

**OPERACIÓN
LIBRE HIDALGO XXIII**



**DOCUMENTO DE INFORMACION
PARA LOS FAMILIARES**

EL GENERAL JEFE DE LA BRIAC “GUADARRAMA” XII

Madrid 18 de abril de 2015

Queridas familias:

Pido perdón de antemano por mi atrevimiento al dirigiros esta carta, pero en vísperas de nuestro viaje a Líbano, he considerado conveniente mantener este contacto. Espero que este sea un sentimiento compartido.

A modo de presentación, soy José Conde de Arjona, tengo 56 años, casado, padre de cuatro hijos y desde febrero del pasado año mando la Brigada Acorazada. En mi caso la nueva operación en Líbano, se unirá a anteriores misiones internacionales en Nicaragua, El Salvador, Bosnia, Albania, Kosovo, Somalia o el propio Líbano, donde ya estuve hace seis años.

La experiencia que de una u otra forma vamos a vivir es, desde todo punto de vista, un reto.

Vamos a la cuna de nuestra civilización y allí nos esperan nombres y lugares que nos son familiares de siempre: altos del Golán, monte Hermón, río Jordán, palestinos, sirios, cedros de Líbano, Sidón, Tiro...

Vamos a una región especialmente sensible y mantener la estabilidad que hoy reina en aquella zona, es beneficioso a nivel mundial. Así lo vieron las Cortes de España cuando hace ya nueve años decidieron nuestra participación y así lo entendemos nosotros.

Se nos ha encomendado una misión que es todo un desafío, afrontamos una experiencia que merece la pena y para cumplirla nos hemos preparado a conciencia. En lo individual nos sentimos capacitados y como unidad militar formamos un equipo de primera.

Dicho así, todo parece indicar que estamos listos para cumplir la misión, pero necesitamos algo más. A la hora de la verdad sólo estaremos al cien por cien si los que quedan atrás, vosotros, nuestras familias y amigos, nos apoyáis, si confiáis en nuestra profesionalidad y creemos todos en nuestra capacidad para afrontar la prueba. Porque una vez desplegados, será de vosotros de donde nos lleguen las fuerzas para concentrarnos en el cumplimiento de la misión y las ganas de hacer lo mejor posible nuestro trabajo.

Sabemos que éste es un esfuerzo compartido, en el que a nosotros nos corresponde el protagonismo, el ir y dar la cara y a vosotros el papel de un actor secundario que trabaja, ¡y de qué manera! Somos conscientes de que quienes os quedáis aquí, quienes de una u otra forma nos echareis de menos y sentiréis nuestra ausencia, además, asumiréis por nosotros nuestras responsabilidades domésticas.

A sabiendas de que contamos con vuestra comprensión, reconocimiento y colaboración, no me queda otra que daros las gracias a todos, las GRACIAS con mayúsculas y, ya que tengo honor de estar al frente de tan extraordinario grupo, ponerme a vuestra disposición.

Un fuerte abrazo y nos vemos a la vuelta

José Conde

INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS

El apoyo al personal en operaciones fuera del territorio nacional tiene como finalidad primordial permitir al personal que forma parte de las mismas realizar los cometidos y misiones que se le encomienden en las mejores condiciones posibles de moral, atendiendo, igualmente, a sus familias para facilitar la consecución de dicha finalidad.

I.G 01/05

“Plan de apoyo al personal en operaciones fuera del territorio nacional”

INDICE:

1.- Antecedentes y motivos de la presencia en Líbano.

2.- Misión.

3.- Situación.

4.- Duración.

5.- Información a las familias.

5.1. Empresa multiservicio en el hogar AON

5.2. Contacto por teléfono

5.3. Contacto por internet

5.4. Servicio de estafeta España-Líbano

6.- Permisos extraordinarios.

7- Consejos para las familias.

8.- Teléfonos de contacto.

MAPA DE LIBANO



1.- ANTECEDENTES Y MOTIVOS DE LA PRESENCIA ESPAÑOLA EN LIBANO.

El origen inmediato de la participación española en la llamada Operación “Libre Hidalgo” en el Líbano, es la Resolución 1701 del Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas (ONU), de fecha 11 de agosto de 2006.

