

[Nº 42

Diciembre 2021

Jokuz anpo

Exclusión social
y ludopatía



ASOCIACIÓN ALAVESA
DE JUGADORES EN
REHABILITACIÓN
ERREHABILITAZIOAN DIREN
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA



Arabako Foru Aldundia
Diputación Foral de Álava



Edita: ASAJER. Asociación Alavesa de Jugadores en Rehabilitación

Internet: www.asajer.org

Colabora: Diputación Foral de Álava

Traducciones: HIGAN. Itzulpen Zerbitzuak

Diseño y maquetación: Begoña Paino Ortuzar

Depósito Legal: VI - 356 / 07



Presentación

Cuando se escuchan las palabras EXCLUSIÓN SOCIAL casi siempre se asocian con situaciones de carencia fundamentalmente económica. Pero hay que tener claro que la Exclusión Social va mucho más allá.

Según la Comisión de Comunidades Europeas (1992), "la EXCLUSION SOCIAL no sólo habla de la insuficiencia de recursos financieros, ni se limita a la mera participación en el mundo del empleo. Se hace patente y se manifiesta en los ámbitos de la vivienda, la educación, la salud o el acceso a los servicios".

Las personas expertas en el tema indican que la Exclusión Social es un PROCESO y no un estado. Es importante indicar que teniendo en cuenta esto, la exclusión puede afectar a las personas y no únicamente a grupos predeterminados.

En este boletín pretendemos acercarnos al tema de la Exclusión Social y las Adicciones y más concretamente a la Adicción a los juegos de azar.

Intentaremos ver cómo la Adicción a los juegos de azar puede llevar a situaciones muy complicadas a nivel económico y también a nivel social (aislamiento, falta de apoyos, ...). Y si tenemos en cuenta el género nos podemos encontrar con situaciones de mucha desigualdad.



Teniendo en cuenta que la exclusión social es un tema complejo y extenso, hemos contado con la colaboración de una serie de artículos redactados por **entidades que trabajan con colectivos vulnerables como la inmigración, mujeres presas y personas con trastorno mental.**

Asimismo, os presentamos el **testimonio de una persona** con el título **“SOLEDAD, ABANDONO Y RUINA”**.

Por último, recomendamos el **libro “LA CHICA DE LOS GRILLETES”** de Elena Fernández Alonso y la **película (Miniserie emitida en TVE) “ANA TRAMEL. EL JUEGO”**, basada en el libro de Roberto Santiago.

Ana Herrezuelo Orte

Psicóloga de ASAJER

Índice



01

Artículos

7

02

Testimonio

23

03

Recomienda

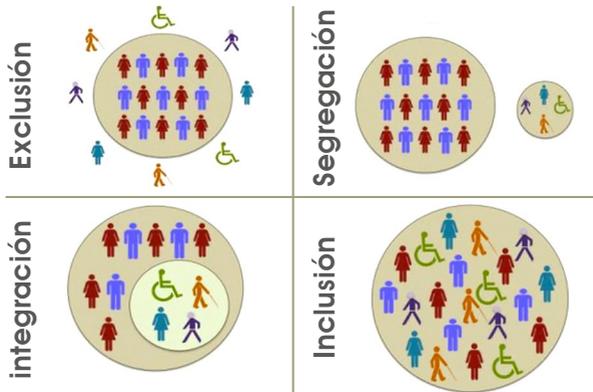
27



Artículos ◀

01

Exclusión social y ludopatía



Esta imagen nos ayuda a entender conceptos como la exclusión, la segregación, integración e inclusión social.

Vamos a reflexionar sobre la ludopatía y cómo reacciona la sociedad ante las personas que han desarrollado el trastorno de juego.

Las personas afectadas por esta adicción cuidan mucho su imagen, con lo cual, mientras no se evidencia el problema, podríamos decir que están bien integradas socialmente. Se les califica que son buenas personas, trabajadoras y trabajadores excelentes, ...

¿Qué ocurre cuando el trastorno del juego se manifiesta y se relacionan ciertos comportamientos con el juego?

