



Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23

www.humanizar.es



Una de las cosas que más sólidamente compartimos cuando hablamos de acompañamiento en el sufrimiento, es la oportunidad de validar los sentimientos de la persona que se desahoga. Tiene derecho a sentir, tiene licencia para contar lo que siente libremente, porque experimenta que no será juzgado. Y esto libera y hace bien.

Pero esto no ha de constituir un ocultamiento de lo que se convierte en conducta. Uno puede sentir, pero ha de ser responsable de lo que hace con sus sentimientos. Como también, uno puede pensar, pero ha de ser responsable con lo que hace con sus pensamientos.

Por otro lado, si hemos cuestionado el lenguaje exhortatorio, por ser un modo de no escuchar, de no validar la experiencia del otro, hemos de ser habilidosos en el mantenimiento de nuestro compromiso por cultivar la entrevista motivacional, la que promueve la esperanza, la que activa la tarea por hacer que suceda aquello que desea: estar mejor, afrontar el duelo, resolver conflictos.

Ayudar a tomar decisiones en los Centros de Escucha es algo tan relevante como acoger el mundo emocional. Estimular la vivencia de los valores es tan importante como validar el modo de vivir el sufrir.

José Carlos Bernejo.

Fundador de la Red de Centros de Escucha.



Queridos compañeros de Centros de Escucha en Red,
Espero que muchos estéis leyendo este número disfrutando ya de vuestras vacaciones, con el sabor del trabajo bien hecho y el merecido descanso.

En este último boletín del curso 2023-2024, quiero agradecer vuestra labor como miembros de la Red, compartiendo reflexiones y propuestas de mejora. Ha sido para mí una gran alegría ver cómo en los momentos de necesidad, la Red ha seguido su labor con el apoyo de cada uno de vosotros y cómo se han ido generando espacios de encuentro entre los Centros y otras bonitas iniciativas que hablan de la consolidación de esta Red.

Aprovecho también para desearos un feliz y descansado verano y que nos reencontremos en septiembre, renovados y con ganas de seguir tejiendo nuestra Red.

Gracias a todos y cada uno de vosotros, y ¡Feliz verano!

Luján Gómez Albo



Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha de Aluche

En el Centro de Escucha de Aluche recibimos la visita de Valentín Rodil, un grato encuentro marcado por los recuerdos y por los nuevos caminos que vamos abriendo cada uno en nuestra biografía.

El encuentro lo orientamos hacia el trabajo y la reflexión sobre la culpa y su manejo en la escucha; para ello hicimos algo muy necesario para toda persona dedicada al acompañamiento, mirar la propia historia en busca de aquello que no nos hemos perdonado. La dinámica fue de gran valor para comprender en profundidad la utilidad de la culpa como punto de partida, no solo comprenderla y abordarla desde un punto de vista psicológico (emocional y cognitivo) sino también experiencial y biográfico. También nos ayudó a acercarnos y conocernos de un modo más íntimo, lo

que redunda en la experiencia de grupo de cuidado mutuo al que también aspiramos en el Centro de Escucha. Gracias a la experiencia de Valentín pudimos trabajar también desde el análisis de casos y la intervención que generosamente nos expuso y acompañó en el estudio de su abordaje mediante rol playing.

A final de curso hemos recogido también la experiencia de colaborar en el barrio, en concreto con un colegio de la zona, en la proyección de actividades de prevención del suicidio con jóvenes y adolescentes. Es también un reto del Centro el poder responder desde la humildad y el compromiso, a las necesidades de nuestro entorno pudiendo incidir en el objetivo último de nuestro proyecto, que es la promoción de una cultura humanizada del cuidado.



Llegamos al final de este curso tan intenso con ánimo de continuar el curso que viene formando parte de la red, aprendiendo, aportando y construyendo caminos de humanización desde el modelo común que se pone al servicio de las personas que sufren en tantos lugares donde han ido surgiendo los Centros. Con la alegría de participar aprovechamos este espacio para desear a todos los compañeros y compañeras con los que nos sentimos hermanados en la misión común, un ¡verano de provechoso descanso!

Centro de Escucha de Cambrils

El Centro de Escucha de Cambrils tiene como objetivo la acogida, la escucha activa y el acompañamiento a las personas que están viviendo una situación traumática de duelo.

En el mes de abril celebramos el 10º Aniversario de la Associació Aixopluc Centre d'Escolta Activa de Cambrils y contamos con la presencia de José Carlos Bermejo con una conferencia sobre el duelo. La presentación del acto la hizo el letrado y presidente de la asociación.

