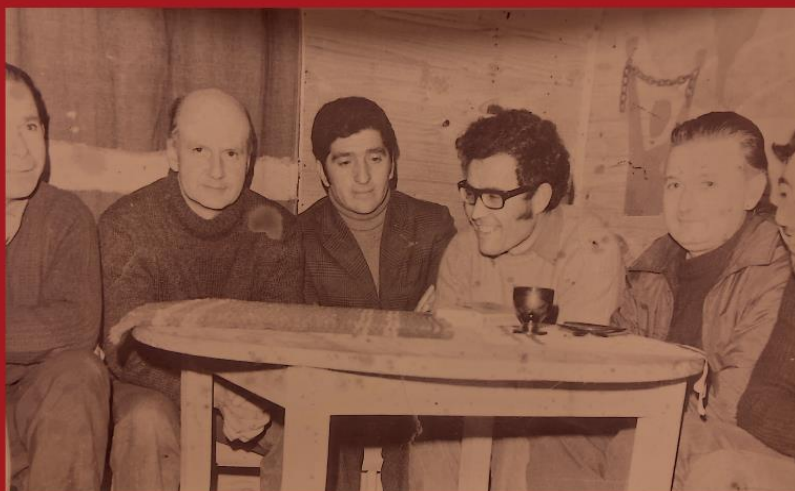




HISTORIAS DE RECUPERACION

Relatos de fuerza, esperanza y renacimiento



Índice.

Capítulo 1. Introducción.	3
Capítulo 2. La Historia del Club.	5
Capítulo 3. Testimonios de los miembros.	9
Capítulo 4. El Impacto del Club.....	31
Capítulo 5. Mirada al futuro.	32
Capítulo 6: Epílogo.	33
Capítulo 7: Agradecimientos.....	34
Capítulo 8: Redes de Contacto.	35
Capítulo 9: Galería de Recuerdos.....	36

Capítulo 1. Introducción.

Este libro nace del trabajo conjunto desarrollado durante el año 2024 entre el equipo SENDA Previene Concepción y el Club de Rehabilitados Los Copihues. A través del programa Estrategias Comunitarias y Familiares, que orienta el trabajo hacia el fortalecimiento de los vínculos familiares y de apoyo, este proyecto se fue gestando de manera colaborativa, tomando forma gracias a un esfuerzo constante de capacitación, reuniones periódicas y un acompañamiento cercano y comprometido. De este trabajo conjunto, lleno de desafíos y aprendizajes, surge esta obra, que recoge las voces y experiencias de quienes han sido parte de este proceso.

El propósito de este libro es doble. En primer lugar, busca recuperar y preservar la memoria histórica del Club, un espacio que, a lo largo de más de cinco décadas, ha sido testigo de innumerables historias de lucha, dolor, superación y esperanza. En segundo lugar, pretende dar a conocer más ampliamente el legado de esta institución, haciéndolo accesible no solo a quienes ya forman parte de su red de apoyo, sino también a toda la sociedad, para que la historia de recuperación que aquí se narra inspire a otros a creer en la posibilidad de un futuro diferente.

A lo largo de estas páginas, se comparten relatos y testimonios profundamente conmovedores de aquellos que han sido parte activa del proceso de rehabilitación, así como de quienes, desde diversas áreas, han acompañado y apoyado el crecimiento del Club desde sus inicios. Cada historia es un reflejo de la resistencia humana, de la capacidad de reinención y de la esperanza que, a pesar de las adversidades, florece cuando se trabaja en conjunto. Estas vivencias no solo evidencian el impacto de la institución en la vida de las personas, sino también cómo, durante más de 54 años, el Club ha sido un faro de apoyo, un espacio seguro y una fuente constante de motivación en la lucha contra las adicciones.

Además de narrar estas experiencias individuales, este libro pone de manifiesto la importancia del trabajo en equipo. La rehabilitación no es un camino solitario, ni una tarea que recae únicamente en el individuo; es un proceso que involucra a las familias, a los profesionales de la salud, a los voluntarios y, en general, a todas las personas que se comprometen a brindar su apoyo. A través de su solidaridad, compromiso y dedicación, estos actores han hecho posible que el Club continúe siendo un espacio de transformación, apoyo y reconstrucción para aquellos que buscan una nueva

oportunidad de vida. En este sentido, el trabajo colectivo no solo fortalece a las personas que atraviesan el proceso de rehabilitación, sino que también contribuye al bienestar de todos.

Es importante destacar que este proyecto no habría sido posible sin la colaboración activa de todos aquellos que, con generosidad y dedicación, han compartido su tiempo, esfuerzo y conocimientos para llevarlo a cabo. Por ello, queremos aprovechar este espacio para expresar nuestro más sincero agradecimiento a los colaboradores, a los profesionales del equipo SENDA Previene Concepción, cuyo apoyo ha sido fundamental en cada etapa de este proyecto, y, por supuesto, a los miembros del Club, tanto a aquellos que están presentes en este momento como a aquellos que ya no están con nosotros, pero que dejaron una huella imborrable en esta institución. Su valentía, su lucha constante y su compromiso son el verdadero motor que ha dado vida a esta obra y que continúa dando sentido a la misión del Club.

"Historias de recuperación" es, ante todo, un testimonio colectivo. No busca ser únicamente un relato sobre lo vivido, sino una fuente de inspiración para todos aquellos que, hoy en día, se enfrentan a la adversidad. Es una invitación a creer en la posibilidad de la recuperación, a recordar que, cuando las personas se unen, se pueden lograr transformaciones profundas, duraderas y significativas. Porque, al final del día, cada historia de recuperación es también una historia de apoyo mutuo, de esperanza y de un futuro lleno de oportunidades.

Capítulo 2. La Historia del Club.

El Club de Rehabilitados fue fundado el 14 de agosto de 1970 por el sacerdote Juan Antonio Martínez, quien, movido por una profunda vocación social y un compromiso genuino con los más necesitados, dio inicio a lo que hoy es una institución emblemática en la lucha contra el alcoholismo y la drogadicción. Con recursos propios, Juan Antonio compró el terreno donde actualmente se ubica nuestra sede. Para hacer posible este sueño, hizo sacrificios personales significativos: vendió su impermeable y su motocicleta, bienes que en aquel momento eran fundamentales para su vida cotidiana, con el objetivo de financiar la compra y la construcción del Club. Este gesto no solo refleja su gran dedicación, sino también la visión clara y firme que tenía para con los más vulnerables de nuestra sociedad.

Desde sus primeros pasos, la visión de nuestro fundador fue innovadora y profundamente humana. Juan Antonio soñaba con una institución que no sólo ofreciera rehabilitación, sino que también integrara a voluntarios de diversas disciplinas académicas, principalmente de las universidades de Concepción, para asistir en el proceso terapéutico de las personas afectadas por el alcoholismo. Se inspiró en las Brigadas de Rehabilitación Obrera, un movimiento de la época que se caracterizaba por su enfoque comunitario y solidario, y buscaba replicar ese modelo en el ámbito de la salud y la rehabilitación.

Uno de los principios fundamentales que guiaron la creación del Club, y que sigue siendo el faro de nuestra labor hoy en día, es la frase que Juan Antonio Martínez repetía con frecuencia: "Si se salva a una persona en su proceso de rehabilitación, la finalidad y el objetivo se han cumplido." Esta sencilla pero poderosa declaración refleja el propósito primordial de nuestra institución: transformar vidas. Este principio no solo se ha mantenido vigente, sino que también es la base de nuestra dedicación y esfuerzo diario. Cada historia de rehabilitación exitosa, por pequeña que sea, es un recordatorio de que nuestra misión tiene un impacto profundo y duradero.

Desde su fundación, el Club de Rehabilitados ha experimentado un crecimiento notable, adaptándose a las necesidades cambiantes de la comunidad. Lo que comenzó como un proyecto pequeño, liderado por el sacerdote Juan Antonio Martínez, ha crecido hasta convertirse en una institución sólida que no solo ofrece rehabilitación, sino que

también juega un papel fundamental en la prevención y sensibilización sobre las adicciones.

A lo largo de los años, el Club ha ampliado sus servicios, incorporando nuevas metodologías terapéuticas y acercándose cada vez más a las personas. Desde sus primeros años, la integración de voluntarios universitarios de diversas disciplinas enriqueció el proceso de rehabilitación, creando una red de apoyo que ha sido clave en el desarrollo de la institución. La labor de estos voluntarios no solo ha sido invaluable en la rehabilitación de quienes lo necesitan, sino que también ha permitido crear una conexión genuina entre la academia y la sociedad, aportando un enfoque multidisciplinario a los tratamientos.

