

CON HOSPITALIDAD

BOLETÍN DE ACTUALIDAD DEL CENTRO ASISTENCIAL SAN JUAN DE DIOS DE PALENCIA



I JORNADA DEPORTIVA

Hemos vivido la I Jornada Deportiva que, bajo el título de “Superación y deporte profesional”, acercó a nuestro Centro a deportistas que compartieron sus experiencias vitales y profesionales con nuestras personas usuarias y nuestro equipo. Una gran experiencia que ha nacido con vocación de continuidad. Os lo contamos en las próximas páginas junto con muchos otros contenidos de actualidad de nuestro Centro.

I JORNADA DEPORTIVA “SUPERACIÓN Y DEPORTE PROFESIONAL”

Nuestro Centro ha sido escenario de la celebración de la “I Jornada Deportiva”, una iniciativa que se ha puesto en marcha desde el departamento de terapias deportivas y que ha tenido varios objetivos: inspirar y motivar, promover valores, fomentar la inclusión, aprendizajes personales, romper barreras y crear vínculos entre los deportistas participantes, las personas usuarias, el equipo de profesionales, el voluntariado y la comunidad en su conjunto.

Esta primera jornada, bajo el título de “Deporte profesional y superación”, ha tenido como hilo conductor el baloncesto y ha contado con la participación de :

- Dani Pérez: base, reciente fichaje del Súper Agropal Palencia.
- Alberto Padilla : entrenador ayudante de Natxo Lezkano del Súper Agropal Palencia
- Yatma Toure: jugador del CB Palencia y ex usuario del dispositivo de protección internacional “Teranga” del Centro.

EL DEPORTE EN EL CENTRO

La jornada se inició con la intervención de Ricardo Casao, uno de los técnicos deportivos del Centro que ha explicado que más del 50% de las personas usuarias del Centro Asistencial San Juan de Dios de Palencia realizan algún tipo de actividad física.

Contamos con una amplia oferta que incluye: senderismo, natación, actividad en gimnasio, gerontogimnasia, deporte con implementos y deportes de equipo en frontenis, fútbol, balonmano y baloncesto con competiciones regulares con otros centros y/o clubes.

La actividad física es una herramienta terapéutica y de inclusión que persigue objetivos a tres niveles.

A nivel físico: mejorar la condición cardiovascular, la resistencia y la fuerza muscular; favorecer el equilibrio, la coordinación, la movilidad y la flexibilidad; reducir el sedentarismo y el riesgo de enfermedades crónicas y mejorar la calidad del sueño y la recuperación física.



Momento de la charla con los invitados de la I Jornada Deportiva

A nivel mental y emocional: disminuir la ansiedad, el estrés y los síntomas depresivos; aumentar la autoestima, la confianza y la percepción de autonomía; favorecer la regulación emocional, reducir la impulsividad y mejorar el estado de ánimo, la motivación y la sensación de logro.

A nivel social y de adicciones: favorecer la inclusión social y el sentimiento de pertenencia; mejorar la comunicación, las habilidades sociales y el trabajo en equipo; reducir el aislamiento y promover las relaciones positivas; regular el estrés, generar hábitos saludables y un estilo de vida más equilibrado.

CHARLA-COLOQUIO MOTIVACIONAL

Tras la presentación, los invitados, en formato coloquio, han ido explicando sus experiencias personales y cómo la superación es fundamental no sólo en la práctica deportiva sino también en la vida para conseguir nuestros objetivos y metas sean éstas las que sean.



Dani Pérez, Alberto Padilla y Yatma Touré



Los invitados jugaron a basket con los usuarios en la cancha

Destacaron que la motivación debe venir desde fuera pero también desde “dentro de uno mismo” y que hemos de ser capaces de sobreponernos al desánimo cuando las cosas no salen como queremos. Dani Pérez y Alberto Padilla, con una brillante trayectoria en el baloncesto profesional, han asegurado que la palabra “imposible” o “rendirse” no debe entrar en nuestro vocabulario y que, en ocasiones, solo hemos de volver a plantearnos nuestros objetivos y sueños para ser capaces de seguir adelante superando las dificultades que “todos encontramos en nuestro camino”.

Por su parte, Yatma Touré relató su historia que le trajo desde Senegal, país del que tuvo que salir para buscar una nueva vida y nuevas oportunidades. Al poco tiempo de llegar a Palencia, fichó por el CB Palencia (cuyo capitán también ha estado presente) y por el que ha renovado por tercera temporada. Yatma, que es un claro ejemplo de superación, compatibiliza en el momento actual la práctica deportiva, el entrenamiento de categorías inferiores, los estudios y el trabajo. “Mi motivación es mi familia y, sobre todo, mi madre. Hay que trabajar y trabajar sin rendirse nunca”.

Tras la charla, en la que hubo una amplia batería de preguntas de las personas usuarios asistentes, los invitados han compartido un rato de basket en la pista polideportiva “Urko Otegui” del Centro con las personas que conforman el equipo de baloncesto del Centro Asistencial San Juan de Dios de Palencia. Nuestro agradecimiento a todas las personas que participaron en esta jornada deportiva en la que también nos acompañó el Concejal de Deporte del Ayuntamiento de Palencia, Orlando Castro.



