



LA CEPA

Boletín Informativo de la Asociación Hontanar

Número 20
Octubre de 2020



El verano de la pandemia en Hontanar

La Fundación Hay Salida celebra sus primeros 10 años

Padre Federico, in memoriam

La posición de UNAD sobre la regulación del cannabis

El Congreso de laicos de 2020, por fray Bernardo Nebot

Y nuestras secciones habituales

La esperanza y la fe nos hacen fuertes

Muy buenas, familia de Hontanar:

Después de haber pasado este atípico verano de 2020 por el coronavirus, os volvemos a saludar desde “La Cepa”, deseando, primeramente, que os encontréis bien y vuestro entorno familiar y de amigos no haya sufrido mucho las consecuencias del Covid-19 que, desgraciadamente, está al orden del día.

Ya sabéis que justamente al poco de salir con la edición 19 de este boletín a primeros de abril, ingresaba en el hospital Infanta Leonor de Vallecas el Padre Federico, que, después de más de cuarenta días hospitalizado, nos dejaba un 16 de mayo. En estas páginas le haremos un homenaje merecido por tantos años ofrecidos a los demás.

Os contábamos las medidas que se tomaron en pleno confinamiento desde el piso de adicciones y la gran respuesta de los voluntarios y de toda la gente de Hontanar en estos momentos complejos, hasta con la creación por parte de dos residentes de una canción autobiográfica de su vida en relación con su experiencia de vida en la asociación. Si deseas escucharla, pincha en la web www.asociacionhontanar.org y la podrás escuchar y deleitarte con ella.

Pero, aun siendo escrupulosos en las medidas sanitarias y de seguridad, el virus entró también en nuestro piso y una vez más hubo que ser fuertes y luchar contra este nuevo enemigo con los chicos que ahí viven, aparte de su pelea continua con las adicciones que sufren y que quieren dejar.

Estos meses de incertidumbre y miedo incluso de muchas personas pueden arrojar un balance negativo y de desconfianza con el de al lado, que puedes verle como una amenaza más que como alguien como tú, con tus mismas inquietudes y desazón por el futuro incierto y las vidas quebradas.



Desde aquí lanzamos de nuevo un grito a la esperanza, pues seguro saldremos de esta y podremos recuperar la normalidad deseada, con vacuna o sin ella, pues se sale de situaciones críticas, pero siempre poniendo los pies en el suelo y usando la cabeza para pensar lo más adecuado en todo instante.

Por supuesto, si además le añadimos la fuerza de la fe que todo lo puede, debemos de seguir apostando por lo que creemos desde Hontanar, que son premisas claras: mirar la persona sea como sea, caminar por la senda de la comunión y la fraternidad con los que sentimos hermanos y no vencernos solo a nuestro yo y a nuestros intereses, pues con este cisma mundial todo está entrelazado y entre todos es seguro que se podrá con el mal que se ceba la mayoría de las veces con los más débiles.

Iniciamos ahora este nuevo curso con muchas incógnitas, como la repercusión de la vuelta al cole, por ejemplo, y ciertamente muchas más, pero con la ilusión renovada, las ganas de seguir apostando por los demás y con la fe y la esperanza que serán puntales para seguir caminando y creciendo.

Os deseamos una vez más, y con pasión, un buen principio de nueva temporada con el otoño ya instalado y que los deseos franciscanos de paz y bien sigan siendo por mucho tiempo santo y seña de los que nos sentimos unidos en este barco.

Un abrazo muy fuerte,

Mariano Fresnillo Poza
Responsable de Comunicación de Hontanar

Misión del laico en el mundo

Se celebró en Madrid en los días previos a la pandemia, del 14 al 16 de febrero, un Congreso de Laicos con más de 2000 representantes de toda España. En él se ha elaborado el perfil del laico en el siglo XXI.

He aquí algunos rasgos:

* Hay que abandonar la mentalidad piramidal-clericalista y pasar a una mentalidad de Iglesia como Pueblo de Dios. El clero tiene que abandonar la tentación de situarse como único protagonista, y el laico tiene que dejar el sillón de espectador para ser sujeto activo.

* Ha llegado la hora de los laicos como pueblo en salida.

* Hay que escuchar a los laicos.

* A la Iglesia le falta un laicado esencialmente adulto y formado.

* La Iglesia tiene que llegar, mediante los laicos, allí donde no puede llegar el clero ni la jerarquía.

* Los laicos son como un gigante dormido que se tiene que despertar.

* La Iglesia necesita laicos libres y valientes, evangelizadores en el mundo, laicos en salida, actores y no espectadores, del lado de los pobres y de los que sufren en las periferias, laicos al cuidado de la hermana Madre Tierra, ya que, como dice el papa Francisco, "entre los pobres más abandonados y maltratados, está nuestra oprimida y devastada Madre Tierra."

El papa Francisco ha escrito un mensaje para este Congreso de Laicos. Entre otras cosas, dice:

"La Palabra viva de Dios necesita ser predicada con pasión y alegría. Es la hora de ustedes, de hombres y mujeres comprometidos en el mundo de la cultura, de la política, de la industria... que con su modo de vivir sean capaces de llevar la novedad y la alegría del Evangelio allá donde estén. Los animo a que vivan su propia vocación inmersos en el mundo, escuchando (...) los latidos de sus contemporáneos, del pueblo. Y les pido, por favor, que eviten a toda costa las "tentaciones" del laico dentro de la Iglesia, que pueden ser: el clericalismo, que es una plaga y los

encierra en la sacristía, como también la competitividad y el carrerismo eclesial, la rigidez y la negatividad (...).

Por lo tanto, no tengan miedo de patear las calles, de entrar en cada rincón de la sociedad, (...) de tocar las heridas de nuestra gente... esta es la Iglesia de Dios, que se arremanga para salir al encuentro del otro, sin juzgarlo, sin condenarlo, sino tendiéndole la mano, para sostenerlo, animarlo o simplemente, para acompañarlo en su vida. Que el mandato del Señor resuene siempre en ustedes: «Vayan y prediquen el Evangelio» (Mt. 28, 19)."



MADRID

Del 14 al 16 de febrero de 2020



Pero ¿qué es un laico?

La palabra laico, como es sabido, viene del griego laos, que significa "pueblo". Ahora bien, por el bautismo entramos a formar parte del Pueblo de Dios, y en este sentido todos los bautizados podemos llamarnos laicos.

"A nadie han bautizado cura, ni obispo. Nos han bautizado laicos, y es el signo indeleble que nunca podrá nadie eliminar. (...) [l]a Iglesia no es una élite de sacerdotes, de consagrados, de obispos, sino que todos formamos el Santo Pueblo fiel de Dios." (Papa Francisco a la Pontificia Comisión para América Latina, 2016.)