A medida que la sociedad y los problemas relacionados con las adicciones evolucionaron, el Club también lo hizo. En respuesta a las nuevas necesidades y desafíos, se incorporaron nuevas tecnologías y enfoques modernos en el tratamiento de la drogadicción y el alcoholismo, lo que ha permitido ofrecer soluciones más efectivas y personalizadas para aquellos que llegan a nuestras puertas en busca de ayuda. Durante los últimos años, el Club de Rehabilitados se ha consolidado como un centro de referencia en la región, no solo para aquellos que necesitan ayuda, sino también para quienes buscan sensibilizarse y aprender sobre la importancia de la prevención.

Hoy en día, el Club mantiene sus valores fundacionales, pero con una visión más amplia y un impacto aún mayor. El trabajo incansable de nuestros colaboradores, voluntarios y aliados ha permitido que nuestra institución se convierta en un verdadero ejemplo de resiliencia y transformación, no solo para los individuos que rehabilitamos, sino también para los sectores que nos respalda y participa activamente en nuestra misión.

A lo largo de los años, y en fiel adherencia a los valores que nuestro fundador instó a abrazar, el Club de Rehabilitados ha construido una sólida identidad basada en principios fundamentales que orientan nuestra labor y nuestras relaciones con usuarios, voluntarios y colaboradores. Nos identificamos con valores como el esfuerzo, porque entregamos lo mejor de nosotros mismos para lograr la recuperación integral de cada persona que llega a nuestra puerta; el amor, porque entendemos que la rehabilitación no es solo un proceso físico o psicológico, sino también emocional, y por ello ofrecemos un apoyo incondicional; y el compromiso, ya que asumimos la responsabilidad de cada

vida que confía en nosotros, comprometidos no solo con el proceso de rehabilitación, sino también con la reconstrucción de los lazos familiares y sociales de quienes acompañamos.

La determinación, la gratitud, la responsabilidad y la empatía son igualmente esenciales en nuestra misión. Nos impulsa la determinación para enfrentar los desafíos del alcoholismo y las drogadicciones, dos de los problemas más complejos que afectan a nuestra sociedad; sabemos que el camino hacia la recuperación es arduo, pero no nos rendimos, pues cada paso dado en ese proceso es un triunfo. Valoramos la gratitud porque celebramos cada avance, por pequeño que sea, reconociendo el esfuerzo de quienes se someten al proceso. Además, entendemos la responsabilidad que implica nuestro rol en la comunidad, pues no solo somos un lugar de rehabilitación, sino una institución que busca generar un impacto positivo en la sociedad, promoviendo la conciencia sobre la prevención y el tratamiento de las adicciones. Finalmente, practicamos la empatía, ya que entendemos que cada persona que llega a nosotros tiene una historia única, y desde esa comprensión profunda de sus emociones y desafíos, tratamos a cada uno con el respeto y la dignidad que merece.

Hoy, el Club de Rehabilitados continúa siendo un faro de esperanza, y esto no sería posible sin la colaboración de un sinnúmero de actores locales, quienes han apoyado nuestra misión de manera desinteresada. Entre ellos se encuentran el CESFAM de Villa Nonguén, que ha brindado apoyo médico y terapéutico durante todo este tiempo, y los voluntarios de diversas universidades, cuyas contribuciones enriquecen tanto el proceso de rehabilitación como el aprendizaje de nuevas generaciones. También trabajamos codo a codo con establecimientos educacionales, quienes nos ayudan a sensibilizar sobre la importancia de la rehabilitación y facilitan el acceso a programas educativos para aquellos en proceso de recuperación.

Los clubes deportivos locales juegan un papel crucial en nuestra labor al promover la salud física y el trabajo en equipo como herramientas para la rehabilitación. Las juntas de vecinos, por su parte, son fundamentales en la integración comunitaria, promoviendo la participación activa de los individuos en sus propios entornos y reforzando los lazos de apoyo mutuo. Empresarios y voluntarios de la región también han sido piezas clave, aportando con recursos materiales y humanos para que podamos seguir ofreciendo un servicio de calidad y continuidad en nuestra misión.

Desde su creación, nuestra institución ha mantenido una postura clara en cuanto a sus principios filosóficos. El Club de Rehabilitación se ha mantenido al margen de inclinaciones políticas o religiosas, pues lo que nos une es el amor al prójimo y el profundo respeto por la dignidad humana. Nuestro enfoque es cercano, empático y profundamente humano; creemos que el verdadero apoyo en la rehabilitación debe ser transparente y genuino, libre de juicios, y centrado en las personas y sus familias. Estamos convencidos de que una localidad unida, que se apoya mutuamente en momentos de dificultad, tiene la capacidad de superar los mayores desafíos y de construir un futuro más justo y esperanzador para todos sus miembros.

Con este legado, seguimos adelante, reafirmando día tras día que nuestra misión es salvar vidas, pero también fortalecer los lazos de solidaridad y esperanza que nos unen como sociedad. Cada persona que transita por nuestro proceso de rehabilitación nos recuerda que, aunque el camino no siempre es fácil, la lucha por la salud y el bienestar de todos es una causa que vale la pena seguir con esfuerzo, amor y dedicación.



En 1970, se originó la Brigada de Liberación Obrera, guiada por su pionero y mentor, Don Juan Antonio Martínez. Posteriormente, debido a los cambios políticos, se modificó su nombre al que conocemos hoy.

Capítulo 3. Testimonios de los miembros.

El corazón de cualquier proceso de rehabilitación está en las personas que lo viven. En este capítulo, damos voz a aquellos que han sido parte fundamental del Club de Rehabilitación Los Copihues, quienes, a través de sus historias, nos permiten conocer el impacto real de este espacio en sus vidas. Estos testimonios no solo reflejan los desafíos y dificultades, sino también los momentos de fortaleza, superación y esperanza que marcan el camino hacia la recuperación.

Cada relato compartido aquí es un testimonio de resiliencia, de la capacidad humana para reinventarse, y de cómo la ayuda, el acompañamiento y el compromiso colectivo pueden transformar vidas. A través de sus palabras, nuestros miembros actuales nos enseñan que la rehabilitación no es un proceso individual, sino una vivencia que involucra a todos los que forman parte de este proceso. Son historias de lucha, de caídas y de levantarse, pero sobre todo, son historias de valentía y de la firme creencia en un futuro diferente.

Con cada testimonio que sigue, nos adentramos en un viaje personal que no solo es de cada uno de ellos, sino también de todos los que han formado parte de este proceso. Estas son las voces que, desde su experiencia vivida, nos invitan a comprender lo que significa realmente superar las adversidades. Ahora, es el momento de leer directamente a quienes han recorrido este camino.

Juan Uribe.

Soy de Puerto Montt. Llegué a Concepción en 1966, a los 18 años, cuando me presenté al servicio militar. No me quedé, así que decidí ir en busca de mi papá, que vivía aquí, en el norte. Viajé con un hermano menor; yo tenía 18 años y él unos 15.

Soy el tercero de cuatro hermanos. Mi hermano menor se quedó con unos tíos por parte de mi papá, mientras que yo fui a vivir con una tía. El ambiente familiar no era fácil. Mi mamá se fue a vivir a Argentina cuando yo tenía solo 5 años, y mi hermano menor tenía solo un año. La situación fue complicada. Nos criamos sin padres, en un entorno muy marcado por el alcoholismo.

Tuve una niñez muy dura. Quedamos huérfanos de madre y de padre, y fuimos cuidados por mi abuela materna, pero ella murió cuando yo era todavía pequeño. Después quedamos bajo el cuidado de mi abuelo, pero él no fue una figura cariñosa.

Era muy mezquino, no nos daba comida suficiente y vivíamos en condiciones precarias. Teníamos hambre, y mi abuelo no nos apoyaba. Al contrario, nos regañaba si íbamos a comer sus cerezos. Yo empecé a meterme en el alcohol muy joven; a los 8 o 10 años ya bebía vino en grandes cantidades.

Como mencioné, en mi familia la mayoría era alcohólica, y crecí viendo esa realidad. Lo peor fue la separación de mis padres, que me afectó profundamente. El alcohol se volvió una forma de evadir el dolor. Recuerdo que empecé a fumar y a beber, siempre buscando encajar con los demás. A veces, para obtener un cigarro, tenía que beber un tarro entero de vino. Era una forma de entrar en ese círculo vicioso.

