



# REVISTA CASA DE ACOGIDA GRANADA

**Actúa**

行动起来    تصرف  
Actua    Actúa  
Aurre egin    Działaj  
Deliver    S'activer  
АСТУНЕАЗА    взьми меры  
Справиться с делом

Detén el sida.  
Unidos podemos.

Información  
900 111 000

Día mundial del sida, 1 de diciembre.

20  
1988-2008  
ANIVERSARIO

ONUSIDA E.E.  
worldwide  
www.unaids.org



## **ENTREVISTA A JAVIER CABRERA HERNÁNDEZ, MONITOR DE LA CASA DE ACOGIDA**

2

**1º ¿Cómo es que siendo canario estas trabajando en Granada?**

Porque conocí a mi mujer y me traslade a vivir a Granada.



**2º ¿Cómo te sientes trabajando para la Cruz Roja Española?**

Me siento muy bien no solo pienso que sea mi trabajo sino que es un colectivo que trabaja en diferentes y diversos aspectos sociales.



**3º ¿Después de cinco años trabajando en la casa como conseguís que el trabajo no se haga rutinario?**

No lo consigo yo, casi siempre son los usuarios los que me arrastran a hacer cosas diferentes.

3







## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

**4º Al trabajar todos estos años con personas seropositivas. ¿Que reflexiones has sacado de ello?**

Ninguna considero que no tengo que hacer ninguna reflexión por trabajar con personas seropositivas, en todo caso, me haría las mismas reflexiones si trabajara para diabéticos inmigrantes, médicos, etc.

4

**5º Últimamente te has hecho cargo del taller de cerámica, ¿qué tal os va?** Pues empezamos con dificultades pero a base de trabajo e ilusión lo vamos superando.





**6º Habrá habido momentos fáciles y difíciles, concretamos uno de cada:**

La muerte de Eugenio y Amado, dos usuarios de la casa. Y hay muchos momentos que son buenos, cuando veo que se están recuperando algunos usuarios que entran en la casa. Aunque no estaba dentro de la casa la muerte de Francisco también me dejó tocado.

**Añade a la entrevista:** Me gusta mi trabajo y mis compañeros, creo que hacemos una labor bastante buena, digna y que más allá de nuestros errores, ponemos todo lo que sabemos en realizar bien nuestro trabajo.

5

## ***EL MURO DE FRAN***

¡HOLA AMIGOS!

En este número os contare como conocí un nuevo mundo, que me está ayudando a aprender mucho y a hacer muy buenos amigos.

Ese mundo se llama Facebook.

Cundo llegue a la casa de acogida de Cruz Roja de Granada, nunca había sabido nada de dicho mundo ni si quiera me había interesado por los ordenadores.



Todo empezó aquí haciendo la revista, nuestra revista, abrimos una cuenta de Facebook para hacer amigos y poder mandar nuestra revista una vez que estuviera terminada, para que la pudieran ver. Mandamos algunas solicitudes



## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

de amistad, a varias asociaciones para la lucha del SIDA, a la cuales nos respondieron, también nos respondió una chica llamada Ana María, la cual está también infectada como nosotros desde hace varios años.

Ella es una luchadora, reivindica por los enfermos del VIH, por los derechos del menor y por todo aquello que está mal en este mundo.

Quise ponerme en contacto con ella, por lo que decidí abrirme una cuenta en Facebook para poder hablar con ella. Acto seguido me puse manos a la obra e hice todos los requisitos que me exigían.

Al final hablamos un buen rato y conseguí abrirme la página, Mi Muro, pude hablar con esa chica y ella me informo de cómo funcionaba todo y a lo que se dedicaba ella. Me pareció genial y me aconsejó a muchos amigos suyos y varias Asociaciones Antisida de España, de las cuales ahora soy su amigo.

Amigos ahora llevo con mi pagina abierta 6 meses en los cuales he aprendido mucho, sé cosas que antes no conocía y he hecho muchos amigos. También me mandan mucha información, la cual yo pego en mi muro para aquella gente que la necesite.

Gracias a gente como Ana María, Ángela, Sergio y muchos más que no voy a poner a nombrar el mundo intenta girar un poco mejor y la gente que está enferma como nosotros puede informarse y pasar buenos ratos, de ocio y debate.