Participantes en la Jornada Deportiva

SAN JUAN DE DIOS CELEBRA LA REFORMA DE LAS LEYES DE DISCAPACIDAD Y DEPENDENCIA POR SU IMPULSO A LOS DERECHOS, INCLUSIÓN Y AUTONOMÍA PERSONAL

La actualización normativa supone un importante avance en el reconocimiento de derechos, la inclusión social y la promoción de la autonomía de las personas con discapacidad. La reforma introduce medidas destinadas a reducir la burocracia, mejorar la accesibilidad, reforzar la atención temprana y garantizar una atención más centrada en la persona.

Como entidad comprometida desde hace décadas con la atención y el acompañamiento de las personas con discapacidad y sus familias, San Juan de Dios considera que esta reforma responde a reivindicaciones históricas del sector y avanza hacia un modelo basado en los derechos, la participación y la igualdad de oportunidades.

Muchas de las medidas recogidas en la reforma, como la promoción de la vida independiente, la accesibilidad universal, la autonomía personal y la personalización de los apoyos, forman parte desde hace años del modelo de atención que San Juan de Dios desarrolla junto a las personas con discapacidad y sus familias.

Entre los cambios más relevantes destacan el reconocimiento automático de determinados grados de discapacidad a partir de la valoración de dependencia, la consideración de la accesibilidad universal

como un derecho exigible y el reconocimiento de la atención temprana como un derecho subjetivo.

Para la coordinadora del ámbito de discapacidad, Marta Campos, «esta reforma supone un paso adelante en la construcción de una sociedad más inclusiva y accesible. Desde San Juan de Dios compartimos plenamente la apuesta por un modelo que sitúe la dignidad, la autonomía y los derechos de las personas en el centro de las decisiones. Ahora el reto será garantizar su desarrollo efectivo para que estos avances se traduzcan en mejoras reales en la vida de las personas con discapacidad y sus familias».



A nivel nacional, San Juan de Dios atiende a 2.506 personas con discapacidad, desarrollando proyectos orientados a favorecer la inclusión social, la vida independiente, la formación, el empleo, la participación comunitaria y el apoyo a las familias. Para ello, cuenta con 962 plazas residenciales, de las que 144 se desarrollan en viviendas integradas en la comunidad, una modalidad que representa ya el 13,02 % de su oferta residencial y que refleja la apuesta de San Juan de Dios por modelos de apoyo vinculados a la vida independiente y la inclusión social. Además, dispone de 1.038 plazas en centros de día y ocupacionales y de 729 plazas en Centros Especiales de Empleo, promoviendo la capacitación, el acceso al empleo y la participación activa de las personas con discapacidad.



Asimismo, San Juan de Dios destaca la importancia de las medidas destinadas a simplificar los procedimientos administrativos. La reducción de trámites para el reconocimiento de la discapacidad permitirá agilizar el acceso a derechos, prestaciones y apoyos, evitando cargas innecesarias para las personas y sus familias.

La reforma incorpora además medidas para reforzar la protección frente a la discriminación, garantizar apoyos adecuados en el ámbito judicial y asegurar que ningún niño o niña con necesidad de atención temprana quede sin recibir la intervención necesaria por motivos administrativos o presupuestarios.

San Juan de Dios confía en que el desarrollo reglamentario y la aplicación efectiva de la ley permitan traducir estos avances normativos en mejoras tangibles para las personas con discapacidad y sus familias. La Institución considera que esta reforma representa un importante paso adelante para construir una sociedad donde la inclusión, la accesibilidad y la igualdad de oportunidades sean una realidad efectiva y no únicamente una aspiración.

TODO NUESTRO APOYO A VENEZUELA TRAS LOS TERREMOTOS

Tras los terremotos que han afectado gravemente el norte de Venezuela, el Hospital San Juan de Dios de Caracas abrió un servicio gratuito de atención de curas y traumatismos para las personas afectadas.

Además, se convirtió es uno de los puntos de acopio de medicinas y otros materiales sanitarios y de primera necesidad que están siendo distribuidos entre la población de zonas como La Guaira.

También nuestros compañeros de la Provincia de América Latina y Caribe trabajaron intensamente desde el primer momento para poder suministrar más materiales de primera necesidad y hospitalarios en la emergencia.

En España, ante la gravedad de la situación que vive Venezuela, en San Juan de Dios España nos hemos sumamos a la campaña de emergencia de Cáritas Española «Cáritas con Venezuela» en apoyo al pueblo venezolano.



SAN JUAN DE DIOS ESPAÑA SE SUMA A LA CAMPAÑA EMERGENCIA

CÁRITAS CON VENEZUELA

DONA ➔

 Orden Hospitalaria de
San Juan de Dios

Santander
ES23 0049 1892 6927 1329 3362

CaixaBank
ES89 2100 5731 7102 0022 7540

 BIZUM
00089

 caritas.es

 900 33 99 99

 **Cáritas
Española**

EXPERIENCIA DE VOLUNTARIADO EN VERANO

Hemos recibido a un grupo de jóvenes que han participado en una experiencia de voluntariado veraniega. Una actividad que ha sido organizada por Jóvenes Hospitalarios y que ha traído un amplio grupo de chicos y chicas hasta nuestra ciudad, 7 de los cuales han estado en nuestro Centro realizando diferentes actividades en distintas Unidades: San Rafael, Padre Celedonio Océn, Padre Higinio Aparicio, Padre Faustino Calvo, San Ricardo Pampuri y en el dispositivo de protección internacional "Teranga".