Muy joven, probablemente a los 12 años, ya era alcohólico. No tenía educación ni una figura paterna que me guiara. Fue un proceso que me llevó a vivir en la calle, sin hogar, durmiendo en condiciones deplorables. En el sur de Chile, en invierno, llueve mucho, y en esa época, si no tenía ropa limpia, la quemaba. Mis condiciones eran extremas; no tenía ni siquiera una cama donde dormir.

Mi consumo era principalmente vino y chicha. En algunas ocasiones llegué a beber aguardiente, pero fue algo raro. La bebida que más consumía era el vino.

Mi salud se vio afectada por el consumo. Me quebré la nariz varias veces y tuve accidentes. Incluso caí a una excavación de alcantarillado. Estuve tirado allí hasta el día siguiente, pero afortunadamente sobreviví. A pesar de todo, nunca fui hospitalizado por el alcohol, pero mi cuerpo estaba muy dañado.

Mi consumo de alcohol también me llevó a tener problemas con la ley. Una vez, en estado de ebriedad, rompí el espejo de un automóvil. No recuerdo bien cómo sucedió, pero me detuvieron y me llevaron a la comisaría. El juez me condenó a tres años y un día de cárcel. Fue una condena que no merecía, pero estaba tan borracho que no entendí lo que estaba pasando. Finalmente, después de apelar, estuve solo cinco meses en prisión.

La cárcel era un lugar muy insalubre, pero aproveché el tiempo allí para trabajar. Mi papá tenía una fábrica de escobillones, así que me llevaba material a la cárcel y yo los fabricaba. A pesar de estar preso, pude ayudar a mi familia de alguna manera.

Después de salir de la cárcel, traté de recomponer mi vida, pero no fue fácil. Siempre caía de nuevo en el alcoholismo. Fue en el año 1972, cuando tenía 25 años, que tomé la decisión de buscar ayuda. A pesar de que mi familia me desaconsejaba ir

a un club de alcohólicos, yo sabía que no podía seguir viviendo así. Fue una decisión difícil, pero me comprometí a cambiar. Recuerdo que ese día, cuando me levanté de la cama, me caí al suelo y pedí a Dios ayuda. No soy una persona muy religiosa, pero sentí que era mi última oportunidad.

Al principio, no creía que pudiera cambiar, pero el club me brindó una estructura y apoyo. Me ayudaron a entender que el alcoholismo es una enfermedad, no una debilidad. Aprendí a reconocer los daños que el alcohol había causado en mi vida y cómo dejarlo atrás. Fue un proceso largo, pero ya llevo más de 50 años sin consumir alcohol, y me siento agradecido por haber encontrado este lugar.

Ahora, a mis 77 años, soy consciente de todos los errores que cometí, especialmente con mi familia. Mi trabajo y el alcohol me distanciaron de mis hijos. Lamentablemente, no fui un buen padre. El alcohol me embrutece, pero trato de corregir mis errores. Hoy en día, trato de compartir mi historia para ayudar a otros que están pasando por lo mismo que yo pasé.

Lo más importante es entender que el alcoholismo es una enfermedad, y que se puede superar si se tiene la voluntad de hacerlo. Yo soy prueba de ello. No fue fácil, pero con apoyo, paciencia y esfuerzo, uno puede salir de este círculo vicioso. Lo más difícil es dar el primer paso, pero si yo pude, cualquiera puede. Hay que tener fe en uno mismo y nunca dejar de luchar.

El consejo que yo les puedo dar a la gente es que, si yo pude salir del fango siendo la basura humana que era, siento que cualquiera puede salir de esa situación, ya sea con el alcohol u otra droga.

Cristian Gallardo.

Mi nombre es Cristian. Tengo 55 años, una familia, una hija y soy abuelo. Comencé a consumir droga y alcohol, ambos juntos, entre los 14 y 15 años. Empecé con cocaína, neopren, alcohol inyectado, hashish, benzina y una variedad de otras sustancias.

Las drogas me afectaron profundamente en mis relaciones. Me alejé de mi familia y comencé a tener conductas violentas, tanto hacia mis amigos como para mí mismo. La violencia era algo constante, y eso me separaba cada vez más de las personas que me rodeaban.

Tuve varios problemas debido a mis adicciones, uno de los más graves fue un problema legal relacionado con drogas y una pelea, en la que terminé condenado a tres años de prisión por homicidio.

Decidí buscar ayuda porque la violencia en mí se estaba magnificando. Me estaba trastornando emocional y físicamente, y estaba hiriendo a los demás y a mí mismo. Era como si no pudiera controlar lo que me estaba sucediendo.

Lo que más me costó dejar fue la violencia, especialmente las peleas físicas con cuchillos o armas blancas. Mi adicción estaba tan relacionada con la agresión que cambiar eso fue un reto enorme. Fue difícil dejar atrás esa parte de mi vida.

En cuanto a la ayuda, la verdad es que nunca busqué ayuda de nadie. Lo que hice lo hice por mi cuenta. Entré solo en este camino y salí solo. Fue un proceso largo, pero fue mi decisión y mi voluntad lo que me permitió salir de las drogas y la violencia.

Los mayores desafíos que enfrenté fueron cambiar mi mentalidad. Tuve que aprender a calmarme, a bajar las revoluciones, porque durante mucho tiempo todo lo resolvía a golpes. Aprendí que no todo se soluciona con violencia, que hay otras maneras de resolver los problemas sin tener que recurrir a la agresión.

Desde que dejé las drogas y la violencia, mis logros fueron notables. Empecé a mantener los trabajos por más tiempo, algo que nunca había logrado antes. Siempre fui un “trabajólico”, pero ahora puedo sostenerme en el empleo y asumir mayores responsabilidades, como encargado de grupos y supervisor de varias personas.

Aprendí muchas cosas sobre mí mismo y sobre la adicción. Aprendí que uno puede ser muy violento y destructivo, pero que se puede cambiar si se tiene la fuerza de voluntad necesaria. Salir de un sistema de vida como el mío no fue fácil, pero era necesario. Mi vida estaba encaminada hacia un camino muy oscuro, pero al cambiar mi actitud, pude salir de ahí.

Mi vida ha cambiado mucho. Ahora estoy más tranquilo, más sereno. He descubierto lo mejor de mí mismo, me gusta disfrutar y reír, ser alegre, lo cual no era algo que veía en mí día a día cuando estaba consumiendo y viviendo en la violencia. Ahora, disfruto de los momentos con mi familia y de las cosas simples de la vida.

Para alguien que esté luchando con las adicciones, mi mensaje es claro: es difícil, pero se puede. La clave está en querer salir, en tener la mentalidad y la fuerza de

voluntad para hacerlo. Ninguna institución, ningún programa, por muy bueno que sea, puede salvarte si tú no pones de tu parte. La decisión debe partir de uno mismo. Si no tienes la conciencia y la disposición para cambiar, va a ser muy complicado.

Lo que realmente me hizo cambiar fue mi hija. Al nacer ella, me di cuenta de que ya no era solo mi vida la que estaba en juego, sino la de ella también. Me di cuenta de que tenía que vivir no solo por mí, sino por ella. Mi hija se convirtió en mis ojos, mi razón para cambiar.

En resumen, las drogas y el alcohol pueden hacerte sentir bien por un momento, pero esa no es la realidad. La vida tiene cosas buenas y malas, y las drogas solo te alejan de lo que realmente importa. No te olvides de vivir, de ser mejor, de ayudar a los demás sin hacerte daño ni hacerles daño. La vida es dura, pero hay que aprender a vivirla de manera sana.

Finalmente, les diría a todos aquellos que están luchando con las adicciones que todo se puede superar. Todo es una lucha, pero se puede salir. Cada uno tiene que luchar por sí mismo, quererse y respetarse. Todos somos valiosos, inteligentes, y tenemos la capacidad de salir adelante. Si yo pude, muchos más pueden hacerlo. La clave es quererse, respetarse y no tener miedo de pedir ayuda. Hay muchas formas de salir, ya sea a través de la rehabilitación, la religión, o el apoyo de otros. Lo importante es buscar la manera de salir y, sobre todo, quererse a uno mismo.

Agradezco por darme la oportunidad de compartir mi historia. Espero que le sirva a alguien, que pueda inspirar a alguien a salir de este oscuro camino.

Pedro Sáez.

Mi nombre es Pedro Sáez Espinosa, tengo 59 años. Soy casado y tengo tres hijos. Desde hace muchos años practico deporte, y además soy conductor de buses. Siempre me ha llamado la atención la idea de poder aportar mis conocimientos, especialmente en el ámbito deportivo.

