

Asociación El Sauce

Nos podrás encontrar en:

Carretera Córdoba-Málaga Km. 68- 14900- Lucena- Córdoba

Teléfono/Fax: 957 501115

E-mail: asociacionelsauce@hotmail.com

Web: www.asociacionelsauce.com



Asociación El Sauce

El Boletín

Nº 1 2013



Sumario

- Saluda de la Presidenta de la Asociación Pág. 3
- Navidad y Reyes en la Cas-Hogar Pág. 4
- Circuito de Carreras - Gala del Deporte Pág. 6
- Entrega de premios del Primer Concurso de Poesía Pág. 7
- Primer Concurso de Relato Breve Pág. 12
- Ofrenda de Flores Pág. 13
- V Jornada de Convivencia Pág. 14
- Mercadillo Solidario y Mercatruque Pág. 16
- Rutas de Senderismo Pág. 17
- Intentos de Suicidio Pág. 18
- Ofrenda de Flores Pág. 21
- Agradecimientos Pág. 22

Colabora en la edición:



Diputación de Córdoba

Asociación El Sauce

Navidad y Reyes en la Casa-Hogar



Tuvimos nuestro ya tradicional encuentro con los chicos de El Carmen, compartiendo una vez más canciones y actuaciones de teatro.

Y como cada año, el día 5 por la tarde nos visitaron los Reyes Magos dejándonos algunos regalitos.

4

Asociación El Sauce

Como novedad, en estas fechas realizamos una gira cantando villancicos por otros centros de nuestra localidad, actividad que ha resultado muy gratificante para nosotros y para los que recibieron nuestra visita, como Amara, Fepami o

los ancianos de la residencia de San Juan de Dios, que acabaron sumándose a la fiesta y sacando sus propios repertorios.



5

Asociación El Sauce

Circuito de Carreras - Gala del Deporte

Seguimos participando en el Circuito Provincial de Carreras de Córdoba, aunque hemos de reconocer que este año con menos intensidad que los dos años anteriores. Algunos residentes han dejado de asistir y otros se han incorporado al circuito.

De nuestros participantes de este

año, sólo Ana Zayas (la tercera por la izquierda en la foto de abajo) obtuvo trofeo, el cual le fue entregado durante la Gala del Deporte que organiza la Excm. Diputación de Córdoba. Pero finalmente subieron todos al escenario y recibieron un aplauso por su participación, además de algún "detallito".



6

Asociación El Sauce

Entrega de Premios del 1er Concurso de Poesía

La Asociación "El Sauce" hizo entrega el pasado 29 de octubre de los premios correspondientes a su Primer Certamen de Poesía, al que se han presentado una veintena de trabajos de personas atendidas por la unidad de Salud Mental del sur de la provincia. La ganadora del concurso ha sido la granadina Ana Ruiz Castañeda, residente en "El Sauce", con el trabajo "Caminos cruzados". Tras dar lectura a su poema, Ruiz reivindicó públicamente la capacidad de las personas con enfermedad mental para poder realizar cualquier tipo de actividad, incluida la artística, en campos como la literatura o la pintura.

El segundo premio del certamen ha sido para el Taller Ocupacional de FAISEM, por su trabajo "A mi pueblo", mientras que el tercero ha sido otorgado a Concepción Martínez Carrillo, por su poema

"Sabios Consejos".

El acto de entrega de premios, celebrado en el salón de plenos del ayuntamiento de Lucena, contó con la presencia de los ediles de Cultura, Manuel Lara – miembro del jurado– y Servicios Sociales, Carlos Villa, así como de miembros del grupo municipal popular como Teresa Ruiz-Canela y Araceli Maillo.

Estrella Aguilera, presidenta de El Sauce, indicó que este tipo de eventos son ideales para favorecer la integración de las personas con problemas mentales y dar a conocer su problemática, por lo que ya se está preparando un nuevo certamen, esta vez de relato breve, en el que trabajarán enfermos de cuatro provincias andaluzas.

En cuanto a las temáticas de los trabajos presentados a concurso,

7

Asociación El Sauce

Manuel Lara, indicó que "la mayor parte de los mismos versan sobre la evocación de la niñez, una profunda espiritualidad y el contacto con el medio natural".