Una vez pasada la sorpresa y el susto llegan los reproches. Algunos comentarios que suelen aparecer: "sinvergüenza", "has dejado a tu familia en la ruina", "vicioso/a", "egoísta", "irresponsable" ...A partir de ese momento, la persona con un trastorno de juego va a tener que justificar todo tipo de comportamiento y va a estar



► Artículo 1

Exclusión social y ludopatía

constantemente controlado y supervisado respecto al manejo de dinero, salidas, sus actitudes ante el problema, su manera de comunicar, su toma de decisiones, iniciativa...

En definitiva, suele sentir que todo lo que hace está relacionado con su trastorno de juego. Si valoramos estas respuestas, podemos deducir que el trastorno de juego como tal podríamos definirlo como una situación de exclusión social, aunque en apariencia pueda parecer que las personas con este trastorno están integradas socialmente.

Una vez que a la persona se le etiqueta como "LUDÓPATA" y se pone en tratamiento, los reproches van a seguir surgiendo: "mentiroso/a", "no te creo", "seguro que has jugado", "¿Qué estás haciendo?", "¿De dónde vienes?", ...

Hay una dificultad importante para entender y comprender un trastorno de juego ya que hay una tendencia a pensar que las personas juegan porque quieren y que no tienen voluntad para dejarlo.

Es habitual que las personas afectadas no comuniquen su problema en el trabajo, les cueste contarlo a sus amistades y familiares, van al médico por los síntomas que presenta el trastorno, pero no mencionan el problema de juego.

En la medida que la recuperación va evolucionando nos encontramos que las personas afectadas siguen teniendo dificultades importantes en la comunicación de su problema y de los aspectos que lo acompañan.

Una característica importante es que las personas afectadas tienen que asumir y aceptar que su familia se convierta en sus

administradores y, a su vez, la familia a supeditar su día a día en beneficio de su familiar afectado. Esto explica que la ludopatía no afecta sólo a la persona que juega sino también a su entorno.

El tema económico es uno de los aspectos en los que las personas con trastorno de juego se sienten diferentes. No sólo hablamos de que no accedan a las cuentas, sino a toda conducta relacionada con el dinero: manejo de dinero diario, acompañamiento a pagos u otras gestiones económicas, afrontar deudas, justificar los gastos con tickets, anticipar necesidades de gastos extraordinarios para pedir dicho dinero, ...

Hablar de INCLUSIÓN SOCIAL sería que las personas con trastorno de juego vayan adquiriendo autonomía sobre aspectos relacionados con la economía: manejo de dinero sin dar explicaciones, disponer de tarjeta de crédito, no depender económicamente de ningún familiar, se tenga en cuenta sus opiniones en compras extraordinarias, ...

La soledad, la falta de apoyos familiares y sociales, los mandatos de género, ... van a determinar diferencias entre hombres y mujeres en relación con las motivaciones para jugar, desarrollo del problema, pronóstico y recuperación. Las mujeres no sólo van a tener que demostrar que están recuperadas en lo relacionado con el juego, sino también en su rol de madres, parejas...

Algunas mujeres han perdido la relación con hijos e hijas o tienen una relación conflictiva y no se aprecian oportunidades y expectativas de poder normalizar este tipo de relaciones. Esta misma situación, en el caso de los hombres, no se suele dar a un nivel de ruptura y si consiguen que su rol de padres no se vea tan cuestionado.

► Artículo 1

Exclusión social y ludopatía

Hoy en día, la inclusión de las personas afectadas socialmente no es real, ya que la sociedad no la facilita por la visión negativa que existe respecto a este tipo de adicción. Todavía se valora desde lo moral, se juzga y se sanciona socialmente. No se dan las mismas oportunidades a las personas afectadas que se dan ante problemáticas sociales similares.

Si las personas afectadas siguen tapando, escondiendo, avergonzándose de su problema es que la sociedad no está siendo lo suficientemente abierta y madura para su inclusión.

Nos podemos hacer las siguientes preguntas: si sabes que tienes un vecino/a, amigo/a, novio/a con un trastorno de juego ¿la relación con esa persona va a verse afectada?, ¿darías trabajo a una persona con esta problemática? ¿confiarías o desconfiarías? ¿le rechazarías? ¿le apoyarías? ¿lo contarías? ¿le sobreprotegerías?