A los asistentes les gustó mucho la exposición formativa. José Carlos Bermejo hizo un recorrido por el acompañamiento en el duelo, presentó diferentes tipos de duelo, como el duelo anticipado, la situación de los pacientes con Alzheimer, la separación de pareja. Habló de la muerte digna, de las voluntades anticipadas, del deseo de anticipar la muerte. Finalizó con la imagen de una fuente de porcelana reparada según la técnica japonesa kintsugi, que une sus trozos con oro, como un símil de las cicatrices que dejan las pérdidas en nuestras vidas.

Y el día 26 de mayo el Ajuntament de Cambrils nos ha entregado una placa por nuestro Aniversario 10 años a nuestra Associació Aixopluc escolta activa de Cambrils.





Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha Inmaculado Corazón de María



El pasado 20 de mayo de 2024, se inauguró oficialmente nuestro Centro perteneciente a la Parroquia del Inmaculado Corazón de María en Madrid.

Hasta entonces, los 17 voluntarios que formamos el Centro, hemos recorrido un camino acompañados y tutelados por los responsables de la Red de Centros San Camilo, mediante cuatro jornadas de fin de semana de formación inicial en mayo y septiembre de 2023, seguidas de nuestra propia formación y de la asistencia a las sesiones de supervisión que organiza la Red.

Al llegar al nuevo año 2024, nos planteamos el comienzo de la actividad, así el 15 de marzo, recibimos a nuestro primer doliente y hasta el día de hoy 8 personas más están siendo atendidos en el Centro. Nuestro Centro, cuenta con dos salas de escucha abiertas 9 horas al día.

Por lo tanto esta inauguración oficial era el colofón a todo el proceso. Presentado por nuestro Párroco y Director del Centro de escucha, José Ramón Sanz Ortiz, la pertenencia a la Red de Centros de San Camilo se sustentó en la asistencia de José Carlos Bermejo Higuera, Director de la misma, que nos expuso en su conferencia, las bases de la relación de ayuda según el modelo Humanizar, actualizadas a los retos de hoy, donde una mayor profesionalización de la Escucha es necesaria para la complejidad de los casos que se atienden, haciendo imprescindible una atención al Escucha mediante un proceso personalizado.

También disfrutamos de la presencia de Luján Gómez Albo, nuestra coordinadora de la Red de Centros y entrañable guía en todo nuestro caminar, difícil explicar lo mucho que le debemos.

Nos acompañó el Vicario de la zona VII de la Archidiócesis de Madrid Ilmo. Sr. D. Jesús González Alemany, cubriendo

así la relación del Centro de Escucha, con nuestra Iglesia diocesana que tanto apoya estas iniciativas de acercamiento a las personas que lo necesitan.

Precisamente este grupo de personas en las que la soledad es uno de los elementos presentes, fue motivo de valoración por su extensión y tendencia al alza, por el Provincial de los Misioneros Claretianos de la Provincia de Santiago. Adolfo Lamata Muyo, que junto a las personas que elaboran un duelo de difícil superación así como por otras necesidades, van a ser motivo de nuestra atención, cumpliendo así su deseo de creación de un Centro de Escucha que encargó a nuestra Parroquia.

Bajo la protección de nuestra Madre comenzamos esta andadura.





Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha del COF San Julián de Cuenca

III JORNADAS DE LA ESCUCHA: SOLEDAD NO DESEADA. 3-4 MAYO 2024



La soledad no deseada es un problema silencioso que afecta cada vez a más personas en España, en Europa y en el mundo. Supone una fuente de sufrimiento para las personas y limita su derecho de participación en la sociedad; tiene consecuencias negativas para la salud y el bienestar. En España se estima que el 13,4% de las personas sufren soledad no deseada, afecta a más mujeres que a hombres y sorprendentemente 1 de cada 4 jóvenes siente soledad no deseada, según los datos del Observatorio Estatal de Soledad No Deseada (SoledadES) 2024, impulsado por la Fundación ONCE.

Poniendo todos estos datos sobre la mesa, en el Centro de Escucha-COF San Julián de Cuenca decidimos dedicar las III Jornadas de la Escucha, que organizamos anualmente, a con-

cienciar sobre la soledad no deseada, tema tabú en nuestra sociedad.

Para ello, en colaboración con Valentín Rodil de la Red de Centros de Escucha San Camilo, el viernes 3 de mayo por la mañana realizamos una serie de talleres en distintos centros educativos de Cuenca, con los jóvenes de una parroquia y en el Seminario Conciliar. El objetivo de esta iniciativa era dar a conocer qué es la soledad no deseada (el 25 % de los jóvenes reconocen que la sufren), identificar los pensamientos y comportamientos autodestructivos asociados a ella y dotarles de herramientas para pedir ayuda y salir de la propia soledad; así como reflexionar sobre cómo ayudar a otros a superarla. La actividad tuvo muy buena acogida entre los alumnos, ya que participaron alrededor de 270 jóvenes.