Esto significa que lo más importante es ser cristiano, por encima de ser obispo, o sacerdote, o fraile, o monja, estar casado o soltero. Es la universal vocación a la santidad o el sacerdocio común de todos los cristianos.

Sin embargo, actualmente la palabra "laico" se refiere a los bautizados que no han recibido el sacramento del orden, ni forman



parte de la vida religiosa. Pero esto es una definición negativa y no expresa toda la riqueza del laico en la Iglesia. Todavía predomina, debido al clericalismo y a la concepción piramidal de la Iglesia, una situación de pasividad y de que los laicos son "también" Iglesia. Aún existe un claro y fuerte clericalismo en muchos miembros de la jerarquía que produce una situación muy problemática para los laicos, sobre todo para las mujeres laicas. Muchas veces los laicos han sido postergados, no tenidos en cuenta, reducidos a sujetos pasivos, a escuchar, a callar, rezar y pagar. Todavía tenemos un laicado que es como un gigante dormido.

Todo esto ha cambiado ya desde el Concilio Vaticano II, que nos habla de la dignidad del laico. Esta consiste en participar de Cristo y en Cristo como Sacerdote, Profeta y Rey.

¿Y cuál es la misión del laico en el mundo?

El Vaticano II lo ha señalado con toda claridad: "El carácter secular es propio y peculiar de los laicos." Este es el lugar en que Dios les llama, ya que viven en el mundo en las condiciones ordinarias de la vida familiar y social, de la que su existencia se encuentra como entretrejida. Estudian, trabajan, entablan relaciones de amistad, sociales, profesionales, culturales. Allí tienen que anunciar el Evangelio porque todo bautizado es en-

viado. Todo cristiano es misionero en la medida en que se ha encontrado con el amor de Dios en Cristo Jesús y, así, son sal de la tierra y levadura en la masa, y luz del mundo.

Por lo tanto, la fe se transmite por contagio. Pero ¿cómo podremos contagiar a los demás de aquello de lo que nosotros mismos no estamos llenos?

Crear es comprometerse. Pero los laicos se comprometen no solamente con un proyecto sino con una persona que tiene un proyecto, que es Cristo.

La familia debe ser el primer campo para su compromiso social. Pero deben también evangelizar la cultura, como es el mundo de la escuela y de la universidad, los ambientes de investigación científica y técnica, los lugares de la creación artística y de la reflexión humanística. Para ello, el camino privilegiado son los instrumentos de comunicación social: como la prensa, el cine, la radio, la televisión, el teatro, internet. Para hacer todo esto los laicos deben tomar conciencia de que están llamados a ser santos. Hoy tenemos una gran necesidad de santos.

Pero hay que santificarse en el mundo, en las realidades temporales y actividades terrenas, en su vida profesional y social.

Hoy, esta llamada a la santidad debe revestirse de una espiritualidad ecológica, siguiendo al papa Francisco en su carta encíclica *Laudato si*. De esta manera se ofrece una alternativa al mundo mediante un retorno a la simplicidad y valorando lo pequeño, evitando la mera acumulación de placeres, desarrollando otros placeres como los encuentros fraternos, el servicio a los demás, la oración, la música, el arte, el contacto con la naturaleza.

Para ello hay que evitar ir a toda velocidad para sentirnos ocupados en una prisa constante.

Una ecología integral implica dedicar algo de tiempo para recuperar la serena armonía con la Creación y con el Creador.

Fray Bernardo Nebot TOR

10 años trabajando en confirmar que HAY SALIDA

En el año 2010, motivado por la desesperanzadora situación en España del tratamiento de las adicciones, el Dr. Luis Carrascal pone en marcha en Madrid, con la ayuda de su equipo y de pacientes ya recuperados, la Fundación Hay Salida para el Tratamiento de las Adicciones. Una entidad donde se oferta un tratamiento digno y de calidad para pacientes que desean recuperarse y que carecen de recursos económicos y/o se encuentran en situación o riesgo de exclusión social.

La Fundación Hay Salida nace del deseo de ayudar a personas sin recursos económicos y adictas a sustancias psicoactivas (alcohol y otras drogas) a recuperar su vida y la de su entorno personal, social y laboral.

Durante estos primeros diez años han obtenido los siguientes resultados: 463 primeras visitas de información y evaluación, 96 personas que han iniciado el tratamiento, 24 que han terminado el tratamiento y siguen en abstinencia y una tasa de recuperación de más de cinco años del 96%.

¿Qué diferencias más ostensibles existen en esos inicios en relación con la etapa actual?

Durante estos diez años hemos ido avanzando y dando pequeños pasitos para poder conseguir que nuestra fundación sea

un referente en el tratamiento de las adicciones.

* Que sitúe a las personas con enfermedad de adicción en riesgo de exclusión social en el centro de su actuación.

* Que ayude al desarrollo integral de las personas.

* Que sensibilice y conciencie a la sociedad dando a conocer que la adicción es una enfermedad.

* Que haga de la calidad su sello de identidad.

* Que colabore en la consecución de un cambio social donde la persona sea más libre para elegir una vida plena y saludable

Hemos ido observando un aumento en el número de personas que vienen; al estar más consolidados el trabajo es mejor y abarcamos de forma integral a la persona.

¿Cómo es la organización de la fundación?

En la fundación está el patronato como órgano de gobierno, personas comprometidas con la causa. Tenemos equipo médico, un director, dos psicólogos y voluntarios.

Los voluntarios con los que contamos tienen tres perfiles. Uno de ellos son las personas que han acabado el tratamiento, llevan años de abstinencia, se han especializado en adicciones y vienen a la fundación a realizar terapias de grupo. Otro perfil son los familiares que actúan como voluntarios para los grupos de familiares como apoyo a aquellos que empiezan el tratamiento. Y un tercer perfil son los veteranos, que son personas que guían a las que empiezan y en los que se pueden apoyar.





¿El piso de Hontanar sirvió a la Fundación Hay salida como un buen recurso asistencial cuando se inició la colaboración?

En la fundación creemos en el trabajo en red, así la persona está mejor atendida en todas las facetas de su vida. Gracias al piso de Hontanar ampliamos nuestra oferta y podemos llegar a más personas, ya que algunas vienen sin un sitio donde vivir o donde las condiciones que tienen en casa no son las adecuadas para poder realizar el tratamiento. Creemos que en el piso de Hontanar adquieren muchas habilidades, competencias y valores muy importantes para su recuperación.

¿Qué importancia tiene el trabajo del voluntariado en Hontanar para la terapia que luego hacéis con los chicos en la fundación?

Toda entidad asociativa está conformada por personas con diferentes roles y se relaciona con distintos colectivos, entre ellos el equipo directivo, el personal técnico remunerado, socios/as, colaboradores, usuarios/as..., siendo los voluntarios un eslabón clave para el buen funcionamiento de la entidad.