Mario, su coordinador, nos ha explicado que estos jóvenes vinieron desde Madrid, concretamente de la parroquia San Miguel Arcángel y del seminario de Madrid. Hemos charlado con ellos para conocer cómo han vivido estos días compartidos con nosotros.

¿Qué os lleváis emocionalmente de estos días? ¿Hay algo que sintáis que os va a acompañar más allá de esta experiencia?

Mario: *"Hemos experimentado el amor de Dios en nosotros, en comunión y con las personas con las que hemos estado."*

Harold: *"Lo que me llevo es que he sido capaz de poder reconocer en todas las personas que hemos compartido cada día el rostro de Cristo y sentir un inmenso cariño hacia ellos sin conocerles de nada y de una manera totalmente desinteresada".*

Javi: *"Yo he sentido un amor muy grande hacia los chicos y he sentido que era correspondido. Siento que me llevo algo muy importante para la vocación a la que me siento llamado, que es para ser profesor, que es tratar a personas de distintas maneras."*



Jóvenes voluntarios junto a usuarios de San Juan de Dios

Alicia: *"A pesar de ser unos pocos días he aprendido mucho y me he dado cuenta de un montón de cosas. Por ejemplo, yo tenía algunos prejuicios en relación con estas personas y he cambiado mi perspectiva totalmente. Somos todos iguales. Creo que ha acabado con esos prejuicios."*

Héctor: *"Me llevo emocionalmente mucha alegría y mucha paz. He aprendido a saber cómo ayudar y acompañar a estos chicos."*

Mónica: *"Me llevo sobre todo la ternura que me han transmitido los mayores. Siento que mi corazón, con el paso de los días se va encogiéndose un poco y llenándose de mucho amor. En cosas muy sencillas he visto la alegría del servicio. Por ejemplo, el llegar cada mañana y escuchar que desde lejos te saludan y gritan tu nombre es algo muy bonito. Notas que les hace ilusión que vayas y a mi me hace ilusión estar con ellos. Me llevo el haber sido capaz de acompañar a estas personas. Para mí ha sido una experiencia nueva y un descubrimiento."*

Elena: *"Me llevo una lección enorme de empatía, gratitud y humildad. Te hace replantearte muchas cosas sobre el ritmo de vida actual y dar valor a los pequeños gestos: una mirada, un abrazo o una sonrisa. Sin duda, me acompañará la capacidad de escuchar de forma más consciente y la importancia de dedicar tiempo y presencia a los demás."*

Todos ellos han destacado la acogida por parte del equipo del Centro y, de forma especial, la de David Ruiz, que se ha ocupado de acompañarlos. *"Nos ha ayudado mucho y nos ha hecho sentir como en casa."*

En cuanto a las actividades desarrolladas han destacado el dinamismo y la cantidad de actividades tan diversas que han podido realizar junto a los usuarios. Algunos se quedan con los juegos, la piscina, el fútbol... pero todos destacan que lo más importante son *"los ratos de charla compartidos en los que hemos podido conocer las historias de las personas usuarias"*.

Hemos querido saber también qué sensación se llevan de nuestro Centro y de nuestro trabajo en el día a día. Y eso es lo que nos han contado.

Mario: *"Hemos percibido que aquí hay una gran familia. Se respira fraternidad. Y nosotros hemos sentido ese calor."*

Harold: *"Lo que he percibido y vivido es que aquí se cuida de una forma muy sana y tratando a los usuarios como "personas" más allá de sus circunstancias personales. Ponen la persona en el centro de todo y eso es fundamental."*



Jóvenes participando en su actividad de voluntariado

Alicia: "Lo que yo he percibido es que se trata a todas las personas con mucho amor, como si fueran hermanos y que se ayudan unos a otros. Me ha gustado mucho el ambiente."

Héctor: "He notado que se cuida mucho a las personas y que cada día demuestran que hay un hueco para cada persona en este mundo y que no hay ninguna diferencia ni por raza, forma de ser ni cualquier otra cosa. He sentido cómo los quieren y los respetan."

Mónica: "Siendo un lugar tan grande ellos tienen mucha libertad. He visto mucho cariño más allá del trabajo. "

Elena: "Se percibe un ambiente de absoluta calidez, tranquilidad y humanidad. No se trata solo de dar una atención asistencial o médica, sino de un acompañamiento real donde predomina la dignidad, el cariño y la escucha activa. Es admirable ver cómo se cuida cada detalle y cómo se respeta el ritmo y las necesidades individuales de cada persona."

Javi: "He visto cosas muy bonitas como por ejemplo algo tan sencillo como llamar a cada usuario por su nombre. Nuestro nombre nos diferencia y nos hace únicos."

