

# EL RINCÓN DE ATAFES



**NÚMERO 18**  
**OCTUBRE 2018**





**ÍN****DI****CE**

Edita: ATAFES 2018  
Maquetación: JUANJO ALCÁNTARA

**EDITORIAL**

UN USUARIO SIN CAPIROTE DE PAPEL	3
SALUDA DE LA JUNTA DIRECTIVA	4

**PERSONAS, ENTREVISTAS Y RECUERDOS**

ENTREVISTA M <sup>a</sup> ÁNGELES NUÑEZ (Concejala de Cultura, Personal, Servicios jurídicos y Centro de Acogida de Animales)	5
AURELIO DE LEÓN	6
MARGARITA FUENTES	7

**HISTORIAS Y EXPERIENCIAS DE ATAFES**

LA ESPERANZA EN SALUD MENTAL	8
ANGEL Y LEPONEX	8
EXPERTO x EXPERIENCIA	9
BODA EN ATAFES	10
MI EXPERIENCIA EN LOS INSTITUTOS	11
DANDO LA NOTA	12

**CONOCIENDO ATAFES**

VOLUNTARIADO EN SALUD MENTAL	12
PRÁCTICAS EN ATAFES	13

**OCIO Y CULTURA**

14-15

**PARTICIPACIÓN Y RECUPERACIÓN**

I JORNADAS DEPORTE Y SALUD MENTAL	16
VOLUNTARIADO Y RECUPERACIÓN PERSONAL	17

**SOLIDARIDAD**

COLABORACIÓN LA CAIXA	18
APORTACIÓN CULTURAL	18
SOLIDARIDAD EN ESCENA	19

**ENTRETENIMIENTO**

RECETAS DE COCINA	20-21
CRÍTICA DE CINE	22
ACERTIJO Y POESÍA	23

**TEATRO DE SENSIBILIZACIÓN**

24

ATAFES EN LA PRENSA	25
AGRADECIMIENTOS	26



## Editorial

# Un usuario sin capirote de papel

Escribía Baudelaire: "Son más bellos los sueños del loco que los del hombre sabio". ¿Dónde estás? Te veo desde aquí, perdido en los meandros de la mente. Loco, dicen tus ojos, pero cierra tu boca. Loco, susurran las calles, llenas a rebosar de cuerdos infelices. ¿Dónde estás? Ah, mísero de mí, ¿Por qué huyen? ¿Acaso no somos uno más? ¿Y la etiqueta? No somos ropa de abrigo. Hay quien se la quita y la pisotea. No, loco, no, uno más. Pero la sociedad nos aparta, nos margina, nos teme. No, loco, no, llámame usuario. Nos empoderamos. Exigimos nuestros derechos. Abrimos de par en par las puertas de nuestra mente. Al fin y al cabo, somos uno más. Aquí no quedan locos, ni aquí ni en ningún otra parte. Estamos convencidos de que debemos tomar nuestra medicación, integrarnos. La locura es algo del pasado, cuando no había medicación. Sin embargo, ahí siguen las hordas de Los Cruels, creyéndonos diferentes y peligrosos. ¿No ven tus ojos que somos iguales? Que reímos, que hablamos, que vivimos, de idéntica manera. ¡Que sufrimos! Aún más si cabe. Por tu incompreensión. Y que queremos vivir, continuar viviendo.

Y si hablamos de sueños, nosotros sí que sabemos de sueños, vívidos, intensos, duros a veces, en ocasiones jocosos. ¿Y qué soñamos? Soñamos con un mundo mejor, donde la enfermedad no sea una carga social añadida a los usuarios. Y nos llamamos usuarios porque llevan siglos llamándonos locos, apartándonos a un lado, atándonos a un árbol. Y los nuevos vientos nos han bautizado con otro nombre: Los invisibles. Estamos, si, pero no nos conocen. Salimos en los medios, que nos tratan un poquito mejor, aunque todavía se ven titulares de este jaez: Un esquizofrénico mata a... Un enfermo mental destruye el... ¿Por qué no decir un enajenado? ¿Y por qué decir que es un enfermo mental?

Para dar más información dirán. Sí, pero, ¿Por qué debemos salir en la prensa como enfermos mentales violentos y no como ciudadanos que tienen un momento de debilidad y se cargan el ruidoso agapornis del vecino? Porque nadie en la prensa dice: Un miope mata a... Un griposo



destruye el... Y es que, amigo Sancho, no todos los locos son iguales. Diría don Quijote.

Los esquizofrénicos no tienen una naturaleza violenta de por sí. Sería como decir que por haber nacido en Lepe, todos son graciosos, de color verde y viven en cuevas. Pues no, también debe haber Leperos que sean de color amarillo fosforito. Variedad hay para dar y tomar, y pedimos, más bien exigimos, un poquito de normalidad y de sentido común.



## INCERTIDUMBRE

Una vez más sacamos a la luz el "RINCÓN DE ATAFES", nuestra revista. Y en esta ocasión, desde la Junta Directiva, titulamos nuestra reflexión como incertidumbre, porque creemos que es el signo de los tiempos en que nos ha tocado vivir.

Hoy en día tenemos una sociedad cada vez más segura, pero nosotros no estamos seguros de casi nada. Tenemos acceso fácil a cantidades ingentes de información, pero no sabemos si esa información es verdadera o está manipulada. Los cambios en nuestra sociedad son tan vertiginosos que no sabemos, ni casi podemos imaginar, lo que va a ocurrir al día siguiente. Vivimos en ciudades cada vez más grandes y masificadas en las que estamos hacinados, pero casi no conocemos a nuestro vecino de piso o escalera. Generamos toneladas de basura

diariamente y no sabemos producir casi nada por nosotros mismos. Las parejas no tienen hijos por la incertidumbre en la que viven sin tener seguridad en el trabajo, la vivienda, el lugar de residencia...

Hasta hace poco el futuro de un hijo estaba casi asegurado diciéndole "tu hijo estudia una ingeniería que ya verás como el trabajo sale solo". Claro, que a la vista de los hechos de hoy, cuando un ingeniero tiene que ir a Alemania, EEUU, ... o quedarse aquí trabajando de camarero, no sabemos cuál debe ser nuestro consejo.

En nuestra Asociación sabemos que seguiremos existiendo el año siguiente, pero nos queda la incertidumbre de no saber si el presupuesto será suficiente para cubrir las necesidades imprescindibles o

tendremos que buscar otras fuentes alternativas de financiación cada vez más difíciles de encontrar, o simplemente no podremos contar con la financiación suficiente para trabajar por nuestros objetivos.

Por todo ello debemos reflexionar y tener muy claras nuestras prioridades y nuestros objetivos, saber quiénes somos, de dónde venimos y dónde queremos ir. Amigos, tenemos que saber qué podemos esperar de esta sociedad convulsa que circula cada vez más deprisa.

Por esta razón necesitamos contar con todo vuestro apoyo y colaboración, que nos permitirá ser fuertes y enfrentarnos a los innumerables obstáculos e incertidumbres que nos vamos a encontrar por el camino.





# ENTREVISTA a María Ángeles Núñez

## Concejala de Cultura de Talavera de la Reina

Estimada María Ángeles, como ya sabrá, ATAFES edita una revista anual llamada "EL RINCON DE ATAFES". En dicha publicación damos a conocer la actividad y eventos más destacados de la asociación entre otros contenidos. Esta revista también tiene una sección de entrevistas a personas que, desde la Asociación, estimamos de relevancia y colaboran con nosotros.

Este año los usuarios de ATAFES, reunidos en Asamblea, hemos propuesto las siguientes preguntas y decidido trasladárselas a usted para conocer su opinión acerca de los temas que se plantean.

Aprovechamos para agradecerle su colaboración en este y otros asuntos.

**¿Qué conocimiento y opinión tiene usted de ATAFES?**

Creo que es admirable la labor que lleváis a cabo desde ATAFES, tanto con los usuarios como con sus familias. Conozco vuestro trabajo desde hace muchos años y tenéis todo mi respeto y admiración por el enorme esfuerzo que realizáis.

**¿Qué conocimientos tiene en el ámbito de Salud Mental?**

Dada mi profesión no tengo un conocimiento muy amplio, pero sí es cierto que a menudo trato con personas con problemas de salud mental y me llama la atención su capacidad de superación. De las personas que forman parte de este colectivo destaco sobre todo el interés que tienen por acceder al ámbito laboral. Como sabéis, en el Ayuntamiento estamos tomando medidas al respecto, por lo que reservamos un 2 por ciento de las plazas para este colectivo.