El voluntariado es esencial, ya que gracias a ellos los chicos están mejor atendidos y nos aportan información sobre cómo se comportan los chicos fuera de terapia, lo que ayuda para trabajarlo luego.

¿Una persona con adicción está mejor en su casa, si fuera posible, o en un piso de las características de Hontanar?

Consideramos que la persona está mejor si realiza el tratamiento desde un piso con las características de Hontanar; el convivir con otras personas que también están realizando el tratamiento les permite ver cómo es su funcionamiento y poderlo trabajar luego en las terapias y aprender a regularse emocionalmente. Además, el trabajo que hacen los responsables y los voluntarios es indispensable para que aprendan a ser autónomos, ya que se trabajan todas las áreas de su vida, rutina, higiene, alimentación, habilidades, valores, empatía...

¿Qué tipo de perfiles os llegan de chicos que quieren rehabilitarse?

El perfil que viene es variado, comenzando con personas que tienen ya problemas familiares, sociales, laborales... que lo han perdido todo a causa de la adicción, habiendo probado otros tratamientos y que están motivados para empezar con nosotros. También recibimos personas que todavía no están en esa situación y vienen pidiendo información y familiares pidiendo ayuda, ya que tienen algún familiar en casa con este problema.

En el mundo de las adicciones surgen muchas ramificaciones en la actualidad con la tecnología, el ocio, el sexo y más conduc-

tas que se relacionan y potencian. ¿Esto complica la terapia y las soluciones?

En la fundación tratamos todo tipo de adicciones, ya sean a sustancias como comportamientos. Tratamos la enfermedad de adicción por lo que no se complica la terapia, ya que es lo mismo consumir alcohol que "consumir" juego u otras conductas. Consiste en que la persona tenga una vida libre de consumo.



¿Cuál es la evolución que se ve venir del mundo de las adicciones a corto plazo?

Toda sustancia o comportamiento adictivo puede llegar a convertirse en una adicción cuando impacta sobre un cerebro vulnerable. Los videojuegos, las redes sociales, los móviles... tienen este componente adictivo.

¿Cuáles son los principales retos con los que hay que ir concienciándose?

Básicamente, ya lo estamos haciendo con todo lo relacionado con las tecnologías.

No hemos hablado del alcohol como la gran puerta a este mundo de las adicciones, ¿es así?

El alcohol es la gran puerta de entrada a las adicciones. En este país se utiliza para todo tipo de celebraciones y contamos con muchas personas adictas al alcohol que van malviviendo y que no acuden a tratarse. Además, origina muchas enfermedades secundarias como la cirrosis, pancreatitis, etc.

Para terminar, ¿qué mensaje final lanzarías a todo el equipo de Hontanar con sus trabajadores, voluntarios, benefactores y con los franciscanos como gran sustento de nuestra asociación?

Lanzaría un mensaje de gratitud por la labor que están realizando. Gracias a este abordaje integral hay muchas personas que salen adelante y consiguen tener una vida plena y autónoma. Y supongo que, al igual que nosotros, el poder vivir tan de cerca la experiencia de cambio de nuestros pacientes es la mayor gratificación que existe.

Inés Carrón



«Me siento parte de esta pequeña gran familia»

Blanca, más conocida por todos como Blanqui, colabora con Hontanar como voluntaria desde hace cinco años. Trabaja como secretaria en una empresa de ingeniería pero su pasión es el mundo de lo social. Le encantan los deportes, correr, nadar y también hacer senderismo, como los residentes del Piso han podido comprobar.

¿Cómo conociste la Asociación?

Durante unos cuatro años estuve de voluntaria en residencias de mayores y hospitales infantiles. En el año 2015 decidí hacer de nuevo voluntariado pero cambiando de sector. Contacté con Hontanar a través de la web de Voluntari@s por Madrid.

¿Qué te impulsó a ser voluntaria en una organización como esta? ¿Por qué elegiste Hontanar?

Siempre me ha gustado todo lo relacionado con la salud mental y las adicciones, pero me llamó mucho la atención el hecho de tratarse de un piso de acompañamiento y no un centro de terapia que es a lo que estamos más acostumbrados a escuchar. Me pareció una asociación familiar y cercana en la que al ser pocos miembros puedes tener más contacto con los residentes y aprovecharlo más a la vez que aprendes.

¿Qué crees que puedes aportar a la Asociación?

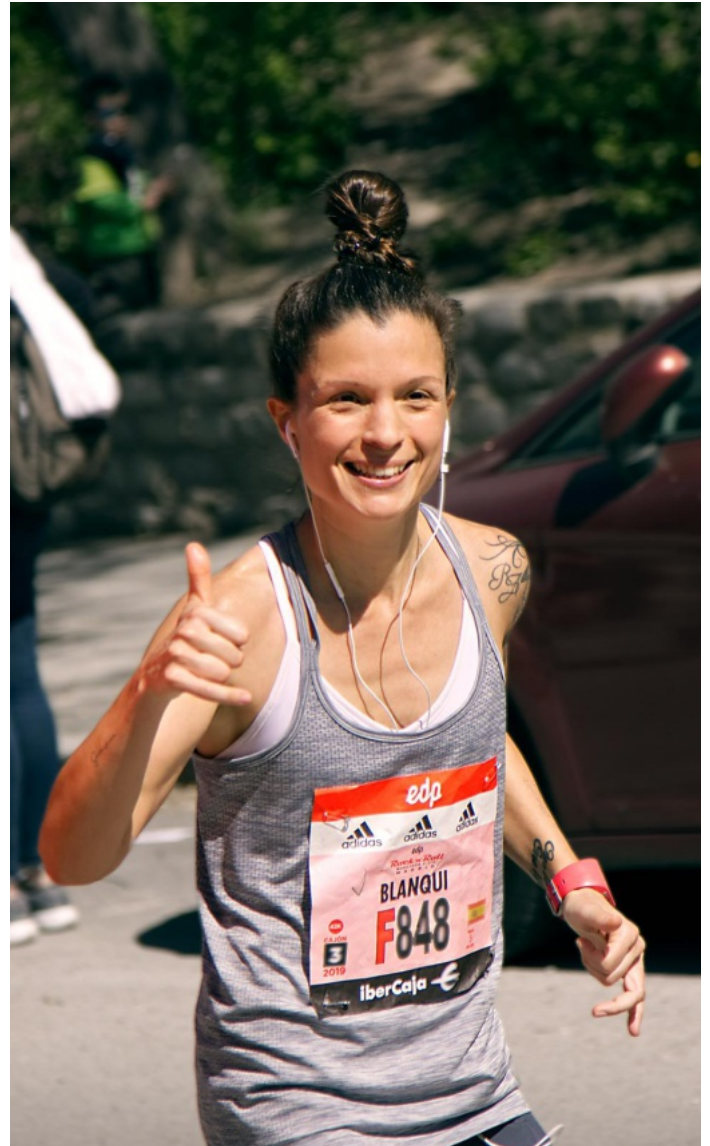
Creo que puedo aportar un compromiso con Hontanar y confianza y, sobre todo, tanto a los residentes como a todo el personal, una sonrisa siempre.