También he aprendido a relacionarme y expresarme mejor con gente gracias al Facebook.



## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**



También tenemos a nuestro amigo Dave Frade (mundo diverso) que nos hace los días más amenos, con sus noticias y formas de mirar el mundo, sus fotos son espectaculares y mas allá de la realidad.

Bueno ... amigos también quiero aprovechar para dar las gracias a esta organización de Cruz Roja ,que ayuda a la gente necesitada y da oportunidades en la vida.

Pues yo, lo tenía como aquel que dice, todo perdido y gracias a ellos yo estoy aprendiendo a mirar las cosas desde otro punto de vista, a interesarme por el mundo que antes nunca lo había hecho, dado mi problema con las drogas y mi larga estancia en prisión.

Ahora estoy aprendiendo a vivir la vida....

Bueno amigos aquí me despido por esta vez ...

Os dejare con algunas de mis fotos del muro de mi fiel amigo, como no, (Dave Frade), os llevarán mas allá de la realidad. Saludos, (^\_\*).....



# WEB CRUZ ROJA ESPAÑOLA SOBRE VIH

The screenshot shows the website interface for Cruz Roja Española regarding HIV/AIDS. At the top, there are navigation links in multiple languages: Bienvenidos, Benvinguts, Ongi etorri, Benvidos, Benvinguts, Welcome, and Bienvenues. The main header features the Cruz Roja Española logo and the text 'Cruz Roja Española' flanked by red ribbons. Below this is a red banner with the title 'Información sobre el SIDA/VIH' and a sub-header: 'En esta página recibirá información general sobre los síntomas del SIDA/VIH, la prueba del VIH/SIDA, las vías de transmisión, la forma de prevención y sus tratamientos.'

The content is organized into several sections:

- Qué es el VIH/SIDA:** A text box explaining that AIDS is a disease caused by a virus (HIV) that weakens the immune system. It includes an illustration of a human head and lungs.
- Prueba del SIDA en España:** A text box stating that the HIV test is a simple blood analysis, free, and confidential in Spain. It includes an illustration of a person with a red cross logo and the text 'Come closer!'.
- Prevenir la transmisión del vih: Información sobre SIDA:** A text box explaining how to prevent transmission by avoiding contact with fluids like blood, semen, and vaginal secretions. It includes an illustration of a globe.
- Información sobre SIDA: (FAQ) Preguntas Frecuentes:** A section with sub-headings:
  - Dónde hacerse la prueba del VIH**
  - INFORMACIÓN**
    - Información sobre SIDA/VIH**
      - Qué es el VIH / Qué es el SIDA
      - Qué hace el VIH en el organismo
      - Síntomas del SIDA
      - Infecciones oportunistas
      - Cómo se detecta el VIH
      - Carga viral
    - Vías de Transmisión**
      - Cómo se transmite
      - El VIH no se transmite por...
    - Prevención:**
      - Prevenir es...
      - Prevenir la Transmisión por Vía Sexual
      - Prevenir la Transmisión Vía Sanguínea
      - Prevenir la Transmisión Vertical
    - Prueba del VIH**
      - En qué consiste
      - Cuándo hacerse la prueba
      - Resultados
      - Por qué hacerse la prueba
    - Profilaxis Post-Exposición No Ocupacional**
    - Tratamiento**
    - Mapa Web**
- ENLACES:** A list of external links:
  - msc.es:** Ministerio de Sanidad y Política Social / Plan Nacional sobre el Sida
  - ifrc.org:** Actividades de la Cruz Roja y la Media Luna Roja en el ámbito del VIH/SIDA
  - RED 2002:** Red Comunitaria sobre el vih del Estado Español (Guía de ONG Españolas).
  - guiasexjoven:** Recursos en sexualidad y anticoncepción para jóvenes.
  - aidsmap.com:** Información sobre el VIH. Incluye Guía de servicios de VIH de todo el mundo
  - GNP +:** Red Mundial de Personas con VIH/SIDA

At the bottom, there is a red bar with the text 'Solicitar Información VIH' and a copyright notice: '© Cruz Roja Española, 2008. Todos los derechos reservados, pulse aquí para ver los ASPECTOS LEGALES.' Logos for the Spanish Government and the Ministry of Health and Social Policy are also present.