La Resolución adoptada por la ONU es consecuencia de una intensificación de las hostilidades entre Líbano e Israel en 2006. Esta Resolución hace especial hincapié en la necesidad de que se ponga fin a la violencia y constituye la Fuerza Interina de Naciones Unidas en el Líbano (UNIFIL).

2.- MISIÓN.

El plan de operaciones diseñado por la ONU contempla el despliegue de una fuerza internacional con objeto de:

- Vigilar el cese de las hostilidades.
- Apoyar a las **Fuerzas Armadas Libanesas (LAF)** en su despliegue en toda la zona sur del país, mientras Israel retira a sus Fuerzas Armadas (IDF) del Líbano, coordinando al mismo tiempo las actividades que se lleven a cabo para ello.
- Asegurar el acceso humanitario a la población civil y el regreso voluntario y en condiciones de seguridad de las personas desplazadas.
- Prestar asistencia al Gobierno del Líbano, a solicitud de éste, en el control de sus fronteras y otros puntos de ingreso para impedir la entrada en el Líbano de armas o material sin su consentimiento.

A España le ha sido encomendada por Naciones Unidas el Mando del Sector Este de la misión de UNIFIL del que forman parte contingentes de la India, Nepal, Indonesia, Brasil, Serbia y El Salvador, superando en total los 3.500 hombres y mujeres.

3.- SITUACIÓN.

El Líbano es una democracia parlamentaria confesional, donde las más altas instancias del Estado están proporcionalmente reservadas para los representantes de las comunidades religiosas que habitan en su territorio, muy introducidas en el sistema político.

La situación es de normalidad y la población se muestra en, general, receptiva y agradecida ante la presencia española. No obstante, existe un riesgo del que todos somos conocedores y para el cual hemos sido entrenados a conciencia.

4.- DURACIÓN.

La duración de la misión está prevista que sea de seis meses, teniendo previsto el despliegue a partir del 12 de mayo y el regreso a España en la segunda quincena de noviembre.



Zona principal del patio central de armas en la Base Miguel de Cervantes (UNP 7-2)

5.- INFORMACIÓN A LAS FAMILIAS.

En este folleto te vamos a dar una serie de información de interés para vosotros, mientras estamos cumpliendo la misión en Líbano
Información de todo tipo, como verás:

5.1.- EMPRESA DE MULTIASISTENCIA EN EL HOGAR.

Se ha contratado con la empresa de servicios “AON”, una serie de módulos de apoyo para que te ayuden en esas pequeñas reparaciones en el hogar, ahora que falta uno de sus miembros.

Los módulos de apoyo, están explicados en un folleto repartido a todos los miembros del contingente.

El teléfono de la empresa AON, es el siguiente:

902 12 12 39

5.2.- CONTACTO POR TELÉFONO.

Tanto en la Base “Miguel de Cervantes” (Base principal), como en el resto de destacamentos, hay instaladas cabinas telefónicas, todas ellas para llamar de manera gratuita a teléfonos fijos y móviles de España.

En relación con la telefonía móvil en zona de operaciones, existe cobertura pero para su funcionamiento hay que darse de alta (activar roaming) en España. Los precios

suelen ser caros y por cuestiones de seguridad, no siempre pueden ser usados. Por tal motivo, **se desaconseja su uso**. No obstante, pueden ser usados en modo “WhatsApp”

No obstante, si tuvierais una situación **urgente** con vuestro familiar en el Líbano, puedes utilizar el teléfono gratuito de contacto con nosotros. Estará operativo las 24 horas del día

TELÉFONO GRATUITO DE URGENCIAS
900 10 26 77

5.3.- CONTACTO POR INTERNET.

Al igual que con la telefonía, se han instalado locutorios de Internet en todos los destacamentos.

Además hay zona WI-FI gratuita en las áreas de vida y descanso, desde donde es posible realizar todo tipo de conexiones (videoconferencias, Messenger, Skype, etc), por todo ello podrán conectarse con la frecuencia que deseen.



También desde España podéis seguir nuestras actividades por internet. Esta es nuestra página web:

Página web de la BRIAC XII
<http://www.ejercito.mde.es/unidades/Madrid/briacxii/>



Correo Electrónico de la BRIAC XII:
email: briac@et.mde.es

http://www.ejercito.mde.es/unidades/Madrid/briacxii/

Ministeri... ..Ejérci... ..EjércitoEjército ...