¿Qué es lo que más te ha llamado la atención de Hontanar?

La cercanía tanto de los chicos del piso como de todo el personal, somos una pequeña familia.

¿Qué te está reportando a ti ser voluntaria de Hontanar?

Crecimiento personal, y sobre todo ganas e ilusión en mi día a día por querer que llegue el domingo para ir a estar en el Piso. Me siento parte de esta pequeña gran familia en la cual durante estos más de cinco años creo que ha sido más lo que me han



aportado ellos a mí que yo a ellos. Especialmente me han aportado los residentes que han estado en el Piso y los que actualmente están; a cada uno de ellos les tengo un cariño especial y forman parte de mí, por así decirlo.

Inés Carrón

Argumentario de UNAD en materia de regulación del cannabis

La regulación del comercio y consumo de cannabis es ya una realidad en algunos países y es posible que pronto lo sea también en España. La Red de Atención a las Adicciones (UNAD) ha planteado un Decálogo con el fin de servir de guía para manifestar públicamente sus planteamientos como red respecto a los distintos aspectos del cannabis: incidencia de su uso, consumo y dependencia, aspectos legales, propuestas reguladoras, experiencias de otros países, etc.

El debate sobre el cannabis está de actualidad. En el plano internacional, países como Canadá y Uruguay han regulado el comercio y consumo del cannabis para uso recreativo. Mientras tanto, en España este debate ya ha entrado al Congreso de los Diputados de la mano de dos partidos políticos, con propuestas de regulación o de uso terapéutico.

Es evidente que la política prohibicionista no ha alcanzado ninguno de sus objetivos. No se ha reducido ni la producción ni el tráfico ni el consumo de drogas. Por el contrario, se han desencadenado consecuencias tales como el fortalecimiento de un mercado negro cuyas fichas son movidas por peligrosas organizaciones criminales, así como la estigmatización y discriminación de las personas consumidoras de cannabis, criminalizándolas e impidiendo o dificultando el acceso al tratamiento, exponiéndolas a graves daños y problemas sanitarios causados por la falta de control de la propia sustancia.

UNAD, como referente estatal en el ámbito de las adicciones, tiene la responsabilidad de poner a las personas en el centro del debate de la regulación del cannabis, especialmente a las personas en situación de mayor vulnerabilidad.



**LA RED DE ATENCIÓN
A LAS ADICCIONES**

DECÁLOGO UNAD EN MATERIA DE REGULACIÓN DEL CANNABIS

1. Ante los datos epidemiológicos actuales del consumo de cannabis en España, la percepción social hacia esta realidad, los cambios legislativos e implementación de otro tipo de políticas que se han producido en diversos países, UNAD entiende que, con la doble finalidad de, por un lado, proteger y atender a la población joven y adolescente, que es la más vulnerable, de los posibles efectos adversos del consumo de cannabis y, por otro lado, de revertir la situación de discriminación a las personas consumidoras, es necesario diseñar e implementar una política de regulación del cannabis, buscando el consenso entre los diversos actores implicados en el proceso.

2. Es fundamental que una regulación del cannabis en España se centre en la prevención, fundamentalmente hacia la población joven y adolescente, y otros grupos especialmente vulnerables como, por ejemplo, las personas con discapacidad intelectual o con problemas de salud mental. Para ello es preciso mantener y diseñar políticas y acciones preventivas que tengan como finalidad reforzar la posición de no consumo de cannabis mediante la información veraz sobre los riesgos de su uso y el correspondiente cambio de actitudes, así como reducción de riesgos para aquellas personas que ya consuman.

3. UNAD debe influir sobre las diversas instancias legislativas y judiciales a fin de que las personas y sus derechos sean el foco de las políticas y leyes en esta materia y se realicen los cambios necesarios para que las personas consumidoras y las personas con



problemas de adicciones dejen de ser perseguidas por dichas sustancias. Esto se materializa dejando de castigar y sancionar el consumo y el autocultivo, pero también garantizando en todo caso que la persona con problemas de adicciones que ha delinquido tenga, desde los recursos normalizados, opciones terapéuticas y/o de integración comunitaria en lugar de la criminalización y el encarcelamiento.

4. En la Red UNAD velamos por que la administración garantice una cartera de servicios públicos y recursos de asistencia para llevar a cabo una atención comunitaria, integral y continuada para todas las personas consumidoras de cannabis que lo necesiten, con medidas específicas en la lucha contra la discriminación.

5. UNAD y sus entidades miembro mantienen su firme compromiso en garantizar el acceso al tratamiento universal, gratuito y de calidad a las personas y a sus familias que soliciten asistencia por cualquier problemática derivada del consumo de cannabis.

6. Esta regulación debe contemplar un modelo de interés público frente a un modelo que defienda el interés de mercado, un modelo de salud pública y comunitaria de de-

fensa a ultranza de los derechos humanos fundamentales y de los derechos sociales básicos de las personas más vulnerables, invirtiendo en prevención, educación y reducción del daño, con el objetivo de proteger y evitar el consumo de riesgo entre la población.

7. Con este Decálogo, UNAD vela por garantizar los derechos de las personas consumidoras de cannabis e incidir en los foros europeos e internacionales de adicciones mediante un posicionamiento consensuado y argumentado sólidamente que pueda ser trasladado a la formulación y aplicación de políticas bajo un modelo de intervención integral-comunitario centrado en la persona.

8. UNAD defiende la no discriminación por razón de género con especial atención de aquellas mujeres que hayan decidido mantener algún tipo de relación con el cannabis, como, por ejemplo, el consumo, el uso terapéutico o el autocultivo individual o asociativo.

9. En cuanto al uso terapéutico del cannabis, UNAD considera que su regulación debería ser urgente y necesaria, para lo cual habría que apoyarse en los estudios científicos que certifiquen su beneficio y en los dictámenes, como para cualquier otro tipo de principio activo, de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios.

10. Ante un futuro cambio legislativo en España relacionado con las políticas de regulación, UNAD propone la creación de una comisión de seguimiento multisectorial con el fin de vigilar y supervisar el desarrollo legislativo, de detectar y evitar desviaciones perjudiciales sociales e individuales no previstas y, por tanto, de proponer a tiempo el establecimiento de medidas correctoras.



El verano en Hontanar...

En este año 2020 toda la sociedad ha tenido que adaptarse a las medidas sanitarias para vencer a la pandemia del Covid-19. También el Piso de Hontanar ha incorporado el aislamiento y la limitación de todas las actividades que conllevan un contacto social. Claudia Cossío, una de las coordinadoras del Piso, nos cuenta cómo los residentes, los voluntarios y los coordinadores han vivido este verano de cambios e incertidumbre.