Asajer
con las personas
pertsonekin

www.asajer.org
asajer@telefonica.net

ASOCIACIÓN A KATSA
DE BARRIOZETAN
BARRIOZETAN
FERREARRAZOAN DREN
ARABAKO JOZUELAN ELKARTEA

AYUNTAMIENTO
de Vittoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko
Udala

The image is a colorful illustration for a campaign. It features a large green letter 'A' with a yellow 'N' and 'E' inside it, forming 'ANES'. The letters are surrounded by various icons representing social activities: a person at a computer, a person climbing a ladder, a person at a desk, a person with a lifebuoy, a person at a phone, and a person at a computer. The background is green with a yellow and brown circular shape. The text 'Asajer con las personas pertsonekin' is written in bold black and yellow letters. Below the text is a group of diverse people. At the bottom, there are logos for the 'ASOCIACIÓN A KATSA DE BARRIOZETAN BARRIOZETAN FERREARRAZOAN DREN ARABAKO JOZUELAN ELKARTEA' and the 'Ayuntamiento de Vittoria-Gasteiz Vitoria-Gasteizko Udala'.

Artículo 2

Mujer, prisión y exclusión

Ana Zatón Barroso

Educadora Social del Piso de Acogida para Mujeres-ADAP-



En ADAP trabajamos desde el enfoque y el respeto de los derechos humanos; de las personas presas, más concretamente de la población reclusa femenina. El Piso de Acogida para Mujeres que salen diariamente del C.P. ARABA lleva 25 años en funcionamiento, encontrándonos multitud de vivencias que nos hacen aprender diariamente.

Acompañamos generando los apoyos y recursos necesarios para una integración exitosa en la comunidad, para ello consideramos imprescindible que las mujeres con las que trabajamos perciban el recurso como un lugar seguro, de escucha y cuidado.

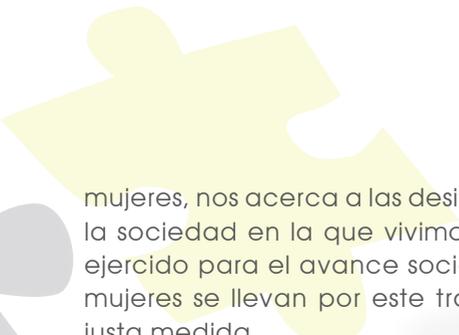
Cuidamos y mimamos de manera personal e individualizada cada proceso de intervención, teniendo en cuenta sus historias de vida, realizando los seguimientos y acompañamientos pertinentes, abordando las diferentes situaciones que se puedan generar, desde el principio hasta donde la persona lo requiera, en un tiempo indeterminado. "La falta de hábitos, de constancia, de contención y la baja autoestima son las carencias más frecuentes de estas personas que salen a la calle. Hay que tener en cuenta que se les ha privado de autonomía durante mucho tiempo, y está se les tiene que ir devolviendo paulatinamente, acompañándolas. Cada proceso de reinserción es único, casi artesanal". (Betsabé).

El dolor, el miedo, la soledad, son sentimientos que nos igualan como seres humanos. El trabajo diario, desde la cercanía con las



► Artículo 2

Mujer, prisión y exclusión



mujeres, nos acerca a las desigualdades con las que partimos en la sociedad en la que vivimos. Somos conscientes del esfuerzo ejercido para el avance social, pero el reconocimiento que las mujeres se llevan por este trabajo no suele ser valorado en su justa medida.

Con frecuencia nos encontramos con procesos en los que las adicciones han estado presentes, como causa y/o consecuencia de situaciones de conflicto, derivando las mismas en muchas ocasiones en comisión de delito. De ahí que el acompañamiento e intervención en las diferentes fases de los procesos de resocialización sea imprescindible, desde el respeto a la persona. Parte de nuestra labor es conocer el tejido asociativo y funcionar en red, derivar y coordinarnos es necesario para poder adaptar los procesos de atención de forma individualizada y con mayor eficacia. De aquí nuestro reconocimiento al trabajo ejercido desde ASAJER.

En estos tiempos es necesario, más que nunca poner el énfasis la valía del empoderamiento y la sororidad como mecanismos de avance social. Es por ello que creemos en nuestra labor como instrumento de cambio. Ellas son las protagonistas de su propio proceso, cuya meta es obtener la seguridad y autoconfianza en ellas mismas para conseguir las herramientas necesarias que les permitan volver a vivir en sociedad, dar forma a su propio proyecto de vida.