PERSONAL UNIDADES ESTRUCTURA MATERIALES EJÉRCITO PROFESIONAL MISIONES INTERNACIONALES PUBLICACIONES MULTIMEDIA

Inicio > UNIDADES > Madrid > Brigada de Infantería Acorazada 'Guadarrama' XII

Brigada de Infantería Acorazada "Guadarrama" XII

Navega por la web de la unidad:
Brigada de Infantería Acorazada 'Guadarrama' XII

- Inicio
- Localizanos
- Historial
- Organización y misión
- Actividades principales
- Ventajas de servir en la unidad
- Unidades en operaciones
- Noticias de la unidad
- Vive Líbano

UNIDADES DEL EJÉRCITO

Actividades Principales

- Generación y preparación dentro del marco del programa anual de preparación.
- Mantenimiento de todos los materiales.
- Potenciar los valores de la Unidad.
- Especial atención a los problemas generales y específicos de los hombres y mujeres de esta Gran Unidad.

Operaciones extranjero

Mujeres y hombres de esta Brigada han participado en misiones internacionales como:

- Bosnia i Herzegovina
- Kosovo.
- Líbano.

Museo de Unidades Acorazadas

La Brigada "Guadarrama" XII como única Gran Unidad Acorazada del Ejército Español, se considera heredera y depositaria de la tradición de todas nuestras unidades acorazadas.

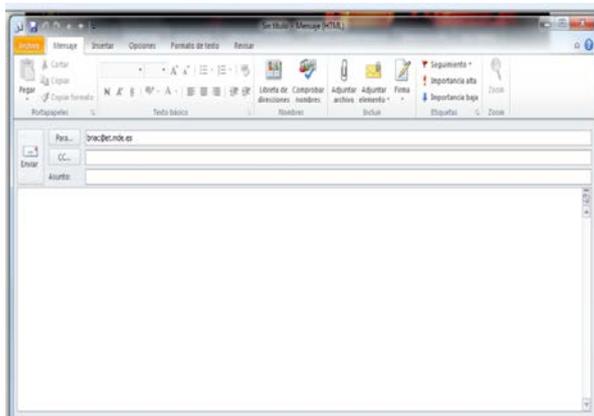
Como llegas a nuestra Gran Unidad

briac@et.mde.es

Introducción

Constituye un motivo de satisfacción, como...

Al pinchar en este enlace se entra directamente en el email



5.4.- SERVICIO DE ESTAFETA ESPAÑA-LIBANO.

Desde España se puede enviar todo tipo paquetes hasta el Líbano, teniendo en cuenta las normativas de envíos postales en el correo internacional

5.4.1.- DATOS A CUMPLIMENTAR:

DESTINATARIO:

<p style="text-align: center;"><u>OPERACIÓN "LIBRE HIDALGO"</u> U.A.T. GAPRO BASE "PRIMO DE RIVERA" ROTONDA DE LA BRIGADA PARACAIDISTA, S/N 28805 ALCALA DE HENARES (MADRID)</p> <p>NOMBRE Y APELLIDOS DEL DESTINATARIO NOMBRE DE LA UNIDAD DE DESTINO DESTACAMENTO DE MARJAYOUN</p>

REMITENTE:

<p>- Nombre y Apellidos del remitente. (nº de teléfono)</p> <p>- Dirección (Calle/Plaza, etc....)</p> <p>- Código postal – Población – Provincia</p>
--

MEDIDAS: Largo 50 cm, Ancho 40 cm, Altura 30 cm. máximo.

PESO: 10 Kg máximo.

5.4.2.- FORMAS DE HACER LLEGAR EL PAQUETE A LA ESTAFETA.

5.4.2.1.- Personalmente en la estafeta.

