



# MANANTIAL EN LA COMUNIDAD

BOLETÍN N° 16/MAYO 2024

## Alimentando emociones.

Actividad realizada por el Servicio de Promoción de Salud Mental Comunitaria.

Los grupos de Mujeres, Bienestar y Salud Mental (localizados uno en la población de La Vall d'Uixó y otro en Vila-real, en la Comunidad Valenciana), se encuadran dentro del programa de prevención e inclusión social de la soledad no deseada, del Servicio de promoción de la salud mental comunitaria.

En estos grupos, se expuso la necesidad de organizar algún acto sobre el **impacto de nuestras emociones en nuestra alimentación** y por ello, se ha llevado a cabo la conferencia "**Alimentando emociones**". La soledad impacta en nuestras emociones y nuestros hábitos, nuestro objetivo es conectar con la gente y llevar a cabo acciones grupales saludables en la localidad y la comunidad en la que trabajamos. En este caso, la charla ha sido organizada por Fundación Manantial, con la colaboración del Espacio de Igualdad y Paz en la Vall d'Uixó y Lina Granell, dietista y nutricionista, perteneciente al equipo de voluntariado de los programas que llevamos a cabo. Próximamente, repetiremos esta misma acción en Vila-real, con la colaboración de la Fundación Caixa Rural Vila-real.

Agradecemos la participación de todos los colaboradores, por darnos la oportunidad de construir juntos espacios saludables y amigables, que minimizan el aislamiento y favorecen nuestra salud mental, social y física.



# Rebicicla.

Actividad realizada por la Residencia "Torrejón".

Desde la Residencia de Torrejón abrimos nuestras puertas para recibir a **Rebicicla**, una iniciativa de la Fundación del Buen Samaritano, que se dedica al **reciclaje de bicicletas** en el Centro de Rehabilitación Laboral de Carabanchel. En este inspirador encuentro, tuvimos la oportunidad de escuchar con atención la explicación sobre la importante labor de reciclaje de bicicletas que realiza **Rebicicla**. Después de comprender la misión y el impacto positivo de esta iniciativa, no pudimos esperar más y... ¡nos subimos a las bicicletas y salimos a explorar nuestro entorno!

Fue una experiencia emocionante y enriquecedora, que no solo nos permitió disfrutar del aire libre y la actividad física, sino que también nos recordó la importancia de cuidar nuestro planeta y colaborar en proyectos que promuevan la **sostenibilidad**.



# Jornada sobre salud mental en el IES Honori García.

Actividad realizada por las Viviendas Supervisada de la Comunidad Valenciana.

Desde las Viviendas Supervisadas de la Comunidad Valenciana, hemos llevado a cabo una **Jornada sobre Salud Mental** en el I.E.S. Honori García. Esta jornada ha estado dirigida a alumnos/as de 3º de la E.S.O, con el objetivo de conseguir una mayor **sensibilización sobre el cuidado de la salud mental**, y visibilizar la importancia de esto en personas jóvenes. Esta acción se enmarca dentro de la semana de la diversidad, promovida desde la Comisión de Accesibilidad de la Regiduría de Servicios Sociales del Ayuntamiento de La Vall d'Uixó.

Durante la jornada, todas las personas participantes compartimos un espacio de diálogo de gran interés, que nace desde el material expuesto y las dudas e inquietudes que todas las personas presentes trasladamos. De este modo, rompimos con algunas ideas preconcebidas en torno a la salud mental y pudimos pensar en herramientas de cuidado.



Dirección General  
de Atención a Personas  
con Discapacidad  
CONSEJERÍA DE FAMILIA,  
JUVENTUD Y ASUNTOS SOCIALES

# Día del Libro.

Actividad realizada por el Centro de Día "Parla".

El 19 de abril, el Centro de Día de Parla se unió al Centro de Día de Mayores José Luis Sampedro y otros recursos locales para celebrar el **Día del Libro**. Este acto se enmarca dentro de la colaboración que desde el 2019 lleva haciendo el Centro de Día de Parla con la Concejalía de Mayores del Ayuntamiento de Parla para favorecer el acercamiento a otros recursos y a la comunidad.

Durante la celebración, se realizaron lecturas de fragmentos seleccionados de obras significativas como "El Don Juan" de Pérez Galdós y "La Familia de Pascual Duarte" de Camilo José Cela. Además, se llevó a cabo una representación teatral de un capítulo de "El Quijote".

Los participantes incluyeron a los miembros del club de lectura y del grupo de biblioteca del Centro de Día de Mayores, así como a jóvenes estudiantes de un instituto local, quienes enriquecieron el programa con la lectura de cuentos tradicionales en árabe y chino. Destacó especialmente la intervención de un usuario de nuestro centro, quien compartió un poema propio sobre la amistad, demostrando el talento y la creatividad de las personas que atendemos en los centros.

El acto resultó ser una experiencia intergeneracional e intercultural profundamente enriquecedora, subrayando la **importancia de la literatura y el arte como puentes entre edades y culturas**.



Dirección General  
de Atención a Personas  
con Discapacidad  
CONSEJERÍA DE FAMILIA,  
JUVENTUD Y ASUNTOS SOCIALES

# V Tertulia dialógica literaria en Leganés.

Actividad realizada por la Residencia “Leganés”.

El pasado 17 de abril, las personas integrantes del grupo de tertulias literarias de la Residencia Leganés, “Los curiosos lectores”, hemos organizado el **V Encuentro en la Biblioteca Julio Caro Baroja de Leganés**, junto con el grupo de alfabetización que se realiza en esta biblioteca. Esta tertulia, a partir de la lectura de un texto, pretende facilitar un espacio de encuentro con otros miembros de la comunidad y otros recursos de atención social; en esta ocasión han participado los compañeros del Centro de Día “Fuenlabrada”.

Para esta tertulia hemos leído “El encaje roto”, de Emilia Pardo Bazán. Este encuentro nos permite participar en la comunidad compartiendo experiencias personales, culturales y sociales. Las tertulias literarias dialógicas han sido consideradas como actuaciones educativas de éxito por el proyecto INCLUD-ED (programa marco de la Unión Europea 2006-2011), que se llevan a cabo en las Comunidades de Aprendizaje. Consisten en la construcción colectiva de conocimiento y significado en base al diálogo con todos los participantes en la tertulia.

*Algunas palabras abren heridas, otras, caminos.*

*-José Narosky-*

