

Hola, me llamo Jose Antonio. Voy a explicar mi antes y mi después del Centro de Día y compartiendo experiencias con el voluntariado.

Al darme el alta en el Hospital de Santa Caterina tenía muchos miedos y fobias, tenía que ir al Centro de Día del Gironés i El Pla de L'Estany. Me sentía perseguido, interpretaba cosas que no eran reales, tenía mucha ansiedad, fumaba mucho y me hice adicto al ribotril. Tomaba de 2 a 3 ribotriles al día de 0,5 miligramos, a parte de la dosis que me recetó la psiquiatra. Mi madre me tenía que acompañar al Centro de Día por mis miedos y luego, venirme a buscar. A través del Centro de Día. Por mediación del psicólogo y la asistente social me beneficiaron de un Servicio llamado Suport de la Autonomía, el que consiste en venir dos educadores dos veces por semana que te hacen salir a la calle, cocinar, recados personales, etc. Mis fobias eran salir a la calle ya que a 50 metros de casa había un grupo de gente que consumían drogas y a mí me daba reparo pasar por ahí. Cuando venían los educadores pasábamos por delante de este grupo que consumían drogas y así me hacía más fuerte, pero hay que decir que antes de salir a la calle me tomaba 2 ribotriles de 0,5 miligramos, era adicto a los ansiolíticos y cuando hablaba con los educadores se daban cuenta de que tomaba alguna cosa, se me olvidaban las cosas, no coordinaba el pensamiento. Y un día se lo comenté a ellos que tomaba ribotril.

Al pasar dos años me dijeron que para mantener el Servicio de Suport tenía que hacer una actividad a parte. Tuvimos una reunión en casa con los educadores, mis padres y yo. Hubo mucha tensión pero al final me vino un destello de luz y dije YA ESTA, me gustaría ir a las Hermanitas de los Pobres, que es una residencia de monjas que cuidan a los ancianos ya que es conocido por mí porque mi abuela estuvo de residente y conocía el lugar. Fuimos una educadora y yo e hicimos un pacto el que consistía en explicar en la entrevista con la madre superiora de que tenía depresión crónica. Ya que si hubiera dicho que soy esquizoafectivo no me hubiesen aceptado. La madre superiora me preguntó que si trabajaba, yo le dije que no ya que soy pensionista. Bueno, de un día para otro me cogieron y así comenzó mi voluntariado. Tenía que ir dos veces por semana de una hora y media, miércoles y viernes, y mi función era servir mesas.

Al cabo de un año, sin darme cuenta, la doctora me rebajo la dosis del ribotril y me dijo que lo tomara si tuviese ansiedad. Hace 8 meses que no tomo ribotril, aunque aún lo llevo en el bolsillo porque me da más tranquilidad. Actualmente me han dado de baja del Suport de la Autonomía, que en realidad es como si fuera un alta.

Los beneficios de las Hermanitas de los Pobres es conocer gente nueva, trabajadores, monjas y ancianos y a la vez relacionarme con gente que no parece una enfermedad mental.

Actualmente estoy en el Centro de Día, hago voluntariado en las Hermanitas de los Pobres, también estoy en la Comisión Mixta y colaboro en las tareas del hogar.

Muchas gracias por vuestra atención.