En Madrid:

- Dirección:

**U.A.T. GAPRO
BASE "PRIMO DE RIVERA"
ROTONDA DE LA BRIGADA PARACAIDISTA, S/N
28805 ALCALA DE HENARES (MADRID)**

- Horario de atención al público:

- Lunes-Viernes: De 07.30 a 15.00 h. Excepcionalmente de 15:00 a 20:00 avisando previamente al 918873081.
 - Sábados-Domingos-Festivos: De 10.00 a 13.00 h.
- Para obtener información telefónica sobre la paquetería, podrán llamar dentro del horario previsto, al Telf. 918873081.
 - Los paquetes serán entregados únicamente al personal de la estafeta, no al personal de la Guardia de Seguridad

5.4.2.2.- Con distintas empresas de envío de paquetería

- **Por paquete Express (Correos).**

En este caso Vd deberá satisfacer únicamente el franqueo exigible para que su envío sea entregado en la dirección de Madrid indicada anteriormente, no debiendo de efectuar ningún pago más.

- **Por empresa de paquetería MRW.**

DIMENSION: 1 metro, sumando el largo-ancho-alto.

PESO: Entre 0 a 5 kilos PRECIO 6.80 € IVA incluido.

PESO: Entre 5 kilos a 10 kilos PRECIO 13.60 € IVA incluido.

Para envíos con origen o destino fuera de la Península 6.80 € por cada 2 Kilos de peso. En caso de que excedan estos pesos y medidas la empresa cobrará el suplemento correspondiente.

Información general  : 902300400

http://www.mrw.es/responsabilidad_social/MRW_ministerio_defensa.asp

- **Otras empresas: SEUR, UPS, etc.**

Abonando los costes marcados por cada empresas del trayecto en territorio nacional (con lugar de llegada u origen Madrid).

6.- PERMISOS EXTRAORDINARIOS.

Se podrá solicitar permiso con carácter extraordinario, en los siguientes casos. El Mando, en función de la gravedad, en su caso, concederá

- Fallecimiento del cónyuge, parientes de 1º grado (padres e hijos) o 2º grado (hermanos, abuelos y nietos).

- Enfermedad grave del cónyuge y de parientes de 1º grado (padres e hijos).



VISTA DEL COMEDOR

7.- CONSEJOS PARA LAS FAMILIAS.

En este folleto se recogen una serie de consejos extraídos a partir de las experiencias de otras familias que, como las vuestras, han tenido lejos a uno de los suyos, y que han sido contrastados con los equipos de psicología de diferentes contingentes.

En estos casos es habitual que aparezcan una serie de sentimientos y estados de ánimo que varían a medida que el tiempo transcurre: incertidumbre, inquietud, extrañeza, añoranza, soledad.... etc

Todo ello es absolutamente normal, le ocurre a todo el mundo, en mayor o menor medida y se trata, simplemente, de una adaptación a la nueva situación.

Del mismo modo, vuestra familia se está adaptando a los cambios y el mejor modo de conseguirlo puede resumirse en dos palabras:

COMUNICACIÓN Y COMPRENSION.

Para lograr esa necesaria comunicación y comprensión puede ser útil disponer de información sobre las reacciones que se han producido en situaciones similares y de algunos consejos sobre cómo disminuirlas.

Recuerda que cuanto más nos apoye la familia y mejor se adapte a nuestra salida al exterior, más nos facilitará la adaptación a nuestra misión.

Para ello es importante que despejemos el mayor número de dudas y les demos toda la información sobre el lugar donde vamos a pasar los próximos meses.

Vamos a conocer las distintas reacciones que nos podemos encontrar:

7.1.- PARA LOS HIJOS DEL QUE SE VA.

Son muchos y variados los comportamientos que pueden tener nuestros hijos como reacción a la marcha. Recuerden que ellos no pueden expresar sus sentimientos como los adultos y que sus formas de expresión pueden en ocasiones manifestarse con un mal comportamiento, como gritos, rabietas, orinándose en la cama, negándose a ir al colegio, mal aprovechamiento escolar, negación del padre/madre, irritabilidad, manías al comer, etc

De existir este tipo de problemática, lo mejor es afrontar el problema, con calma pueden disminuir sus consecuencias. Es posible que necesiten un tiempo para asimilar la nueva situación. Ayúdele a adaptarse

7.1.1.- Diferentes reacciones esperables según la edad de los hijos.