Artículo 3

Salud mental y exclusión social

Rocío Matías Blanco

Gerente de ASASAM (Asociación ayalesa de familiares y personas con enfermedad mental)



asasam

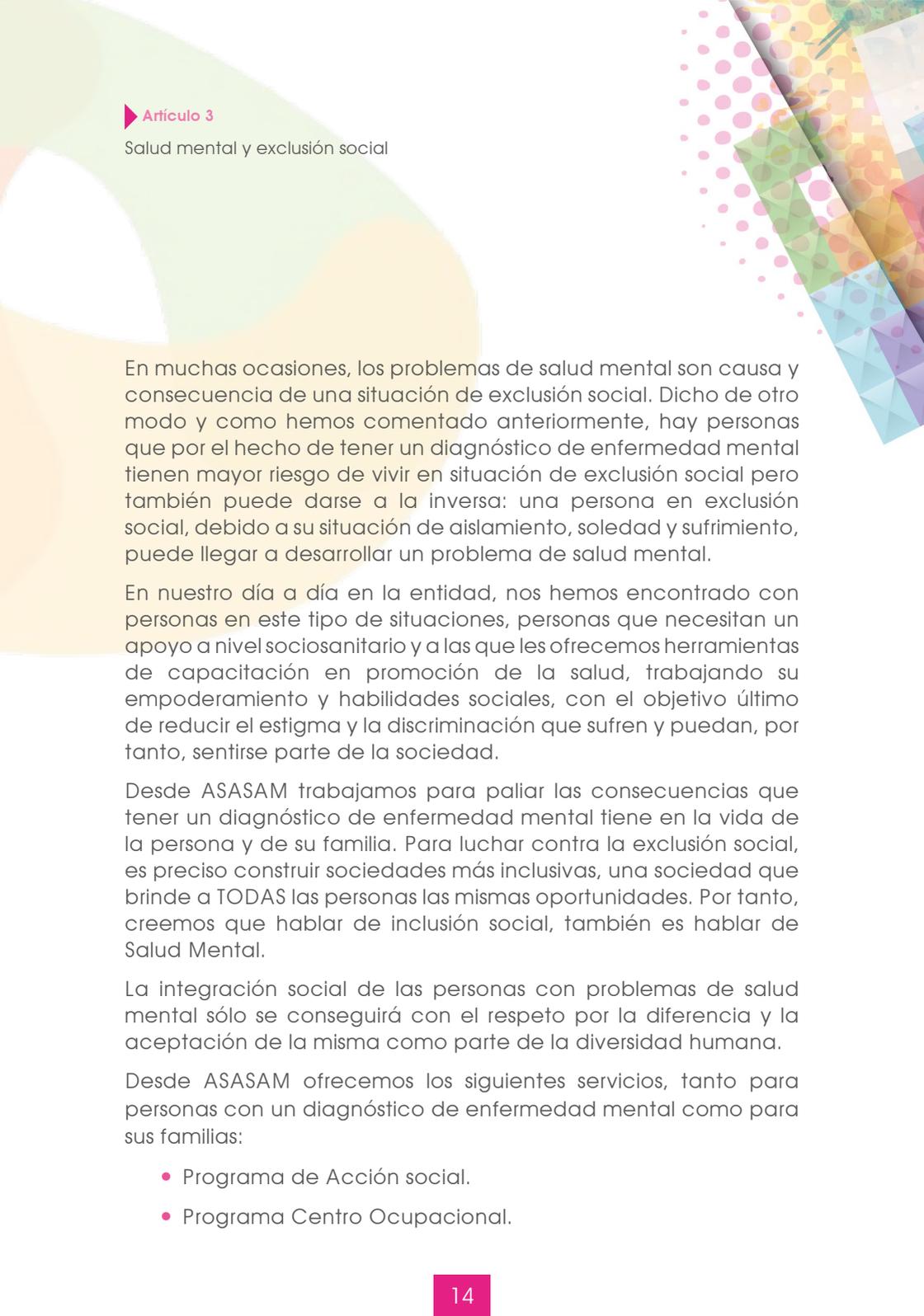
buru gaixotasuna duten pertsonen
eta senideen aiarako elkartea
asociación ayalesa de familiares y
personas con enfermedad mental

Podemos definir la exclusión social como el proceso mediante el cual los individuos o los grupos son total o parcialmente excluidos de una participación plena en la sociedad en la que viven (*Fundación Europea, 1995*).

