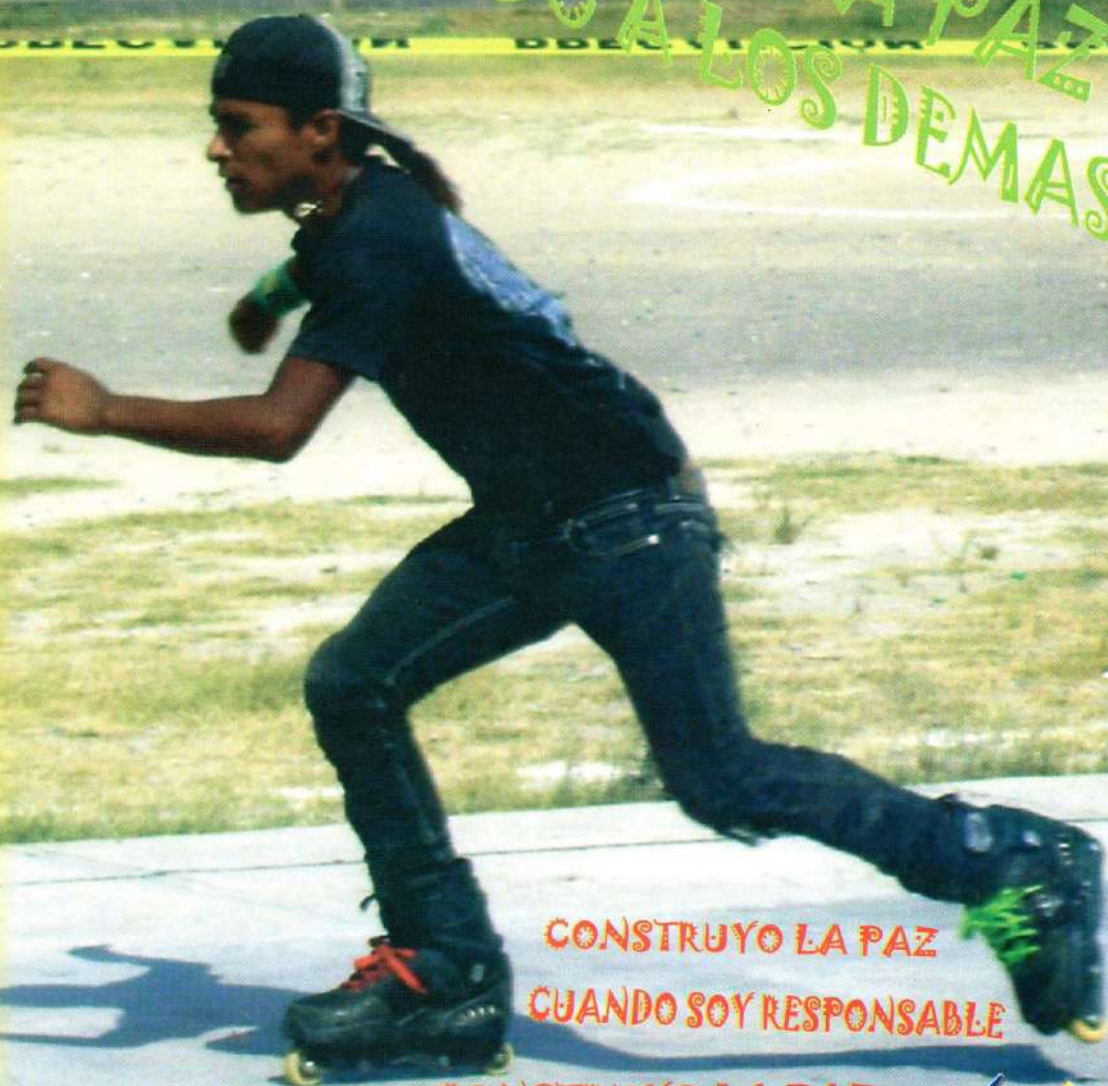


ALIVIANA-IT
VIVE • TRIUNFADORES • SABIAS QUE? • RECONOCE • T-JUEGOS •

PAGE
CMK
BUB

BOLETIN No. 3
2011

PAZ
CONSTRUYO LA PAZ
CON MI TRABAJO HONRADO
CONSTRUYO LA PAZ
PRACTICANDO DEPORTE
CONSTRUYO LA PAZ
RESPECTANDO A LOS DEMAS



