



# ALE HOP: NOS VISITAN

Ale hop es un grupo de personas que lucha desde el 2016 por **mostrar la verdadera imagen de una persona con enfermedad mental, destapando los miedos y mitos que existen en la sociedad.** Para ello, realizamos conferencias con el objetivo de llegar a diferentes públicos para luchar contra el estigma. Nuestro público más habitual son los estudiantes de los institutos, en la asignatura de psicología o filosofía de primero y segundo de bachiller.

Una de las partes más interesantes de nuestro proyecto es el intercambio de visitas, compartir espacios de convivencia, con las personas de los diferentes institutos. La historia de este intercambio comenzó cuando en una de las charlas que impartimos en un instituto una persona nos preguntó si podían venir a conocer la Fundación Argia. Les dijimos que sí, aquí se creó un precedente y desde entonces lo ofrecemos siempre.

Algún ejemplo de los institutos que han venido este año a visitarnos son; Instituto Azkorri, Instituto Botika Zaharra, Insitituto Ategorri, Instituto Orue, ADSISS, etc

Nos llamamos Luis M<sup>a</sup> Arana y Javi Vaquero, somos integrantes del grupo Ale-hop, que además de dar las charlas tenemos la función de **dar la acogida a los institutos que se animan a venir a conocer la Fundación.** Esto no lo hacemos solos, también hay otros compañeros de Ale-hop y del propio hospital de día o club social que nos ayudan.

Nuestro objetivo es que estos grupos que vienen a visitarnos se sientan acogidos, pasen una mañana divertida, nos conozcan y vean que somos personas como los demás. Para ello, les invitamos a jugar un partido de futbol, fútbolín, cartas, ping-pong y les mostramos nuestro día a día integrándolas en nuestra realidad.

A nivel personal, nos gusta mucho estos encuentros porque nos enriquecen en conocimientos, nos aportan mucho en nuestra vida, nos supone un ambiente fresco de juventud y nos cambia la rutina.

Luis M<sup>a</sup> Arana y Javi Vaquero.

# ALE HOP: BISITAN DATOZ

Gaixotasun mental bat duen pertsonaren benetako irudia agerrarazteko 2016tik borrokan ari diren pertsonen talde bat da Ale hop; **gizartean existitzen diren mito eta beldurrak agerian utzi nahi dituzte**. Horretarako, hitzaldiak eskaintzen ditugu publiko desberdinetara iristeko helburuz, estigmaren aurka borrokatze aldera. Gure ohiko publikoa institutuetaiko ikasleak izan ohi dira, batxilergo lehen eta bigarren mailako psikologia edo filosofia ikasgaiako ikasleak, hain zuzen ere.

Gure proiektuaren alde interesgarrietako bat institutuetaiko pertsonekin bisitak trukitzea da, bizikidetzako espazioak partekatzea. Institutu batean hitzaldi bat eskaini genuenean, pertsona batek Argia fundazioa ezagutzera etor zitekeen galdetu zigunean hasi zen truke honen historia.

Baietz esan genien; han aurrekaria sortu zen eta harrezkero beti eskaintzen dugu. Aurten bisitan etorri zaizkigun institutuaren artean aipa ditzakegu Azkorri Institutua, Botika Zaharra Institutua, Ategorri Institutua, Orue Institutua, ADSISS, etab.

Luis M<sup>a</sup> Arana eta Javi Vaquero deitzen gara, eta Ale-hop taldeko kideak gara; hitzaldiak emateaz gain, **fundazioa ezagutzeko etortzera animatzen diren institutuei harrera egiteko funtzioa ere badaukagu**. Ez dugu geuk bakarrik egiten, Ale-hopeko beste kide batzuk eta laguntzen diguten eguneko ospitale edo gizarte kluba ere badaude.

Gure helburua da bisitan etortzen diren talde horiek harrera beroa sentitzea, goiz dibertigarria igarotzea, gu ezagutzea eta beste pertsona guztien modukoak garela ikustea. Horretarako, futbol partida bat, karta, ping pong partida bat jokatzeko gonbidapena egiten diegu, eta ondoren gure egunerokotasuna erakusten diegu, gure errealitatean integratuz.

Maila pertsonalean, horrelako topaketak asko gertatzen zaizkigu, aberasgarriak direlako ezagutzan, ekarpen handia egiten digutelako gure bizitzan, giro gazte eta freskoa ekartzen digutelako eta egunerokotasuna aldatzen digulako.

Luis M<sup>a</sup> Arana eta Javi Vaquero.