**¿De qué forma se tiene en cuenta y se incluye a las Asociaciones de la ciudad en la programación cultural?**

Si veis la programación cultural, por ejemplo, en el mes de junio cedemos los teatros municipales gratuitamente, y el resto del año facilitamos diferentes espacios para dar visibilidad y ayudar a todas las asociaciones para que consigan fondos para sus diferentes proyectos.



**¿Qué porcentaje de personas con discapacidad trabajan en la concejalía de la que es usted responsable?**

Alrededor de un dos por ciento.

**En la asamblea en la cual los usuarios de ATAFES elaboraron esta entrevista surgió una idea, Realizar un concurso/certamen de relatos cortos sobre la discapacidad y desde la discapacidad. ¿De que mecanismos o procedimientos disponemos las Asociaciones para hacer llegar este tipo de propuestas a su concejalía?**

Os tomo la palabra y con esta pregunta me pongo a vuestra disposición para que me hagáis llegar la propuesta directamente, tenéis abierta la puerta de mi despacho.

**¿Nos gustaría conocer también si existen o se pueden establecer formas de coordinación y colaboración entre la concejalía de Cultura y ATAFES para desarrollar actuaciones de sensibilización en materia de Salud Mental?**

La competencia de la sensibilización de salud mental no es del Ayuntamiento, pero sabéis que podéis contar con el equipo de Gobierno y con la concejalía de Cultura para cualquier acción que queráis promover.



Organismo  
Autónomo Local  
de Cultura

# ENTREVISTA a Aurelio De León

## Socio de Atafes

*Aurelio de León es una persona conocidísima en Talavera de la Reina. Fue párroco de San Andrés, y una persona muy interesada y participativa en diferentes colectivos sociales de la Ciudad. Fundador de una Asociación Socio-Cultural que lleva su nombre y que desarrolla una importante labor social.*

*Aurelio de León es socio de ATAFES desde 1995 y aún sigue interesándose por las actividades que realizamos y colaborando con nuestra Asociación siempre que se le solicita.*

### ¿Cómo conoció y tomó contacto con la Asociación?

Fue por los primeros años de 1990, cuando conocí la Asociación a través de Argimira y después me puse en contacto con ella en el año 1994, en el centro que tenía la Asociación en la calle Comuneros de Castilla. Allí vi algunas de las actividades que realizaban las personas con problemas de Salud Mental y conocí a Natalia, la Trabajadora Social, que me explicó los objetivos principales de la Asociación, lo que me animó a trabajar con ella en la medida de mis posibilidades. Durante algún tiempo fui secretario de la Directiva.

### ¿Qué le movió a formar parte de ATAFES y participar en su actividad?

La razón principal que me movió a participar en las actividades de la Asociación y ayudar a sus miembros, fue la conciencia de que la vivencia cristiana es una exigencia de atención a los más débiles, y entre ellos, yo consideré ayudar a los y las personas con problemas de Salud Mental que atiende ATAFES.

Al no poder actuar dentro de Cáritas Interparroquial busqué otros lugares donde poder hacer realidad mi convicción de atender a toda clase de necesitados, implicándome en las diversas soluciones que se pudieran encontrar.

### ¿Cuál era la situación de partida cuando comenzaron a andar con la Asociación?

En aquellos momentos, las personas con problemas de Salud Mental no tenían una atención particular. Fueron unos Psiquiatras de Centro Regional de Salud los que animaron a los familiares de estas personas a que se uniesen y constituyeran la Asociación, contactando con la Confederación Nacional de Salud Mental España.

### ¿Cómo valora la evolución de ATAFES y su trabajo en estos años?

Lo valoro muy positivamente, partíamos de cero y hoy es una Asociación muy consolidada y con reconocimiento oficial, contando con bastantes medios, aunque no suficientes, para atender a las personas con problemas de Salud Mental.

### ¿Cuáles fueron las mayores dificultades encontradas en el camino?

Como suele pasar, los principios no fueron fáciles, porque se carecía del apoyo económico necesario para poder realizar su labor. Además los mismos familiares de las personas con problemas de Salud Mental no estuvieron siempre positivamente motivados, por lo que en aquellos momentos su colaboración era escasa.



### ¿Destacaría alguna persona o personas en la Historia de ATAFES?

Hay una persona sin la cual posiblemente la Asociación no existiría. Me refiero a Argimira, una mujer totalmente entregada a ella y que movió cielo y tierra para sacarla adelante, buscando apoyo económico y moral en todas las instituciones Públicas y motivando mucho a los familiares.

La acompañaron en toda esta tarea María Ángeles, María Antonia Ucelay y su esposo Florestan Juárez. Fueron personas muy interesadas en sacar adelante la Asociación, porque en sus propias familias tenían personas afectadas por una enfermedad mental.

### ¿Cómo valora lo alcanzado hasta el momento?

Yo pienso que los objetivos propuestos se van alcanzando, aunque todavía quede mucho trabajo por delante. Las diferentes directivas que han existido se merecen un aplauso.

La actual tiene todavía una gran tarea que realizar. Yo os animo a que con constancia continuéis llevando adelante esta hermosa tarea.



## SOCIOS VETERANOS, RECUERDO y HOMENAJE a Margarita Fuentes

Margarita Fuentes es una de nuestras socias con una de las más largas trayectorias. Socia de ATAFES desde 1991 ha sido una persona muy implicada y ha colaborado activamente en el trabajo desarrollado por la Asociación durante muchos años, siendo un apoyo importante en el esfuerzo realizado de cara a lograr nuestros objetivos.

Como una gran cantidad de las personas que forman parte de la Asociación, Margarita nos conoció y se acercó a ATAFES por medio de la información y las indicaciones de terceros, *"No me acuerdo quien nos dijo que estaba (Existía) ATAFES para personas con problemas de Salud Mental, y fuimos y nos gustó y nos apuntamos"* nos relata cómo conoció y llegó a hasta la Asociación. ATAFES en aquellos momentos era una Asociación que iniciaba su andadura en el ámbito de la Salud Mental.

Probablemente la información la recibiera desde el Servicio de Salud Mental ya que éramos una entidad muy pequeña que daba sus primeros pasos con la ayuda de algunos psiquiatras que creían en la Asociación y facilitaban información sobre nosotros a otras personas que se encontraban con la misma problemática.

La Asociación luchaba por los derechos y la mejora de la vida de las personas que sufren un problema de salud mental, lo que animó a muchas personas como Margarita a sumarse a la causa y asociarse para trabajar juntos y conseguir los objetivos. Disponíamos de poca financiación y teníamos que montar caseta de ferias y trabajar muy duro para conseguir recursos que nos permitiesen trabajar. En este duro

trabajo estaba implicada Margarita que participa en la caseta de ferias *"Yo ayudaba a fregar y a todo lo que podía, y me gustó"*.

Era una situación muy complicada, empezar con la actividad de la Asociación supuso un esfuerzo enorme. No existían recursos ni servicios específicos para la personas con problemas de salud mental, únicamente estaba el Servicio de Salud Mental y no contaba con demasiados profesionales. Además, desde la sociedad se tenían muchos temores hacia estas y producía rechazo.

Desde los inicios de la Asociación hasta la actualidad, ATAFES ha sufrido una enorme transformación y se ha producido una evolución en muchos aspectos. Se ha avanzado mucho, tanto en medios como en recursos, ya que partíamos de cero no era difícil, pero fue una dura lucha, en la que nos acompañó Margarita *"Yo veo la Asociación bien ahora, mi hijo va mucho y yo también he ido a actividades, excursiones... Esto me ayudó mucho"* nos cuenta.

También se ha avanzado de forma positiva en la visibilidad de la Asociación y del colectivo al que "representa", aunque queda mucho que trabajar en este sentido, el estigma hacia las personas con problemas de salud mental sigue estando muy presente en la sociedad.

A lo largo de todos estos años han participado y colaborado muchas personas con ATAFES, personas que como Margarita han realizado con gran esfuerzo y perseverancia, que hicieron un gran trabajo en aquellos inicios tan difíciles. Margarita aún recuerda algunas de estas personas, *"Argimira, Pilar, M<sup>a</sup> Ángeles, me*



*acuerdo de ellas, de Argimira más porque era la que iba a conseguir financiación"*, que fundaron y pusieron en marcha ATAFES.

También han pasado por aquí numerosos trabajadores hasta el equipo actual de profesionales, a los que Margarita ha conocido y tratado *"No me acuerdo quien eran ya, Sandra y Belén, de los otros no me acuerdo"* pero sabemos que los aprecia y tiene en consideración.