## **EL TRATAMIENTO DE LA HEPATITIS C.**

Llegué a esta preciosa casa hace 10 meses en la que he compartido mi vida con 6 compañeros multicolores, todos venimos de diferentes lugares de la tierra, con un equipo muy apañaos de directora, cocinera y monitores que han hecho a una sentirles como a una segunda familia.

9



Yo tengo 53 años y soy portadora de hepatitis c. el equipo médico de enfermedades infecciosas del hospital clínico de Granada, veían un momento adecuado para empezar con la medicación y para



## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

buscar la manera de negativizar la enfermedad. Los requisitos que necesitaba eran tener bien las defensas y la carga viral indetectable, firme un documento en el que se me hizo saber lo duro del tratamiento tendría que estar de seis a ocho meses de tratamiento, y pasar por muchas analíticas mensuales. Me pincho hasta tres veces por semana y tomo un montón de pastillas, además de las antirretrovirales, al principio me hizo mucho pensar y casi, casi paso a dejar de tomarlo y quedarme con mi hepatitis, pues he perdido mucho peso y he sufrido fuertes cambios en el carácter. Te sientes bastante mal en el día a día, pero empecé esta hazaña en junio y según la doctora para NOVIEMBRE habré terminado con esta medicación, y si mi cuerpo no nos sorprende de otra forma ya habré negativizado al completo. Así que chicos as animo y a seguir a los médicos que nos están sacando de muchas, al menos a mí, besos

Cristina.





## ***OTROS CENTROS DE ACOGIDA***

Granada 05.08. 2011

11

Hola Amigos.

En el último número de nuestra revista les estuve contando sobre la parte turística de mi país, Republica Checa especialmente sobre Praga la capital.

Pues hoy voy a seguir en Praga, pero les contare algo sobre un centro como el nuestro. Centro con fines de ayudar a las persona



de VIH +.

El centro se llama CSAP Dum Svetla (la casa de luz) empezó a funcionar en el año 1999. Con idea de alojar aquí las personas que son VIH+ o están en fase terminal del sida, personas desfavorecidas de familias o sin tener domicilio o nadie que les cuidara. En esta casa obtenían absoluto cuidado por parte de monitores pioneros en este campo. También tenían a su disponibilidad una enfermera durante todo el día, medico una vez a la semana y psicólogo.

Este equipo trabaja conjuntamente con el hospital Bulovka Infecciosos, donde los pacientes que precisaban ser ingresados tienen toda la planta y médicos a disposición solo para ellos. La

## CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA



planta tiene unas ocho habitaciones, su propio quirófano y sobre todo su paritorio donde las mujeres VIH+ pueden con toda la confianza y tranquilidad dar la luz a sus hijos.



12

La casa dispone de dos preciosas terrazas una de verano y una que es un jardín. También tiene una terraza de invierno para los días de frío, que por supuesto en Praga hace muy fuerte.

De más disponen los usuarios de una bonita sala de tv, gimnasio, jacusi, y su propia cocina donde se pueden preparar su comida a su gusto.

Los usuarios pueden entrar y salir libremente, como si trabajan o salen a pasear, en ningún momento están vigilados o acompañados hacen su propia vida. Por supuesto que hay normas básicas de la limpieza y no consumo de drogas ni alcohol.

Esta casa cada año acoge también a las personas extranjeras con la problemática de la enfermedad.

Cada año en mes de septiembre se organiza una semana en Sumava que es un camping en la parte de Chequia más bonita de la naturaleza. Donde comparten bungalós no solo los usuarios pero todas aqueas personas VIH+ que vienen a pasar una semana de vacaciones. Comparten juntos días de deportes, ocio, salidas culturales y muchas cosas más. Lo más importante que les quiero decir que todos los que tengan ganas de pasar las vacaciones a





## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

precio simbólico pueden durante meses marzo y abril poner se contacto con los responsables de casa de la luz en la dirección que escribiré al final de mi reportaje. Cada año viene personas de Alemania, Holanda, incluso Finlandia o Dinamarca. Para entender se es preciso hablar un poco de ingles o



alemán.