Las personas pueden ser excluidas de la sociedad por varias razones. A menudo es porque pertenecen a un determinado grupo étnico o minoritario que sufre discriminación en su sociedad, pero también puede deberse al hecho de poseer un diagnóstico de enfermedad mental. Las personas con un problema de salud mental, en muchas ocasiones, encuentran obstáculos para participar plenamente en la vida social y, por tanto, podemos decir que son personas que se encuentran en una situación de exclusión social.

Según datos de la *Confederación Salud Mental España*, actualmente, hay 11.000 personas sin hogar en España y entre un 20% y 52% de esas personas tiene un problema de salud mental. En concreto, diversos estudios sobre salud mental entre personas en situación de sin hogar sitúan la tasa de esquizofrenia entre un 4% y un 13% y la de depresión mayor entre un 2% y un 20%.

Son datos que desde ASASAM nos preocupan ya que son personas que, debido a la situación de exclusión social en la que viven, en ocasiones, no acceden a los recursos de salud y sociales que necesitan para poder desarrollarse plenamente y por tanto, no tienen acceso a las mismas oportunidades que el resto de la sociedad.



► Artículo 3

Salud mental y exclusión social

En muchas ocasiones, los problemas de salud mental son causa y consecuencia de una situación de exclusión social. Dicho de otro modo y como hemos comentado anteriormente, hay personas que por el hecho de tener un diagnóstico de enfermedad mental tienen mayor riesgo de vivir en situación de exclusión social pero también puede darse a la inversa: una persona en exclusión social, debido a su situación de aislamiento, soledad y sufrimiento, puede llegar a desarrollar un problema de salud mental.

En nuestro día a día en la entidad, nos hemos encontrado con personas en este tipo de situaciones, personas que necesitan un apoyo a nivel sociosanitario y a las que les ofrecemos herramientas de capacitación en promoción de la salud, trabajando su empoderamiento y habilidades sociales, con el objetivo último de reducir el estigma y la discriminación que sufren y puedan, por tanto, sentirse parte de la sociedad.

Desde ASASAM trabajamos para paliar las consecuencias que tener un diagnóstico de enfermedad mental tiene en la vida de la persona y de su familia. Para luchar contra la exclusión social, es preciso construir sociedades más inclusivas, una sociedad que brinde a TODAS las personas las mismas oportunidades. Por tanto, creemos que hablar de inclusión social, también es hablar de Salud Mental.

La integración social de las personas con problemas de salud mental sólo se conseguirá con el respeto por la diferencia y la aceptación de la misma como parte de la diversidad humana.

Desde ASASAM ofrecemos los siguientes servicios, tanto para personas con un diagnóstico de enfermedad mental como para sus familias:

- Programa de Acción social.
- Programa Centro Ocupacional.

- Programa Seguimiento sociolaboral.
- Programa Centro Psicosocial.
- Programa de Intervención Psicoeducativa.
- Programa de Orientación y apoyo psicológico.
- Programa de Alojamiento.
- Programa de Apoyo a la vida independiente.
- Programa de asesoramiento jurídico (a través de la federación).
- Escuela de familias.

Con el objetivo de reducir el estigma social que sufre este colectivo debido al desconocimiento social existente en relación a los problemas de la salud mental, también ofrecemos servicios orientados a la sociedad en general:

- Programa de Voluntariado.
- Programa Descubre (charlas en colegios e institutos).
- Acciones de sensibilización (charlas, celebración DMSM...).



Artículo 4

Asociación Sartu-Álava



SARTU-ÁLAVA somos una asociación privada sin ánimo de lucro declarada de utilidad pública e interés social, que operamos en el sector de los servicios sociales y el empleo, con el objetivo de luchar contra la marginación y la exclusión social.

Nuestra finalidad es promover los cambios necesarios en las personas y en los entornos sociales y laborales para reducir o eliminar las situaciones de exclusión social. Para ello tratamos de combinar estrategias de intervención dirigidas a la incorporación/ inserción de las personas con otras de intervención en el medio más dirigidas a provocar cambios estructurales en los entornos sociales que favorecen la existencia de situaciones de exclusión.