Para finalizar, hemos les hemos pedido que nos describieran la experiencia:

Harold: "Si tuviera que resumir esta experiencia, lo haría con un pasaje del Evangelio que es el pasaje de los discípulos de Emaús: el acompañar, el estar, como hizo el Señor con esos discípulos, es lo que siento que he hecho, de alguna manera yo, estos días. El hecho de estar con ellos compartiendo cosas sencillas ha sido un gran aprendizaje."

Javi: "Ha sido una experiencia muy potente y siento que ha provocado un cambio dentro de mí."

Alicia: "Me llevo mucha alegría y muchas cosas aprendidas y con ganas de repetir esta experiencia."

Mario: "Me llevo como experiencia la alegría de poder acompañar a aquellos que "el mundo descarta". A los que son distintos, que tienen dificultades, a los que son más vulnerables...yo creo que Dios nos ha enviado para amarles y acompañarles a través de un voluntariado de acciones y gestos sencillos. Eso es algo que me ayuda en mi vida a no olvidar que la verdadera alegría está en cosas sencillas, pequeñas, pero que llenan el corazón. En el voluntariado estoy recibiendo mucho amor."

Héctor: "Yo la describiría con una palabra: maravillosa. Es algo que recomiendo a todo el mundo y que yo voy a repetir."

Mónica: "Me llevo una experiencia que ha sido muy especial. Era nuevo para mí y llegas con un cierto miedo porque no sabes qué te vas a encontrar y si vas a ser capaz de hacer las cosas como debes. Me llevo un gran aprendizaje. Me llevo el saber que es importante "recibir", pero aún es más gratificante "dar". Eso me llevo. Creo que todo el mundo debería pasar por una experiencia como esta. Ha sido "servir con alegría".

Elena: "Mi experiencia global es un sentimiento que no sentía hace mucho, que es el no juzgar que donde hay algo diferente hay un amor diferente y único"

LA ENTREVISTA: DAVID CLAVEL ANTOLÍN

“HE APRENDIDO QUE DAR SIEMPRE ES MUCHO MÁS GRATIFICANTE QUE RECIBIR”

Su pasión es el deporte, por eso eligió dedicarse profesionalmente a la educación deportiva. Pero la vida guarda, en ocasiones, giros inesperados. Eso le ocurrió a nuestro protagonista. La vida le puso delante una realidad que no conocía y cambió su perspectiva. David Clavel llegó hace 14 años a nuestro Centro y desde entonces utiliza todo su conocimiento para mejorar la vida de las personas. Hoy charlamos con él para que nos cuente esta y otras muchas historias vitales y profesionales.

Formación:

- Magisterio de Educación Física
- Magisterio de Educación Especial
- T.A.F.A.D Técnico Superior en Actividades Físico Deportivas
- T.A.S.O.C Técnico en Animación Sociocultural



David Clavel

¿Cuándo llegas al Centro Asistencial San Juan de Dios y cómo?

Precisamente hace unos días se han cumplido 14 años de mi llegada. En el año 2012 yo estaba trabajando en el Centro Penitenciario de la Moraleja, dando el curso de deporte. Estaba muy a gusto y con mucha satisfacción personal en el trabajo que estaba desempeñando, pero era algo temporal, ya que se iba renovando en función de las subvenciones que se recibían. En ese momento me llamaron de aquí para hacer una entrevista. Llamaron a varias personas. Tras la entrevista con la que, por aquel entonces, era Directora Técnica, Carmen Couceiro, nos citaron para hacer un examen. En esa prueba no podíamos poner

nuestro nombre y teníamos que elegir un pseudónimo, me encantaba “Rafa Nadal” y ese fue el nombre que puse en el sobre. Pasé la selección y me quedé a falta de una entrevista final a la que vine con otro chico. Creo que los dos les gustamos mucho, pero finalmente optaron por quedarse con él. Me llamaron de recursos humanos y me dijeron que guardaban mi currículum para el futuro. Aunque realmente había sido una oportunidad que había surgido casi por casualidad, la verdad es que me había quedado ya esa pequeña semillita de San Juan de Dios en el corazón y había empezado a ver esa posibilidad como una opción muy interesante.

Seguí trabajando en temas relacionados con el deporte y al año siguiente, por las mismas fechas, recibí una llamada. Estaba pasando unos días en Tenerife. De hecho, había dejado el teléfono en el coche y cuando llegué a la hora de comer vi la llamada. La devolví y era de este Centro que habían recuperado mi currículum y estaban buscando un perfil como el mío. Les conté donde estaba y que podía volver en un par de días. Según bajé del avión, me vine a Palencia, me presenté y empecé a trabajar de forma inmediata. Un año después, la vida tenía para mí esa plaza que inicialmente no había sido posible. Y ahora han pasado ya 14 años desde ese momento.

Hablemos de tu formación, David, porque está claro que te apasiona el deporte, pero en tu formación has optado por muchos más aprendizajes....