Ha sido una larga lucha y muy dura, pero se han ido logrando pequeños avances y mejoras en la situación de las personas con problemas de salud mental.

Queda mucho por hacer y hay que seguir luchando, pero da sus frutos, aunque sea de forma muy lenta, merece la pena.

### AQUÍ SEGUIREMOS



# LA ESPERANZA EN SALUD MENTAL

## CÓMO MANTENGO LA ESPERANZA EN MI RECUPERACIÓN

Según publicó el diario El Comercio, el 27 de febrero de este año, “investigadores asturianos han delimitado la zona del genoma que influye en la aparición de los trastornos mentales. Una puerta a la cura de la Esquizofrenia Paranoide.”

Al parecer, a partir de las investigaciones sobre el origen del hombre realizadas por el Premio Princesa de Asturias de Investigación 2018, el biólogo sueco Svante Pääbo, expuso que “había conseguido recuperar el genoma de especies extintas hace miles de años” a través del estudio del hombre de neandertal. Junto con los hallazgos de los citados científicos españoles, existen esperanzas sobre la posibilidad de encontrar

un medicamento con el que quizá en un futuro se pueda abrir la puerta a «desarrollar nuevos fármacos que permitan incidir en aquellos que funcionan de manera diferente en personas que padecen esquizofrenia y así revertir los síntomas», según explica el investigador Antonio Fernández Pardiñas.

Pero Fernández Pardiñas también señala que, en este trastorno psiquiátrico, no es la genética lo único que influye. «La gente que, por ejemplo, tiene ciertos traumas infantiles, tiene más predisposición a padecerla. Pero es necesario saber qué ocurre en la base genética para conocer la base biológica, lo que pasa en nuestro cuerpo».

Estas investigaciones y estudios nos dan una esperanza a las personas que

padecemos un problema de Salud Mental. Las personas que sufren esquizofrenia mantienen la ilusión de que estos descubrimientos les ayuden en un futuro en su recuperación. Al igual que el resto de la gente que padece cualquier tipo de enfermedad.

Mi recomendación, no sentirse acomplejado por ningún tipo de enfermedad, ya sea física o mental. Luchar, luchar, luchar siempre para curarnos y estar mejor.

¡¡Gracias y Ánimo!!

**Colaboración: Anónimo**

## ÁNGEL Y LEPONEX

Me gustaría hablaros de una bonita historia de amistad. Es una de esas amistades atípicas pero sinceras.

Ángel es un hombre de cara simpática y afable al que la vida le ha dotado de un don, ama a los animales y sabe cómo entenderse con ellos. Dicho así puede no parecer gran cosa, pero la verdad es que lo que hace Ángel no lo hace cualquiera.

Leponex es un agapornis precioso y muy desconfiado, si te descuidas te da un buen picotazo, pero con Ángel es distinto, con Ángel se siente seguro.

Leponex suele salir a pasear a menudo con Ángel. Le gusta ir

agazapado dentro de la chaqueta de Ángel o en uno de sus bolsillos.

Si sale de uno de sus escondites no se va muy lejos. Uno de sus sitios favoritos es el hombro de Ángel. Desde allí lo observa todo, pero sin perder de vista a su humano favorito del que no le gusta separarse y basta una pequeña señal de Ángel para que vuelva a agazaparse junto a él.

Cuando Leponex nació Ángel lo cuidó y se aseguró de que su amigo plumado saliese adelante y supongo que eso a Leponex no se le olvida fácilmente.

Siempre he pensado que hay animales “mágicos”, animales que no son como los demás porque conectan con las personas de una forma



especial, como Leponex. Y también creo que hay humanos “mágicos”, que saben conectar con los animales como no sabemos la mayoría de nosotros, y Ángel, estoy segura, es uno de ellos.



## EXPERTO X EXPERIENCIA

**¿Qué ha significado para mí estar contratado como experto x experiencia en el CRPSL?**

Para mí ha sido un orgullo trabajar en este centro y poder ayudar, también ser ayudado por los profesionales de Atafes y los usuarios, he aprendido mucho de todos ellos tanto laboral como personal, la verdad que no pensaba trabajar en Talavera con lo complicado que está encontrar un trabajo y ellos me dieron la oportunidad de trabajar.

Pero para mí no sólo contaba que te iban a pagar, es cierto que eso es importante, también toda esa complicidad con los usuarios y ver unas sonrisas y carcajadas contando nuestra experiencia, me llevo muchas anécdotas divertidas pero también

También me llevo ver como estos grandes profesionales trabajan y yo poder colaborar con ellos en sus diferentes talleres, aprendí mucho de ellos el día a día y que también escuchaban mis comentarios y proyectos.

Me llena de satisfacción poder ayudar en la autonomía de ellos tanto en la cocina como informática, y ayudar con sus historias, anécdotas divertidas que me llevo de ellos.

Me encanta trabajar con todo el equipo de profesionales, la verdad que si estaría en mis manos repetiría, sin dudar, de todos me llevo un granito de experiencia y de los usuarios muchísimo más, en el grupo de GAM (grupo de apoyo mutuo) todas sus historias tanto divertidas



que lo hice muy bien, lo único que no pude reunirme más con el resto de compañeros expertos por experiencias, para poder platicar como lo estaban haciendo ellos y poder debatir y coger ideas nuevas de ellos y ponerlos en practica para mi trabajo.



alguna historia triste de los usuarios, pero me quedo con las buenas.

Por la mañana siempre me acercaba a ellos y les sacaba una sonrisa con mis chistes, me encantaba que por un momento se olvidaban de sus problemas y solo veía sonrisas.

como tristes, aunque yo decía que siempre se tratara de temas alegres y divertidos, entre comillas lo malo fue caer, estando en el trabajo de la enfermedad y estuve casi 1 mes y medio de baja, pero di todo de si para realizar mi trabajo no es por alabarme, pero creo

Muchas gracias a todo el equipo que confió en mí, tanto a los profesionales de Atafes (Sandra y Belén) y la fundación Castilla la Mancha.

**Juanjo Alcántara**



## BODA EN ATAFES

El pasado 6 de Abril a las 13,25, mi marido y yo dijimos, sí consiento, a la unión de dos personas con problemas de salud mental que en busca de la felicidad encontraron el AMOR. Nuestros padrinos fueron la psicóloga y el terapeuta ocupacional del CRPSL DE ATAFES, los mejores padrinos del mundo por lo mucho, mucho que nos han ayudado.

Escribo este artículo para demostrar que SÍ, SE PUEDE.

Las personas con problemas de salud mental podemos ser completamente autónomas y muy, muy felices.

Lo celebramos en el centro de Atafes, una buena paella (regalada por comidas sanas y caseras, el Tubi-lla) tortilla, empanada y croquetas que por cierto yo ni vi. Deberían estar muy buenas, muy agradecidos.

Recién casados y cuando llegamos a Atafes, todos nos estaban esperando con alegría y mucho arroz.

En la entrada había un arco de flores hecho por los usuarios, muy bonito, y nos cantaron un Ave María.

Muchos regalos, postales de invitación, novios de madera realizado por el taller de restauración de Atafes, muchas fotos, alegría y felicidad. Y todo ello



gracias a los que componen Atafes porque los novios no hicimos nada.

También nos regalaron el viaje de novios que pronto nos vamos a ir a Salamanca, hubo hasta liga.

Como veis cuando hay ayuda y amor las personas con problemas de salud mental podemos llegar a ser muy, muy felices.

GRACIAS A TODOS LOS QUE COMPONEMOS ATAFES (Junta directiva, profesionales y usuarios.) MUCHAS GRACIAS.

**Eva María Gutiérrez**





# Mi experiencia en los institutos

## Todo lo que no se da se pierde

Me piden que escriba un artículo acerca de mi experiencia en los institutos de Talavera donde un año más hemos intentado informar y concienciar de la salud mental y drogas.

Pues bien, dicha experiencia para mí ha sido enriquecedora divertida y asombrosa.

Enriquecedora porque además de ser capaz de ir mejorando la manera de expresar mis ideas, al mismo tiempo voy aprendiendo y acercándome a las verdaderas causas que hacen que las personas padezcamos una enfermedad mental y descubro que el único tratamiento eficaz es el AMOR, entendido éste como el que te respeta y te hace ser más y mejor persona.

