



Formación, frente a la residencia, del grupo que completó ayer el Camino de Santiago por montaña y carretera. Empezaron el viernes 31 de agosto con una etapa prólogo hasta Eunate.

# Aprendiendo a vivir sin drogas

Acceder a las drogas es muy sencillo, pero dejarlas es una tarea dura, larga y difícil. 47 personas, de las 72 que ingresaron durante 2006 en la residencia de Proyecto Hombre, lo lograron tras una permanencia media de un año en el antiguo colegio de Villatuerta

TEXTO Y FOTOS:  
MARTÍN RUIZ

**A** las 7, ¡arriba!», reza un horario que está colgado en el tablón de anuncios del antiguo colegio del Verbo Divino en Villatuerta, en las afueras de Estella. «A las 11 de la noche, a la habitación y a las 11.30, luces apagadas».

Entre estos dos momentos, medio centenar de residentes aprenden a vivir de otra forma: sin drogas. Para ello, dejan pocas cosas a la improvisación. Ellos mismos aprenden a organizarse y ordenar su día a día. Tras el desayuno, tienen cursos, actividades y trabajos, a partir de las 8.30.

En los cursos, trabajan la cultura en general, pero también las aficiones, la motivación y la inserción social y laboral. El año pasado hubo 2 cursos de cocina (con 30 alumnos), 2 de jardinería (36), 2 de electricidad (36 asistentes, ver página contigua), 1 de teatro (15), 5 de informática (70) y 4 de edición de revistas (60).

Después del curso de cada día, llegan los llamados «sectores»: «Nos distribuimos por grupos de tareas: lavandería, cocina, limpieza y mantenimiento», explica Toni Fagundes, residente de 42 años y vecino de Olite.

«La casa se lleva entre los que estamos viviendo, y hay mucho curro», expone Bartolomé Zardoya, vecino de Ribaforada de 42 años, mientras dobla unas sábanas en la lavandería. «Hazte idea que estamos 50 personas, comemos tres veces al día, y hay que preparar la comida, limpiar platos y pucheros, ropa... Lo que intentamos es llevar hábitos de higiene y orden, para ser capaces



El viernes, quienes completaron el curso de electricidad lo celebraron con chistorra y panceta. Tras el grupo, con bata azul, el profesor Juan Carlos Lacheta.

de tener una vida ordenada y con responsabilidades fuera».

A las dos menos cuarto, la comida. El viernes fue a base de ensalada de tomate y pepino, y de calamares en su tinta. De postre yogures y fruta. A las tres y media siguen los sectores, excepto los días en que hay sesiones de terapia en grupo. En ellas se trabajan habilidades sociales (escucha activa, asertividad, expresión de críticas, resolución de conflictos, manejo de la ansiedad...) o se preparan para evitar recaídas, fortaleciendo habilidades para afrontar situaciones de riesgo o

evitar conductas que puedan llevar de nuevo a las sustancias.

«Siempre es fundamental el querer dejarlo. Aprender a ser de nuevo una persona 'normal', querer dejar la adicción», explica Ángel Ibáñez. «Yo sé que voy a ser toda la vida alcohólico, pero quiero saber cómo no volver. Una vez aquí, ves con más lucidez lo que ha pasado, vives cada día y lo que merece la pena. Lo intentamos llevar lo mejor posible apoyándonos unos en otros, y con ayuda de los terapeutas».

«El tratamiento es bastante duro, porque supone salir del en-

torno social y familiar durante varios meses», explica Dani Zuzarren, terapeuta del centro. «Todo lo que son las crisis en el proceso personal de cada uno se tratan de superar con la ayuda de los compañeros y de los terapeutas. La verdad es que se estrechan lazos fuertes».

Tiempo para reflexionar, todo. La estancia media es de un año. Y miles de metros cuadrados de residencia: 20 dormitorios, 5 salas de terapia, 5 vestuarios, cocina, 2 salas de estar, gimnasio, comedor, 3 aulas y pasillos kilométricos y techos a cuatro metros de

altura del suelo.

«Es duro hacerte a la casa, las primeras semanas andas perdido, hasta que te haces a las normas», expone Ibáñez, de 47 años y trabajador de la cooperativa agrícola de Miranda de Ebro.

Itziar Garayoa Moriones, educadora social y directora en funciones, expone dos reglas básicas: «Si una persona usa la violencia o consume drogas, se le expulsa temporalmente, según la gravedad del caso», advierte.

El ingreso en la comunidad terapéutica es «voluntario», pero también «forzado por las cir-