He tenido la suerte de que mis padres siempre me dijeron que hiciese lo que me gustaba. Hice educación física, que es lo

que hacíamos las personas a las que nos gustaba mucho el deporte, sin saber muy bien cuál sería mi camino posterior, si la enseñanza, el entrenamiento, un gimnasio... y las prácticas del último año de la carrera tuve la suerte de hacerlas en el Centro de Educación Especial de Carrechiquilla. El primer día se me hizo muy duro porque vi las limitaciones tan duras a las que se enfrentan las personas que están allí y pensaba que yo no podía ir allí a pedirles más esfuerzo, que ya tenían bastante. Fui cambiando mi visión, afortunadamente, y entendí que mi papel no solo era muy necesario sino también muy beneficioso para poder afrontar su día a día, su vida cotidiana. Y entonces entendí que poder ayudar a alguien es lo más grande. Ese mismo año me matriculé en Educación Especial en Valladolid. Acabé mis prácticas en Carrechiquilla y seguí como voluntario. Se generó un vínculo maravilloso. Y entendí que eso era lo que quería: la educación física pero asociada a la educación especial



David Clavel junto a un grupo de usuarios

era un terreno estupendo de transformación para las personas. Ayudar a que mejore su vida gracias a los ejercicios y a todo lo que puedo hacer como educador físico.

Y además es un trabajo infinito...

Si claro. Es un campo inagotable. Puedes trabajar cualquier cosa desde el deporte. Imagina, por ejemplo, lo importante que es trabajar con una persona para que pueda desplazarse o levantarse para ir al baño, para que pueda mantener su autonomía o recuperar su movilidad...Yo hice la carrera pensando en que iba a trabajar con las personas de una forma muy técnica para que mejoraran en un deporte pero encontré un camino que me hizo cambiar mi perspectiva y estoy feliz.

De hecho, cuando empecé a trabajar aquí, pretendía que cada sesión empezara a su hora exacta y llevaba todo perfectamente estructurado, con mis unidades didácticas...pero luego vi que la realidad era otra, las prioridades eran otras y que había que enfocar el trabajo de una forma diferente. Había que adaptarse y tenía que "ir yo a ellos y no al revés".

Eso supone para ti un reto muy grande ¿no?

Sí. De hecho, considero que el reto principal es olvidarte de ti para centrarte en las personas con las que trabajas cada día. No es "lo que yo quiero hacer", sino lo que ellos necesitan. Trabajas adaptando todo lo que tú sabes a sus necesidades. Dentro de cada grupo cada persona es completamente diferente. Si tienes diez personas tienes que realizar y planificar diez minisiciones, una diferente para cada uno en función de sus necesidades.

Para quién no conozca cómo es vuestro trabajo... tú formas parte de un equipo, un equipo multidisciplinar...¿cómo os organizáis? Porque tú tienes que saber todo sobre cada una de las personas con las que trabajas ...

Buena parte del tiempo la dedicas a hacer un trabajo que no se ve. Lo más importante es el equipo. Para trabajar con estos chicos tienes que conocer cómo han estado, cómo están, qué les preocupa, qué es lo que les puedes pedir...Tenemos reuniones de equipo. En el ordenador vemos cada día los informes en los que se recoge cualquier incidencia. Y luego, a nivel individual, puede venir un chico conmigo al gimnasio y tal vez el principal objetivo es



David Clavel en el gimnasio del Centro

que socialice y no tanto la cuestión física. A veces hay simplemente que empezar por ahí: que salga de su habitación, que se relacione con otros chicos y pase unas horas lejos de sus miedos y de sus oscuridades. Es complicado, pero es muy satisfactorio. Con cada chico tienes una forma de saludarte, una forma de hablar, una forma de vincularte...ese es un trabajo que se hace día a día. Pero volviendo al equipo. Yo lo considero fundamental. El equipo te da el apoyo con el psicólogo, el psiquiatra, el coordinador, la enfermera... Todos nos necesitamos. No podemos remar cada uno en una dirección.

¿Por dónde has pasado en estos años?

Empecé en el área de discapacidad y este último año hemos hecho un cambio para adquirir también experiencia en el área de salud mental y he empezado con varias unidades. Pero volviendo a los inicios, empecé en la Unidad de San Benito Menni, en discapacidad, que era lo que había trabajado más en la carrera. Y ahora el cambio a salud mental ha sido un vuelco total, toda una "explosión en la cabeza". Ha sido un giro de 180 grados. Es como trabajar en un nuevo San Juan de Dios dentro del mismo San Juan de Dios. Me parece muy interesante este cambio. Creo que ha sido muy positivo y altamente desafiante para mí como profesional. Una cosa que me está gustando mucho es que me está exigiendo ponerme las pilas otra vez y volver a empezar de cero con personas que no conoces, con patologías que no conoces, y me está resultando muy gratificante.

Hablemos de actividades, David. Algunas se hacen aquí, pero las puertas del Centro no son un límite para que dentro de la propia comunidad, de la propia ciudad las personas usuarias participen.

De inicio el Centro cuenta con un equipamiento muy completo para la práctica deportiva...

Te contaba que empecé hace 14 años y si sigo aquí es porque claramente San Juan de Dios ha apostado por el deporte. Mi compañero Carlos Salamanca ha sido una pieza importante. Estamos a años luz de otros centros. Tenemos una estupenda pista polideportiva, este gimnasio donde estamos está perfectamente equipado. Las instalaciones que tenemos suponen una apuesta clara por este área. También hay que decir que los resultados son muy buenos.