Divertida en el sentido de que al prepararme tanto individualmente como compartiendo con mis compañeros de exposición, Luismi, Sergio y Amara, para realizar diapositivas lo más participativas y claras posibles, al querer ofrecerles a los chavales/as una información veraz, incluso en la exposición, he descubierto lo bien que me lo paso y lo saludable que es tener un espacio de ocio que sin necesidad de consumir te permita ser útil a los demás.



Asombrosa porque he descubierto adolescentes participativos que a pesar de que la información que los medios de comunicación ofrecen sobre la enfermedad mental no sólo es mentirosa sino también ofensiva y, lógicamente, así lo pensaban, han sido muy respetuosos y bastante acertados en sus participaciones.

Por último agradezco a ATAFES la oportunidad que me ha ofrecido a vivir esta experiencia, enriquecedora, divertida y asombrosa y por ello, GRACIAS, y hasta el año que viene.

**Eva María Gutiérrez**



## Informando en los institutos sobre la salud mental



## DANDO LA NOTA

Durante los últimos meses venimos realizando en ATAFES un curso de guitarra y canto. Taller que nos resulta muy agradable ya que, al parecer, esperamos con ilusión e impaciencia que llegue el día para poder cantar y tocar unos acordes en la guitarra.

En mi caso me agrada mucho porque llevo mucho tiempo aprendiendo a tocar la guitarra y me gusta poder enseñar a mis compañeros de ATAFES. Es muy difícil y dura la tarea de enseñanza, y la de aprendizaje, por parte de todos. Pero en Salud Mental sabemos muy bien que no hay valla que sea lo suficientemente alta como para no poder saltarla, y tenemos grandes apoyos y pro-

fesionales que nos enseñan y ayudan a seguir.

En el taller de música de ATAFES somos un grupo de amantes del sonido y la poesía al que puedes unirte y disfrutar con nosotros de este hobby y bello arte de la música.

Si quieres aprender a cantar y a tocar la guitarra, no lo dudes y apúntate, serás bienvenido y aprenderemos todos juntos.

Un saludo para todos. Gracias y hasta la vista.

**Juan Rodríguez Tablas**



## VOLUNTARIADO EN SALUD MENTAL

En ATAFES consideramos muy importante la labor del voluntariado, por eso, un año más, durante la semana del 21 al 24 de noviembre de 2017 hemos realizado el Curso de Voluntariado en Salud Mental, con la cooperación de la Facultad de Ciencias Sociales de Talavera de la Reina (Universidad de Castilla-La Mancha), a la cual agradecemos que nos hayan facilitado los espacios para llevar a cabo el curso.

El objetivo de este curso consiste en facilitar una formación e información básica sobre el ámbito de la salud mental a todas aquellas personas que estén interesadas en formar parte del voluntariado de ATAFES, pues creemos que la figura del voluntario/a es fundamental en el desarrollo de diferentes acciones con las personas que padecen problemas de salud mental, principalmente en la labor de difusión y sensibilización en la comunidad.

Para que esta labor se lleve a cabo de manera satisfactoria, consideramos conveniente ofrecer este curso para que conozcan el ámbito de la salud mental y las funciones a realizar si deciden formar parte del voluntariado.

Durante el curso, diferentes profesionales el CRPSL y de la Asociación compartieron sus conocimientos y experiencias sobre las personas que padecen problemas de salud mental, dando a conocer qué es ATAFES y los recursos que gestiona, qué es un problema de salud mental y en qué consisten, la importancia que tiene el ocio y tiempo libre en estas personas y la implicación de la familia, además de las diferentes intervenciones que se realizan en este ámbito, para poder tener una visión más ajustada a la realidad. Además de explicar en qué consiste el voluntariado en Salud mental

y las actuaciones en las que pueden colaborar, entre otros aspectos.

Para ATAFES es un placer poder dar este tipo de formación a todas aquellas personas que estén interesadas en la salud mental. Por eso, animamos a participar en el curso a todos aquellos que os interese colaborar con ATAFES en el ámbito de la Salud Mental y que realicéis el voluntariado, pues sois de gran importancia.

¡Os esperamos en el próximo curso de Voluntariado!

**Amara Fernández**



# ALUMNAS DE PRÁCTICAS EN ATAFES

Hola, somos Paula y Alicia estudiantes del grado de Educación Social en la universidad de Castilla La Mancha (UCLM) en Talavera de la Reina.

Nuestro primer contacto con la asociación ATAFES fue debido a que ambas decidimos realizar nuestras prácticas del grado en dicha asociación. Ambas recordamos el primer día con nervios y quizás con un poco de miedo, ya que en nuestras cabezas llevábamos las etiquetas que la sociedad asigna a las personas que tienen algún problema de salud mental. Siendo sinceras pensábamos que nos íbamos a encontrar con personas agresivas o locas, u otros mitos que la sociedad piensa sobre los problemas de salud mental.

Pero durante nuestra estancia en practicas ambas nos dimos cuenta de que esos mitos que la sociedad tiene acerca de las personas con problemas de salud mental son totalmente falsos.

Si tuviéramos que describir en una palabra como ha sido nuestro paso por la asociación ATAFES... sería ¡¡ASOMBROSO!!

Tanto a nivel académico como a nivel personal.

Por un lado, ha sido asombroso a nivel académico, ya que gracias a los trabajadores que componen la asociación nos han formado para en un futuro ser grandes profesiona-

les y además conocer mas a fondo que son los problemas de salud mental.

Respecto a nivel personal, nos ha hecho crecer como personas, ponernos en el lugar del otro y comprobar que las etiquetas que impone la sociedad a las personas con problemas de salud mental pueden derivar en problemas y grandes dificultades para relacionarse con los demás, o incluso en problemas para acceder a un puesto de trabajo.

Nos gustaría dar las gracias a los profesionales y usuarios que forman dicha asociación por el trato recibido durante estos meses y sobre todo darles las gracias por cambiar nuestra mentalidad sobre los problemas de salud mental, así como de las personas que sufren dichos problemas.

En todo momento nos han hecho sentir parte de la plantilla, teniendo en cuenta nuestras opiniones o haciéndonos partícipes de los talleres o actividades que se llevan a cabo en la asociación. Además de hacernos partícipes de los talleres desarrollados en el centro, también nos han hecho partícipes de actividades que se realizan fuera del centro como eran las charlas de sensibilización efectuadas por el trabajador social de la asociación en los institutos de la localidad.

Han sido unos meses muy emotivos, llenos de alegría y emociones en los que hemos compartido grandes momentos con los usuarios, en los que se han preocupado en todo momento por nosotras y los cuales siempre nos han felicitado por nuestro trabajo y tenemos que decir que no hay nada



más gratificante que te feliciten por el trabajo desempeñado.

Creemos que todos los momentos vividos han sido importantes y que no los olvidaremos, pero sin duda siempre recordaremos la participación en la boda de dos usuarios del centro, fue un día muy especial en el que tanto usuarios como trabajadores participamos en organizar todos los preparativos de dicho evento.

Por último, como futuras educadoras sociales pensamos que la asociación ATAFES hace una gran labor buscando la mejora en la calidad de vida de aquellas personas con problemas de salud mental, pero nos gustaría destacar que todavía queda un largo camino de lucha por los derechos de las personas con problemas de salud mental y es por ello que es necesario sensibilizar a la sociedad que el tener un problema de salud mental no es un motivo para excluir a las personas.

**Paula y Alicia**





# O C I O Y C



ATAFES de visita en el congreso



Mercado medieval de Pepino



Excursión a Mérida



Jornadas medievales de Oropesa

A lo largo del año que ha pasado desde el anterior número de nuestra revista hemos disfrutado de una gran variedad de actividades de ocio y culturales. Estas actividades son de diversa naturaleza y son un apoyo fundamental en el proceso de recuperación y la participación social.



Desfile cabalgata Mondas



Actuación taller musical ATAFES



Vacaciones



# CULTURA



Ruta de senderismo "El chorro"



Disfrutando de la ferias



El fresquito de las charcas de Gredos



Un día en la nieve



Corazón Classic Match Santiago Bernabéu



en Mazogón (Huelva)



ATAFES Jugador nº 6 Soliss Talavera F. S.



## I JORNADAS DE DEPORTE Y SALUD MENTAL

ATAFES Salud Mental Talavera, en colaboración con el centro de formación EBORA FORMACIÓN y en concreto gracias a los alumnos y profesores del ciclo formativo de TAFAD, ha organizado las I Jornadas de Deporte y Salud Mental en Talavera de la Reina.

Estas jornadas tuvieron lugar el día 5 de Marzo de 2018 en el polideportivo 1º de Mayo y reunieron a unas 60 personas. Los asistentes disfrutaron de una jornada de convivencia, participación social y visibilidad, con el deporte como nexo de unión.

