

## Formamos parte del proyecto de sensibilización 3COS de la Red Navarra de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social

*Bajo el título Participa del Cambio, Luisfer, usuario de los pisos de salud mental, ha participado en esta campaña que busca romper estereotipos y luchar contra discursos homófobos, racistas o aporófobos.*

Historias de agradecimiento, historias de vida en las que una persona o una situación ha marcado un antes y un después, historias transformadoras. Es parte de la campaña 3COS organizada por la Red Navarra de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social y que forma del programa Innova Social en colaboración con Fundación “la Caixa”, Fundación Caja Navarra y el Departamento de Derechos Sociales de Gobierno de Navarra.

Un proyecto que persigue mejorar la convivencia de todas las personas en Navarra a través de la comunicación social y en la que son las personas en situación de exclusión social quienes lideran el mensaje contra la desigualdad. En la campaña de sensibilización #ParticipaDelCambio, donde se presentan las vivencias y opiniones de diferentes personas, ha participado **Luisfer**, persona usuaria de los pisos de salud mental de nuestra entidad.

“Creemos que en la sociedad navarra siguen existiendo estereotipos, discursos racistas, xenófobos y aporófobos, y desconocimiento de las realidades tan duras que viven las personas más vulnerables. Lograr una Navarra más justa, inclusiva y en la que impere la convivencia debe ser un compromiso



plural y que sólo se logrará con las aportaciones de cada uno de nosotros y nosotras, explican desde la Red.

Hablamos con Luisfer, una de las caras que aparecen en esta campaña y en la que nombra al atletismo como uno de los pilares que le ha dado los valores “para afrontar los problemas de esta vida a tope”.

Podéis ver la campaña en este [enlace](#). Y en este otro enlace podéis ver la entrevista a Luisfer. [Entrevista](#).



**¿Qué tal ha sido participar en esta campaña?**

Como experiencia muy recomendable, el compartir tu vivencia, tu historia, tu vida...

Nos sacaron un vídeo, nos hicieron una entrevista, estuve casi hablando un cuarto de hora, aunque en el vídeo salgo pocos segundos.

**¿De qué hablaste?**

Hay que dar las gracias, así que yo di las gracias al atletismo porque me ha dado muchos valores para enfrentarme con la vida que es lo que sale en el vídeo, también a mi hija, a mis padres, a los médicos, a Xilema, a ADEMNA...

**¿Consideras que vives estigma o rechazo en tu día a día?**

Lo tengo clarísimo, lo percibo entre la gente, no tanto hacia mí. En la calle, en los voluntariados que voy... Por ejemplo, yo desde hace casi 11 años voy con ADEMNA y no sé, hay que empatizar un poco con la gente.

**¿Qué crees que aporta tu experiencia a esta campaña?**

Que la gente me intente copiar, que sea disfrutona de la vida, que aproveche las oportunidades, que no las deje pasar que los trenes no pasan tan a menudo. Cuando veas uno que te apetece móntate y luego ya verás qué haces.

*Área Comunicación  
Junio 2023*