Pero más allá de dar uso a nuestros equipamientos, a lo que se tiende, y lo que muchas personas usuarias demandan, es practicar deporte fuera del Centro. Apostar por una vida inclusiva y normalizada. Sus actividades favoritas son la piscina, que hacemos mediante un acuerdo con el Patronato Municipal de Deportes; también tenemos un acuerdo con "La Lanera"...salir e integrarse en la comunidad es lo que más nos gusta. Tenemos que ser conscientes de que mañana podemos tú o yo tener un problema de salud mental. Esa barrera hay que romperla.

David, tal vez es que la salud mental sigue siendo aún una de las grandes desconocidas por la sociedad en general...

Totalmente de acuerdo. Todavía existe ese estigma. A las personas a lo largo de la vida nos pasan muchas cosas y, en ocasiones, no somos capaces de salir de ellas sin ayuda; precisamos de un "andamiaje" para poder sujetarnos y seguir. Nos puede pasar a cualquiera de nosotros, pero muchas veces no somos conscientes de ellos.

Dentro del mundo del deporte ha habido últimamente varios ejemplos de deportistas de alto nivel que han decidido "parar" por problemas de salud mental... normalizar eso es fundamental.

Mira me viene a la cabeza Ricky Rubio o la gimnasta Simone Biles...Podemos pensar que esta gente tiene todo, lo ha conseguido todo, pero la salud mental no tiene que ver con el éxito, tiene que ver con otras muchas cosas, no podemos olvidarlo. Pero, fíjate, esta claro y está demostrado que el deporte hace que te abstraigas de otras cosas, que olvides problemas, que centres tu mente en tu cuerpo...Por eso es tan importante el deporte de forma general pero sobre todo, y de forma particular, en un Centro como este.

¿Qué transformaciones ves en las personas aquí a través del programa deportivo?

Como te decía, en las personas con discapacidad, sobre todo la mejora de la movilidad, de la autonomía, del poder desarrollar mejor las actividades de la vida diaria...pero en las personas con enfermedad mental esto va más allá: es un refugio para sus miedos y una

desconexión. Desconectan de sus problemas para conocerse a algo en positivo.

¿Qué haces cuando no estás aquí?

¿También deporte?

Sí. Mucho deporte, la verdad. Es mi vida. Bici, pádel, fútbol 7... ocio deportivo y ocio social que van de la mano.

Cada día dejas aquí muchos aprendizajes, pero ¿qué aprendes, qué te llevas a casa?

He aprendido que la vida es muy volátil, que la vida cambia muy rápido, que la vida te puede cambiar en un momento. He aprendido también mucho de cómo afrontan las cosas. Y tal vez lo más importante, que los seres humanos hemos nacido para ayudar, para ayudarnos unos a otros. Si eres capaz de convertirte en importante para alguien ese es un motor que te impulsa hasta donde ni siquiera imaginabas que podías llegar. He aprendido que "dar" siempre es más gratificante que "recibir".

Si tuvieras que volver a poner "Rafa Nadal" en aquella prueba en la que tuviste que elegir un pseudónimo.....¿Volverías a vivir esta aventura?

Sin duda. Volvería a elegir San Juan de Dios.



David Clavel junto a usuarios en la pista polideportiva "Urko Otegui"

SOÑANDO CON MASTER CHEF

Queremos contaros una historia. La historia de Nazar Holovenko. Una historia que nos habla de superación, de esfuerzo, de no rendirse nunca, de sueños por cumplir... Es la historia de una de esas personas que creen que cuando la vida "te da limones" debes aprender a hacer "zumos de limón". Nuestro protagonista no sólo ha aprendido a hacer zumo de limón sino que ha convertido la cocina en un lugar en el que crecer, reinventarse y construir un nuevo camino vital y profesional.

La vida no se lo puso nunca fácil pero él ha sido capaz de sobreponerse a su discapacidad, a la pérdida de la familia, a escuchar las bombas a pocos metros de su habitación, al dolor, a las decepciones con las personas que no lo trataron como debían, a no tener nada material más que lo puesto... Pero Nazar tenía algo que nadie pudo ni podrá nunca arrebatarse: su fortaleza, sus ganas, su voluntad de seguir adelante...y su sonrisa. Siempre su sonrisa. Una sonrisa de la que es imposible no contagiarse y con la que nos recibe para contarnos esa historia. Nazar acaba de graduarse después de estudiar durante los dos últimos años en el Centro La Salle Managua el Grado de Formación Profesional de Cocina y Restauración y la ESO. Detrás hay una historia que él mismo nos cuenta.



Un momento de la entrevista con Nazar

Nazar, tú naciste en Ucrania...

Si. Nací en Ucrania. Al perder a mi familia empecé a vivir en un orfanato para chicos con discapacidad como yo. A los nueve años y gracias a un acuerdo entre mi país y Estados Unidos viajé a América donde me acogió una familia. Allí fui muy feliz pero tuve que volver a mi país para hacer papeles y en ese momento comenzó la pandemia de la covid y no pude volver a Estados Unidos.

Y una noche tu vida dio un nuevo giro.

¿Qué pasó?