Con esta iniciativa se pretende acercar y hacer visible la realidad de los problemas de salud mental al resto de la sociedad, a través de distintas actividades lúdico-deportivas que además, fomentan el trabajo en equipo, el compañerismo y los hábitos de vida saludables.

Conscientes de que el deporte es fundamental para nuestra salud física y mental, con estas jornadas deportivas, ATAFES Salud Mental Talavera busca:



- Fomentar el deporte como herramienta de inclusión y recuperación entre las personas con problemas de salud mental, facilitando un punto de encuentro en un entorno normalizado e impulsando el voluntariado para visualizar la importancia de la salud mental.

- Promocionar la salud a través de la práctica deportiva.

- Potenciar la práctica deportiva en nuestro colectivo creando un entorno de participación común, motivador y alentador que favorezca un estilo de vida saludable.

- Dar visibilidad y presencia a la salud mental a través de la práctica deportiva a nivel social con el fin de luchar contra el estigma asociado al colectivo de personas con problemas de salud mental.

Una vez comprobado el éxito de participación y el alto nivel de satisfacción de los asistentes con la puesta en marcha de esta iniciativa, ya estamos inmersos en la organización de la siguiente edición.

**José David Gomez**



## EL VOLUNTARIADO Y LA RECUPERACIÓN PERSONAL

La realidad social es cambiante y con ella las necesidades de las personas que en ella conviven. La sociedad en la que vivimos está en continua evolución y genera constantemente necesidades nuevas y diversas a las que es difícil atender desde una única perspectiva. Por desgracia, muchas de estas necesidades tienen que ver con la falta de atención o reconocimiento de colectivos vulnerables, que son socialmente excluidos o etiquetados a causa de los estereotipos o prejuicios que la sociedad tiene sobre ellos. Esta misma realidad que comporta sufrimiento, violencia, dolor y soledad es la que puede motivar a las personas a comprometerse con el otro y sus necesidades. En este contexto, el voluntariado juega un papel importante y es el resultado de una opción personal por participar y cambiar esta realidad social desde el encuentro con el otro que sufre cualquier tipo de injusticia o sufrimiento.

A la vez que la realidad social, los modelos de atención a la salud mental también están cambiando y evolucionando hacia enfoques en los que se trata con personas y no con enfermedades. La atención a las personas con problemas de salud mental no puede quedar sólo en una atención médica de calidad sino que debe fomentar que la persona

conecte con sus fortalezas, intereses y valores personales para que así pueda comprometerse consigo mismo y con la sociedad a la que pertenece.

El respeto, la solidaridad, el altruismo, la generosidad, son valores comunes y a compartir por todos los ciudadanos. Estos valores son motor de convivencia ciudadana y ayudan a construir un mundo más habitable y tolerante. La acción voluntaria puede contribuir, por tanto, a que las personas con problemas de salud mental, que habitualmente sufren discriminación y suelen ser destinatarias de dicha acción, den un paso al frente y realicen voluntariado como instrumento de cohesión ciudadana, participación y normalización social. A la vez, se activa una forma de retroalimentación entre actividad de voluntariado y persona voluntaria, que incide y refuerza de forma muy positiva en su crecimiento personal y en el proceso de recuperación de sus problemas de salud mental.

Desde ATAFES seguimos apostando por el valor del voluntariado como motor de recuperación personal



e inclusión social y para ello, a través del programa de acción voluntaria del CRPSL, estamos participando en actividades de voluntariado en diferentes ámbitos (organización del Triatlón de Talavera, convenio con Fundación Seur para ser punto de recogida de tapones de plástico, etc.).

En definitiva, sea cual sea la forma que adopte la acción voluntaria, debemos tener claro que el voluntariado debe contribuir a cambiar nuestra realidad social y en especial la de las personas que tienen algún problema de salud mental, contribuyendo a fomentar su recuperación personal, la igualdad y el respeto hacia este colectivo en situación de vulnerabilidad.

**José David Gomez**



“Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, pueden cambiar el mundo”

(Eduardo Galeano)





## OBRA SOCIAL "LA CAIXA" COLABORA CON ATAFES

En los últimos años la entidad bancaria colabora con ATAFES mediante la financiación de proyectos y actividades.

Desde ATAFES nos sentimos muy agradecidos a la Obra Social "La Caixa" por el apoyo que recibimos desde esta entidad y que resulta tan necesario para que la Asociación pueda continuar con su labor.

La Obra Social "La Caixa" colabora un año más con ATAFES para el desarrollo del proyecto PROMOCION DE LA SALUD MENTAL Y PREVENCIÓN DE LA EXCLUSIÓN. CaixaBank a través de su Obra Social colabora en la financiación y ejecución de este proyecto que recoge diferentes actuaciones encaminadas a la mejora de la Salud Mental y erradicación del estigma.

Este proyecto se desarrolla desde el Centro de Ocio y Convivencia de la Asociación y tiene como objetivo lograr la autonomía y la integración social de personas con problemas de salud mental, potenciando las relaciones interpersonales, apoyando, asesorando e informando a sus familiares y reduciendo el estigma social de las personas con problemas de salud mental.

Con la ayuda de la Obra Social "la Caixa" es posible la realización de diversas actividades, talleres y cursos de formación, sensibilización en centros educativos y lucha contra el estigma, apoyo a familias, promoción del voluntariado, etc. con el fin de facilitar la integración de las personas con problemas de Salud Mental.

Esta ayuda viene siendo habitual en los últimos años, en los cuales la estrecha colaboración entre ambas entidades ha posibilitado el desarrollo de diferentes actuaciones y proyectos.

Desde Obra Social "la Caixa" se valora de manera muy positiva la labor que se realiza desde ATAFES en beneficio de las personas con problemas de salud Mental y sus familiares, por ello se ha mantenido una asidua cooperación con el objetivo de mejorar las condiciones de vida de este colectivo en Talavera de la Reina y comarca.



Obra Social "la Caixa"

## APORTACIÓN CULTURAL

Durante este año nuestra biblioteca ha crecido y se ha nutrido de nuevas obras literarias que han ido llegando gracias a las aportaciones recibidas de nuestros amigos y amigas. Hemos recibido un considerable número de libros que han aumentado el catálogo de nuestra modesta biblioteca.



Nuestro agradecimiento a todos los que de forma desinteresada se han acercado a nuestro centro para contribuir con sus donaciones a la creación de nuestra pequeña biblioteca.

"Se puede cantar, hablar, reír, llorar y gritar en silencio... A eso se le llama leer". Anónimo.



Esta aportación cultural es una más de las numerosas (innumerables) aportaciones que recibimos en ATAFES y que nos hacen sentirnos muy queridos y nos da fuerzas para continuar trabajando por nuestros objetivos.





# SOLIDARIDAD EN ESCENA

Artistas talaveranos solidarios con ATAFES actúan en espectáculos benéficos para la Asociación

Un año más hemos contado con la solidaridad y la colaboración altruista de diferentes artistas de nuestra ciudad, ofreciéndonos todo su arte en los espectáculos que se han celebrado en el teatro Palenque destinados a recaudar fondos para ATAFES.

Hemos disfrutado de dos maravillosos espectáculos llenos de arte, danza, música y humor, y una GRANDISIMA GENEROSIDAD, tanto por parte de los protagonistas sobre el escenario, como de todos los asistentes en el patio de butacas.

En octubre de 2017 pudimos asistir a una magnífica "TARDE DE COMEDIA" con un entretenido espectáculo

de humor, en el que contamos con la presencia de tres reconocidos humoristas de nuestra ciudad; Roberto Gontán, Ces Cortes y Sergio Muro. Estos tres grandes cómicos nos ofrecieron una desternillante actuación con monólogos que nos hicieron reír y pasar una divertida velada, con la que disfrutamos y conseguimos evadirnos durante un momento de la rutina diaria.

En marzo de este año Carolina González (escuela de danza TEMPO) organizó una impresionante Gala en la que pudimos disfrutar de un espectáculo de Música y Danza para todos los públicos, esta

Gala contó con la actuación de diversos artistas y grupos de Talavera. Nos divertimos con una magnífica función musical y baile que nos deleitó y consiguió que regresáramos a casa un poco más felices por colaborar con ATAFES.



Otra vez, y no nos cansamos de repetirlo, queremos trasladaros nuestro más sincero agradecimiento a todos los que habéis colaborado con nosotros, de una forma u otra, a que estos espectáculos sean un éxito.





