

BEZERRA HOJE

EDIÇÃO HABM



ARTE
MÚSICA
POESIA



MULHERES: QUE TODAS TENHAM VOZ E VEZ

As mulheres estão conquistando cada vez mais seu lugar ao mundo. Por quê?

Em pleno século XXI, estão acontecendo muitos feminicídios, as mulheres começaram a ter voz e vez e isso está incomodando os homens conservadores e arcaicos.

Hoje 8 de março de 2024, dia Internacional das mulheres. Que todas tenham VOZ e VEZ.

Somos mães, temos nosso corpo e podemos usá-lo como quisermos, guerreiras, batalhadoras, e acima de tudo podemos ser o que quisermos em qualquer profissão.

A desigualdade social é muito grande, principalmente, entre mulheres negras. Pois o nosso país é muito preconceituoso e racista. Mulheres que lutam do Brasil, que estão em evolução.

Que o Senhor Jesus Cristo guarde todas as mulheres do mundo inteiro, independente de sua crença ou cor.

Parabéns a todas as mulheres, nunca desistam de seus sonhos!

HADASSA.

AUTORAS:

HADASSA
MC BIBIZINHA
BERENICE
DESABESTADA
JOYCE
HOPE UCHIHA

CÉSAR TRALLI
ENZO
CLEOYER
PENNY TENNYSON
KIM
PRY
RENATINHA

VIVÊNCIAS DE TRATAMENTO

AMIZADE

Olá meu nome é Kim, vim aqui dizer que essa internação no começo foi difícil, mas minhas amigas me ajudaram com minhas dificuldades, agora elas já foram embora, receberam a alta delas, faz uma semana que estou só, mas me sinto feliz delas estarem bem, pois cada um tem uma história diferente.

Aqui vemos várias histórias de vitória ou derrota, ninguém é perfeita, todos somos humanos, por isso devemos ter amizades que nos ajuda a enfrentar os obstáculos. É essa amizade que vou levar pra vida toda.

KIM

MEUS DIAS NO BEZERRA

Os dias aqui no Bezerra não tem sido fáceis, eu tive que superar muitos desafios, principalmente desafios internos, mas graças a Deus eu tenho superado os desafios todos os dias.

As vezes eu sinto vontade de desistir, mas graças a Deus e a algumas pessoas enviadas por ele, em especial a monitora Regiane, que me acolheu e me ajudou bastante, ela é praticamente uma segunda mãe para mim.

Meu objetivo aqui dentro é me tornar uma pessoa melhor do que quando eu entrei, tudo o que quero é dar orgulho aos meus pais que sempre foram muito bons para mim.

Eu vou aproveitar os meus dias aqui para aprender a me tornar uma pessoa mais calma, paciente e tolerante.

Penny Tennyson

RELATOS DE UMA DEPRESSIVA

Entre no hospital de ambulância, desgostosa da vida e sem vontade de viver

Nos primeiros dias e semanas foram um inferno, mas ao longo do tempo foi se ajustando.

Troquei de médico, de psicóloga e de assistente social. Para mim, era uma derrota, com o passar das semanas fui vendo que haviam pessoas piores que eu. Me senti culpada por ser ingrata. Hoje tive minha alta médica e saio feliz, pois estou cheia de vida e ótimas perspectivas, graças aos profissionais.

Particpei de festas, brigas, confusões, mas tudo é aprendizado.

Sou grata pelo acolhimento, amor e paciência dos profissionais.

Gratidão de coração.

Hoje sou uma nova pessoa.

PRY



REPORTER DO TEMPO

O tempo está muito nublado aqui em SJRP. Quem vai viajar hoje tem que tomar cuidado, para não acontecer coisas, verifique:

- Os pneus do carro, eles tem que estar em dia
- Use o cinto de segurança
- Não use o celular na direção
- Pare o carro ou espere chegar em casa para atender ligações
- Em caso de enxurradas, chuvas forte e muita água, peça ajuda!

RENATINHA

Hoje vai chover, nuvens negras, quando tiver enxurrada não fique desesperada.

Se tiver uma pessoa que saiba ajudar uma pessoa puxando pela corda ou chamar um socorrista pelo celular que pode ajudar ou uma pessoa que sabe nadar porque é muito perigoso. Nunca fique perto com seu carro de uma rede elétrica, porque se tiver com os pés retos inclinados sem mexer, pode abrir a porta do carro e sair, procurando uma padaria e um mercado para se proteger.

Quando passar a chuva, deixe seu carro lá e depois chame o guincho, e pegue um ônibus caso tenha parado de chover, caso ao contrário fique no mercado até a chuva parar.

Jornalista César Tralli.

VIVÊNCIAS DE TRATAMENTO

O jornal da minha vida de hoje foi aqui no hospital semana retrasada.

Fiz um pouco de amigas, que me conheceram, me diverti um pouco em festinhas. Minha vida tem seus altos e baixos, conheci pessoas hospital, da terapia ocupacional, existe também as psicólogas que me entendem.

JOECÊ

A vida no Bezerra foi de muito aprendizado, eu estava na ALA, mas fui pro SUS e lá eu percebi que nem todas as coisas são do nosso jeito. Aprendi a ser feliz, a fazer amizades, brincar e principalmente reestabelecer minha fé em DEUS!

Deus é bom o tempo todo, todo o tempo de Deus é bom.

CLEOYR

Eu nunca vou me esquecer dessas pessoas. Tem pessoas abençoadas, cheia de luz e que merecem ser felizes. Vocês são raras pra mim. Muito obrigada por tudo. Beijos.