- Recién nacidos a un año:
Pueden sufrir cambios en sus horarios, cuidadores, espacio físico, que pueden provocar, negativas a comer o dormir, apatías, llorar más de lo habitual.
- De uno a tres años:
La separación de la figura paterna o materna puede provocar dificultades para dormir, mal carácter y/o llantos continuos, ciertos retrocesos en sus aprendizajes (habla, hábitos alimenticios, etc.). La figura del padre/madre que se queda es fundamental para superar la separación, y debe mantenerse un equilibrio entre las necesidades del niño y las suyas propias.
- De tres a cinco años:
Siente irritación o culpa porque su padre o madre no está. Ya tienen conciencia clara de ausencia que se puede traducir en comportamientos regresivos (Ej. succionar el pulgar) y/o realizar atribuciones falsas sobre Las razones por las que su padre/madre se ha marchado.
Conviene mantener las rutinas familiares.
- De cinco a doce años:
Pueden manifestar sus sentimientos, mediante conductas de agresividad e irritabilidad.
Se le debe dar información clara y poner límites a las conductas inapropiadas.
- De doce a dieciocho años:
Como aun disponen de menos experiencia y mecanismos de defensa que los adultos para afrontar estas situaciones, pueden reaccionar con sentimientos de rabia, irritabilidad o rebeldía.

La comunicación es importante para minimizar el riesgo de que realicen comportamientos destructivos, respeten su entorno privado, intercambie experiencias y acepte sus críticas, para que estos sentimientos no desemboquen en abusos de sustancias o en disfunciones sexuales.

7.1.2.- Nuestra postura debe ser la siguiente.

- Firmeza para continuar con las normas establecidas en la casa y que los padres consideran oportunas para su educación.
- Adaptación de estas normas con la necesaria flexibilidad a la situación actual, pero sin perderlas de vista.
- No prestar atención (es decir, no gritarles, ni hacer mayor caso) a las conductas no deseadas (rabieta, rebeldía...)
- Poner toda nuestra atención sobre las conductas deseadas (comer bien, hacer caso, dormir a la hora, etc...). Así estamos incrementando la probabilidad de que se repitan las conductas deseadas a la vez que decrezcan las indeseadas.
- Si es posible, al principio recompensar las conductas que queremos que se mantengan para que, con el tiempo, sea el refuerzo del ambiente el que las provoque.

7.1.3.- En cuanto a situaciones concretas, las pautas son las siguientes.

- Si no quieren comer, primero descartaremos problema médico que le impida comer. Una vez descartadas, sin discusiones ni peleas, retirar el plato hasta la siguiente comida. No se pone la misma comida, se pone la que se considere oportuna. Lo que es primordial es que no coma nada entre horas. De esta manera el hambre juega a nuestro favor y acabará comiendo.
- En cuanto al dormir, las pautas siguen la misma línea. Aquí es el sueño el que juega a nuestro favor. Aunque una noche se duerma tarde, no dejarle que duerma siesta, al día siguiente, probablemente tendrá un poco de sueño pero al caer la noche dormirá bien y volverá a regularse. Si se le permite dormir durante el día se producirá un cambio en los horarios del sueño.
- Si los niños tienen rabieta, no prestarles ninguna atención. Si se tiran al suelo permitirles que se levante por sus propios medios y que no consigan vuestra atención de esta manera. Sí se les debe prestar atención cuando se comporten adecuadamente.
- Si tuviera pesadillas, además de comentárselo al psicólogo, como medidas higiénicas preventivas, debéis controlar el ambiente previo al sueño. Leer con ellos un cuento agradable, hacerlo con una luz tenue que invite al sueño, que no vean programas agresivos antes de dormir (mejor nunca) y contarles cosas agradables. Además hacer de profetas y explicarles que probablemente sueñen cosas agradables relacionadas con... (introducir elementos del cuento). Explicarles lo que es un sueño adaptándolo a sus palabras lo entenderán.
- Por otro lado, debéis recordar que ha sufrido una separación importante. Debéis tener esto siempre presente y ser especialmente cuidadosos con ellos. Cuesta mucho trabajo imponer normas cuando esto es así. Parece que debemos permitirles que hagan lo que quieran para recompensarlos. No caigáis en ello. Tener siempre presente que, independientemente del momento, la educación de nuestros hijos no puede desviarse de lo que queremos que sea. A veces es más duro no ceder que hacerlo, pero la meta propuesta, su educación, merece el esfuerzo.