Cuando era más joven, solía pasar por aquí, cerca de "Los Copihues". Vivo en Nonguén desde hace unos 40 o 50 años, y siempre pasaba por este lugar porque tenía algunos amigos en la zona. Recuerdo que veía el club y me llamaba la atención el trabajo que se realizaba allí. En particular, lo que más me impresionaba era el esfuerzo por ayudar a las personas que luchan contra la drogadicción y el alcoholismo. El club se ha mantenido firme en el tiempo, y lo que hacen lo hacen con verdadera vocación.

Es admirable ver cómo se entregan, sin esperar nada a cambio, solo con el deseo de ayudar a la comunidad. Esa generosidad es algo raro de encontrar, y son pocos los clubes que logran sostener una labor tan noble.

El día que me uní fue muy especial. Estaba caminando por la calle 30 de Octubre cuando decidí entrar a la junta de vecinos para saludar a algunas personas que conocía. De repente, me encontré con Cristian. Lo conozco desde hace muchos años, gracias al deporte que ambos practicamos. Nos saludamos y, con una sonrisa, me dijo:

—"¡Pedrito, mira, ¿cómo estás?! Oye, estoy aquí en el club Los Copihues y me gustaría que pudieras participar con nosotros. Sería genial que pudieras incentivar a nuestros socios y a la comunidad que está con ustedes, para que practiquemos un poquito de deporte. No es malo, al contrario, nos ayuda a mantener una vida sana y nos motiva a tener un mejor bienestar, especialmente en cuanto a la salud. Y sobre todo, los adultos mayores, a quienes podemos motivar para que también hagan ejercicio, lo cual puede ser muy beneficioso según su edad y su condición física. Eso nos ayuda mucho".

Fue una invitación que me llegó al corazón, porque entendí que no solo se trataba de promover el deporte, sino también de cuidar el bienestar de la comunidad, especialmente de quienes más lo necesitan.

Ese día sentí como una chispa que me despertó y me motivó a integrarse y apoyar la gestión aquí con todos los miembros. También agradezco mucho que me hayan aceptado.

El aprendizaje que me ha dejado esta experiencia es que todas las personas que forman parte de este proyecto son realmente maravillosas. Muchos de ellos han logrado superar problemas graves, como la drogadicción o el alcoholismo, todo con su propio esfuerzo y con el apoyo constante del club, que hace muchísimo por ellos. Para mí, ha sido una experiencia muy enriquecedora, porque me hace sentir que estoy aportando algo positivo a la sociedad, y esa sensación es muy gratificante. Además, me ha ayudado a ser una mejor persona, a establecer relaciones más cercanas con los adultos mayores y a acercarme a esa etapa de la vida con mayor empatía.

Lo más importante es que, a través de este trabajo, tenemos la posibilidad de salvar a muchas personas que están atravesando por esos problemas, y motivarlas a que puedan salir adelante. Ayudarlas a hacer ese cambio, de un ámbito de oscuridad a otro de luz y esperanza, es algo que me ha impactado profundamente. Desde el primer

día que me invitaron a ser parte de este proyecto, me he sentido tremendamente gratificado.

Llevo poco tiempo participando aquí en el club, pero ya me he dado cuenta de que el trabajo realizado es grandioso. Si logramos salvar a una o dos personas, eso ya es un logro muy importante. He conocido a personas que han logrado mantenerse libres de drogas y alcohol durante 40 o 50 años, y su experiencia de vida es impresionante. Tener esa fuerza y voluntad es algo que no tiene precio. El trabajo que el club ha hecho en este aspecto es motivador para todos nosotros. Creo que es lo mejor que me ha pasado en mucho tiempo.

Creo que es muy importante porque, detrás de la organización, hay una familia: padres, hijos, esposas. Esta institución está rehabilitando a personas que, como se dice, "vuelven a ser personas". La adicción les roba la calidad de vida, destruye hogares y familias. Aquí se está contribuyendo a restaurar eso. La familia es lo más importante, y darle el valor a la persona que está pasando por este tipo de problemas, recordando que son seres humanos con derecho a una nueva oportunidad, es crucial. Mientras sigamos ofreciendo un espacio donde se les pueda dar esa oportunidad, estamos haciendo algo maravilloso.

Es difícil de explicar, pero me ha ayudado mucho a ser una mejor persona. Me ha permitido dejar de mirar a los drogadictos y a las personas alcohólicas con indiferencia. Ahora los miro con más comprensión, sabiendo que se puede hacer algo por ellos. Aunque sólo logremos salvar a uno de cada diez o veinte, estamos haciendo algo muy valioso.

Felicito a esta institución, que lleva casi 60 años trabajando. Son pocas las organizaciones que aportan de esta manera, y no tengo palabras para describir lo que esto ha significado para mí. Me ha enriquecido enormemente, tanto a nivel personal como familiar. Incluso en casa he compartido lo que hago aquí, y me han apoyado mucho. Es algo que tiene un valor enorme, más allá de lo que a veces podemos expresar con palabras.

Creo que debemos seguir dando a conocer lo que hace el club, que lleva casi 60 años trabajando por la comunidad. Es fundamental incentivar a las personas que puedan colaborar y ayudar para hacer de nuestra Villa Nonguén, de nuestra sociedad y de nuestro Chile, un lugar mejor. Las personas que están pasando por problemas de

alcohol y drogas necesitan ese apoyo para mejorar su calidad de vida, no solo para ellas, sino también para sus familias.

Una persona alcohólica o adicta no solo se daña a sí misma, sino que detrás de ella hay una familia que también sufre. Por eso, debemos motivar a más profesionales y a más personas a que participen en nuestra causa y aporten desde diferentes áreas, para brindarles lo que realmente necesitan nuestros socios.

La diferencia es enorme, un 100% o 200%. Aquí, en nuestro sector, hay mucha gente atrapada en el alcohol y las drogas, lo que los lleva a degradarse de manera impresionante. Están expuestos a la delincuencia, a peleas en la calle y a ser maltratados y mal vistos. Pero al llegar a nuestra institución, se les ayuda en todas las áreas, y aunque faltan algunas cosas, el esfuerzo que se hace es maravilloso.

Aquí tenemos personas que llevan más de 40 años sin beber ni una gota de alcohol, sin consumir drogas, y su vida ha cambiado completamente. Vuelven a ser personas, a tener familia, a ser considerados de nuevo como seres humanos. Eso es una diferencia enorme. Si alguien pierde todo, lo pierde todo, pero aquí les damos la oportunidad de recuperar todo. Y eso es algo más que importante.

La experiencia me la ha dado la vida. La vida me ha ayudado a través de muchas personas, como el actual presidente, Cristian Uribe, quien me invitó al club. Al principio no conocía a nadie, pero al llegar aquí empecé a trabajar con todos los asociados, y sinceramente, me ha enriquecido muchísimo. Es difícil explicar lo que se siente estar aquí, porque cuando llego, todo lo demás se olvida: mi trabajo, mis obligaciones. Aquí es como una liberación, una paz, una tranquilidad que transmiten todos los socios. Me reciben bien, son amables, y eso no se debe perder. Hay que seguir trabajando fuertemente en esto, porque se está ayudando a la sociedad, a la familia y a todos en general.

Motivemos a todos los que quieran ayudarnos. Las puertas están abiertas para quienes deseen aportar. Yo los invito a unirse y ayudarnos a rescatar a más personas para que puedan sentirse rehabilitadas y volver a ser lo que necesitan ser: personas.

Siempre he dicho que el deporte, que practico desde muy niño, es fundamental para mejorar la calidad de vida. Ayuda a reflexionar, a ser mejor persona, y puede hacer una gran diferencia. El deporte también ayuda a salir de los vicios, regenera el cuerpo y tiene muchos beneficios a nivel físico, mental y psicológico. Los invito a que se

acerquen y participen con nosotros. Aquí no hay ningún costo; lo que nos mueve es el deseo de entregar algo a la sociedad.

A través del deporte, se puede tener una vida sana y mejorar las relaciones con las familias, con la esposa, los hijos. Agradezco a la institución por darme la oportunidad de estar aquí y aportar, aunque sea con un granito de arena. Siempre hay que dar más en situaciones como estas, que son tan difíciles y desgastantes, como el alcohol y las drogas.

Muchas gracias por esta oportunidad. Me siento muy feliz y satisfecho de estar aquí, y ojalá Dios me dé muchos años más para seguir aportando. Tener personas que llevan 40 o 50 años rehabilitados es una gran bendición. ¡Muchas gracias!

Edgardo Romero.