CLEOYER

POESIAS

*Pássaro de gaiola vivo prezo
aqui
Em busca de sair mais, nunca
mais consegui
E vivo amarrada na cadeira e
no quarto
Tomo injeção, filo bodão, mas
por causa da minha depressão
Estou aqui na recuperação.
Hoje sou mais feliz
Por causa do bezerrã.*

Enzo

*Olha um amor não é
ilusão, mas o amor é
pra quem sabe amar,
cuidar e respeitar.*

Enzo

*Mesa a luz de velas.
Eu e meu personal
trainner de dança.
Berenice Desabestada.*

Músicas autorais

Oi tudo bem , eu queria ter a minha lata médica, porque estou muito gratificada pelo Bezerra. Eu me inspiro nas músicas, sou poeta, sou eclética, sou seu tudo. Então eu já vou mandar um funk meu.

Eu sou mc bibizinha e o papo eu vou mandar, meu coração é do bezerra e eternamente eu ou guardar, preciso da minha alta médica para voltar para o meu auditório junto com o mc Pedrinho porque eu sou artista agora em poema e quero me recuperar, porque o Bezerra de Menezes já me ajudou bastante. Eu sou mais feliz, porque quem canta seus males espanta.
Agradeço a todos.



Eu sou a Mc Bibizinha eu quero minha alta médica para cantar meus funks para vocês.

Esse é o ritmo do verão que as novinhas vai se amarrar. Sua boca secou, você ta com calor, o Pedrinho vai te refrescar.

O Bezerra ta ótimo, mas eu preciso da minha alta para cantar meus funks com meu namorado. Acho que já deu meu tempo aqui e já estou ótima, curada e libertada.



Eu quando ter minha alta, eu quero voltar a estudar porque eu parei no segundo colegial. Deus está preparando um marido para mim na Assembleia de Deus. Bom, hoje eu vou improvisar um rap de Deus sobre meu futuro: Aqui nesse lugar só deus pra me ajudar, olhando para o lado só tristeza no olhar, andando para lá, andando para cá, na esperança da minha alta alcançar, louca pra chegar no meu mundo para brilhar. Vamos focar no hoje porque amanhã só a Deus pertence.

MC BIBIZINHA



Frases de motivação

Você é forte, nunca desiste, Deus está contigo!!

Não pense no que as outras pessoas vão dizer, pense em que Deus vai achar!

A minha vida nunca foi fácil, mas nem por isso vou desistir!

A vida não é fácil, mas você vai conseguir!

Deus nunca te abandonará!

CLEOYR



FRASES DE REFLEXÃO

“O senhor é meu pastor, nada me faltará”.

“Deus é moço refugio fortaleza ocorre bem presente na horada angústia.”

“Tudo que tem folego louve ao senhor.”

“Ninguém é totalmente bom ou totalmente mal, todos nós temos um lado bom e num lado ruim, o importante é o modo que decidimos agir, isso é o que determina quem realmente somos.”

“Disse Jesus > Eu sou o caminho a verdade e a vida, ninguém vem ao pai se não for por mim.”

“Deus é fiel.”

“O Senhor nos livra de todo o mal.”

“Ainda que eu ande pelo vale da sombra da morte, não temerei mal algum, porque tu estás comigo e a tua vara e teus cajados me consolam.”

HOPE UCHIHA



SAÚDE MENTAL E TRATAMENTO

O que é saúde mental?

Saúde mental no meu ponto de vista, eu entendo, que é necessário o sono reparador, porque tudo começa pela nossa mente.

A mente humana é quem controla nossas emoções, é o nosso cérebro que são o inconsciente e consciente. Do que adianta adquirir bens materiais, se nossa mente fica doente.

É por isso que está aumentando os casos psiquiátricos e psicológicos entre crianças, jovens, adultos e idosos, porque tudo começa no ventre materno. Temos que aprender a lidar com as nossas emoções, pois ela é vital para uma mente saudável e não ter uma mente doente, e assim nos tornarmos um ser humano com uma mente saudável.

Isto é, ocorrendo entre nossas crianças e jovens o suicídio, depressão, uso de drogas, psicotrópicos e a rebeldia de não aceitar o não.

Temos que ter normas e regras, disciplina com limite na medida certa, para termos uma geração sadia.

Tudo começa pelo comportamento, hábitos alimentares, sono, exercícios físicos.

Pois eu sou paciente de um hospital psiquiátrico, e estou aprendendo a lidar com minhas, pois fui usuária de drogas por 22 anos e me internei em várias comunidades terapêuticas e esta é minha 6ª internação neste hospital e está sendo diferenciada das outras, pois quero uma nova maneira de viver.

HADASSA

Terapias Integrativas

O tratamento no hospital é excelente, pois temos acesso a medicina alopática, que nos auxilia muito nos sintomas físicos. A psicoterapia também é extremamente necessária para qualquer tratamento. E por sinal o Bezerra tem profissionais maravilhosos. Porém, existe uma técnica de tratamento que vai em parceria das outras, que são as técnicas das terapias integrativas. Ela vai baseada na metafísica da saúde, que nada mais é, do que o estudo das enfermidades de forma holística (olhando o ser humano como um todo). São técnicas que ajudam muito no tratamento, nos deixando mais calmos, menos ansiosos e com mais vitalidade.

Digo com propriedade que para mim foi essencial.

PRY