- Recuerda que hablamos de fases emocionales en la misión. También ellos están de misión y tienen las suyas propias.



7.1.4.- Como informarles.

- Es preferible que los hijos sean informados por ambos padres. No decírselo con brusquedad y acláralas todas aquellas dudas que pudieran surgirles. Infórmales de forma animada, se contagiarán de tu ilusión y adaptando el lenguaje a su edad, si es posible poner ejemplos de maniobras o misiones anteriores.
- Infórmales cuanto antes, ellos también se han de preparar para tu marcha.
- Dialogar mucho con ellos, explicarles que su padre/madre va a volver. Explicarles el motivo de tu ausencia; en caso contrario tu hijo/a (sobre todo si es pequeño) podría hacer sus propios razonamientos y malinterpretar la marcha.
- Empezar a marcar metas relativamente cercanas en un calendario que le ayuden a hacer tramos más cortos y con objetivos alcanzables. Hacerles una cronología de cómo va a suceder todo (adaptarlo a su edad).
- Háblales sobre la importancia de tu Misión.
- No te vayas sin despedirte de ellos aunque sea duro para todos.

7.1.5.- Recuerdos.

- Anímales a que escriban: los más pequeños pueden colorear una postal o enviar un dibujo. Escribe tú también notas dirigidas a tus hijos.
- Por tu parte, llámalos, a veces de manera inesperada. Te lo agradecerán y les ayudarás (aunque luego espacies las comunicaciones) a adaptarse en estos primeros momentos.
- Coloca fotos tuyas en lugares adecuados de la casa y dale a cada niño una foto tuya para que la guarden.
- Hablar a menudo y recordar al padre/madre ausente (por ejemplo viendo fotos) es importante, aunque pueda causar un poco de tristeza.

- Promueve el incremento de contactos con otros miembros de la familia: abuelos, primos, etc.
- Haz una lista de los acontecimientos familiares más importantes y anótalos en el calendario.

7.1.6.- Describir la zona de la misión.

- Consigue un mapa para mostrarle al niño dónde se encuentra su padre o madre. Si es posible, muéstrales donde va a dormir, a comer, a ducharse..., esto les tranquilizará.
- Debes escuchar y comprender qué piensan ellos de la Misión para poder tranquilizarlos sobre tu seguridad. o cualquier otra inquietud que tengan.
- Disipa posibles ideas preconcebidas sobre penalidades. Para ello es importante el diálogo con los hijos más pequeños. En ocasiones albergan ideas o fantasías, inducidas por compañeros de colegio, noticias mal interpretadas etc., sobre riesgos, peligros o situaciones traumáticas en las que se ha visto envuelto su padre/madre.

Muchas veces el niño es reticente a hablar sobre ello. A través del diálogo distendido puede hacerse que salgan a flote de manera que nosotros mismos con comentarios realistas y sensibles desmontemos estas creencias que pudieran estar angustiando a nuestros hijos.

No utilices términos negativos como guerra, malos.

Háblales de paz, de niños que necesitan ayuda.

Anímale a que recopilen información de periódicos para ofrecérselos a su padre/madre al regreso.



Campos de deporte en Marjayoun

7.1.7.- Evita los cambios.

- Alguien que comparte su vida con ellos estará ahora ausente. Procura **que todo lo demás permanezca lo más estable posible.**
- Hay que considerar que esta ausencia podía reflejarse en algún cambio transitorio de su conducta habitual, por ello sería conveniente observarles e interesarse por su modo de estar en el colegio y otros ámbitos.
- Habla con sus profesores.
- Evita que el hermano mayor asuma el papel del que se va.

RECUERA QUE DEBES INTENTAR PENSAR DESDE DENTRO DE SU MUNDO PARA SABER CÓMO SE SIENTE, NO HAY FÓRMULAS INFALIBLES, SOLO LA INFORMACIÓN, LA COMPRENSIÓN, EL CARIÑO Y LA PACIENCIA PUEDEN HACER QUE SE SIENTA MEJOR.

7.2.- PARA LA PAREJA.

La labor de los que se quedan es tan importante como la del que se va. Por eso te proponemos unos consejos que esperamos sean útiles en estos primeros momentos y en los próximos meses.