El primer día se hace una gran barbacoa donde las personas se llegan a conocer y comienzan una bonita amistad. El último día se forma una despedida en estilo checo. Llamada ZÁBAVA,

Se trata de una cena muy especial con degustación de nuestros vinos y cerveza checa con comida típica del país y por supuesto música en vivo con baile hasta que cuerpo aguante.



## CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA



Yo personalmente, era una usuaria temporal de esta casa y estado dos veces en este encuentro de personas VIH+ y puedo asegurar que no he vivido ratos mas maravillosos como en La gran Preciosa SUMAVA con todas aquellas personas con la misma enfermedad que yo. Durante una semana creamos una gran familia, y a la hora

14



de la despedida muchas lágrimas que caerán de tristeza pero también de alegría, porque el año que viene, nos volveremos ver y conoceremos más nuevas personas.

Las puertas de Dum Svetla en Praha 4 C/ Malého 3 están abiertas para todo mundo que quiera conocer la mientras pase sus



vacaciones en Praga.

Bueno esto es todo buen viaje y a disfrutar.

Alexandra



# HOY COCINAMOS:

Hola amigos, hoy vamos a preparar una receta de un plato tradicional Húngaro.

15

## Gulás Húngaro



Necesitamos para cuatro personas:

1Kg Carne de ternera (para estofado)

2Kg Cebollas

1 vaso de vino tinto

1copa de coñac

1baso de agua

Sal, pimienta negra

2 guindillas secas (rojas)



Preparación: Primero picamos la cebolla bien picadita y la ponemos en una olla exprés con un poco de aceite de oliva, y dejamos emponchar (pero no demasiado solo hasta que obtenga color cristal. Seguidamente colocamos la carne troceada para estofado. Añadimos sal, pimienta, el vaso de agua y vino. Dejamos 10 minutos a cocer a fuego lento. Una vez que la carne ha cogido color, cerramos la olla exprés y dejamos 20 minutos cocinar, el tiempo lo contamos desde que la olla comienza a soltar primer vapor. Pasados 20 min abrimos la hoyo y mantenemos al fuego lento. Añadimos 2 guindillas y la copa de coñac. Tapamos con una tapa normal (no de presión!) Y continuamos a fuego lento cocinando otros 15 min. Preparamos una cuchara sopera de maizena ( si no tenemos maizena podemos utilizar harina blanca de trigo). Mezclamos muy bien la harina en un vaso de agua, para que no tenga grumos. Manteniendo la olla en fuego lento, le echamos el vaso con la masa líquida de harina poco a poco removiendo el contenido. Dejamos espesar unos 5 min más al fuego lento y apagamos.



## CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA



Servimos con arroz blanco. (En Hungría se sirve con arroz blanco o con una especie de rodajas de pan hervido) BUEN APETIT les desea

Alexandra





# Sobre el tiempo perdido

Soy una persona que tiene el VIH desde hace unos 28 años aproximadamente. Una vida de excesos con las drogas y los malos hábitos me hizo contraerlo, lo cierto es que esta enfermedad ha marcado la mitad de mi vida. Ahora tengo 50 años y las repercusiones, resentimiento grave de la salud, pérdida de memoria, discriminación social, una gran pérdida en la relación familiar .Me encuentro solo y luchando desde un punto cero.

Empecé de muy joven con los problemas de drogadicción lo que me llevo a contraer el VIH con unos 22 años. Por los problemas con las drogas entre en una vorágine de delincuencia que me han hecho pasar más de 17 años de prisión. He tenido recuperaciones y recaídas, y en el fondo no he aprovechado la vida. Es como haber vivido la vida de prestado, sin darme cuenta realmente de lo que es vivir una vida digna, como la de cualquier persona.





## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

Se me pasó el tiempo y casi no tengo constancia de hechos realmente gratificantes.

Hoy en día me encuentro en una casa de acogida de Cruz Roja e intento salir adelante día a día. Por suerte he dado con buena gente que me están ayudando, tanto a nivel de compañeros como de personal de la casa.

Estoy en el punto cero del retorno a mí mismo y lucho cada día por salir adelante.

No podre recuperar el tiempo perdido pero podre vivir con dignidad lo que me quede de esta vida.