Estábamos acostados casi todos cuando empezaron a sonar las sirenas de aviso de bombas. Mi país estaba viviendo un conflicto y todo había cambiado de pronto. Era de noche pero el cielo se puso naranja. Escuchamos como una bomba cayó cerca de nuestro centro y entonces vinieron a buscarnos para sacarnos de allí.

¿Dónde os llevaron?

Vivimos un tiempo en otro centro, en Ucrania, pero después y para poder huir de la guerra, a través de la Fundación Madrina, nos metieron en un avión militar y nos trajeron a Madrid. Allí estuvimos unos días en un hotel estupendo. Yo nunca había estado en un sitio como ese y me pareció maravilloso.

Y desde Madrid llegas a Castilla y León, concretamente a Salamanca...

Sí. Nos llevaron a un centro que estaba en un pueblo de Salamanca, en Armenteros. Era un centro cerca de la montaña y el campo y con muchos animales. Me gustaba mucho ese lugar. Estuve cinco meses en ese centro educativo pero después hubo algunos problemas y decidieron trasladarnos a Valladolid al Centro San Benito Menni y después al Centro de San Juan de Dios de Valladolid. Allí empecé a estudiar en el Centro de Educación de Covaresa en el que había profesores majísimos. Allí fui muy feliz. Me ayudaron mucho.

Y desde Valladolid llegas a este Centro en Palencia ¿qué te parece este lugar?

Es como un pueblo. Me gusta que sea tan grande y que tenga tantos jardines. Cuando llegué estuve un mes en la Unidad Padre Celedonio y después empecé a vivir en una de las "Villas" que comparto con otros compañeros.

Y tú querías seguir estudiando y te matriculaste en La Salle Managua para poder hacerlo

Al tener ya 18 años y no tener el título de la E.S.O. estaba difícil estudiar una F.P pero



Nazar Hovolenko

San Juan de Dios y la Dirección Provincial de Educación de Palencia me ayudaron e hicieron posible que me matriculara en "Cocina" en el Centro de Formación Profesional La Salle Managua. En este centro me becaaron para que pudiera tener un ordenador y todo el material que necesitaba. El segundo curso, gracias a la gente de San Juan de Dios, que me cuidan muy bien y me ayudan en todo lo que necesito, obtuve una beca del MEC aunque en La Salle también me siguieron becando.

Y elegiste la cocina ¿por qué?

Desde los nueve años, cuando me fui a vivir a Estados Unidos me gusta cocinar. Tengo recetas que me traje de allí y que he guardado. Me encanta cocinar y probar todo lo que cocino. En la villa cocino para mis compañeros y también para otras personas que podemos invitar.

***Si yo me quedara hoy a comer contigo
¿qué me cocinarías?***

Primero te preguntaría que te gusta más. Si te gusta la carne te cocinaría un pollo con setas salteadas. Está muy rico. Háblame de La Salle Managua. La gente es majísima. La directora, Laura, y todos los profesores me han ayudado muchísimo. Son muy amables y muy cariñosos. Este Centro acoge a personas de muchos países y a refugiados. Es un centro multicultural. Me han cuidado, me han tratado genial y me han apoyado mucho. Esa beca ha sido un gran regalo que me ha permitido seguir adelante en mi vida.

¿Ha sido muy difícil conseguir aprobar?

He trabajado mucho pero yo creo que nunca puedes perder tus sueños y que aunque la vida sea dura siempre hay que seguir adelante y esforzarse mucho. Yo me he esforzado mucho en las clases y también he pasado muchas tardes estudiando y haciendo deberes con ayuda de las educadoras de San Juan de Dios. Ahora tengo que hacer las prácticas y, si las apruebo, tal vez pueda viajar a otro país a través de un Erasmus.

Nazar, ¿cuál es tu sueño?

Mi sueño es ir a Master Chef y, tal vez, algún día, tener un restaurante pero, de momento, tengo que centrarme en mis prácticas y seguir aprendiendo. Yo siempre quiero seguir aprendiendo.

Nazar es una lección de vida en sí mismo. Queda pendiente volver para que nos cuente sus prácticas y para probar su pollo con setas salteadas que no dudamos de que estará exquisito.

Quién sabe si algún día al poner la tele lo veamos en Master Chef cumpliendo su sueño y quién sabe si algún día la vida le regalará una estrella Michelin. De momento él ya tiene su propia estrella que es su capacidad de seguir adelante y su firme decisión de no rendirse nunca “pase lo que pase”. Enhorabuena Nazar. Sigue volando alto y no dejes que nada ni nadie corte tus alas.



CONVENIO

Nuestro Centro ha firmado un nuevo convenio de colaboración docente a través del Centro de Formación Profesional IBECON 2003 Grupo ASPASIA.

Este acuerdo se enmarca en la formación profesional en el ámbito laboral, según el plan formativo de Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales y desarrollada en colaboración con el Servicio Público de Empleo de Castilla y León y la Junta de Castilla y León.

Gracias a esta alianza podremos ofrecer prácticas adaptadas a personas usuarias que ya han superado la fase teórica de su

formación, favoreciendo el desarrollo de competencias profesionales en un entorno seguro, inclusivo y normalizado.

Durante el periodo estival, al menos una persona del área de salud mental inicia sus prácticas realizando tareas básicas de mantenimiento .