7.2.1.- Crear un clima de entendimiento.

Debéis solventar las dudas, malos entendidos o problemas antes de la partida para que ambas partes quedéis en buena disposición tras la marcha.

Antes de que tu pareja marche a la misión, charlad sobre el tema.

Ahora más que nunca la familia debe estar unida, el apoyo mutuo es necesario

7.2.2.- Establece un plan de actividades.

Organiza tu vida sabiendo que él/ella, se marcha durante unos meses y que ahora serás tú quién deberá resolver los asuntos y problemas que antes compartíais (gestionar y tramitar documentos, facturas, etc.). Planificad juntos la realización de asuntos cotidianos.

Colabora también en los preparativos de su viaje, desde las labores administrativas hasta el equipaje.

7.2.3.- Resuelve tus dudas.

Ante cualquier duda de que está ocurriendo “algo” en la Zona de Operaciones, acude a la Unidad o llama a los teléfonos de contacto

¡¡ NO TE FIES DE LOS RUMORES!! Infórmate a través de fuentes oficiales.

7.2.4.- No renuncies a tu vida social.

Sigue relacionándote con tus amistades. Comparte con ellas tus preocupaciones. No dejes tus aficiones ni pasatiempos, y haz que participe tu pareja a través de sus cartas o comunicaciones.

7.2.5.- Mantente en contacto.

Utiliza el teléfono y la correspondencia tradicional, el correo electrónico, internet... Es esencial mantener una buena comunicación. Hágale partícipe de su quehacer diario. Procura que los niños participen en la comunicación con su padre/madre, sintiéndose

cerca con sus aportaciones en cartas, los más pequeños con sus dibujos, etc. Haga de su recepción algo agradable.

7.2.6.- Evita mensajes negativos.

No les preocupe innecesariamente con cuestiones que no podrán resolver en la distancia.

La sensación de haber realizado una preparación adecuada ayuda a reducir el estrés o a hacerlo desaparecer.

7.2.7.- Dejar atadas ciertas cuestiones antes de marchar.

- SALUD
 - Documentación
 - Números de urgencias
 - Revisiones de los hijos
 - Revisiones propias

- CASA
 - Hipotecas o alquileres
 - Seguros (actualización, coberturas)
 - Posibles reparaciones (fontaneros, electricistas,...)
 - Arreglo de posibles reparaciones

- VEHÍCULO
 - ITV
 - Seguro
 - Reparaciones/revisiones
 - Cuestiones básicas

- ECONOMÍA
 - Planificar gastos corrientes
 - Declaración de la renta
 - Aspectos bancarios

- CUESTIONES JURÍDICAS
 - Testamentos
 - Poderes notariales
 - Seguros de vida, pensiones, etc.

- CUESTIONES RELATIVAS AL VIAJE
 - Pasaporte
 - Documentación militar
 - Vacunas, etc.

- INFORMACIÓN MILITAR
 - Mando inmediato
 - Teléfono de contacto y Persona de contacto de la unidad
 - Teléfono de contacto en caso de problemas psicológicos.
 - Personas en contacto con los niños en caso de urgencia

7.3.- PARA LOS PADRES.

Partimos para desempeñar una labor humanitaria lejos de casa. Vosotros, los padres, aunque comprendáis el motivo de nuestra marcha, sentiréis nuestra ausencia. Así, os ofrecemos estos consejos que pueden servir de ayuda durante estos meses.

Ante todo: MANTENER LA TRANQUILIDAD. Vuestro hijo/a va a realizar una Misión en Líbano. Es una más de todas las que han llevado a cabo las Fuerzas Armadas. Preocuparse es comprensible, pero no debe convertirse en una obsesión. Es importante que no os hagáis falsas ideas sobre el cometido que vuestro hijo/a va a realizar, ni hagáis caso a rumores ni a informaciones poco fiables, que os pueden originar preocupaciones innecesarias. La información más directa y válida te la puede proporcionar tu hijo/a, o los teléfonos de contacto.

Mantened vuestro estilo de vida, las relaciones sociales y los amigos. La Misión de vuestro/a hijo/a debe ser motivo de orgullo para vosotros.