Con el comienzo del verano, el Piso de Hontanar fue volviendo a la normalidad; seguimos con los seis residentes que se mantienen en tratamiento, con ciertos altibajos como es normal en esta enfermedad, y más en esta etapa de cambios, incertidumbre y estrés para todos ellos por el tema del Covid-19. Pero normalmente con buena actitud, constancia y poco a poco con más recursos; reconociendo y trabajándose las dificultades que aún presentan. Varios de ellos están con la búsqueda de empleo, enfrentándose a nuevas situaciones, nuevos entornos y avanzando. El nuevo residente, con el proceso de adaptación tanto al tratamiento, al piso y a la convivencia, aún con dificultades que se van trabajando desde la terapia y en las reuniones de Piso, viene con buena actitud y va mejorando. Dos de ellos han estado algunos días más descentrados del tratamiento, por lo que se les recomienda desde terapia que retrasen un poco el tema de búsqueda de empleo, vuelvan a centrarse en su tratamiento y, mientras tanto, hagan algún curso de formación.

Como sabemos, algunos van según los días, unos días están más pendientes de sus actividades, rutina y tareas, a veces con descuidos, a veces desanimados; por lo que tenemos que seguir muy pendientes de todos ellos. Dos de los residentes estuvieron de vacaciones con la familia, haciendo esos primeros acercamientos más prolongados, aspecto que a veces los remueve mucho, los descentra y tienen que reencaminar su tratamiento. Nosotros seguimos ahí a su lado para apoyarles y hacer el seguimiento de su proceso, cada uno de ellos tiene su propio

ritmo, circunstancias, manera de funcionar (de muchos años) dificultades y problemas, no debemos olvidar que el tratamiento es un proceso largo y complejo; lo bueno es que todos los avances, por pequeños que sean en su caso, son muy importantes. En julio los chicos siguen asistiendo a terapias presenciales adaptadas a las medidas de Sanidad.

Estos días, por fin, han podido volver a sus actividades de ocio; han ido al cine la mayoría de ellos, han vuelto a hacer las excursiones al campo con Juanma y algunas veces con algún voluntario, como estos últimos sábados que se han apuntado Andrea y Blanca, quienes también se les ha invitado a pasear en piraguas. Actividades que les ayudan a desconectar, tener un ocio y disfrute sano y un espacio distendido, siguen acudiendo al gimnasio y pádel hasta mediados de mes.



A partir de la segunda semana de agosto se limitaron las terapias presenciales en FHS por las restricciones de Sanidad, y, a partir de la tercera, los chicos dejaron de ir a terapia presencial a consecuencia de un posible caso en la Fundación, de manera que a los residentes se les asignaron terapias vir-

tuales en días alternos. A partir del día 20 se quedaron confinados otra vez en el piso, lo que les generó un estrés adicional y ciertos roces por la situación de encierro, pero, dentro de todo, se han ido organizando y apoyando entre ellos para gestionar las tareas y la rutina adaptada a la nueva situación, volviendo a hacer gimnasia en casa y restringiendo al máximo las salidas.

Hemos tenido que adaptarnos a varias semanas de confinamiento y aislamiento, por causa del Covid-19; restringiendo los movimientos en el piso al máximo, pero atendiendo a las necesidades de los chicos en todo momento. Con el estrés añadido tanto para los chicos como para el equipo técnico. Una vez superado esto, vamos recuperando normalidad y presencia de voluntariado poco a poco.

Estamos procurando funcionar con normalidad, aunque seguimos limitando la presencia de voluntarios por prevención y protección. Seguimos contando con la presencia de solo algunos voluntarios que no sean población de riesgo, incorporando algunos más muy progresivamente.

Preferimos “precautelar” la salud de nuestros voluntarios, residentes y equipo para no afectar nuestra labor y la seguridad de todos. Como sabéis, seguimos tomando medidas de prevención en el piso y cubriendo la mayoría de los turnos el equipo. Procuramos también, dentro de nuestras labores, mantener contacto con los voluntarios, mantenerles informados y en contacto con los chicos, aunque sea de manera indirecta hasta que podamos vernos todos. En medio del verano se ha reincorporado José como



parte del equipo, así que estamos al completo y esperamos seguir mejorando en el desempeño de nuestras funciones.

Por otra parte, es importante resaltar que en el equipo estamos muy contentos porque en estos meses se ha dado el alta a dos residentes, debido al tiempo y la trayectoria que presentaban, y por considerar que ya se encontraban preparados para hacer frente a nuevas etapas; se han marchado con sus familias a continuar con el tratamiento y seguir avanzando en su proceso. Se han ido agradecidos con el Piso, el equipo y los voluntarios por la importante labor desempeñada y el apoyo brindado. Lo que nos motiva a seguir con ilusión y optimismo con nuestro trabajo.

Asimismo, aunque no sea de manera presencial, seguimos en contacto y asistiendo a algunas formaciones y reuniones virtuales con las distintas entidades relacionadas con las adicciones y el voluntariado, Fundación Hay Salida, FERMAD, UNAD, Escuela de Voluntariado, etc., para mantenernos actualizados e informados.

Seguimos tomando medidas de prevención y protección en el Piso, ahora un poco más estrictas (en uso de mascarillas, distancia social, desinfección...), ya que en toda España han aumentado los casos y en Vallecas volvemos a estar confinados.

Esperamos ir volviendo progresivamente a la normalidad en el Piso y en el tratamiento de los chicos, e ir retomando la presencia de voluntariado en el acompañamiento.

Claudia Cossío

«Las apariencias no siempre son la verdad»

Estamos con Christian, un alumno de segundo año que está estudiando Ingeniería Informática en la Universidad Francisco de Vitoria. Dentro de las posibilidades que le ofrecía la Universidad (banco de alimentos, cuidado de mayores o prácticas en lo suyo), ha elegido colaborar con Hontanar. Pensó que podría ayudar a personas en reinserción. Está cerca de casa, se lanzó y no se arrepintió. Después de terminar sus prácticas sigue colaborando.



Christian, ¿cuánto tiempo duraron tus prácticas? ¿Sigues colaborando?

Estuve yendo durante tres meses un par de veces por semana. Concretamente, seis horas a la semana, pero con los exámenes acabé con tres horas a la semana. Al final me enganché y suelo ir de vez en cuando. Acabé mis horas obligatorias en la Universidad, y sigo colaborando. Para mi es importante seguir viendo a los chicos, ayudándoles. A ver si el próximo curso puedo seguir. Es gente que necesita mucha ayuda.

¿Qué pensabas encontrar en un piso de reinserción? ¿Coincidía con lo que pensabas?