Las personas vulnerables o en situación de exclusión, tienen una posición de franca debilidad- DESVENTAJA a la hora de contar con los vínculos necesarios para poder acceder a recursos sociales, políticos, económicos y culturales que sí están a disposición de las personas plenamente incorporadas.

Hablar de situación de exclusión hoy en día significa aproximarse a un complejo mosaico de realidades que abarcan, más allá de la desigualdad económica, aspectos relacionados con la precariedad laboral, los déficits de formación, el difícil acceso a la vivienda digna, las frágiles condiciones de salud y la escasez



de redes sociales y familiares, entre otros. La comprensión de la exclusión social pasa por considerar la relevancia de tres grandes ejes sobre los que acaban vertebrándose las desigualdades sociales: la edad, el sexo y el origen y/o etnia.

Las personas inmigrantes se encuentran en situación de mayor vulnerabilidad. Los trabajadores y trabajadoras extranjeras están sujetos a los mismos problemas que cualquier trabajador/a autóctono/a, especialmente en lo referente al aumento del desempleo y de la precariedad laboral, aunque en unos porcentajes bastante superiores. Además de las dificultades derivadas de los vaivenes del mercado de trabajo, tienen unos problemas de orden administrativo que les son específicos, propios, particulares, que hacen mucho más difícil su situación.

La actuación desde Sartu Álava se dirige a toda persona que manifieste una necesidad de apoyo para su inclusión social. Pretendemos ser un recurso general en materia de inclusión social que sirva a toda la población, cuya metodología, organización de servicios y actividades y planteamiento profesional responda a las necesidades de todo tipo de personas, y fundamentalmente las que se encuentran en situaciones más desfavorecidas. Contamos con redes, equipos de trabajo ESPECIALIZADOS, servicios y herramientas que permite avanzar hacia un escenario diferente al actual y que responda de mejor manera a las necesidades de las personas que acompañamos. Disponemos de una larga trayectoria construyendo integralmente procesos, itinerarios, acompañamientos, con un alto nivel de compromiso, cercanía, profesionalidad y motivación.



► Artículo 4

Asociación Sartu Álava

Según datos de Ikuspegi, Observatorio Vasco de Inmigración, en torno al 11,1% de la población vasca es de origen extranjero. “Y los indicios y evidencias de las que disponen nos indican que vamos a seguir recibiendo inmigración en los próximos años”. Sartu Álava no es ajena a esta situación y, desde hace años, tenemos un cada vez mayor número de personas inmigrantes que acuden a nuestros servicios, constituyéndonos en recurso referente para las personas migradas.

La metodología utilizada en la intervención llevada a cabo con las personas está basada en el acompañamiento integral y personalizado a través de itinerarios. Es decir, los acompañamos en los procesos de mejora y cambio, partiendo de sus capacidades y teniendo en cuenta las necesidades de cada persona en los diferentes ámbitos vitales (personal, social, formativo, laboral, económico, etc.) ofreciéndoles asesoramiento, contraste y apoyo, y diseñando conjuntamente los pasos a dar para la mejora de la situación de partida.

Entre los servicios que encuentran las personas se acercan a nuestros centros están:

- Una **atención, orientación** y acompañamiento, donde las personas participan en su itinerario de inserción social y laboral mediante distintas actividades de manera individual y grupal.
- A través del **Servicio de Mediación de Aprendizaje** pueden obtener la información y asesoramiento sobre cursos, formación y actividades de aprendizaje. Recopilamos toda

la actividad formativa de Vitoria-Gasteiz y asesoramos a personas sobre la oferta activa en cada momento.

- **Formación socio-educativa**, se componen de actividades que pretenden trabajar los aspectos básicos, tanto de ámbito personal como laboral.
- **Formación para el empleo**, cualificación en competencias profesionales y personales, con/sin certificado de profesionalidad. Las competencias laborales son aquellos **conocimientos y habilidades que tiene una persona para responder ante una tarea** o actividad en el ámbito del trabajo.
- **Prácticas en empresa**, de carácter no laboral, en centros de trabajo con el fin de completar la formación alcanzada por la persona y contribuir a mejorar su empleabilidad, además de ofrecerles un contacto con la realidad laboral a través del acercamiento a la empresa.
- **Intermediación laboral**, facilitar el acceso al empleo a través de ofertas de empresas. Promocionando a las personas que están o han desarrollado un itinerario en la entidad, priorizando a aquellas que más dificultades tienen, en clave de acompañamiento con las empresas y las personas usuarias. Además, contamos con los **Puntos Formativos**, en los que se combina una formación en competencias transversales y la realización de prácticas no laborales en empresas con el fin de que pueda materializarse una contratación laboral.