Un consejo, no te enganches a la droga y vive con plenitud esta vida que es única.





**CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

## Un poco de la historia de Mali

Mali es una colonia francesa antes Mali se llamaba Soudan francesa se independizo el 22 de septiembre de 1960 ahora Mali tiene una superficie 1.242.000 km<sup>2</sup>, y tiene 13.000.000 de habitantes.

Mali, hace frontera con: Senegal por el Oeste, Mauritania por el Norte Costa de Marfil por el Sur y Burkina Faso por el Este Níger, Argelia también hacen frontera por el Norte.

Mali es un país laico hay musulmanes, católicos y protestantes, también hay Testigos de Jehovah y por supuesto los ateos.



Claro que Mali es un país pobre pero sus habitantes son muy sociales y muy amables.

También Mali es un país de turismo y de diversos objetos artesanos, en el norte con Sahara tenemos desiertos en el Sur

Tenemos los montaña y en el este la naturaleza.





## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

La capital de Mali es Bamako. Situada en el centro de Mali. Todos los habitantes viven con una familia, puesto que como ya he dicho son personas muy sociales.



21

El primer presidente de Malí Modibo Keita es quien nos trajo la independencia a nuestro país, el segundo se llamaba Moussa Traore y vino por la fuerza militar para derrocar al primero presidente, el tercer presidente Alpha Omar Konare abrió el paso a la democracia en mi país por elecciones presidenciales, el siguiente presidente Amadou Toumani Toure, el también fue elegido democráticamente

Mali es un país muy grande, compuesto de muchas etnias:

Los Bambara, Los Sarakole, le Peul, los Sorais, los Senefo, los Bobo los Malenque, los Kassoke y finalmente los Miaka.

La lengua nacional es el Bambara, pero además algunos hablan francés

La economía de mi país consiste en :Agricultura, elevage, algodón y mucho oro



# NOTICIAS

## ESTRATEGIA DE ONUSIDA 2011-2015: LLEGAR A CERO

22

### Objetivos de la OMS

- ✓ *Alcanzar el acceso universal a la prevención, el tratamiento, la atención y el apoyo relacionados con el VIH.*
- ✓ *Detener e invertir la propagación del VIH y contribuir al logro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio.*

#### Direcciones estratégicas

##### Revolucionar la prevención del VIH

Cada día, más de 7.000 personas contraen el VIH. Es crucial que se lleve a cabo una revolución en materia de política, medidas y prácticas de prevención, lo que se puede lograr motivando a los políticos para que se comprometan, e impulsando la evolución de los movimientos sociales relacionados con la sexualidad, el consumo de drogas y la educación sobre el VIH para todos, bajo la dirección de

#### Visión y objetivos

##### Visión: Llegar a **cero nuevas infecciones por el VIH**

Objetivos para 2015:

Reducir a la mitad la transmisión sexual del VIH, también entre los jóvenes, los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres y en el contexto del comercio sexual

Acabar con la transmisión vertical del VIH y reducir a la mitad la mortalidad materna relacionada con el sida

Evitar que se produzcan nuevas infecciones por el VIH



## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

personas que viven con el VIH, comunidades afectadas, mujeres y jóvenes. También es esencial que se determinen los focos de la epidemia, sobre todo en las megalópolis, así como que se garantice el acceso igualitario a programas de prevención del VIH de alta calidad y rentables que prevean la integración rápida de los avances científicos.

### **Impulsar la próxima fase del tratamiento, la atención y el apoyo**

En 2009, murieron 1,8 millones de personas por causas relacionadas con el sida. Se puede conseguir que todos aquellos que necesitan tratamiento tengan acceso a él utilizando regímenes de medicamentos y sistemas de suministro más sencillos, asequibles y eficaces. Además, establecer más vínculos entre los servicios de terapia antirretrovírica y los de atención primaria, materna e infantil, así como con los de tuberculosis y de salud sexual y reproductiva, reducirá más los costes y contribuirá a aumentar la eficacia de los programas. Por otra parte, al mejorar las capacidades relacionadas con el registro rápido de los pacientes, se ampliará el acceso a los medicamentos, así como las competencias de los

entre los usuarios de drogas

### **Visión: Llegar a cero muertes relacionadas con el sida**

Objetivos para 2015:

Proporcionar acceso universal a la terapia antirretrovírica a las personas seropositivas que reúnen las condiciones para recibirla,

Reducir a la mitad las muertes a causa de la tuberculosis entre las personas que viven con el VIH

Garantizar que las personas seropositivas y los hogares afectados por el virus se incluyen en las estrategias de protección social nacionales, y que tienen acceso a servicios básicos de atención y apoyo



## **CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

países para utilizar las flexibilidades del acuerdo sobre los ADPIC. También deben reforzarse los servicios de apoyo nutricional y de protección social destinados a las personas que viven con el VIH, incluidos los huérfanos y los niños vulnerables, por medio de transferencias sociales y económicas, y de la expansión de los regímenes de seguridad social.

### **Fomentar el respeto de los derechos humanos y la igualdad de género en la respuesta al VIH**

Los contextos legales y sociales que no ofrecen protección frente al estigma y la discriminación, o que no facilitan el acceso a los programas relacionados con el VIH siguen obstaculizando el acceso universal. Los países deben hacer más esfuerzos para concienciar sobre los derechos humanos relacionados con el VIH y protegerlos, incluidos los de mujeres y niñas; instaurar entornos legales que protejan a las personas seropositivas y a los grupos de población más expuestos a contraer el virus; y garantizar que las comunidades con más carencias y más vulnerables reciben cobertura del VIH. Además, las personas seropositivas y las más expuestas a la infección deberían conocer sus derechos relacionados con el virus y recibir apoyo para poder defenderlos. También se deberían realizar muchas más inversiones para abordar los vínculos entre la vulnerabilidad al VIH, las desigualdades entre géneros, y la violencia contra mujeres y niñas.