Pues la verdad es que no, yo pensaba encontrarme con gente deprimida, triste, con problemas, y fue todo lo contrario, me encontré un buen ambiente, entre la convivencia, los voluntarios, etc. Es un ambiente normal. Al fin y al cabo, están pasando un proceso de rehabilitación y necesitan ayuda.

La verdad es que la imagen que da este tipo de acción social no coincide luego con la realidad. Casi todos los voluntarios y

estudiantes lo dicen. Christian, ¿cómo ha sido la relación con los residentes?

La relación con los residentes fue bastante bien: en el piso estaba con ellos, me metía en la cocina, hacia *footing* mental o íbamos a dar un paseo y estaba con ellos. Intentaba implicarme para poder ayudarles lo más posible.

¿Qué te ha aportado el estar allí?

Como estudiante me ha aportado poco, ya que no está para nada relacionado con lo que estoy estudiando, pero simplemente por el hecho de estar ahí ya les estás ayudando: escucharlos, hacerles compañía, estar un rato, interesarte por lo que hacen, ellos se interesan por lo tuyo, reírse un rato... Todo eso es tiempo que no están pensando en sus problemas y hace más llevadero lo suyo.

¿Coincidiste con muchos voluntarios?

Con los estudiantes estuve poco, concretamente con cuatro. De mi Universidad dos, pero estuve con otros colaboradores y trabajadores que llevan mucho tiempo allí. Coincidí con voluntarios de más edad, me contaron historias del piso, todo lo que han pasado por allí, algún consejo, anécdotas. Estuve con Toñi, Paquita, Juanma, Pilar y gente que lleva muchos años. Cada uno me ha aportado algo.

Dar a conocer este tipo de voluntariado es importante. ¿Invitarías a alguien?

Si, la verdad es que ya he invitado a una compañera y también he hablado en la Universidad, ya que la imagen desde fuera no es la misma que desde dentro.

¿Mejorarías algo? Danos alguna idea: ¿Qué podemos hacer para que el piso vaya mejor?

La verdad es que lo veo todo bien, aunque los chicos a veces echan de menos la libertad, el poder ir y venir cuando quieran, pero quizá forma parte de su proceso perso-

nal. La verdad es que he acompañado a casi todos a cualquier lado, incluso a la farmacia que está a dos calles, aunque a veces a ellos les gustaría ir solos; concretamente, un residente reclamaba mucho poder ir y venir sin necesidad de acompañante, pero entiendo que forma parte del proceso.

Por último, ¿quieres agradecer, dejar tu opinión, algo que quieras contar, invitar de una forma especial?

Lo único que quisiera decir es que las apariencias no siempre son la verdad. No por ir a un sitio de reinserción de exdrogo-dependientes va a ser gente chungueta o que siempre se mete en problemas todos los días. Son gente que ha tenido un problema en la

vida y lo quieren arreglar.

Christian, poco más: tan solo darte las gracias por tu colaboración y apertura al piso; nos alegramos de que la experiencia haya sido positiva y te animamos a continuar con ellos, sobre todo en momentos en los que más falta hace, como periodos vacacionales, verano, Navidad, Semana Santa o la temporada de exámenes en los que los estudiantes dejan de ir.

Sí, es verdad. Son momentos en los que surge la necesidad. Claudia me lo comentó hace poco. Gracias a vosotros.

José Antonio Sánchez

Las cuentas de Hontanar

Nos hubiera gustado haceros llegar estos datos en febrero, pero, aunque ya ha pasado un tiempo, no queremos dejar de facilitaros las cifras y balances que hemos recogido en Hontanar durante el año 2019 y contaros lo ocurrido.

Empecemos por lo más importante, los residentes en el Piso Hontanar:

Desde 1993 han estado en la casa 390 personas. En 2019 han sido 14 los residentes que, haciendo tratamiento para superar su adicción, han contado con nuestro apoyo. Siete de ellos han dejado el Piso a lo largo del año: tres se han ido habiendo cumplido los objetivos terapéuticos, a otros tres tuvimos que pedirles que se marcharan porque no se adaptaban al recurso y ponían en riesgo a los demás, y uno más se marchó voluntariamente. Estamos orgullosos del trabajo que hicieron cada uno de ellos, estén o no en tratamiento ahora, porque sabemos que algunos continúan firmes en su decisión de vivir libres de drogas, lo que les permite estar bien y continuar su vida de manera autónoma.

El tiempo medio de estancia en la casa ha sido de 7 meses, siendo año y medio el máximo. Las edades de los residentes estuvieron entre los 28 y 54 años.

En el Piso se realizan actividades de ocio y tiempo libre para mostrar a los residentes actividades gratificantes y poder aprender un disfrute del tiempo libre saludable. Para esto se han realizado excursiones a piscinas naturales, senderismo, piraguas..., y actividades culturales: cine, museos, circo, etc.

Además, en 2019 hemos celebrado nuestro XXV aniversario, con un considerable esfuerzo de todos, destacando algunas actividades: celebramos una Eucaristía de Acción de Gracias, tuvimos una Mesa Redonda, la Cena Solidaria, se confeccionaron vídeos de difusión de nuestra labor y se imprimieron y editaron tres ejemplares de LA CEPA, uno especial por el aniversario.

Otro aspecto muy importante de la vida del Piso es nuestro VOLUNTARIADO. Nos alegra decir que contamos con 37 personas voluntarias, con una media de seis años

BALANCE ECONÓMICO DEL AÑO 2019

Con respecto al balance económico, los gastos que hemos tenido para llevar a cabo lo que implica la vida y mantenimiento del Piso ascienden a 97.183€ y se distribuyen así:

• Gastos de alimentación y limpieza	21.275€
• Suministros, menaje y reparaciones	2.950€
• Gastos para actividades	4.734€
• Otros gastos	3.579€
• Gastos de personal	64.645€

Y los ingresos que nos han permitido cubrir todos estos gastos han llegado de:

• Franciscanos TOR	16.936€
• Aportaciones residentes.....	25.360€
• Banco de alimentos	11.800€
• Donativos y ayudas de entidades.....	26.811€
• Remanente años anteriores.....	16.276€
Total ingresos	97.183€

de experiencia. Colaboran otras seis personas en los temas de gestión, comunicación y redes sociales. Se han integrado al equipo 11 personas voluntarias nuevas y también hemos tenido algunas bajas (similares a otros años). En septiembre tuvimos el “Encuentro de Voluntarios y Residentes” y en diciembre la “Celebración Navideña”.

Como reflexión sobre estos datos es necesario explicar que la diferencia con 2018 en gastos está motivado por el aumento en personal y en actividades. Hemos contado con una persona de apoyo para los fines de semana durante todo el año; y hemos tenido que aumentar gastos para actividades debido a las celebraciones del XXV Aniversario del Piso.

En el apartado de ingresos se ha reflejado la utilización del remanente de años anteriores, pues pudimos contar con una donación importante que nos ha llegado a principios de este año 2020.