Mi nombre es Edgardo, tengo 66 años, vivo solo, estoy soltero y estoy pensionado. Comencé a consumir alcohol desde muy joven. Al principio, era algo ocasional, pero con el tiempo se volvió más frecuente. No recuerdo exactamente cuándo comenzó a ser parte de mi vida de manera más constante, pero siempre estuvo presente desde muy temprano.

Mi adicción al alcohol afectó principalmente mi manera de relacionarme con los demás. Pensaba que estaba comportándome de manera normal, pero en realidad, tomaba decisiones equivocadas que me dañaban a mí mismo y a quienes me rodeaban.

Comencé a beber a una edad temprana, pero fue alrededor de los 26 años cuando se convirtió en un problema serio. En ese tiempo, sentía un malestar constante, especialmente cuando no tenía dinero para seguir bebiendo. La ansiedad por conseguir más alcohol me atormentaba, y me sentía frustrado y derrotado.

A lo largo de los años, desarrollé problemas de salud, principalmente broncopulmonares, que con el tiempo entendí que estaban directamente relacionados con el alcoholismo. Mi cuerpo ya estaba pagando las consecuencias de tanto abuso.

Mi adicción también afectó profundamente mis relaciones. Perdí prácticamente a todos mis amigos, ya que los únicos que se acercaban eran aquellos con los que podía compartir la bebida. Con mi familia, la situación no era diferente: ya no querían tenerme cerca porque siempre llegaba ebrio, causaba problemas y hacía el ridículo. La confianza se había ido, y mi relación con ellos se deterioró.

Afortunadamente, no tuve problemas legales graves, pero sí enfrenté serias dificultades financieras. Todo lo que ganaba lo gastaba en alcohol. No me quedaba ni para ayudar en casa, ni para ahorrar, ni para hacer frente a otras responsabilidades. Era un círculo vicioso del que no podía escapar.

Me sentía tan mal que ya no podía seguir así. Intenté dejar el alcohol en varias ocasiones, pero los síntomas de abstinencia eran tan fuertes que no lo lograba. Fue entonces cuando mi familia, especialmente mis hermanos, decidieron llevarme a un médico. Ese fue el primer paso hacia mi tratamiento. Desde entonces, dejé de beber, y hasta hoy sigo sin hacerlo.

Lo que más me costó fue, sin duda, el alcohol mismo. Era una relación tan fuerte, que los distintos tipos de tragos, especialmente el vino, me llamaban constantemente. Pero una vez que comencé con el tratamiento, logré dejarlo y nunca más volví a beber.

Primero encontré ayuda médica, y luego me apoyaron en una institución como esta, pero en Barrio Norte. Allí me explicaron los problemas que conlleva esta enfermedad y cómo estaba afectando mi vida. Fue un proceso de comprensión que me permitió darme cuenta de que sí podía superarlo.

Uno de los mayores desafíos fue enfrentar las reuniones sociales, donde el alcohol siempre estaba presente. Resistir la tentación era muy difícil, pero poco a poco aprendí a mantenerme firme en mi decisión y a abstenerme de beber.

Gracias a que dejé el alcohol, pude encontrar trabajo nuevamente. También comencé a aprender algunos oficios que me ayudaron a independizarme. Mi vida empezó a cambiar para bien, y pude recomponerme poco a poco.

Lo que aprendí sobre mí mismo es que, cuando me propongo algo, puedo lograrlo, siempre y cuando busque la ayuda adecuada. También entendí que el alcohol no me aporta nada positivo. El consumo excesivo de alcohol solo trae problemas; no da ninguna satisfacción real.

Mi vida ha cambiado de forma muy positiva. Ahora puedo relacionarme mejor con los demás, de manera más sana. He podido integrarme nuevamente a la sociedad, y ya no me siento aislado como antes. La gente me ve de manera diferente, y yo mismo me siento mejor.

Mi mensaje de esperanza es que nunca hay que cerrarse a la ayuda que otros nos puedan ofrecer. Si alguien está pasando por lo mismo que yo, le diría que aproveche todas las oportunidades para buscar ayuda y luchar por salir de la adicción. Se puede lograr; no hay que rendirse.

Resumiría mi experiencia como una etapa de nubes oscuras y momentos muy negativos. Durante los años de consumo, no hubo nada bueno que pudiera sacar de eso. Solo era un camino hacia la autodestrucción.

Lo que les diría es que la vida siempre nos da oportunidades. No hay que cerrarse a ellas, porque esas oportunidades no siempre se repiten. Si están luchando con la adicción, recuerden que siempre hay una salida, que se puede cambiar. La oportunidad de salir del consumo es algo que no deben dejar pasar.

Guido Cuevas.

Mi nombre es Guido Alexis Cuevas Guzmán. Nací en Santa Juana y llegué a vivir a Nonguén cuando tenía 4 años. Hice toda mi educación primaria en la escuela de Lucero. Durante esos años, conocí a varios amigos del sector, compañeros de clase en ese entonces, y con el tiempo, muchos de ellos se convirtieron en grandes amigos. A lo largo de nuestra juventud, compartimos muchas vivencias, algunas de ellas, como suele ocurrir en esas edades, estuvieron marcadas por comportamientos inmaduros, entre los que el alcohol jugó un papel importante. Lamentablemente, algunos de mis amigos quedaron atrapados en ese ciclo, y eso fue un factor que me motivó a involucrarme en esta causa, para poder cooperar con ellos y ayudarlos.

Desde pequeño, supe de la existencia de la organización, ya que, durante mi época escolar en la primaria, escuchaba sobre ella de boca en boca. Incluso, uno de mis compañeros de curso, Cristian Uribe, es el actual presidente de esta institución, y su padre participaba activamente en ella. En ese tiempo, el club era conocido en el sector como "el club de los chantaos". A medida que fui creciendo y madurando, entendí mejor el propósito de esta organización, que no solo brindaba apoyo a personas con problemas de alcoholismo, sino que también les ofrecía un espacio de contención, donde podían sentirse acogidos, escuchados y respaldados por un grupo de amigos.

Mi participación en el Club de Rehabilitación ha sido una experiencia de aprendizaje profundo. He llegado a comprender los daños que el alcohol puede causar, tanto a nivel físico como psicológico, y las consecuencias sociales que muchas veces

no se aprecian a simple vista. Lo que antes veía de manera superficial, ahora lo entiendo con mayor claridad. Aquí he aprendido sobre las consecuencias del alcoholismo, no solo para quienes lo consumen, sino también para sus familias y comunidades. Además, he tenido la oportunidad de recibir apoyo del SENDA, lo que me ha permitido participar en varias reuniones sobre parentalidad y las diferentes causas que llevan a las personas a consumir drogas.

El impacto positivo que he visto en las personas que han pasado por el club es muy notable. He sido testigo de cómo algunos han recuperado la alegría y la motivación por la vida. Un ejemplo claro es Don Juan Uribe, quien ha luchado durante años contra su problema de drogadicción. Hoy en día, se encuentra bien de salud, participativo y alegre, siendo un ejemplo vivo de superación. También está Don Edgardo, otro miembro del club, quien ha sido un referente para nosotros. Los veo como personas que, a pesar de sus dificultades pasadas, han encontrado un propósito en su vida y han logrado mantenerse en pie.

Sin embargo, no todo ha sido fácil. A veces hemos tenido que enfrentar la falta de personal técnico y recursos para brindar el apoyo adecuado, especialmente para aquellos que están pasando por etapas más difíciles. A pesar de eso, siempre hemos tratado de acoger a las personas de la mejor manera posible, sin discriminación, dándoles el espacio para expresarse y la oportunidad de buscar una salida a su adicción.

Para mí, la organización es importante porque no todos tienen acceso a centros de rehabilitación privados, que suelen ser muy costosos. Aquí, trabajamos sin fines de lucro y ofrecemos nuestro apoyo sin cobrar. Nuestro objetivo es mejorar y capacitarnos constantemente, para poder brindar una atención más profesional y ayudar a las personas a recuperar el valor de su vida. La clave está en darles confianza, mostrarles que tienen un futuro y que, con voluntad, pueden superar su adicción.

Mi involucramiento con la organización me ha ayudado a crecer personalmente. Ahora tengo más herramientas para hablar con amigos y conocidos que enfrentan problemas de alcoholismo. Antes no sabía cómo abordar el tema, pero ahora puedo explicarles las consecuencias y mostrarles que existe una alternativa mejor. También he aprendido sobre la parentalidad y cómo la forma en que criamos a nuestros hijos puede influir en sus decisiones futuras, especialmente en relación con las adicciones.