CONSTRUYO LA PAZ
CUANDO SOY RESPONSABLE
CONSTRUYO LA PAZ
PERDONANDO
CONSTRUYO LA PAZ
ORANDO POR MI Y POR LOS DEMAS

PAGE
CMK
BUB

Hola Camaradas, soy Vale y quiero cotorrearte algo de mi historia, sabes Jesús de Nazareth, el amigo que nunca falla, fue quien me hizo el paro chido cuando más lo necesitaba, cuando mi vida era un desastre por la violencia, la droga y el alcohol; me dañe a mi mismo y a los que más amaba, llegué al grado de golpear a mi esposa, era muy celoso y hasta la violentaba emocionalmente al amenazarla de muerte, también la llegue a forzar a tener relaciones sexuales sin su consentimiento, no le daba para el gasto de la casa, le robé sus alhajas para continuar drogándome, mi casa la use para guardar droga y hasta llegué abandonarla por seguir en estas tranzas negativas. En el nacimiento de mi hijo mayor, la dejé sola en el hospital y al momento de salida de ella y mi bebé me encontraron dormido, alcoholizado y drogado en las bancas de gine; maltrate a mis hijos, a mis suegros, a mis vecinos, expuse a mi esposa y a mis hijos a una violación o falta de respeto ya que metía a la casa a "amigos" muy drogados y nos embriagábamos.

Me hundía más y más en ese pozo de oscuridad que todo adicto vive, dependía tanto de la droga y del alcohol que no me importaba hacer lo que fuese, para conseguirla; una vez me quedé en el avión o en la casa de la risa como decimos la banda; llevaba varios días de estarme embriagando y drogándome, en mi casa, de repente mi mente ya no aguantó y se me borro el casett, me quedé todo ido, no conocía ni a mi esposa ni a mis hijos solo estaba hincado en medio de dos camas que tengo en un cuarto de mi casa; me mandaron al psiquiátrico, y ahí me quedé sin saber de mí; pasaron 4 días antes de que recobrara la conciencia, me encontraba amarrado, y con la camisa de fuerza; fueron los tres días más terribles de mi vida, todos los días me sedaban con unas pastillas que me mantenían adormilado, recuerdo que me desesperaba y empezaba a patear a los compas y a las camas y entonces me encerraron en un cuarto forrado de colchonetas; ahí lloré, y lloré mucho, me sentía asfixiado, atrapado en aquel lugar en medio de tantos compas que ya no tenían esperanza; por fin llegó el día de visita, me sacaron a un jardín y me pidieron que ahí esperara a mi esposa y cuando ella llegó, al verme empezó a llorar, yo también lloré y le pedí que me sacara de ahí que yo no estaba loco que todos ahí lo estaban; fue tanta la impresión que le causé que me dijo que sí me iba a sacar de ahí, fue y habló con el doctor encargado, y le dijo que me iba a llevar, el doctor y los enfermeros le dijeron que no lo hiciera, que aún no estaba bien, que era muy violento, pero ella no hizo caso y me sacó; pero poco nos duró el gusto y volví a recaer, no podía con el vicio y así duré dos años más, hasta que tuve el Encuentro con Jesús. Hoy gracias a Dios puedo contarte esta tranza loca que viví cuando estaba hundido en la droga y en la violencia.