Sirvan estas líneas para agradecer a todos los que hacéis posible esta Obra de Misericordia, tanto con vuestra ayuda personal como con vuestras oraciones y con los donativos que nos hacéis llegar. Es un milagro diario de la entrañable Misericordia de Dios Padre.

Pilar Fajardo



Un gran viajero y evangelizador

El pasado 16 de mayo nos dejaba Fray Federico Almenara Ramírez, para sentarse junto al Padre en el cielo, después de haber vivido su último viaje en la tierra con su personal desierto de más de cuarenta días en el hospital Infanta Leonor de Vallecas, que le llevó al final de sus días por contagiarse del Covid-19.

Fr. Federico nació en Miguel Esteban, Toledo, el 29 de enero de 1949. Criándose en una familia cristiana conoció a los Franciscanos TOR y, habiendo acabado su año de Noviciado, el 13 de septiembre de 1975 recibió el hábito franciscano e hizo la Profesión Temporal en la Iglesia de San Diego de Madrid. Hizo su Profesión Solemne el 17 de septiembre de 1978, recibió las Órdenes menores el 19 de septiembre de 1978 en Madrid, y el Diaconado en la Iglesia de San Francisco de Asís de Madrid el 4 de octubre de 1978.

Fue ordenado sacerdote por el Obispo Mons. Alberto Iniesta, el 10 de enero de 1982 en la Iglesia de San Diego en Vallecas.

Cursó los estudios de Humanidades y bachillerato en La Porciúncula de Mallorca, consiguiendo el título de Bachiller Superior, y el Quinquenio filosófico-teológico en el Centro de Estudios Teológicos de la isla. Obtuvo la licenciatura en Teología, especialidad de Teología Pastoral Catequética, en la Universidad de Salamanca, el 21 de junio de 1978.

Terminados los estudios sacerdotales fue destinado a Madrid en junio de 1976 para iniciar los cursos de Pastoral, residiendo en la Fraternidad del Colegio Raimundo Lulio. En octubre de 1982 es nombrado coadjutor de la Parroquia de La Piedad de Madrid, y hasta este 2020 fue cambiando de las distintas fraternidades de los franciscanos TOR en la capital con diferentes responsabilidades y servicios.

Formó parte del equipo catequético "Cultura y Fe", colaborando en la publicación de libros de texto de Formación Religiosa para el primer ciclo de E.G.B. De modo directo, él preparó el de 4º curso. Durante



este período, se dedicó con mucho éxito a actividades de divulgación, dando numerosas charlas y conferencias sobre temas catequéticos, que se distinguían por su estilo y contenido.

Fr. Federico fue una persona abierta y amigable. Esto le sirvió para hacerse cercano en su apostolado. Una actividad a la que dedicó bastantes años de su vida era la preparación y realización de viajes culturales y peregrinaciones. Precisamente, fue en su última peregrinación a Tierra Santa donde contrajo el coronavirus, que después de largo tiempo de hospitalización, le llevó al encuentro con la Hermana Muerte el día 16 de mayo en el Hospital Infanta Leonor de Madrid. Pedimos a Dios que en esta última peregrinación haya encontrado la meta deseada: un abrazo con el Señor de la Misericordia y el Amor.

Mariano Fresnillo Poza

Al Padre Federico

A ti Padre, que tanto me enseñaste, que tanto me ofreciste, a creer me enseñaste, a rezar y a querer, a infinidad de cosas me enseñaste.

Me enseñaste a amar al prójimo y valores me inculcaste, valores que en mí permanecen y que tú en mí grabaste, valores que en mí permanecerán pues de tu obra forman parte.

Te estaré eternamente agradecido por todo lo que me diste, cómo rescataste a una persona descarriada, moldeándola hasta ser lo que hoy día soy, siento orgullo y plenitud de aprender de ti Padre, siempre permanecerá tu legado en mí gran Maestro, por siempre Padre.

Siempre estarás presente y espero no defraudarte, siendo un vivo reflejo de todo lo que Tú me enseñaste.

Este es tu último viaje Padre, qué pena no poder acompañarte, pero solo pido a Dios que allí donde estés, en su regazo te guarde, te tenga como lo que eres, como un verdadero ángel.

Qué pena que el cielo este falto de ángeles, que pena que te marchaste.

Muchas gracias mi maestro, gracias por enseñarme, muchas gracias Padre, muchas gracias por rescatarme.

Adiós Padre Federico, adiós por siempre padre.

DESCANSA EN PAZ.

Las lágrimas que riegan mi corazón son el fruto de tu amor eterno.

José Luis González Font



Carta al cielo

Querido padre Federico:

Sé que al recibo de mi carta te encuentras bien, gozando de la Vida Eterna.

Nosotros no andamos muy bien por aquí, la tierra, con esto del fatídico coronavirus... tú lo sabes muy bien.

Te fuiste hace tres meses, nos dejaste sin el calor de tu presencia física... sin tu cávido tono de voz... sin tus consejos... sin tus Whatsapp de programas de próximos viajes, reuniones... Pero intentaremos mitigar el dolor de tu pérdida, comunicándonos contigo con el pensamiento puesto en la Fe, sí... no hacen falta redes de comunicación... en el cielo hay la mejor de las coberturas... las almas se comunican directamente...

Y, ¿sabes una cosa? El día 16 de mayo de este año 2020 tuve un bonito sueño... en el que vi un gran Ángel... con unas alas blancas muy, muy grandes... te abrazaba dulcemente... te elevaba... ibas alejándote en el infinito cielo azul de Madrid cantando...

*¡Qué detalle Señor has tenido conmigo!
Cuando me llamaste
Cuando me elegiste
Cuando me dijiste que tú eras mi amigo
¡Qué detalle Señor has tenido conmigo!
Te acercarte a mi puerta y pronunciaste mi nombre*

*Yo temblando te dije: ¡Aquí estoy Señor!
Tú me hablaste de un Reino
De un Tesoro escondido
De un Mensaje Fraternal
Que encendió mi ilusión
¡Qué detalle Señor has tenido conmigo!*

Y Se abrieron las puertas del cielo y entraste con tu sonrisa... seguías cantando, querías convertirte en "un Vaso Nuevo":

*Gracias quiero darte por amarme
Gracias quiero darte yo a ti Señor
Hoy soy feliz porque te conocí
Gracias por amarme a mí también
Yo quiero ser Señor amado*



*Como el barro en manos del alfarero
Toma mi vida, hazla de nuevo
¡Yo quiero ser un Vaso Nuevo!*

Yo desperté de mi precioso sueño... y me di cuenta de que tú ya gozabas de un asiento en la mesa del Señor y bebías de su Copa Divina.