Un numeroso público participó en la entrega de premios y aplaudió a los ganadores tras la lectura de sus trabajos.

1er Premio: "Caminos Cruzados"

Pasa el camino con su paisaje,
las horas muertas,
la senda apagada.

gotas de lluvia sobre mi cara,
llegó el otoño

Pasa el tiempo,
unas veces rápido, otras lento.
cargado de lágrimas con senti-
mientos

colores tenues,
llegó el otoño
pasan los días,
melancolía.
pasa el sonido,



Asociación El Sauce

Cae la tarde con sus sombras,
el paseo es lento
el camino es lento,
el paso es lento.

La nostalgia queda dentro
será porque llega el otoño...

2º Premio: "A mi pueblo"

Hermoso Puente Genil.
A ti no te olvido nunca
por ser tu dulce tierra
donde nací por fortuna.
Eres mi pueblo, muy majo
por tu mágica dulzura,
muy rico y esplendoroso,
por tu Ribera fecunda.
Tus mujeres son claveles

por su lozana hermosura
con prestancia de duquesa,
como su presencia anuncia.

De poetas tú eres cuna
de oriente esplendor y gloria.

Ayudados por su pluma,
y esa sublime belleza,
de solera andaluza.

Como palomas blanquitas
que volasen todas juntas
hacia un pequeño arroyuelo
a beber sus aguas puras.

Igual te posas mi pueblo
junto al Genil, que te ayuda

Dando agua a tus talleres
Que trabajan tus industrias.

El Genil como serpiente que su
contorno anuda.

Asociación El Sauce

3er Premio: "Sabios Consejos"

El día a día
 Continúa lucha
 Mil cosas por hacer
 De ilusiones se vive y de hechos también

Dura y a veces apasionada
 Todo gira en nuestro entorno más próximo
 Amigos, conocidos y familia
 Todo un arte el relacionarnos
 Lleno de satisfacciones y a veces sin sabores



Concepción Martínez
 recogiendo
 el 3er Premio

Asociación El Sauce

Gustos o aficiones nos acercan
 Pero el amor es lo fundamental
 Oportunidades de ser felices tenemos todos los días
 Apreciar lo pequeño es elemental
 Consejos se cogen cada día de los

demás
 Tomarlos es de sabios y nos hacen mucho bien
 Debemos de buscarla cada día
 Conseguirlo es intentarlo
 Vivir la vida y su caminar



Asociación El Sauce

1er Concurso de Relato Breve

Se realizó el Primer Concurso de Relato Breve El Sauce, en el que hubo gran participación por parte de nuestros residentes, aunque lo abrimos a toda la provincia pero no hubo respuesta por parte de otros participantes.

Durante la Jornada de Convivencia se hizo entrega de los premios

a los ganadores. En la imagen la ganadora del primer premio, Antonia Caro Urban, leyendo su relato. El segundo premio fue para Magdalena Carretero Muñoz y el tercero para Santiago Díaz Garrido. También se les hizo entrega de un diploma de agradecimiento por su participación al resto de los parti-



12

Asociación El Sauce

cipantes.

Todos los relatos se han recopilado en un pequeño librito cuyo proceso de edición está en marcha.

Nos acompañaron en la entrega de premios y durante la Jornada miembros de la corporación municipal del Exmo. Ayuntamiento de Lucena, entre ellos el alcalde D.

Juan Pérez Guerrero y José Cantizani Bujalance, así como otros concejales del PP. Y representando a la Diputación de Córdoba estaba el tercer vicepresidente, D. Manuel Gutiérrez Molero, y el Delegado Especial de Juventud y Deportes, D. Agustín Palomares Cañete.

13

Asociación El Sauce

V Jornada de Convivencia

Gracias al buen tiempo pudimos hacerla en el patio de nuestra casa-hogar, aunque los que tuvieron que subir al escenario tuvieron que sudar la gota gorda - pobrecitos -, porque el sol "pegaba" que daba gusto. Para la próxima procuraremos que esto no ocurra :)

Comenzó la mañana con nuestro coro entonando algunas de las canciones de lo que va siendo ya su conocido repertorio.



A continuación representaron la obra teatral que tan concienzudamente se han estado preparando con nuestra cuidadora

Asociación El Sauce

Lely, acerca del amor y los diversos estados de ánimo titulada "El Amor y la Locura", y que recibió muchos aplausos por parte del público asistente.