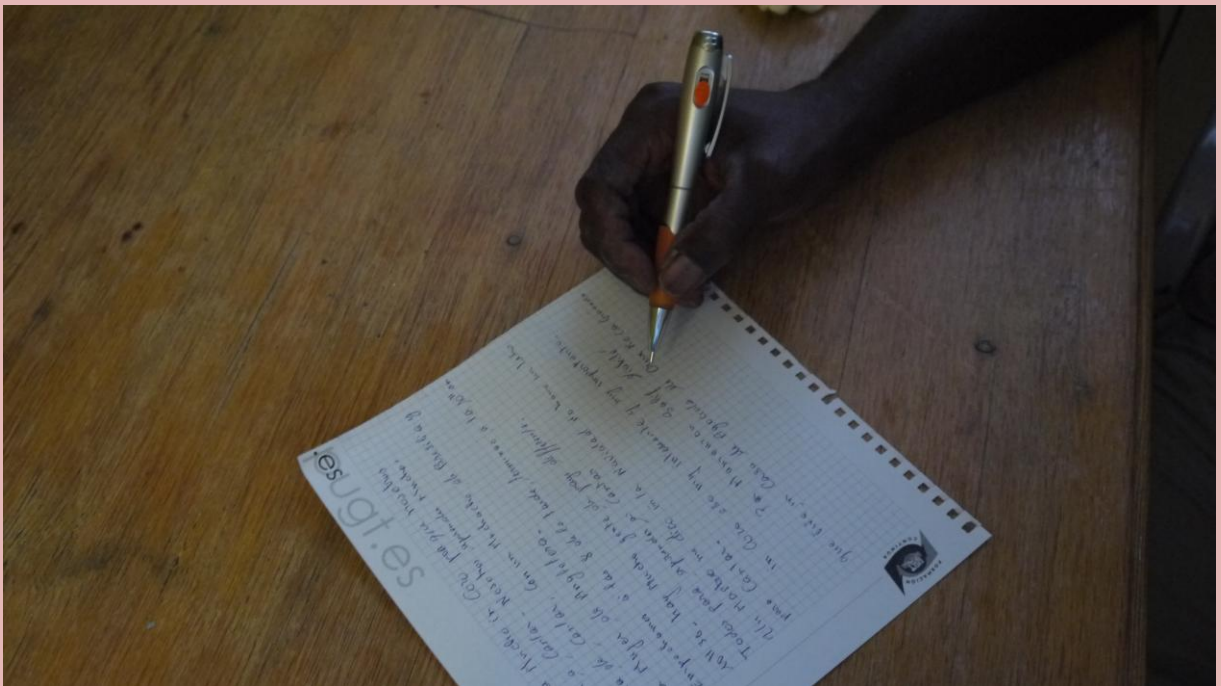


CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA

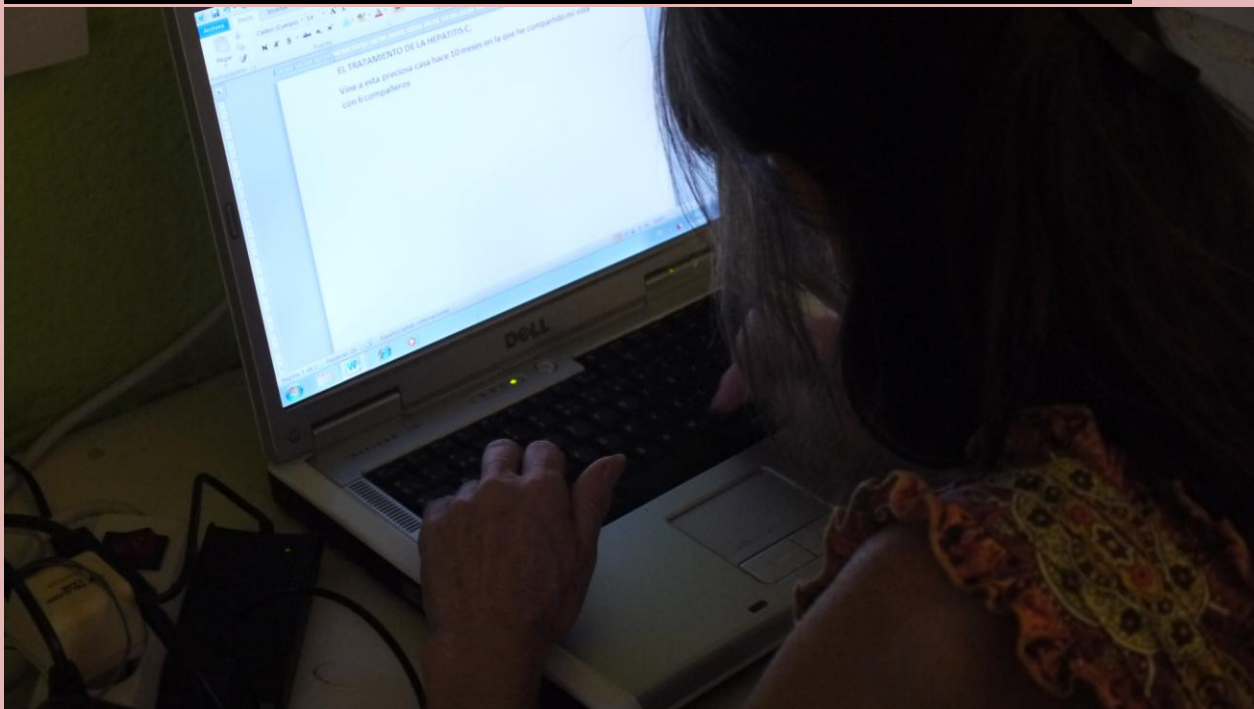
## **NUESTRO TALLER DE REVISTA EN IMAGENES:**



25



# CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA







**CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

**El taller de bonsáis:**



27





**CASA DE ACOGIDA CRUZ ROJA ESPAÑOLA**

**ENLACES:**

<http://www.unaids.org/es/>

**SERVICIO DE INFORMACIÓN  
TELEFÓNICA SOBRE EL VIH/SIDA**

**900 111 000**

**[informacionvih@cruzroja.es](mailto:informacionvih@cruzroja.es)**

**LÍNEA 900 GRATUITA (España)**

**HORARIO: LUNES A VIERNES DE 10 A 20 HORAS  
(excepto festivos)**

**SABADOS Y DOMINGOS DE 10:00 A 14:30 HORAS  
Confidencial y anónimo.**

Financia: Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida.  
Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.

**EQUIPO DE TRABAJO: CRISTINA, FRAN, ALEX,  
MIGUEL, MAMOUROU, MONIKA Y AURELIO.**