En mi mente se agolparon mil momentos vividos en los viajes, mi último abrazo en la puerta del Museo de El Cairo, tu conversación con mi esposo en la barandilla del barco navegando por el precioso río Nilo.

¡Señor! ¿Cómo imaginar que te íbamos a perder?

Confieso que algunos países no los hubiéramos visitado por nuestra cuenta. Con los Programas de la Agencia Travelus de nuestro amigo Abel y tu organización nos hiciste "ciudadanos del mundo". Nos enseñaste la "esencia de viajar."

Ahora que has volado sobre todos los países, valles, ríos y ciudades que conociste... Padre Federico Almenara Ramírez (de la tercera orden religiosa franciscana) descansa en paz en la profundidad de las marismas eternas del Señor y María Santísima.

P.D.: Por favor, mándanos una ráfaga de aire fresco desde el cielo para que sigamos caminando por los senderos de la vida, hasta que lleguemos a tu encuentro.

Te enviaré canciones desde mi coro parroquial, y cada vez que vea el destello de los faros de mi costa cántabra, lanzaré a través de sus haces de luz un fuerte abrazo y un gran beso al cielo para ti.

Siempre estarás en nuestro corazón.

Hortensia Isabel Sierra Pascual

El helecho y el bambú

Un día decidí darme por vencido. Renuncié a mi trabajo, a mi relación, a mi vida. Fui al bosque para tener una última charla con Dios. Le dije:

"¿Podrías darme una buena razón para no darme por vencido?"

Su respuesta me sorprendió:

"Mira a tu alrededor". Él me dijo: "¿Ves el helecho y el bambú?"

"Sí", respondí.

"Cuando sembré las semillas del helecho y el bambú, las cuidé muy bien. Les di luz. Les di agua. El helecho rápidamente creció. Su verde brillante cubría el suelo, pero nada salió de la semilla de bambú. Sin embargo, no renuncié al bambú.

En el segundo año el helecho creció, más brillante y abundante, y nuevamente nada creció de la semilla de bambú. Pero no renuncié al bambú", dijo Él.

"En el tercer año, aún nada brotó de la semilla de bambú, pero no renuncié", me dijo.

"En el cuarto año, nuevamente, nada salió de la semilla de bambú. No renuncié", dijo.

"Luego, en el quinto año, un pequeño brote salió de la tierra. En comparación con el helecho era aparentemente muy pequeño e insignificante, pero solo seis meses después el bambú creció a más de 20 metros de altura. Se había pasado cinco años echando raíces. Aquellas raíces lo hicieron fuerte y le dieron lo que necesitaba para sobrevivir".

"No le daría a ninguna de mis creaciones un reto que no pudiera sobrellevar".

Él me dijo:

"¿Sabías que todo este tiempo que has estado luchando, realmente has estado echando raíces?"

No renunciaría al bambú. Nunca renunciaría a ti. No te compares con otros", me dijo.

"El bambú tenía un propósito diferente al del helecho; sin embargo, ambos eran necesarios y hacían del bosque un lugar hermoso".

"Tu tiempo vendrá", Dios me dijo. "¡Crecerás muy alto!".

"¿Qué tan alto debo crecer?", pregunté.

"¿Qué tan alto crecerá el bambú?", me preguntó en respuesta.

"¿Tan alto como pueda?", indagué.

Nunca te arrepientas de un día en tu vida. Los buenos días te dan felicidad. Los malos días te dan experiencia, ambos son esenciales para la vida. Continúa.

La felicidad te mantiene dulce,
los intentos te mantienen fuerte,
las penas te mantienen humano,
las caídas te mantienen humilde,
el éxito te mantiene brillante.

Pero sólo Dios te mantiene caminando...

Anónimo



Pasatiempos - Sopa de números

6 1 2 0 4 2 3 7 8 2 5 4 1 8 1 1 6 1 0 6 9 8
5 4 5 2 1 0 7 6 7 2 2 4 5 2 0 7 6 7 9 9 9 7
2 6 3 9 6 0 6 1 1 5 7 0 5 9 6 2 5 2 3 3 0 7
2 4 9 3 1 5 6 2 4 2 7 2 7 4 4 6 8 1 9 2 3 8
1 2 9 5 2 6 2 1 1 4 0 8 3 7 3 1 0 8 1 9 4 3
4 2 9 5 7 5 5 3 2 0 8 8 3 2 6 2 6 0 8 0 8 1
1 8 7 2 2 9 2 7 6 9 1 1 9 6 0 6 0 9 3 9 4 0
4 5 8 9 5 2 8 1 7 9 2 2 8 9 2 7 6 7 5 6 1 5
0 9 0 7 4 9 4 0 5 5 1 2 7 6 7 5 4 3 2 0 2 1
9 3 3 3 7 3 4 4 1 4 1 8 4 8 7 5 4 1 0 0 1 7
8 1 4 4 3 1 3 0 5 1 4 1 6 6 1 3 6 6 2 0 2 1
8 4 7 0 5 7 2 9 9 1 4 4 8 2 7 6 8 0 1 2 0 0
6 7 0 5 3 8 2 4 3 2 2 3 1 6 9 5 7 7 4 1 0 9
1 8 9 1 1 8 6 7 5 1 5 7 2 1 9 9 9 9 1 3 5 3
7 9 6 9 6 1 0 1 9 9 4 4 1 3 1 7 1 9 1 7 8 1
4 0 2 0 0 8 8 5 8 7 8 7 1 8 4 9 4 5 7 1 1 4
3 3 2 4 7 5 0 2 5 5 1 3 6 6 4 0 7 3 7 6 7 2
3 3 8 7 2 2 6 5 3 0 7 6 9 6 9 8 7 0 0 9 2 2
6 2 5 4 6 1 1 8 3 3 2 8 8 8 9 9 9 1 8 0 3 2
4 4 0 1 9 7 3 5 5 4 0 0 8 9 9 0 3 4 4 9 1 5
2 5 2 0 0 3 8 5 9 3 1 4 8 8 8 1 0 7 3 8 4 9
6 5 3 2 4 2 7 1 6 3 7 2 6 5 1 7 9 8 1 0 0 4

542177884
0799530147
40988617433
3234110897
9522241390

85301711966
21214843099
1217475517
32521544411
5799802163

10014578481
0002137169
72651798100
54233098741

ASOCIACIÓN HONTANAR

Plaza del Corpus Barga (antigua Plaza del
Gobernador Carlos Ruiz), N°4, 1º

28053 Madrid

asociacionhontanar@hotmail.com

www.asociacionhontanar.org

 asociacionhontanar



EQUIPO DE LA CEPA

Edición: Mariano Fresnillo

Redacción: Inés Carrón, Juan Fajardo

Revisión: Juan Carlos Jiménez

Maquetación: Juan Fajardo

La Asociación Hontanar recibe el apoyo de:



Proyecto
subvencionado
con cargo al
0,7% del IRPF