# Causa rellena de Pollo

## INGREDIENTES:

- 8 PATATAS (1/2 kg)
- 3 LIMAS
- PASTA DE AJÍ AMARILLO
- ½ PECHUGA DE POLLO
- ½ AGUACATE
- 3 CUCHARAS DE MAYONESA
- ACEITUNAS
- 2 HUEVOS COCIDOS
- 1 CEBOLLA MORADA
- 1 TOMATE
- ACEITE DE OLIVA
- SAL



## Elaboración:

- Hervir las patatas ya peladas en una cacerola con agua.
- Cuando hallan hervido triturar las patatas en un bol con un tenedor o espumadera.
- Añadir al bol la pasta de ají , zumo de las limas , aceite y sal.
- Poner la cacerola a hervir con agua y el pollo con una pizca de sal.
- Deshilachar el pollo ya cocido y agregarle la mayonesa con la cebolla ya picada y las aceituna troceadas.
- Trocear el aguacate.
- Cocer los huevos y cortarlos por la mitad.
- Incorporar en una fuente o molde una capa de patata.
- Añadir el aguacate ya troceados y después agregarle el pollo deshilachado.
- Cubrirlo con otra capa de patata.
- Adornarlo con los huevos cortados, el tomate y las aceitunas esparcir un poco de mayonesa por encima.
- Y que aproveche.



# Berenjenas rellenas de carne

## INGREDIENTES:

- 4 BERENJENAS
- 2 CEBOLLAS
- 1 BRICK GRANDE DE TOMATE FRITO
- 400 GR DE CARNE PICADA DE CERDO Y TERNERA
- 3 ZANAHORIAS
- QUESO PARMESANO RALLADO
- SAL
- ACEITE
- NUEZ MOSCADA
- BECHAMEL
- PIMIENTA



## Elaboración:

- Se pican las cebollas y la zanahorias y se hace el sofrito.
- Cortamos las berenjenas en dos, se les da unos cortes en la carne a lo largo en el centro y lo más cerca del borde, se añaden un chorrito de aceite, se mete al horno precalentado a 200 grados centígrados durante 30 minutos.
- Se mezcla la carne picada y se le añade a la verdura pochada unos 10 minutos y se remueve bien con un tenedor para que no queden bolas de carne y estén bien mezclados.
- Cuando las berenjenas estén listas se sacan del horno y se dejan enfriar unos 10 minutos, se saca la carne interior de la berenjena con cuidado y se corta a trozos pequeños y a cuchillo. Se añaden las berenjenas picadas, se sala y se deja unos minutos y se le añade una lata de tomate triturado, y se mezcla bien.
- Se hace una bechamel con su pimienta y nuez moscada recién molida y rallada, se mezcla parte de la bechamel con el relleno, y rellenamos las berenjenas, se pone el resto de la bechamel por encima esparciéndola bien y queso rallado por encima. Al horno 20 minutos a 200 grados centígrados y después se pone en el programa gratinador unos 5 minutos más, sacar las berenjenas con cuidado y servir...



**El más rico  
plato relleno**

# 100 Metros

Ramón, con 35 años de edad, es el mejor ejecutivo de Márquetin de la Empresa para la que trabaja.

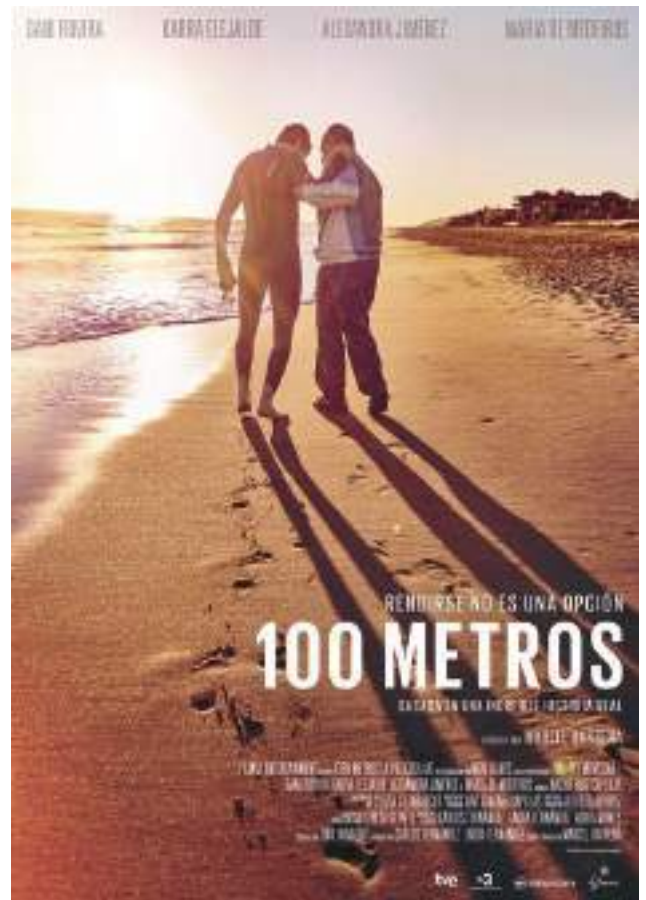
De repente, un día siente que algo va mal, prácticamente no puede hablar y siente dificultad para moverse. Acompañado de su esposa y tras pasar por diferentes pruebas, el diagnóstico es claro, tiene: Esclerosis Múltiple, el matrimonio se queda perplejo y mientras tanto la doctora, les va explicando en que consiste esa enfermedad y como cambiará su vida a partir de ahora.

El suegro está sumido en una desgana-depresiva desde que murió su esposa y vive solo. Su hija decide llevarse a su casa y le explica la enfermedad de su marido. Ramón tiene el apoyo moral y físico de toda su familia incluido su hijo pequeño y su mujer le mantiene con más ilusión por el Bebé que está a punto de llegar, aunque a Ramón le preocupa no poder llegar a conocerle.

El suegro había sido entrenador durante 40 años y su hija le pide ayuda, él comienza a entrenarle. Ramón está decidido (a pesar de sus limitaciones) a hacer un triatlón. Con la ayuda de su suegro comienza el entrenamiento, al principio fue muy duro para él conseguir entrenar puesto que partes de su cuerpo se están atrofiando cada día más. Las crisis que padece son cada vez más duras, pero su coraje de superación le hace conseguir

que cada día luche más por su sueño. Su suegro no se rinde y un día se da cuenta de que a través de Ramón, él está superando su propia desgana y abandono.

Llega el día esperado; su familia está animándole desde el principio de la competición (él se siente nervioso cuando ve tantos participantes a su alrededor, se pregunta si podrá conseguirlo). Ramón consigue superar la 1ª prueba de natación, también consigue superar la 2ª prueba de ciclismo y la 3ª prueba de atletismo es la que más le cuesta, por el cansancio acumulado y justo cuando llega a los 100 metros de la meta, cae al suelo extenuado y sin fuerzas, en esos momentos recuerda las palabras de sus compañeros de rehabilitación, las de su mujer, su hijo, su entrenador y sus propios esfuerzos; esto le hace levantarse como puede y seguir adelante como puede, aún le quedan 16 minutos para que termine esta competición y poco a poco va superando metros hasta superar la meta.



## PELÍCULA BASADA EN UNA HISTORIA REAL

Merece la pena ver esta película tan poco promocionada para darnos cuenta de que todos somos vulnerables. El apoyo familiar es importante para cualquier persona y en cualquier circunstancia, y otra cosa a valorar es descubrir quiénes son tus verdaderos amigos.

Nos da a entender que ciertos estigmas que se tienen acerca de muchas enfermedades no son ciertos. Se puede luchar y enfrentarse a las enfermedades.

Esta película no es un Drama, ni una comedia, es: la vida misma.

**Sara, Rosa Garía,  
Pilar Luisa**





## ACERTIJO

Tres hermanos que juntos viven y que mucho se distinguen.

Más cuando distinguir quieres, tanto se parecen que no puedes.

El primero no está ahí, ha de llegar.

El segundo no está ahí, se acaba de marchar.

Solo existe el tercero, el más pequeñito, sin él no existirían sus hermanitos.

Y sin embargo solo existe el tercero porque en el segundo se trasforma el primero, y si pretendes observarlos solo verás a uno de los otros dos hermanos.

Así pues dime: ¿Son los tres tal vez uno? ¿O son solo dos? ¿O no existe ninguno?

Si puedes decirme cual es su nombre, reconocerás a tres poderosos hombres de un gran reino soberano. Que son ellos mismos iguales los tres hermanos.