Esa misma tarde organizamos una mesa de diálogo titulada “Claves para actuar ante la epidemia de soledad”, que fue conducida por Valentín Rodil. Fue muy enriquecedora ya que se invitó a participar a diversas instituciones conquenses que trabajan aportando propuestas para combatir esta experiencia de soledad, con el fin de buscar vías de acción de manera compartida. Entendemos que es un problema complejo que requiere un abordaje desde diferentes ámbitos y la implicación de toda la sociedad.

Participaron la Unión Democrática de Pensionistas de Cuenca, que gestiona el teléfono de la soledad del mayor; Cáritas Diocesana de

Cuenca, que acompaña la soledad derivada de la falta de recursos; la Fundación de Mayores, con su proyecto enREDando barrios, que ha creado una red de comunicación para detectar casos de soledad en los barrios y Cruz Roja, que aportó propuestas para combatir la soledad tanto de los más jóvenes como de las personas mayores.

El sábado 4 de mayo nos situamos con la Unidad Móvil de Intervención en Crisis del Centro San Camilo y diversos puntos de escucha en una plaza y un parque céntricos de la localidad con el objetivo de dar a conocer la labor del COF y realizar un primer acompañamiento de los viandantes que así lo solicitaran. Cabe destacar el taller de percusión grupal para combatir la soledad dirigido por un voluntario que amenizó la jornada.





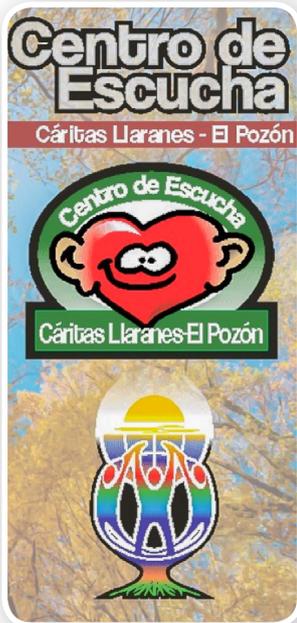
Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha de Llaranes – Avilés



El último fin de semana de abril, por fin nuestro pequeño proyecto se hizo realidad, por fin el equipo formado por Segundo, Verónica, María Jesús, Alexis y yo misma, Bárbara, pudimos ver cómo nuestro centro se abría paso y por fin se inauguraba para empezar a funcionar tras mucho trabajo, ilusión e incertidumbre.

ción y ayuda en temas de salud mental y a la que nuestro centro le pareció muy útil e interesante y nos dedicó un rato para obtener información sobre el funcionamiento y el método de trabajo.

Estamos muy contentos, agradecidos y satisfechos y esperamos poder ser útiles a todas aquellas personas que nos necesiten. De momento empezamos con buenas perspectivas.

El sábado pudimos disfrutar junto con vecinos, compañeros, amigos y familiares de una estupenda charla de introducción en la que Valentín Rodil explicó la necesidad de ser escuchados y cómo funcionan los Centros de Escucha, ganándose rápidamente el corazón de todos los asistentes, también aprovechamos para enseñar el centro a los asistentes y atender a la prensa y ofrecer después un aperitivo para celebrarlo.



Asimismo el domingo aprovechamos también el marco del mercado y las actividades de nuestra querida “Semana Solidaria” para hacer una genial difusión a pie de calle con la UMI y ofrecer folletos, encuestas, información y una mini dinámica de nuevo de la mano de Valentín, ya que tuvimos numeroso público, compañeros voluntarios de otras áreas de Caritas que nos preguntaron por el centro, prensa y hasta la visitas de la Concejala de Juventud, que desarrolla un proyecto para los jóvenes en nuestra ciudad de preven-





Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha de Zaragoza

EL CENTRO DE ESCUCHA DE ZARAGOZA VA TOMANDO FONDO Y FORMA



Durante este curso hemos culminado la etapa formativa en Counselling con la formación en prácticas que nos ofreció Dña. Begoña García Gallegos, profesora del Máster en Barcelona y especialista en inteligencia emocional. Los asistentes quedamos muy satisfechos de la formación recibida y contrastamos nuestras competencias en ejercicios prácticos que nos fue proponiendo la animadora del curso.

Iniciamos la formación en intervención en Duelo con una charla titulada “El duelo y sus nudos: acompañar a desatarlos”, impartida por D. Valentín Rodil y un taller de análisis de las diversas tareas que el doliente ha de emprender.

