trabajé 20 años en farmacia a pesar de que a los 18 años de edad se me declaró la esquizofrenia, mi familia no me dijo y me motivó a seguir estudiando y luego trabajando, ellos estaban conscientes de que en algún momento me vendría una crisis que me discapacitaría y esta llegó a los 52 años, estuve 2 años en la casa sin tratamiento, teniendo alucinaciones auditivas y visuales y con insomnio, después me llevaron a un consultorio cerca de mi casa y ahí supe que tenía esquizofrenia paranoide, al saberlo me puse a llorar porque creí que no podría llevar mi vida en forma normal. Después estuve un año esperando que me llamaran del Hospital San Borja, donde me atendió un psiquiatra y me dio medicamentos, también me atendió una terapeuta que me derivó a San Benito, eso fue en septiembre del 2009 y de ahí que empecé a venir a la Red, que en ese tiempo se llamaba Centro de Rehabilitación Psicosocial y fui tratada por los profesionales de acá. Llegué muy mal, desorientada y perdida y me fui recuperando de a poco con el apoyo del psiquiatra, de los medicamentos y de los que trabajaban acá, la Srta. Ximena, don José y Francisco Rivas. Llevo 10 años acá, llegué a los 55 y he trabajado, he hecho cursos de capacitación laboral gracias a que acá me han motivado aunque no ha sido fácil, estar acá es como mi segunda casa, porque paso muchas horas en talleres y compartiendo con mis compañeros, eso me ayudó a rehabilitarme socialmente porque había pasado mucho tiempo sola y había pedido esas habilidades.