► Artículo 4

Asociación Sartu Álava

- **Programas de empleo**, Contratación de personas para que puedan desarrollar las tareas del sector correspondiente y posteriormente les apoyamos en su salida al mercado ordinario.



Formación en TICs en **Saregune**, centro de desarrollo comunitario que, tomando la ruptura de la brecha digital como centro de interés, pretende la ruptura de otra serie de “brechas”: inter-culturales, inter-vecinales, inter-asociativas, culturales, educativas, relacionales y colaborativas, Formación digital a la ciudadanía y a las entidades de la red comunitaria.

<https://www.saregune.net/>



Batekin, agencia para el voluntariado y la participación social de Araba. ofrece un servicio gratuito y de calidad a las personas voluntarias y a todas aquellas que quieran iniciarse en el trabajo voluntario, así como a las entidades sin ánimo de lucro con sede en Álava que dispongan o quieran disponer de programas de voluntariado.

<https://batekin.org/> Tel. 945 203 414

Nuestras ubicaciones:

▶ **Sede Central, Atención y Formación**

Portal del Rey, 20 baj
01001 Vitoria–Gasteiz
Teléfono: 945 128 061
sartualava@alava.sartu.org

▶ **Centro de Formación y Atención**

Pol. Gardea, Katuja Ibarra 15bis
01400 Laudio / Llodio
Teléfono: 946 727 773

▶ **Centro de Formación y Atención**

Oreitiasolo, Pab. 10-B
01006 Vitoria–Gasteiz
Teléfono: 945 158 178

▶ **SAREGUNE: Centro de Formación en TICs**

Cantón de Santa María, 4
01001 Vitoria-Gasteiz
Teléfono: 945 039 982
info@saregune.net

▶ Web: <https://alava.sartu.net/>

Twitter: @Fsartu

Instagram: [sartuaraba_empleo](#)
[sartuaraba_ce](#)
[ikasgune_sartu](#)



Testimonio —

02



Soledad, abandono y ruina

Me llamo Ana, soy viuda y tengo 58 años.

Mi historia con el juego empieza con 27 años. Estaba en la calle, en una ciudad desconocida y tenía frío. Decidí entrar al Bingo y jugar.

Canté ¡¡¡LINEA!!! y ¡¡¡BINGO!!! Me pareció un “chollo” y seguí jugando.

Este momento coincide con una situación muy dolorosa: “Mis padres me habían echado de casa. Siempre me han rechazado. Sólo querían a mi hermano. Yo, llegué por sorpresa y no me querían. Siempre me han odiado y por eso me echaron de casa”

El juego se convirtió en un problema desde el principio. En poco tiempo, me arruiné ya que estaba todo el día en el Bingo. Llegué a recurrir a la prostitución para recuperar dinero. Estuve un tiempo sin jugar, incluso acudí a una asociación en Pamplona, pero no me lo tomé del todo en serio. Posteriormente, empiezo a jugar a las máquinas tragaperras.

Actualmente me identificó como adicta al juego, pero me ha costado muchos años en tomar conciencia. Lo he visto cuando me ha afectado mucho a la salud y, no sólo al dinero. Para mí, ha sido una “ruina”.

Antes de jugar, tenía trastornos de comportamiento y acudía a un psiquiatra para tratar este tema. También tenía ENCEFALITIS AGUDA.

Testimonio

Soledad, abandono y ruina

La soledad me ha influido mucho. Siempre he estado sola y me he sentido sola. Sólo me he sentido bien de verdad con mi abuela paterna. Con el tiempo, he aprendido a sentirse bien estando sola.

Como el dinero es necesario para jugar y cada vez necesitaba más dinero para satisfacer mi necesidad de jugar, llegué a recurrir a la prostitución. Al principio, el objetivo era recuperar el dinero perdido. Con el tiempo, me prostituía para obtener ingresos y poder continuar jugando.

