

El Propósito de Fresh Hope



*Capacitar
a quienes padecen retos
de salud mental y a sus
seres queridos para vivir
una vida plena, rica
y llena de fe a pesar
de tener un diagnóstico
mental.*

Fresh Hope es una red internacional de grupos cristianos de apoyo para la salud mental. Nuestros grupos son interdenominacionales y abordan la recuperación de la salud mental desde una perspectiva llena de esperanza y fe.

Para aprender más de Fresh Hope, visítanos en: www.FreshHope.us

NOTAS

“Fresh Hope es una esperanza vital para la comunidad. Cada uno de nosotros se ve afectado de alguna manera por alguien con un reto de salud mental”.

MIKE M.

“El apoyo entre iguales es lo mejor. Estar basado en la fe es una bendición y una característica única de Fresh Hope”.

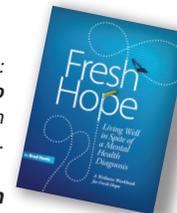
ELLEN D.

“Es algo más que la recuperación de la salud mental; este grupo me llevó a Dios. No te juzgarán. Es gente que comparte situaciones y retos similares”.

JOHN D.

Fresh Hope ofrece un libro titulado *Fresh Hope: vivir bien a pesar de un diagnóstico de salud mental* escrito por el fundador de Fresh Hope, Pastor Brad Hoefs.

Pida el suyo en FreshHopeBook.com



*... un grupo de apoyo
Cristiano
para personas
con retos
de salud mental
y sus seres queridos.*





Características del Grupo de Apoyo

Fresh Hope es un **grupo de ayuda mutua entre iguales** en el que los mismos miembros se animan unos a otros como iguales bajo la guía de un facilitador. El formato de la reunión incluye tanto un grupo grande como uno pequeño, donde los miembros pueden compartir tanto de su "viaje" como deseen.

Fresh Hope es también un grupo guiado por expertos de diferentes áreas, como profesionales de la educación, el ministerio, los servicios sociales y representantes psiquiátricos que forman parte del Consejo de Administración, además de los miembros del grupo Fresh Hope.

Fresh Hope no pretende reemplazar el tratamiento profesional como la terapia y los medicamentos recetados cuando sean necesarios. Más bien, Fresh Hope sirve como un sistema complementario de apoyo e información para que los miembros y sus seres queridos puedan desarrollar herramientas que les ayuden a gestionar la enfermedad a diario, con el fin de vivir una vida mejor; para vivir con dignidad y esperanza en Cristo.

Trayectoria Comprobada

Fresh Hope posee un historial de éxito **comprobado** por el enfoque eficaz para la recuperación de la salud mental desde una Perspectiva Cristiana:

- **96%** de los que asisten semanalmente atribuyen a su participación como la razón por la que ahora se sienten más esperanzados que antes de su intervención en Fresh Hope.
- **92%** de los que han asistido a otros grupos de apoyo de salud mental afirman que Fresh Hope ha sido más positivo y útil para su recuperación que cualquier otro grupo anterior.
- **86%** de los que tenían tendencias suicidas antes de acudir a Fresh Hope declaran que no han tenido tendencias suicidas desde que participan.
- **71%** 71% no ha tenido que ingresar en ningún hospital (ni ambulatorio ni de hospitalización) desde que acude a Fresh Hope, y lo atribuyen a su participación en Fresh Hope.

Principios de Recuperación de Fresh Hope

PRINCIPIO I

Mi vida está afectada por un reto de salud mental y puede volverse ingobernable y sin esperanza, especialmente si lo ignoro o le dejo sin tratamiento. Por lo tanto, elijo la ayuda y el apoyo de otros para superar las luchas y encontrar más gozo en la vida.

"Todo lo puedo en Cristo que me fortalece".

FILIPENSES 4:14 (NVI)

PRINCIPIO II

Mi reto de salud mental también ha afectado mis relaciones y las vidas de aquellos alrededor mío. Por lo tanto, elijo superar tanto por mi propio bien como por el bien de aquellos que me aman.

"Por lo tanto, esforcémosnos por promover todo lo que conduzca a la paz y a la mutua edificación."

ROMANOS 14:19 (NVI)

PRINCIPIO III

Mi trastorno puede volverse una excusa. Por lo tanto, elijo creer que puedo vivir una vida plena y abundante a pesar de mi trastorno. Elijo el apoyo de personas que me impulsarán a "empujar a través".

"Por eso, animense y edifíquense unos a otros."

1 TESALONICENSES 5:11 (NVI)

PRINCIPIO IV

Mi trastorno puede llevarme a sentirme sin esperanza. Por lo tanto, elijo creer, sin importar cómo me sienta, que hay ayuda y esperanza para mi bienestar físico, emocional, psicológico y espiritual.

"Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes, afirma el SEÑOR, planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza."

JEREMÍAS 29:11 (NVI)

PRINCIPIO V

A pesar de que la medicina es un componente clave en mi recuperación, no es la única respuesta. Por lo tanto, elijo explorar nuevas formas de pensar y de actuar en mis relaciones y en mi vida diaria.

"Destruimos argumentos y toda altivez que se levanta contra el conocimiento de Dios, y llevamos cautivo todo pensamiento para que se someta a Cristo."

2 CORINTIOS 10:5 (NVI)

PRINCIPIO VI

A veces me he permitido a mí mismo convertirme en una víctima "definida" por mi trastorno. Por lo tanto, elijo superar y vivir en esperanza y gozo, a pesar de mi trastorno.

"Pues Dios no nos ha dado un espíritu de timidez, sino de poder, de amor y de dominio propio."

2 TIMOTEO 1:7 (NVI)

Cuando comenzar

Puede empezar a asistir a un grupo de Fresh Hope en cualquier momento de su recuperación. Los temas de discusión varían de una semana a otra, abordando una amplia gama de problemas de salud mental.

Los seres queridos también son bienvenidos en cualquier momento y se les anima a asistir incluso si la persona a la que aman aún no está preparada para dar este paso.