Mi mensaje para aquellos que desean apoyar la organización es que no se dejen vencer por la comodidad y el confort de estar en casa. Muchas personas sufren, no solo por el consumo de alcohol, sino por las consecuencias que esto tiene en sus familias. El alcoholismo afecta a niños, mujeres, adultos mayores y toda la comunidad en general. Ayudar a los demás es una forma de contribuir a una sociedad más saludable y armoniosa. Si nos unimos, podemos marcar la diferencia.

A los voluntarios les diría que, si nos unimos como grupo, podemos lograr grandes cambios. La unión hace la fuerza, y si todos colaboramos, podemos ayudar a muchas más personas a rehabilitarse y, sobre todo, prevenir que más jóvenes caigan en la trampa del alcohol y las drogas.

En cuanto a cómo puedo hacer una diferencia en la vida de aquellos que luchan contra la adicción, creo que mi diferencia radica en la paciencia. Sé que, al principio, muchas personas no están dispuestas a escuchar ni a aceptar ayuda, pero eso no me detiene. Lo importante es insistir, ofrecerles apoyo y mostrarles que aquí no los vamos a discriminar. Lo que buscamos es darles una nueva oportunidad, ofrecerles un espacio donde puedan sentirse seguros, respetados y valorados.

Mi experiencia con la organización ha sido muy positiva. He conocido a personas que son ejemplos vivientes de que sí se puede salir de la adicción. Esa es la motivación que tengo para seguir ayudando a quienes están atrapados por el alcohol. Mi esperanza es que mis amigos puedan ser saludables y libres de cualquier adicción, y que, con el apoyo adecuado, todos podamos tener una vida mejor, lejos de las drogas y el alcohol.

Invito a todos a que se sumen a nuestra causa. Si se interesan, si quieren ayudar, serán bien recibidos. Aquí no solo brindamos ayuda, sino también comprensión y cariño, porque creemos que todos merecen una segunda oportunidad.

Humberto Barahona.

Tengo 79 años. Nací en 1945, y me casé en 1969. Ese mismo año llegué a Concepción, un lugar que nunca he dejado. Viví en varios barrios, como detrás del Matadero, en Chillancito, y luego nos trasladamos al Cerro de la Pólvora. Siempre en Concepción, siempre penquista. Yo soy de Concepción de hueso. Aquí he vivido toda mi vida.

Durante muchos años, cuidé corderos en Nonguén, un trabajo que hice durante 8 o 9 años. Yo vivía detrás del Matadero, y cuando llegaban los animales, había mucho movimiento con la feria Briceño, la feria Río Seco. Y, como me decían, me tocaba ser pastor. Estaba a cargo de la feria izquierda, y había que ir al regimiento a cuidar los corderos, al Regimiento 10, en ese entonces.

Crecí en una familia de 8 hermanos. En total, somos 7 ahora, ya que falleció una hermana. Yo soy el hermano del medio, tengo dos hermanas, y de mis hermanos, están Miguel, Pablo y Teodoro. En total, nos criamos en un entorno bastante unido.

Tengo tres hijos. La primera nació en 1969, justo el año en que me casé. Luego vino la segunda, dos años más tarde. A lo largo de nuestra vida, hubo una tragedia: perdí un hijo cuando tenía apenas 7 meses. Julián, así se llamaba. Nació con una falla en el corazón, tenía un corazón demasiado grande para su cuerpo, y no pudo sobrevivir. Recuerdo que lo llevé al hospital de niños, donde estaba el doctor Bolívar Mascallano, pero no pudimos salvarlo.

Aunque los años pasaron, mi vida tomó un giro importante. De joven, trabajé en muchas cosas, entre ellas, con motos y motosierras. Desde los 16 años trabajaba reparando motos, algo que aprendí a hacer con mis hermanos. Fue un trabajo duro, pero me permitió salir adelante. Después, un primo me invitó a trabajar con él en un laboratorio dental, y esa fue otra de las etapas de mi vida. Ahí comencé a aprender más sobre ese oficio, y hasta hice algunos cursos para mejorar. Fue un cambio importante, pero el trabajo me gustaba.

Fue en esos años cuando comencé a frecuentar el club. En ese entonces, me había alejado de muchos de mis amigos y las distracciones del día a día. Un día, después de haber estado metido en mil cosas, mi primo me convenció para ir al club. Era una época en la que me costaba salir de las malas costumbres, pero el club me ofreció algo diferente. Cuando llegué, vi gente jugando al ping-pong, al disco, y me atrapó esa energía.

Recuerdo que a esa edad, alrededor de los 35 años, no jugaba ping-pong, pero me interesé por probar. Al principio, me reían porque no tenía mucha habilidad. Pero con el tiempo, me fui perfeccionando, y empecé a ganar. No quería que me vencieran, así que entrené mucho. Incluso, después de un tiempo, me sentí preparado para competir en torneos. Fui campeón a nivel regional, y hasta competí en campeonatos organizados por el INP.

El club ha sido muy importante para mí. No solo por el deporte, sino también porque fue un lugar de encuentro y apoyo. En los años difíciles, cuando la vida me golpeó, el club me ayudó de muchas maneras. Recuerdo que el club entregaba ayuda a las familias más necesitadas, y en mi caso también recibí apoyo. Había harina, azúcar, queso, y cosas que a veces no teníamos en casa. A veces la gente no lo sabe, pero en esos momentos, el club fue como una familia. De hecho, llegué a ser presidente del club, aunque después me alejé un poco.

Ser presidente no fue fácil, hubo conflictos, como suele pasar en cualquier institución. A veces me retiré por ciertas diferencias, pero siempre he estado agradecido por todo lo que el club hizo por mí. Recuerdo que en mi época como presidente, instalamos barrotes en las ventanas para proteger el lugar. Fueron años de mucho trabajo, pero también de muchas enseñanzas.

Sobre todo, el club me ayudó a cambiar mis hábitos. En mi juventud, la bebida era parte de mi vida. Había ocasiones en las que me dejaba llevar por el vino, por la fiesta. Pero la vida me enseñó que todo tiene un límite. Mi familia también me ayudó a entenderlo. Mis hijos y mi esposa, especialmente, me daban el empujón para ser mejor. Y lo agradezco. Si algo he aprendido en todo este tiempo, es que los borrachos no nos enseñan nada. A veces es necesario caer para aprender, pero eso no significa que todo deba ser así.

Mi esposa falleció hace tres años, en plena pandemia. Hoy, 21 de noviembre, se cumple el tercer aniversario de su muerte. Fue un golpe muy fuerte, pero también me dejó muchas lecciones. Después de su partida, mis hijos y yo nos acercamos aún más. A veces salíamos a caminar, a despejar la mente, a disfrutar del aire fresco. Aunque la vida me ha dado muchas lecciones difíciles, también me ha enseñado a apreciar lo que realmente importa.

Si hay algo que puedo decirle a la gente que lea mi historia, es que hay que aprender a vivir con moderación. Yo cometí mis errores, pero al final aprendí que todo debe ser con equilibrio. Especialmente con el alcohol. No es necesario prohibirlo, pero sí aprender a consumir con responsabilidad. Hay que disfrutar de la vida, pero sin pasarse. En mi caso, el club fue un lugar de aprendizaje y de crecimiento. No solo como deportista, sino también como ser humano.

Y a los más jóvenes, les diría que siempre busquen algo que los motive. Yo encontré mi pasión en el ping-pong y en el club, pero cada uno tiene su camino. No se dejen llevar por las malas influencias. Siempre hay una salida si uno sabe dónde buscar.

María de la O Márquez.

Me llamo María de la O. Márquez Rivas, tengo 72 años y toda mi vida la he vivido en Nonguén. Aunque llegué aquí cuando tenía 13 años, acompañada de mi padre, mi madre y mi hermano, todavía puedo recordar con una claridad sorprendente aquellos primeros días. Nonguén era un lugar muy distinto a lo que es ahora. Era un asentamiento pequeño, con unas cuantas casas y pocas familias, pero de alguna forma tenía una energía vibrante, un espíritu de comunidad que hoy se ha ido perdiendo.

Cuando llegamos, las casas estaban llenas de niños. Algunas familias tenían 11 o 12 hijos, mientras que nosotros, con solo tres, éramos de las menos numerosas. A pesar de las dificultades, recuerdo que era un tiempo bonito. Las calles, aunque de barro, eran el campo de juegos para nosotros. Salíamos a correr, nos subíamos a los cerros, jugábamos hasta caer de cansados. Era una época de libertad, un poco salvaje, sí, pero feliz. Aunque mi padre era muy estricto, y a veces violento cuando bebía, cuando él no estaba en casa podíamos disfrutar del aire libre.