Una de las consecuencias más duras ha sido verme en la calle, sin nada. Los problemas económicos me llevaron a no poder cubrir los gatos mínimos para vivir (vivienda, comida...)

Cuando pienso en cómo he llegado al problema de juego, creo que estar sola y pasar mucho tiempo en la calle me ha influido mucho. Por otro lado, el hecho de no ser querida ni aceptada desde pequeña también me ha influido. Al perder a mi segundo marido, volví con más fuerza al juego.

El juego me ha marcado en todo. Como persona, en las relaciones sociales, en el manejo de dinero. También en mis hábitos de sueño, alimentación, salud, ocio. Incluso en el plano emocional.

La sociedad no ayuda a la rehabilitación y reinserción. La ludopatía te marca para toda la vida.

Soy mujer, adicta al juego, he ejercido la prostitución, ... Todas estas circunstancias hacen que me sienta muy vulnerable y me sienta juzgada.

Estoy cansada y harta porque siento que la sociedad me pone muchas barreras para mi inclusión social.

En la actualidad estoy orgullosa de mi misma porque no estoy jugando y eso me hace estar mejor en todos los niveles. Duermo mejor, estoy más tranquila...Todavía tengo cosas a mejorar, pero estoy en el camino. Voy consiguiendo pequeños objetivos.

Espero sentirme cada vez mejor, poder funcionar de forma autónoma, encontrar un trabajo y un hogar en el que me sienta bien y a gusto.

Aprovecho para animar a otras personas que se identifiquen con mi historia a que luchen, se dejen ayudar y confíen en que de la ludopatía se puede salir ■



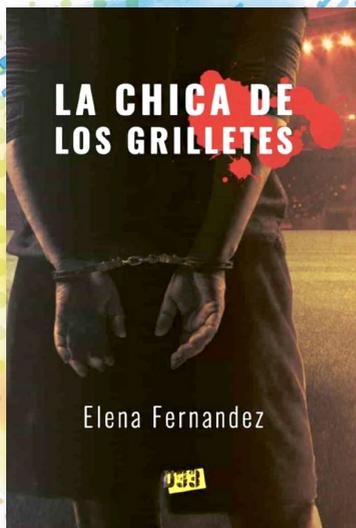


Recomienda ■

03



Libro recomendado



LA CHICA DE LOS GRILLETES

Elena Fernández Alonso

Publicación: 1 de diciembre de 2020

Editorial: Distrito 93

Sinopsis

“La chica de los grilletes” es una novela de temática social y actual. La trama principal se centra en la desaparición de una joven futbolista. La aparente vida idílica de la deportista, a punto de fichar para un club importante, se viene abajo tras coquetear con el mundo de las apuestas. La joven se convierte en la principal sospechosa de asesinato de un hombre con quien acabó en negocios turbios. Una grabación recoge la agresión y es la principal prueba en su contra.

Película recomendada

ANA TRAMEL. EL JUEGO

Dirección: Salvador García Ruiz,
Gracia Querejeta

Producido por: Mariela Besuievsky,
Elena Bort, Mar Díaz Martínez,
Gerardo Herrero, Yolanda del Val

Reparto: Maribel Verdú,
Natalia Verbeke, Israel Elejalde,
Luis Bermejo, Unax Ugalde, María
Zabala, Bruno Sevilla, Víctor Clavijo,
Joaquín Climent,
Elvira Mínguez

Equipo técnico: Roberto Santiago
(Creación y guion), Ángela Armero
(Guión), Teo Delgado (Fotografía),
Óscar Montesinos (Fotografía), Lucio
Godoy (Música)

Géneros: Policiaca y suspense

Recomendada para mayores de 12 años.

Sinopsis: Ana Tramel es una brillante abogada penalista que vive sus horas más bajas. Una llamada de su hermano Alejandro, al que hace años que no ve, le hace ponerse de nuevo en marcha: ha sido acusado de asesinar al director del casino Gran Castilla. Rodeada de un pequeño equipo de confianza, se tendrá que enfrentar a una enorme corporación de la industria del juego. Todos los datos, hechos, personas y lugares que se narran en esta historia en relación con el juego están basados o inspirados directamente en situaciones reales. Como dice Ana Tramel, podríamos habernos inventado muchas cosas sobre el mundo del juego, pero la realidad es mucho más interesante y terrible que cualquier cosa que pudiéramos inventar.