Después hicieron una improvisada demostración de lo que viene siendo el taller de gimnasia con nuestro monitor Paco .

El Coro de la Buena Gente, un año más nos acompañó con todo su arte y salero. Y este año también se nos unieron, por primera vez,

miembros del grupo de la Peña Flamenca La Barrera. Gracias a todos y esperamos volver a verlos el año que viene



Asociación El Sauce

Mercadillo Solidario y Mercatrueque

Dos nuevas actividades se han realizado este año: el Mercadillo Solidario, donde llevamos todas las manualidades que se hacen en nuestros talleres y que ahora estamos llevando cada domingo al Mercatrueque.



16

Asociación El Sauce

Rutas de Senderismo

También continuamos con las rutas senderistas. Este año hemos visitado el Sendero de las Navas del Selpillar (foto de la derecha), el de las Navas y Chorreras de Cabra (foto de abajo). También



hemos hecho el camino de la Sierrezuela de Lucena y la vía verde hasta la estación de Lucena.

17

Asociación El Sauce

Intentos de Suicidio

¿Siente que no vale la pena seguir viviendo? ¿No le encuentra ningún sentido a su existencia? ¿Piensa constantemente en cómo y cuándo quitarse la vida? ¿Ha ido más allá de los pensamientos y ha intentado suicidarse una o más veces?

Hay días en que nos levantamos sin ganas de vivir, momentos en que preferimos no abrir los ojos para no despertar nunca más. La

cama se convierte en un lecho de muerte anticipado que nos rehusamos a abandonar. No por capricho o terquedad, sino porque no vemos más alternativas para poner fin al dolor. La pérdida de un ser querido, el estrés, la ira, la soledad o varias heridas sin cerrar pueden hacer que nuestra existencia se torne insoportable y desesperanzadora. En un panorama tan oscuro la única luz visible para muchas personas es el suicidio.

Los intentos de suicidio no necesariamente están provocados por la ausencia definitiva de un ser amado o un trauma psicológico muy fuerte. A veces, muchas personas toman la decisión de terminar con su vida sin tener claridad de cuales son las verda-

Asociación El Sauce

deras razones que hicieron de su existencia un infierno terrenal.

La principal causa de los *intentos de suicidio*, según el Dr. Jorge Ballesteros, son los impulsos inconscientes que subyacen al acto de muerte. Si la persona desconoce las fuerzas inconscientes que la invaden y le generan tanta rabia y dolor estará impedida para actuar sobre ellas. Esta falta de entendimiento ante dichos impulsos, lamentablemente hace que se arraigue con fuerza el sentimiento de un sin sentido frente a la vida.

La muerte es una decisión definitiva que no tiene vuelta atrás. Las heridas que un suicidio deja en los familiares y amigos permanecen abiertas para siempre y pueden ocasionar un tormento similar en ellos al que nosotros padecemos en vida. La muerte no permite segundas oportunidades, por eso hay que estar seguros de haber agotado todas las posibilidades

antes de decidirnos por ella.

Darnos la oportunidad de conocernos mejor a nosotros mismos y descubrir esos impulsos reprimidos de los cuales quizás nunca hemos tenido conciencia es una opción que no podemos dejar de considerar antes de tomar una decisión final. Tener información clara de las causas por las cuáles no sentimos un mínimo placer de vivir puede ser una luz diferente a la muerte que nos puede ayudar a salir del túnel y darle sentido a nuestra vida. Si descubrimos los sentimientos más profundos que nos incitan al suicidio tendremos la posibilidad de volver consciente lo inconsciente. Cuando comprendemos lo que antes estaba confuso y oculto sentimos un alivio, un respiro que nos permite coger nuevamente las riendas para galopar la vida a nuestro antojo.

Un adagio popular que las personas suelen decir con frecuencia



Asociación El Sauce

ante las dificultades de los demás desde la depresión. Pero, la experiencia del Dr. Ballesteros en terapias con personas que tienen pensamientos suicidas repetitivos nos hace pensar que nuestros problemas durarán para siempre, por eso nuestra mente se nubla y deja de pensar en otras alternativas que siempre han estado ahí. Pero, que solo podemos saber si funcionan o no cuando nos arriesgamos a tomarlas y aplicarlas a nuestra vida.