El acceso a Nonguén no era fácil. Las calles de barro nos dificultaban todo, incluso para llegar a la ciudad. Los buses se atrasaban horas y, en invierno, las lluvias inundaban las calles. Recuerdo cómo el estero se desbordaba y nos dejaba atrapados. Nosotros vivíamos en una zona más alta, así que las inundaciones no nos afectaban tanto, pero siempre estábamos pendientes. El agua subía rápido, y si no estábamos atentos, todo quedaba cubierto.

Mi educación fue en la Escuela 78, que con el tiempo se convertiría en el Liceo Leopoldo Lucero. Al principio era solo un galpón, y no había muchas comodidades, pero la comunidad escolar era cálida. Don Leopoldo Lucero, el director, también nos enseñaba matemáticas. A pesar de que las condiciones eran humildes, los recuerdos de esos años son de los más especiales que tengo: las risas con mis compañeros, la cercanía con los profesores, y las amistades que hicimos.

A lo largo de mi juventud, Nonguén empezó a cambiar. El lugar crecía, pero la esencia tranquila del campo seguía ahí. Yo y mis amigos solíamos caminar por los cerros, explorar los alrededores. No había prisas, no había tantos coches, solo el ruido del viento y la tierra. Hoy, al volver, veo que ya no es lo mismo. Todo está más urbanizado, más acelerado.

Pero el verdadero cambio llegó con el golpe de Estado de 1973. Tenía unos 20 años, y ya trabajaba en la Universidad del Bío Bío en el casino. Aquella mañana recuerdo que estábamos mirando por la ventana cuando vimos a los militares, agachados y con armas. Al principio pensamos que era un ejercicio, pero rápidamente nos dimos cuenta de que no lo era. Un soldado se acercó y nos pidió los carnets de identidad. Cuando me tocó, él me miró con desconfianza, y me dijo que si no tenía el carnet a mano, me iban a detener. Fue un momento de terror, pero nos escondimos debajo de un mesón y, por suerte, logramos salvarnos. Esa vez nos libramos, pero la represión comenzó a golpear fuerte en la comunidad.

Uno de los momentos más duros fue cuando arrestaron al padre Juan Antonio, un sacerdote que había sido como un padre para muchos de nosotros. Junto con el padre Simón, lo llevaron al aeropuerto, y hasta muchos años después no supimos nada de él. Afortunadamente, el padre Juan Antonio regresó en los 80, cuando la democracia fue restaurada, pero su desaparición dejó una herida profunda en todos nosotros.

A través del padre Juan Antonio, me involucré en el club que él había fundado. Era un lugar que no solo se dedicaba a la religión, sino también a ayudar a la gente del barrio. Después, mi hermana, que estudiaba sociología, también se unió, y fue cuando empecé a trabajar más activamente en el club, apoyando a los jóvenes y participando en proyectos comunitarios. Recuerdo especialmente cuando organizamos obras de teatro y presentaciones en distintos lugares, como el Barrio Norte y Talcahuano, y hasta en la Universidad de Concepción. Fueron años en los que, a pesar de todo, sentí que realmente estábamos haciendo algo por la comunidad.

Después de un tiempo, mi vida dio un giro. En 1978, mi padre enfermó gravemente, y la situación económica en casa se hizo muy difícil. Ya no podíamos permitirnos lujos, ni siquiera lo básico. Las calles estaban oscuras, y las noches parecían interminables. En ese contexto, tomé una decisión difícil: emigré a Brasil. Me fui a Río de Janeiro. Al principio, me sentía muy sola, vulnerable, pero poco a poco

empecé a adaptarme. Trabajé con niños, aprendí a cuidarme a mí misma y, sobre todo, pude mejorar mi salud. Lo que nunca pude hacer en Chile, lo logré allá: me arreglé los dientes. Dos años después, regresé con una nueva perspectiva de la vida, más fuerte, con la esperanza renovada.

Cuando volví, la situación en Nonguén seguía siendo difícil. El club comenzó a resurgir lentamente, aunque ya no era lo mismo. Aun así, el trabajo con los niños seguía siendo mi pasión. Junto con “Tierra de Hombres”, creamos un proyecto educativo sobre el cuidado del medio ambiente. Aunque muchos de los vecinos ya no apoyaban, y algunos hasta se sentían superiores o simplemente no querían involucrarse, nunca dejé de creer en el poder de la comunidad. Yo siempre pensaba que si sembrábamos algo bueno en los demás, tarde o temprano, esos frutos iban a salir.

A lo largo de los años he sido testigo de muchas historias. He visto cómo las familias luchaban, cómo algunos caían en la pobreza, en las drogas, en el alcohol, pero también he visto cómo la gente ha salido adelante. He conocido a gente como don Juan, que pasó de la pobreza y el alcoholismo a tener una vida más estable, o a Cristian, un vecino que luchó contra sus propios demonios. La vida no ha sido fácil, pero aún hoy, a pesar de todo lo que ha pasado, sigo creyendo que nunca es tarde para cambiar. En el club seguimos luchando, sembrando esperanza, aunque las dificultades no hayan desaparecido.

Porque, a pesar de todo, la comunidad siempre tendrá un espacio para la mejora, para el crecimiento, para la esperanza. Y yo sigo creyendo que si uno sigue adelante, algo bueno tiene que pasar.

Hoy, los jóvenes de entonces ya han crecido, y algunos han tenido que enfrentar las duras realidades de la vida. El consumo de drogas, las dificultades económicas, las sombras del pasado, todo eso ha tocado a muchos de ellos. Pero, a pesar de todo, yo sigo creyendo que siempre hay una oportunidad para cambiar. "Nunca es tarde", digo siempre, con convicción. El club sigue siendo mi faro de esperanza, un lugar donde, a pesar de los años, se pueden sembrar nuevas oportunidades. Sé que las dificultades no han desaparecido, pero la clave está en no perder la esperanza, en seguir adelante. Creo en la fuerza de la comunidad, en el poder de los lazos que nos unen. Porque, aunque los tiempos sean duros, siempre hay espacio para la mejora, siempre hay

espacio para el crecimiento. Y mientras haya vida, siempre habrá una nueva oportunidad para seguir sembrando y cosechando lo bueno.

Cristian Uribe.

Bueno, la verdad es que yo nací y crecí en la institución, así que más que haber sido un adicto, era propenso a serlo, o lo soy, digámoslo así. Soy un socio que lleva toda mi vida aquí. Llevo 50 años de vida y 50 años en la institución.

He sido dirigente por muchos años también; estuve 12 años de tesorero y hoy día soy el presidente. Soy hijo del socio más longevo, Juan Uribe, y sobrino de algunos presidentes de la institución. Mi familia ha estado ligada por décadas a la institución, desde mi abuelo. De hecho, tengo una foto donde sale mi abuelo junto a los primeros pilares, junto a Juan Antonio Martínez y a algunos otros que fueron muy importantes y que hoy ya no están con nosotros.

Me crié en la institución con este impulso de devolverle a la vida lo que nos había prestado. Gracias a Dios y a la institución, yo estoy vivo, porque mi padre era un alcohólico antes de conocerla. La institución lleva 54 años de existencia, gracias a sacerdotes como Juan Antonio Martínez y su visión, que trajo desde España las brigadas antialcohólicas. Estas brigadas se hacían con pocos recursos y algunos contactos en pequeños barrios donde el alcohol proliferaba. Ya en Europa se realizaban y proporcionaban ayuda con el apoyo de universidades, especialmente las escuelas de medicina. Esta era la visión de las brigadas antialcohólicas. Aunque algunos las asociaban con la política, y algunos se quedaron pegados con eso, yo me acuerdo de la ayuda que brindaban a las personas con alcoholismo en particular.

Mi padre, que fue huérfano, aprendió a leer y escribir en esta institución. A los 12 años ya era alcohólico, como lo ha contado varias veces. Finalmente, todo esto me llevó a entender que el alcoholismo es una enfermedad, tal como lo dice la OMS. Aquí en Chile se considera más un trastorno, pero en realidad es una enfermedad crónica. Para nosotros, en la institución, siempre fue claro que el alcoholismo no era una cuestión de debilidad moral, sino un problema mucho más profundo. He visto pasar familias completas pasar por la institución, como una interacción que tuvimos con el colegio Villa Nonguén, que en ese entonces se llamaba Escuela S76. Un compañero de curso se acercó a mí, sabiendo que mi padre ya estaba en proceso de abstinencia, y me pidió que lo ayudara para que su familia también pudiera recibir apoyo.