VIVE

Aquel encuentro maravilloso con Jesús, esa paz que sentí al contarle mis broncas, el poder pensar, caminar, moverme libre sin estar lleno de drogas y alcohol; el poder entender que si me mantenía junto a Él podría caminar a la vida chida a mis hermanos de la banda; a poder entenderme con mi esposa y darle una vida mejor a mis hijos, que crecieran libres de violencia, ya que no era justo que vivieran lo que yo había vivido en mi infancia, verlos crecer y hacerse hombres de bien; en muchas ocasiones me imagino ya viejito caminando con mi esposa de la mano y estar lleno de nietos y poder abrazarlos y besarlos, algo que no hice con mis hijos por andar en la loquera; el platicar con Jesús que ha transformado mi vida, y ha sido la mejor decisión que pude tomar en un momento de lucidez, cuando la oscuridad aún vivía en mí.

!!! Hoy esta vida chida vale más que mis loqueras !!!



Sabías qué ???

La violencia es una conducta que implica una violación a los derechos humanos de las personas.

Nos hace perder la paz interna y provocamos dolor y hasta sufrimiento a nosotr@s mism@s y a los demás. Es aprendida a partir de modelos familiares y sociales. La violencia no es "natural ni normal", no es una manera aceptable, ni justificable para solucionar problemas.



Tipos de Violencia:

Violencia psicológica y emocional: molestar verbalmente de manera constante con insultos, burlas, desprecios, críticas o amenazas de abandono, falta de atención y cuidados, falta de respuesta a las necesidades de contacto afectivo, ausencia de caricias y constante bloqueo de iniciativas de la víctima, ocasionándole baja autoestima, ansiedad, depresión, etc.



Violencia física: cualquier acción no accidental por parte de las personas a otras en desventaja, que les provoque daño físico o enfermedad. Puede comenzar con un pellizco y continuar con empujones, bofetadas y torceduras, pudiendo llegar a provocar lesiones externas o internas, hasta el homicidio.

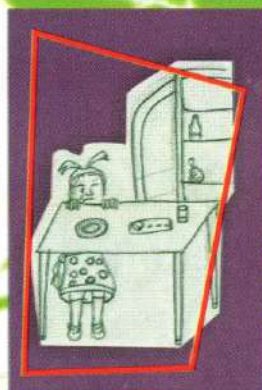


Violencia sexual: obligarl@s y obligarl@s a que participen en actividades sexuales. Va desde la exhibición sexual hasta la violación.

Violencia Económica: se le llama así cuando se es irresponsable y no dan para el gasto en el hogar, etc.

Violencia Patrimonial: cuando se rompen o destruyen objetos, muebles, papelería personal u otras cosas personales.

Cualquier acto de violencia de una persona contra otra es un delito, independientemente de que ocurra en la calle o dentro de la casa.



RECONOCE - T

Habilidades y Capacidades

Camarada has pensado alguna vez en todo lo que has aprendido en los diferentes trabajos que has realizado ?

ANOTA EN QUE HAS TRABAJADO Y LO QUE HAS APRENDIDO
O EN QUE TE GUSTARIA TRABAJAR PARA APRENDER ALGO NUEVO

YO HE TRABAJADO EN:

Y APRENDI:

ME GUSTARIA TRABAJAR:

Y ESTUDIAR:

EJEMPLO: "JALE EN LA OBRA Y APRENDI A HACER LA MEZCLA, A PEGAR BLOQUES, A CONSTRUIR PAREDES Y PLACAS, ETC."

APRENDO JUGANDO

ACCION POSITIVA
CONSECUENCIA
POSITIVA

Únelas con una línea

Ejemplo:

Si hago ejercicio...
Tendre un cuerpo
más saludable.

Si evito
consumir
drogas y
cerveza...

Evitare
hacer cosas
que me
dañen.

Tendre
un cuerpo
mas
saludable.

Si cumplo
mi
palabra...

Si cumplo
en mi
trabajo
honrado...

Tendre más
camaradas
y caminaré
por todas
partes.

Tendré
más
oportunidades
de
trabajo.

Si vivo
la paz
entre las
bandas...

Conservaré
mi trabajo,
tendre dinero
seguro y
sin broncas.

Crecerà
la confianza
en mí
mismo.

Estaré
consiente
de la
realidad.

Si hago
ejercicio...

Si me amo
a mí
mismo...

Si estudio
y no me
tatúo...