El Dr. Ballesteros -psiquiatra Institucional de la Fundación Santa Fe y psicoanalista perteneciente a la Sociedad Colombiana de Psicoanálisis- después de analizar más de 300 casos de suicidio ha desarrollado una técnica muy efectiva para ayudar a las personas a descubrir esos impulsos que los están empujando a terminar con sus vidas de manera definitiva.

Erróneamente se han tratado los intentos de suicidio únicamente

desde la depresión. Pero, la experiencia del Dr. Ballesteros en terapias con personas que tienen pensamientos suicidas repetitivos lo hace abordar el problema desde otra perspectiva que sostiene que la depresión no necesariamente es la causa que impulsa a cometer un suicidio; sino, que es la incompreensión de ciertos afectos la que puede originar que una persona decida suicidarse.

El propósito de las terapias es descubrir con la ayuda y experiencia del psicoanalista cuales son las represiones inconscientes que están motivando a la persona a suicidarse. La persona tendrá la oportunidad de conocerse así misma, de saber realmente quien es, de sanar las heridas abiertas, de controlar y canalizar sus sentimientos. No hay nada que perder solo queda intentarlo.

Asociación El Sauce

Ofrenda de Flores

Un año más hemos participado, junto a todas las asociaciones y demás entidades, en la ofrenda de flores a María Santísima Virgen de Araceli, patrona de Lucena y del campo andaluz.



Asociación El Sauce

Agradecimientos

Continuando con la tarea iniciada el número anterior de reconocer y agradecer los gestos de todas las personas que pusieron su granito en la construcción de esta Casa-Hogar, hago mención a "Sillerías del Sur", por su donación de los muebles de nuestro primer comedor.

A "Jimenez Viso", por las mesitas de noche.

Al "Grupo Seys", por varios muebles que en varias ocasiones les hemos solicitado y siempre han respondido de forma generosa y positiva.

A Pilar y Joaquín, del "Grupo Brompi", por sus donaciones en muebles de jardín para nuestros exteriores.

A Antonio López Parejo, de "Muebles Losan", por la donación de algunos armarios.

A Mariano Caballero del Barco, Antonio Víctor Jiménez y Francisco Joaquín Muñoz Cabeza, que junto a Jesús Gutiérrez Molero hacían el equipo de rifar y pedir en las distintas empresas lo que se necesitase en aquellos años de inicio de esta casa.

A Manuel Arcos Dorado, de Carretillas Carrañaca, por la donación de la traspaleta que nos facilitó el trabajo en los talleres ocupacionales.

También hay que mencionar de forma especial a Juan Torres, que estando al frente de la Gerencia del Ayto. de Lucena realizó la traida del agua de la red hasta nuestro centro. Gran gesto el que hizo José Cantizani canalizando las aguas de lluvia, que tantos problemas nos dieron en esta casa y a todo el boulevard de los Santos. Afortunadamente, después de

Asociación El Sauce

realizarse esa gran obra de canalización esas dificultades han pasado a formar parte de la historia.

Nuestra gratitud también al compositor lucentino Primitivo Picó, por la donación de sus Cds "Lucena a Ritmo de Pasodobles".

Un aplauso se merece también Antonio Rivas, por la cesión de una edición de su libro "Calle Arévalo".

Un recuerdo de gratitud para M^a José Lara, por apoyar la cesión del Roscón del año 2007.

A Manuel Gutiérrez Molero, tercer vicepresidente de la Diputación de Córdoba, por las publicaciones de nuestros anteriores boletines.

A la Cartonera Lucentina por facilitarnos el trabajo de la terapia ocupacional.

Como veréis, aquí han contribuido todas las personas sin importar color ni ideología política sino el bien común que es el que debería importar y prevalecer cuando se trata de proyectos que beneficien a la comunidad.

Mi gratitud a todos.

María Estrella Aguilera Caballero

Asociación El Sauce

Fotos de la casa y sus residentes en sus inicios...



24

Asociación El Sauce



...Y en la actualidad

25

Asociación El Sauce



26

Asociación El Sauce



Instalaciones tras las últimas obras de adecuación.

27