En San Juan de Dios seguimos avanzando hacia una mayor integración comunitaria y una capacitación prelaboral real de las personas vulnerables, dentro y fuera de nuestros servicios, abiertos a la participación ciudadana



DÍA INTERCULTURALIDAD

El 19 de julio la localidad de Aguilar de Campoo celebró el “Día de la interculturalidad” con la participación de las familias de nuestro dispositivo de protección internacional originarias de Venezuela, Mali y Ucrania, en el momento actual. Esta celebración tiene como objetivo, cada año, evidenciar como la villa norteña fomenta la convivencia, el respeto y la inclusión de todas las personas sea cual sea su origen y cultura.

Este año la jornada ha tenido además un objetivo solidario con las personas damnificadas por los terremotos de Venezuela.

Nuestro dispositivo contó con un stand en el que se recogieron donaciones que fueron entregadas, unos días después a responsables de Cáritas en Aguilar, entidad que será la encargada de hacer llegar lo recaudado a Venezuela. Nuestro agradecimiento, en nombre de San Juan de Dios y de Cáritas por la solidaridad y generosidad de cuantas personas contribuyeron con sus donaciones.



Y PASARON MUCHAS MÁS COSAS...

Nuestra compañera Noemí Montoya participó en la Mesa de Diálogo Territorial: Agenda 2030, un encuentro centrado en la formación y la empleabilidad propiciado por ImpulsaODS 2030.

Fue una jornada enriquecedora en la que se debatió sobre cómo facilitar la incorporación al mercado laboral de personas con baja cualificación, compartiendo espacio y propuestas con entidades como Cruz Roja, Cáritas, Fundación Diagrama, Asociación Salud Mental Palencia, Asociación Progestión y representantes del Ayuntamiento de Palencia y del sector empresarial. Se abordaron tanto las barreras actuales como las soluciones que cada organización puede aportar para crear un mercado laboral más inclusivo.



Noemí Montoya junto a participantes en la "Mesa de Diálogo Territorial"



Visita a los Arribes del Duero

Visita a la Tejada de Tosande

Seguimos disfrutando de la naturaleza y el inigualable entorno de la montaña palentina este verano. En esta ocasión, personas usuarias de la Unidad Padre Celedonio realizaron una preciosa ruta de senderismo en "La Tejada de Tosande".

Y PASARON MUCHAS MÁS COSAS...

¡VIVA SAN FERMÍN!

Así vivimos los Sanfermines en la Unidad de San Benito Menni. Dimos el pistoletazo de salida con un encierro lleno de ilusión, risas y muchas ganas de disfrutar. No faltaron los pañuelos rojos ni las camisetas blancas para sumarnos a una celebración tan internacional.



Celebración de San Fermín en la Unidad San Benito Menni



Salida a la montaña visitando el Valle de Recuevas

Dentro de las jornadas de montaña de este verano hemos visitado, con usuarios de la Unidad Padre Celedonio, el Valle de Recuevas con sus impresionantes paredes verticales y sus estupendas vías de escalada. Un paisaje espectacular el de nuestra montaña palentina que estamos disfrutando y conociendo mejor. Impresionantes experiencias.

Y PASARON MUCHAS MÁS COSAS...

Queremos agradecer a la dirección de la empresa Eurostyle Systems, dedicada a la fabricación de piezas de coches, la invitación a las personas usuarias de nuestro dispositivo de protección internacional de Aguilar de Campoo para conocer sus instalaciones. Una jornada en la que no sólo recorrimos la factoría sino que compartimos experiencias y diferentes actividades de ocio con sus trabajadores y familias. Un día muy especial que guardaremos en la memoria.



Visita a la empresa Eurostyle Systems



TCAES en nuestro Centro

El pasado 14 de junio se celebró el "Día Mundial del TCAE".

Desde estas páginas queremos reconocer el trabajo de estas personas profesionales que convierten los cuidados en cercanía, la atención en acompañamiento y los gestos cotidianos en bienestar porque los cuidados van más allá de las técnicas y los procedimientos. Gracias por vuestra profesionalidad, dedicación y por estar presentes cada día marcando la diferencia y demostrando que cuidar también es escuchar, acompañar y estar.

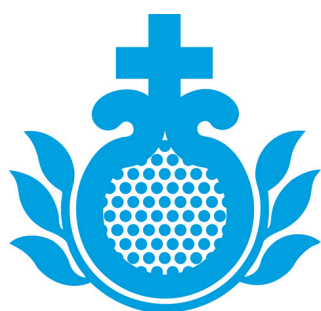
Y PASARON MUCHAS MÁS COSAS...

Estamos viviendo muchas experiencias veraniegas buscando el mar para navegar y la playa para refrescarnos y conocer lugares.

Visitamos Santander en un día tan especial como el de la celebración de “la Virgen del Carmen” con usuarios de las Unidades Sagrada Familia y Padre Celedonio lo que nos permitió ampliar experiencias personales muy positivas.



Salida veraniega a la playa



Centro Asistencial
San Juan de Dios
Palencia

Paseo Padre Faustino Calvo 46, 34005, Palencia

979 742 300

<https://sanjuandedios-palencia.com>