**Resultado en la penúltima página (Colabora).**



## POESÍA

### DESPEDIDA

Adiós, que te has ido,  
con un inútil, hasta luego.

Entre la noche y la mañana  
nos perdemos de vista  
en el crepúsculo, a la hora  
en la que se despiden  
la luna y el sol.

Adiós, que me voy,  
cada uno en diferente dirección.

Dejo estos campos sembrados,  
esta casa donde se guardan  
recuerdos, huellas, silencio.

Dejamos de vernos,  
como el otoño que no ve  
a la primavera.  
Adiós, que nos despedimos,  
con la frente alta, para  
agachar la cabeza algo después,  
como dejar un lugar  
a la suerte del invierno  
que puebla lugares  
remotos, donde el verano  
ahora es invisible.  
Adiós, al pasado con sus vientos.

Mañanas, relojes de un mismo  
lugar y las semanas parecían  
días en la luz y en la sombra,  
la distancia se parece  
a algo destinado a un futuro.  
Tú al norte, yo al sur.  
Adiós, hasta luego.

**Luis Mariano**



# EL TEATRO: HERRAMIENTA DE SENSIBILIZACIÓN

El Centro Cultural Rafael Morales acogió la representación de la obra teatral 'Todos contamos, Todos Actuamos' para sensibilizar en Salud Mental

El pasado mes de noviembre de 2017 ATAFES, a través de la Confederación Salud Mental España y con el patrocinio de Janssen, acercó a Talavera esta exitosa iniciativa del Movimiento Asociativo de Salud Mental, la obra de teatro "Todos Contamos, Todos Actuamos: Integrando a las personas con problemas de salud mental" destinada a promover la salud mental y sensibilizar a la sociedad sobre la inclusión social de quienes tienen problemas de salud mental

La representación de esta obra consiguió acercar y mostrar al público distintas realidades y situaciones sobre el ámbito de la Salud Mental. También nos hizo entender un poco mejor las grandes dificultades y barreras que se encuentran las personas con problemas de Salud Mental en su vida diaria. Una obra de teatro orientada a dialogar sobre el estigma que sufren las personas con problemas de salud mental. A través de 3 escenas conocemos a las protagonistas de estas historias. Cada una nos contará una situación de su vida

dónde debe de enfrentarse la estigmatización de la enfermedad mental.

Un impresionante espectáculo en el que el público es parte activa y protagonista del propio desarrollo de la obra, en esta ocasión los asistentes como espectadores participaron de forma activa, dando su opinión y proponiendo posibles resoluciones en los tres conflictos representados en torno a problemas de salud mental en el ámbito familiar, laboral y de las relaciones sociales.

La representación nos dio la posibilidad de reflexionar y hacer un relato colectivo sobre las realidades sociales que se representan en el escenario. Logró provocar en el público asistente diferentes sensaciones y emociones, y generó debates y encuentros encaminados a transformar la realidad para eliminar las barreras que encontramos y erradicar el estigma asociado a las personas con problemas de salud mental.

El espectáculo, fue desarrollado por la compañía teatral 'La Rueda', y está basado en el teatro social, una forma de hacer interpretación para socializar, desmarcándose de lo convencional y



diseñando nuevas formas de relación con el público y la sociedad. Es una función en la que el público deja de ser un mero observador para ocupar el papel protagonista en desarrollo de la escena.





SOCIEDAD | SOLIDARIDAD



## Obra Social La Caixa ayuda a Atafes a mejorar sus proyectos con 9.000 euros

REDACCIÓN / TALAVERA

La Obra Social 'La Caixa' colabora un año más con Atafes para el desarrollo del proyecto Promoción de la Inclusión, Cuidados y Prevención de la Exclusión. Cuidados y Prevención de la Exclusión. Cuidados y Prevención de la Exclusión. Cuidados y Prevención de la Exclusión.

parte de 'La Caixa' la dirección de la oficina de Talavera Centro, Verónica Muñoz, y por parte de Atafes, la presidenta María Bonilla y el tesoro Desiderio Tena.

Desde Obra Social 'La Caixa' admiran los valores que realicen Atafes en beneficio de las personas que sufren un trastorno mental y sus familias, por lo que han colaborado con 22.000 euros en los últimos 3 años con el objetivo de contribuir al acondicionamiento del nuevo centro, desarrollo del proyecto de rehabilitación psicosocial y laboral, y la promoción de la salud mental y prevención de la exclusión. Esta aportación ha contribuido a la mejora de la atención a personas con Enfermedad Mental y sus familias, en Talavera y comarca, y así el que se beneficiaría de forma directa más de 130 usuarios, y de forma indirecta a más de 900 socios y la población en general.

## Atafes ofrecerá dos cursos de formación sobre el sector alimentario

LT. / TALAVERA

La Asociación Talaverana de Amigos, Familiares y Personas con problemas de Salud Mental (Atafes) inicia el próximo miércoles, 9 de mayo, en las instalaciones cedidas por el Instituto de Ciencias de la Salud (ICS), el itinerario formativo para personas con problemas de salud mental que incluye los cursos de Manipulador de alimentos y Operaciones Auxiliares de Elaboración en la Industria Alimentaria. Esta acción formativa cuenta con el apoyo de las empresas Casty y Autoescuela Tajo, y con la financiación de FSC Inseta de Fundación ONCE.

Según explican en nota de prensa, con la realización de dicho itinerario se pretende capacitar a los participantes en materia de actividades en la industria alimentaria que faciliten su integración en el mercado laboral. Para facilitar la obtención de este objetivo se cuenta con la inestimable colaboración de CASTY que cederá sus instalaciones para la realización de prácticas, así como autoescuela TAJO que hará lo mismo para la realización del módulo de Manipulación de cargas con carretillas elevadoras.

En el acto de presentación intervendrán María Bonilla Ruiz, Presidenta de Atafes, Juan Aienza, director del ICS, Antonio Cuesta, gerente de Autoescuela TAJO, Luis Manuel Cervantes Muñoz, trabajador social de Atafes, un representante de Casty aún sin confirmar así como Juan José Baz Hoerniguis y Pilar Márquez Sánchez, docentes del curso.

## Atafes estrena un taller para personas con problemas de salud mental

LT. / TALAVERA

La Asociación Talaverana de Amigos, Familiares y Personas con problemas de Salud Mental (Atafes) ha iniciado recientemente el taller de formación ocupacional 'Tratamiento de datos, textos y documentación' para personas con problemas de salud mental.

Este taller se desarrollará en las instalaciones del Centro de Rehabilitación Psicosocial y Laboral de Atafes, situado en calle Mariano Ortega, 24, y pretende facilitar conocimientos y habilidades en el manejo de programas informáticos para el tratamiento de datos y la confección de documentos, según han informado desde la asociación a través de nota de

prensa.

Desde la Asociación se considera que este tipo de formación resulta muy importante y necesaria para facilitar el acceso al mercado de trabajo, por lo es necesario realizar un esfuerzo tanto en la propuesta formativa como en el aprovechamiento por parte de los participantes.

María Bonilla, presidenta de Atafes, ha destacado la importancia de este tipo de acciones de formación ocupacional para facilitar la integración en el mercado laboral de personas con problemas de Salud Mental, y ha animado a los alumnos a sacar partido de la formación y lograr una mayor empleabilidad, facilitando su inserción laboral.



SOCIEDAD

## Atafes informa a la sociedad de su labor con los afectados en Talavera

LT. / TALAVERA

La Asociación Talaverana de Amigos y Familiares de Enfermos Psíquicos, Atafes, instaló ayer nuevos informativos para dar a conocer mejor qué es un trastorno mental y su relación con el trabajo, con los centros de atención y sus familias. Para la mesa informativa instalada en la Tropical con motivo del Día Mundial de la Salud Mental que se celebra el próximo 10 de octubre, se acordó que el alcalde, Jaime Ramos, que preside el consejo municipal par hacer una ciudad más amena y saludable.

Ramos agradeció en este sentido a la directiva de Atafes el significado trabajo que realizan en Talavera y en toda su comarca, y resolvió la disponibilidad del Ayuntamiento para seguir colaborando con las actuaciones y actividades que lleva a cabo desde la asociación.

