

## Una experiencia transformadora

*María y Jorge tienen 22 años, estudian cuarto curso de Ingeniería en la Universidad de Oviedo y son voluntarios de Cáritas. En este artículo nos cuentan su experiencia en “La Santina”, una comunidad terapéutica dedicada al tratamiento integral de personas con dependencia alcohólica.*

*María Carretero Llaneza y Jorge Trapiella Fernández, voluntarios de Cáritas Diocesana de Oviedo*



*María y Jorge con algunos residentes de “La Santina”.*

Fue en marzo cuando comenzó nuestro voluntariado en Cáritas Diocesana de Oviedo. Nos ofrecieron la oportunidad –para nosotros, un privilegio– de acompañar a personas participantes en el proyecto ‘La Santina’, de Gijón. “La Santina” es una comunidad terapéutica dedicada al tratamiento integral de pacientes con dependencia alcohólica. Más que un centro es un refugio y un camino hacia la recuperación para aquellos que luchan contra su adicción al alcohol. Actualmente, 19 personas residen en este centro donde reciben atención y terapias durante una estancia de seis meses. Posteriormente, al regresar a sus hogares, continúan un seguimiento durante un año y medio completo para asegurar su reintegración y la sostenibilidad de su recuperación.

## Un granito de arena

¿Qué nos motivó a hacer voluntariado en “La Santina”? Queríamos aportar nuestro granito de arena a la comunidad, y pensamos que trabajar en un proyecto tan valioso como éste nos permitiría marcar una diferencia significativa. Tan sólo existen tres comunidades



terapéuticas similares entre todos los proyectos que Cáritas lleva a cabo en España. Como voluntarios, solemos acompañar a los residentes en su paseo diario, un momento en el que aprovechan para contarnos sus vivencias y experiencias. Estos paseos son una parte esencial de su rutina, ya que no solo promueven la actividad física, sino que también brindan un espacio de distensión y entretenimiento

## Personas inspiradoras

Definir nuestra experiencia en pocas palabras es difícil, pero si tuviéramos que hacerlo, diríamos que ha sido profundamente transformadora. Una de las cosas que más nos ha impactado es la increíble fuerza y determinación de los residentes. A pesar de los desafíos, mantienen una actitud positiva y una increíble fuerza de voluntad para superar sus dificultades.

Los residentes participan en diversas actividades terapéuticas, desde talleres hasta sesiones de terapia grupal, que les permiten explorar diferentes formas de expresión y manejo del estrés. Estas actividades no solo fomentan la creatividad y el autocuidado, sino que también ayudan a construir una red de apoyo entre los mismos residentes, creando un sentimiento de comunidad y pertenencia.

Además, la manera de trabajar y el acompañamiento de los profesionales y voluntarios que forman parte de "La Santina" contribuyen a su bienestar. Su dedicación, compromiso, pasión y entrega son inspiradoras y un testimonio del impacto positivo que se puede lograr cuando se trabaja con un propósito y una visión clara.

## Por una sociedad solidaria

En definitiva, ser voluntarios en una comunidad como esta ha sido una de las experiencias más enriquecedoras de nuestras vidas. Nos ha enseñado lecciones valiosas sobre la humanidad, el apoyo comunitario y el poder de las segundas oportunidades. Esperamos seguir contribuyendo y aprendiendo de esta maravillosa comunidad en el futuro. Nos sentimos afortunados de poder formar parte de un proyecto que no solo transforma vidas, sino que también promueve



***Cáritas***

una sociedad más compasiva y solidaria.