Instalamos la UMI en las cercanías de la Plaza del Pilar con la ayuda de la conferencia de Valentín estaba abierta al público y algunas personas se han mostrado interesadas en iniciar la formación, a raíz de la misma.

En junio, proseguimos con la formación en acompañamiento en situaciones de duelo, en la que profundizamos en el “modelo humanizar” y el trabajo en los siete bloques en los que se desarrolla. Este encuentro lo aprovechamos para ir decantando un grupo coordinador del futuro Centro y el equipo de “escuchas”.

De momento contamos con un buen número de personas dispuestas a comenzar con el servicio de acompañar y esperamos terminar la formación entre Septiembre y Octubre.

Agradecemos el apoyo de la Red de Centros de Escucha con su aporte de materiales y experiencias, así como los

cursos de formación y las sesiones de supervisión que se ofrecen desde el Centro de Humanización de Tres Cantos.

En concreto, gracias a la acogida que nos ofreció el Centro de Escucha de Logroño en la visita que hicimos a principio de Julio. Pudimos compartir un encuentro muy agradable, aprendiendo mucho de su experiencia y afianzando nuestros lazos de amistad y colaboración.

Aprovecho para anunciar que el inicio y apertura del Centro de Escucha en Zaragoza será el 30 de Septiembre con una presentación de José Carlos Bermejo y la firma de un convenio entre Arzobispado y Centro de Humanización de la Salud “San Camilo”. El emplazamiento del mismo seguramente será en unos locales compartidos con el Centro Diocesano de Orientación Familiar. Esperamos que el esfuerzo realizado en estos meses tenga su fruto a partir del próximo curso.

Víctor Ballesteros, CES Zaragoza





Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha San Camilo de Ciudad Real

El Centro de Escucha de Ciudad Real impartió una charla el pasado 16 de abril, organizada por la Parroquia de Pedro Muñoz, con el nombre: "El duelo. Un camino que transitamos en compañía".

En ella compartimos que hablar del duelo, de esa experiencia universal tan desgarradora que todos y todas vivimos o viviremos tarde o temprano, es hablar de dolor profundo y total por una pérdida valiosa, pero que también es hablar de Amor, de un Amor que sobrevive, permanece y se eterniza en el doliente. También compartimos que hablar de duelo es hablar de un camino tortuoso, único e individual, personal e intransferible que necesitamos recorrer en compañía y donde se hace especialmente necesaria la cercanía de los otros. Pues como dice Alba Payas: "La pérdida de la relación debe sanarse en el contacto que proporciona la relación con los otros: Sin ese otro, sanar el duelo no es posible".

Blanca Lara Narbona

Reseña de la Charla- Coloquio: Cicatrizar las heridas de la vida.



Arnaldo Pangrazzi estuvo en Ciudad Real el pasado 6 de mayo en un acto organizado por el Centro de Escucha San Camilo de Ciudad Real.

Lo primero a destacar fue que llenó las 140 plazas del salón de la Biblioteca Pública, y más de 30 personas no pudieron entrar, por lo que la expectación, y también la necesidad del tema, nos dice mucho de cómo orientar la incidencia en la cultura que cada año es un nuevo reto.

Arnaldo, sacerdote camilo, doctor en Teología Pastoral Sanitaria y profesor de reconocido prestigio en pastoral de la salud, experto en los Grupos de Ayuda Mutua, y con una amplia trayectoria de formación en numerosos países, desarrolló durante más de una hora el tema, recalando que los que sufren son nuestros mejores formadores, y nosotras, las que acompañamos, estamos llamadas a convertirnos en "fármacos" para aliviar el dolor.

Después de recorrer las heridas de la vida (nacimiento, amor, muerte), con un discurso lleno de ejemplos, nos invi-

tó a reconocer nuestra parte sana, nuestro médico interior que necesitamos despertar para hacer frente a las heridas. Nuestra vida, y nuestra historia es una "película" de heridas, y lo que hacemos con las heridas es lo que importa. Las heridas siempre aparecerán y nos desnudan de seguridades, pero las cicatrices se convierten en "medallas", en lugares de fortaleza. La opción ética supone la solidaridad en el dolor. Convertir la desgracia en Gracia. Rescatamos así la esperanza y la posibilidad de transformar el dolor. Las heridas cicatrizadas o asumidas, fortalecen la identidad y nos abren a una mirada nueva.

Un gusto escucharle y un empuje formativo que nos anima y deja en Ciudad Real, huella: una semilla de humanización.

Rosa Belda. Coordinadora del Centro de Escucha San Camilo de Ciudad Real.