Además, el alcalde aprovechó para pedir al presidente de la Junta de Comendados de Castilla-La Mancha, Cirilano García-Puga, que cumpla con su deber de instalar una unidad de media estancia psiquiátrica en Talavera. Como recordó

desde el Ayuntamiento, se trata de un anuncio que Puga realizó en Talavera el 2 de noviembre de 2018, es el momento de la inauguración de las nuevas instalaciones de Atafes, según Ramos, «a un mes de que se cumple un año de su inauguración no sobran nada de la instalación de la Unidad de Media Estancia y el próximo primer aniversario será un buen momento para recordarlo y cumplir sus promesas».

Añadió de la mesa informativa instalada ayer, desde Atafes han programado una serie de actividades con motivo del Día Mundial de la Salud Mental. Entre ellas, hoy será previa la conferencia 'Trabaja sin barreras. Empleo sin barreras' a cargo de Carlos Moreno, jefe del servicio de Psiquiatría de Talavera. Será en el Centro Cultural El Salvador a las 18:00 horas. El viernes 6 de octubre se leerá la proclama del Día Mundial de la Salud Mental y se presentará el informe ET de la revista 'El Financiero de Atafes' en El Salvador a las 15 horas, y el día 22 habrá un momento a beneficio de la asociación en el Teatro Politecnico a las 18:30 horas.



El alcalde, ayer, en un momento de la mesa de Ramos. (1)

## UNIDAD DE MEDIA ESTANCIA

### La UME se licitará a finales de este año

El consejero de Sanidad, Jesús Fernández Sanz, confirmó ayer que el proyecto de la Unidad de Media Estancia (UME) se licitará a finales de este año. Antes de la inauguración de la nueva sede de ATAEM, el consejero recordó que en este mismo

edificio del Instituto de Ciencias de la Salud (ICS) de Talavera se ubicará la Unidad de Media Estancia (UME) de Salud Mental.

Sobre este proyecto que forma parte del Plan de Salud Mental 2018-2025, el consejero confirmó que ya se ha elaborado el plan funcional y que la intención del Gobierno regional es licitarla a finales de este año. «A lo largo de los siguientes años será una realidad la UME»,

dijo, para añadir que esta unidad tendrá unas características especiales y se diferenciará de las ya existentes en otros puntos de la región puesto que albergará pacientes «muy especiales», ya que «Talavera lo puede asumir» puesto que su servicio de Psiquiatría «está funcionando muy bien». Por ello, dijo, esta UME albergará tanto a pacientes de Talavera como de más áreas de la comunidad.

SOCIEDAD | CONVENIO ENTRE LA DIPUTACIÓN PROVINCIAL Y ATA FES

LT. / TALAVERA

El apoyo que el Gobierno de la Diputación Provincial de Toledo presta a la Asociación Talaverana de Amigos, Familiares y Personas con Enfermedad Mental (Atafes) permitió realizar los gastos de la labor del trabajador social que atiende a los beneficiarios del proyecto 'Centro de ocio y recreación' en 2018 y que forma parte del equipamiento para los desarrollados.

Una colaboración que se plasma en el convenio firmado por el presidente de la Diputación, Álvaro Gutiérrez, y la presidenta de Atafes, María Bonilla, durante la visita que realizó a Talavera esta semana, y en la que refirió la asociación a y a su presidenta por la gran labor que realiza desarrollando en Talavera para contribuir a la recuperación y mejora de las condiciones de vi-

## La Diputación Provincial costeará la labor del trabajador social de un proyecto de Atafes



Gutiérrez y Bonilla, junto a la encargada de Proyecto y un miembro de Atafes. (1)

da de personas con problemas de salud mental.

El convenio firmado cubre el trabajo del trabajador social del proyecto en el que también incluye un educador social, cuatro voluntarios, la propia Junta Directiva de la asociación y dos meses más para los fines de semana.

La finalidad del proyecto es favorecer la autonomía e inclusión comunitaria de personas con problemas de salud mental mediante su integración social y la de sus familias; también, proporcionar servicios y acciones que garanticen los derechos de este colectivo.

Este proyecto se desarrolla desde el centro de rehabilitación de Atafes y para prestar apoyo a las personas con problemas de salud mental y sus familias que sobre todo que fundamentado en la integración de las personas con salud mental en la cultura, el deporte y el ocio socializado, el fomento de la autonomía e iniciativa personal de las personas con problemas de salud mental; la atención y apoyo familiar de personas con problemas de salud mental; y la información, sensibilización y participación social.



# AGRADECIMIENTOS

- ASOCIACIÓN CULTURAL FOLCLÓRICA DE TALAVERA LA NUEVA
- JUNTA DE COMUNIDADES DE CASTILLA LA MANCHA
- EXCMO. AYUNTAMIENTO DE TALAVERA DE LA REINA
- ADMÓN. LOTERÍA Nº3 ESTACIÓN DE AUTOBUSES
- BAR ROCAMORA
- GRUPO DE BAILE ESPAÑOL YERBABUENA
- WORLD ESTILISTAS
- CASA DE COMIDAS CASERAS "TUBILLA"
- ALTAFIT GYM CLUB
- INSTITUTO DE CIENCIAS DE LA SALUD
- AUTOESCUELA TAJO
- BIBLIOTECA MUNICIPAL JOSÉ HIERRO
- CAFETERÍA EL RUBIO
- DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE TOLEDO
- GRUPO ALEBEN
- BAR & KITCHEN CASCO VIEJO
- AVALANCHA RUMBA
- FUNDACIÓN SOCIOSANITARIA
- ORG. AUT. CULTURA
- TEMPO ESCUELA DE DANZA
- PALOMAREJOS GOLF
- FRUTOS SECOS GUTIÉRREZ
- OMIC
- ROSA MARÍA LOAÍSA
- GIMNASIO AEROGYM 2000
- CASTY
- GLORIA BENDITA
- SUSANA SOTO (Abogada)
- DICREA
- FRAN FLORES
- OBRA SOCIAL LA CAIXA
- IPETA
- MARÍA BIELSA
- IMPRENTA "MODERNA"
- AGESMA
- BOWLING CENTER
- CAROLINA GONZÁLEZ
- EBORABUS
- ROBERTO GONTAN
- MUSEO ETNOGRÁFICO
- CARREFOUR
- ALFARERARIAS
- COLECTIVO ARRABAL
- CES CORTÉS
- CÉSAR PACHECO
- AAVV SAN JERÓNIMO
- SERGIO MURO
- ESENCIAPURA



# COLABORA

RESULTADO ACERTIJO pág. 26:  
Futuro, pasado y presente.

## ¿Y SI CAE AQUÍ?

Pues resultaría una gran alegría y nos serviría para devolveros a tod@s un poquito de lo mucho que recibimos de vosotros.

En cualquier caso, si compras nuestra lotería ya nos está tocando.

Nos toca vuestro apoyo, nos toca vuestra solidaridad, nos toca vuestro cariño y, sobre todo, nos toca el corazón.

## ¿Y si cae en ATAFES?



<b>HAZTE SOCIO</b>	<b>CUOTA MENSUAL: 1,20 €</b>
	<b>CUOTA ANUAL: 14,40 €</b>
Para más información:	Telefono: 925 82 37 63
	e-mail: <a href="mailto:juntadirectiva@atafes.es">juntadirectiva@atafes.es</a>

## COLABORADORES



Organismo  
Autónomo Local  
de Cultura

Susana Soto Vega  
ABOGADA

C/ Cristo de la Guía, 36 - 1ª E.  
45400 Talavera de la Reina | Toledo  
Telf./Fax: 925 82 61 84  
e-mail: [suzarasotovega.abogada@yvhco.es](mailto:suzarasotovega.abogada@yvhco.es)

ADMINISTRACION DE LOTERIAS N°3  
(ESTACION DE AUTOBUSES)

TALAVERA DE LA REINA/ TOLEDO  
TELF./FAX 925 80 20 12



Carrefour



Todo para  
llevar

C/. San Clemente, 3  
(Frente Paseo de Herrea)  
Telf.: 925 68 28 13



AEROCYLM 2000  
GIMNASIO



# ATAFES

## Salud Mental Talavera

**CÓMO CONTACTAR:**

**Dirección: C/ MARIANO ORTEGA, 24**

**Teléfono: 925 82 37 63 Fax: 925 82 00 22**

**E-mail: [juntadirectiva@atafes.es](mailto:juntadirectiva@atafes.es) y [crpsitalavera@atafes.es](mailto:crpsitalavera@atafes.es)**



Twitter: [@atafestalavera](https://twitter.com/atafestalavera)



Página: [Atafes Asociación Talaverana](#)



Web: [www.atafes.es](http://www.atafes.es)



Excmo. Ayuntamiento  
de Talavera de la Reina



Junta de Comunidades de  
**Castilla-La Mancha**