Mantenlo informado. El teléfono, internet y las cartas te mantendrán enlazado con tu hijo/a. Infórmale sobre cómo va todo aquí, lo que ocurre en el entorno familiar, los amigos, etc. Hazlo en tono positivo para que no se preocupe sin motivo justificado. En vuestras conexiones, llamadas telefónicas, cartas, etc., él/ella, encontrará el apoyo que en ocasiones puede necesitar.

Encontraréis apoyo en las otras familias. Como vosotros hay otras familias que se encuentran en la misma situación. Podéis compartir informaciones e inquietudes. Por teléfono o direcciones que puede proporcionaros vuestro hijo/a. Organizar reuniones periódicas; os servirá de apoyo mutuo haciendo la espera más corta.

7.4.- PARA EL PERSONAL DESTACADO EN LA MISIÓN

¡Nuestra misión es de Paz!

Vamos a cumplir con un Mandato de las Naciones Unidad y servir garantes de la Paz. y debemos cumplir perfectamente los cometidos asignados; pero ello no debe hacer que nos olvidemos de las personas que están a nuestro alrededor y que también van a necesitar adaptarse a la nueva situación. Hagamos lo posible para que ese proceso resulte más fácil.

La motivación te hará recordar que el éxito de la misión depende en gran parte de tu preparación y deseo de servir. Vamos a servir como Soldados de la Paz, lejos de casa. Adaptarse a ese evento es fundamental. Sigue estos consejos:

7.4.1.- La misión de los que se quedan también es importante.

Colabora en las tareas de los que se quedan. Haz una lista con todos los documentos importantes y necesarios (tarjeta de la Seguridad Social, datos bancarios, poder notarial, documentación del coche, etc.). No olvides que ella o él, tendrá que asumir el papel de los dos.

7.4.2.- Informa a tu familia sobre tu misión.

Cuéntales cuál es tu misión y la importancia que ésta tiene. Infórmales de dónde vas a estar y de qué vas a hacer realmente. Ten en cuenta que van a recibir mucha información a través de los medios de comunicación, pero la más directa y fiable ha de ser la que tú les proporcionas.

7.4.3.- Comunícate periódicamente con tu familia.

Concierta el tipo de comunicación que mantendrás (teléfono, cartas, Internet, etc.). Cuéntales cómo estás y cómo vives, y pregúntales por tus seres queridos. No les cuentes “batallitas” que sólo servirán para preocuparlos innecesariamente.

Los asuntos operativos y del servicio te interesan a ti, a tus subordinados y a tus Mandos; su difusión sólo contribuye a dificultar y entorpecer la Misión. Es importante que tu familia comprenda que la misión a realizar no es una carga, sino un orgullo y una experiencia personal y profesional enriquecedora.

Haz una lista de los acontecimientos familiares más importantes, anótalos en tu calendario para que no se te olvide, así te sentirás más cerca de los tuyos.

En las llamadas telefónicas el volumen, tono y tranquilidad, expresan cómo te sientes. Procura llamar cuando estés de buen humor, la comunicación es cosa de dos; deja que tu interlocutor también cuente cosas.

Si encuentras bajo de ánimo a quien llamas, deja que hable y no le interrumpas.

Procura acabar de forma positiva las comunicaciones, se quedarán con buenas sensaciones. Los amigos seguro que quieren saber de nosotros, llámalos alguna vez.

8.- TELÉFONOS DE CONTACTO EN LA BRIAC XII

- TELÉFONO DE LA BRIAC XII CONTACTO PARA URGENCIAS:
900 10 26 77
- TELÉFONO DE APOYO A LAS FAMILIAS BRIAC XII
616-58-33-76
- CENTRALITA BRIAC "GUADARRAMA" XII (EL GOLOSO-MADRID)
91-659 9300
- TELÉFONO DE LA EMPRESA AON:
902 12 12 39
- TELÉFONO GABINETE PSICOLOGÍA BRIAC XII
91-659 93 58

VISTA AÉREA DE LA BASE “MIGUEL DE CERVANTES” (MARJAYOUN)



Confiamos en que esta Guía te pueda servir de ayuda y haya resuelto alguna de tus dudas.

En cualquier caso ten por seguro que la Brigada Acorazada Guadarrama XII queda a tu entera disposición.