Este compañero tenía un padre alcohólico, y a pesar de ser muy destacado en sus estudios, él estaba marcado por el dolor. El hecho de que viniera a la institución y recibiera apoyo no solo ayudó a su padre a superar el alcoholismo, sino que transformó a toda su familia. De hecho, este compañero llegó a ser presidente de la institución por varios años.

Este tipo de situaciones me marcó profundamente desde niño. Cuando tenía entre 10 y 12 años, veía a muchos niños, compañeros de curso y amigos que llegaban a la institución con ropa muy precaria, a veces incluso descalzos, porque sus padres estaban atrapados en el alcohol. Fue así como me di cuenta de que el alcohol no era un buen amigo.

Aunque yo también consumí alcohol y probé drogas, como la marihuana, lo hice de manera recreativa, simplemente para saber de qué se trataba. A los 15 años, pedí permiso a mi papá para fumar, pero pronto me di cuenta de que eso no era para mí. Además, el alcohol me hizo bastante mal, con ataques de ira y comportamientos que no eran saludables. Sin embargo, lo importante es que entendí desde joven que el alcohol traía más dolor que satisfacciones.

Creo que en la institución he recibido mucho. He visto a personas llegar con un dolor tan grande que me ha hecho reflexionar sobre lo afortunado que soy. La pobreza que causa el alcohol es devastadora, y ver a tantos que han sido huérfanos o que han pasado necesidad por el consumo de alcohol, me ha dejado huella. Al estar aquí, me he dado cuenta de que las personas que más necesitan ayuda son las que tienen el mayor sufrimiento, y el poder de brindarles un poco de cariño, tiempo y orientación puede hacer una gran diferencia en sus vidas.

La institución, para mí, también significó una separación de mi padre, en cierto modo. Cuando era niño, muchas veces quería pasar más tiempo con él, pero su compromiso con la institución era tan grande que a veces no podíamos compartir. No obstante, cuando entró en el mundo de la carpintería y la mueblería, encontré la oportunidad de aprender junto a él y pasar más tiempo en la institución. De hecho, en esos años, nuestra clase se destacaba en manualidades porque todos veníamos aquí a hacer trabajos de carpintería y muebles.

Mi historia con la institución ha sido de aprendizaje constante. He crecido con ella, y la institución me ha dado mucho. Mi familia tiene una larga historia con el alcoholismo: de los 10 o 11 que tomaban, casi todos tenían un consumo problemático. Por eso,

cuando me di cuenta de la magnitud de este problema, comencé a involucrarme más en la ayuda. Desde pequeño, con mucha hiperactividad, participé en actividades y, a medida que crecí, entendí que lo mío era lo social y el área de la salud.

En la institución, siempre hemos trabajado con el enfoque de ayudar a las personas, brindándoles los recursos que necesitan. A veces, los gestos más pequeños de apoyo son los que tienen el mayor impacto en la vida de alguien. Recuerdo que, cuando era niño, tuve que compartir ropa y alimentos con compañeros de curso que no tenían nada. Aunque no siempre me agradaba perder algo que ya era poco para mí, entendí que lo importante era dar.

Hoy, como presidente de la institución, me esfuerzo por hacerla crecer. Creo que se necesita una mirada más amplia sobre el alcoholismo y las adicciones en general. Hoy en día, la adicción no se limita solo al alcohol, y debemos abordar todas las formas de adicción, incluyendo las drogas y otras conductas destructivas. Si bien el narcotráfico y el microtráfico son problemas complejos que no se pueden solucionar de inmediato, la capacitación y la educación son esenciales para poder hacer frente a estos flagelos.

Es crucial que la sociedad y los profesionales de la salud estén más involucrados en el tratamiento de las adicciones. Hoy, por ejemplo, se han incorporado más psicólogos y psiquiatras, pero aún hay mucho por hacer. Es necesario más personal especializado en conductas adictivas para que podamos brindar el apoyo adecuado a quienes lo necesitan. Nosotros, como institución, no somos profesionales de la salud, pero estamos comprometidos a ayudar y a brindar apoyo moral, emocional y, en algunos casos, recursos básicos como comida, ropa y trabajo.

Lo más gratificante ha sido ver el cambio en las personas que han pasado por la institución. Incluso cuando hay recaídas, siempre hay esperanza. Creo firmemente que las recaídas son parte del proceso de recuperación. Si alguien lo intenta, aunque recaiga, siempre tiene una oportunidad para seguir adelante. Además, en la institución hemos aprendido que incluso las personas que han vivido la adicción pueden convertirse en grandes profesores de vida. Hace poco, por ejemplo, tuvimos a un socio que, después de salir de la calle y del alcoholismo, se convirtió en nuestro "profesor" de música. Aunque él pensaba que no tenía las capacidades, nos enseñó a todos mucho más de lo que imaginaba.

Hoy en día, esta institución es más importante que nunca. Nos hemos dado cuenta de que todos tenemos alguna adicción, aunque no siempre esté relacionada con el

consumo de sustancias. Todos tenemos algo que nos consume, y es vital ser conscientes de esto. Por eso, necesitamos más voluntarios, personas que se atrevan a dar un poco de lo que tienen, ya que siempre hay alguien que lo necesita. Yo invitaría a todos a no dudar en entregar lo poco que creen tener, porque para otros puede ser mucho.

Creo que la oportunidad para cambiar es ahora. Hoy podemos cambiar la vida de una persona, de una familia, de una comunidad. El trabajo arduo y la dedicación a los demás nos enseñan a ser mejores personas. Así como el alcohol y las drogas destruyen, el amor, el tiempo y el apoyo pueden sanar. Esta es la oportunidad de dejar una huella en la vida de alguien y demostrar que, al final, lo que realmente importa es el impacto positivo que podamos tener en los demás.

Capítulo 4. El Impacto del Club.

A lo largo de los años, el Club de Rehabilitados ha sido un faro de esperanza para innumerables personas que luchan contra las adicciones, y su impacto va más allá de las estadísticas. Cada historia que ha pasado por sus puertas es un testimonio del poder transformador de una comunidad unida. Lo que comenzó como un esfuerzo aislado de un hombre con una visión de cambio, se ha convertido en una institución que, gracias al esfuerzo colectivo, ha tocado las vidas de muchas familias.

Desde sus inicios, el Club ha trabajado para integrar a la familia y la comunidad en el proceso de rehabilitación, comprendiendo que la recuperación no es solo un esfuerzo individual, sino uno que involucra a los seres queridos y el entorno. El apoyo mutuo, el trabajo en equipo y la solidaridad han sido los pilares de nuestro enfoque terapéutico. Con el tiempo, el Club ha formado una red de apoyo que va más allá de los participantes de los programas, involucrando a padres, hijos, hermanos, amigos y a la comunidad en general.

Este enfoque comunitario ha sido clave en el éxito de nuestra labor. En el Club, las personas no solo se rehabilitan, sino que encuentran una nueva familia. Todos los miembros se apoyan, comparten experiencias y celebran juntos cada paso hacia la recuperación. El impacto no se mide solo por las vidas rehabilitadas, sino por las relaciones que se crean en este entorno cálido y solidario. Cuando una persona sana, su sanación se extiende a sus seres queridos y al círculo que lo rodea.

Hoy, con el apoyo de entidades como Senda Previene Concepción, el Club continúa su misión, ampliando su alcance y compartiendo conocimientos sobre prevención de adicciones, llevando mensajes de esperanza y rescatando vidas antes de que el problema se agrave. Sin embargo, lo más importante sigue siendo el enfoque humano y comunitario que guía cada paso de la rehabilitación. Cada proceso es un esfuerzo colectivo que refuerza el tejido social y ayuda a construir una comunidad más fuerte y resiliente.

Capítulo 5. Mirada al futuro.

El Club mira al futuro con la firme intención de seguir siendo un espacio de apoyo incondicional donde las personas no solo encuentren rehabilitación, sino un sentido de pertenencia. Sabemos que la lucha contra las adicciones no es una batalla solitaria; es un esfuerzo colectivo en el que cada miembro, cada familia y cada red de apoyo tienen un papel crucial. La visión de un futuro próspero no solo está basada en la capacidad de brindar atención, sino en fortalecer la red de apoyo social que ha sido, y sigue siendo, esencial en el proceso de recuperación.

Además, el Club se compromete a seguir creciendo de manera inclusiva, expandiendo sus programas de sensibilización y prevención para que los sectores afectados no solo reciban ayuda cuando el problema ya está presente, sino que también prevengan la propagación de las adicciones desde sus raíces. El enfoque preventivo, que incorpora a las familias y a la comunidad, es esencial para crear una cultura de cuidado, de atención mutua, y de entendimiento sobre los efectos devastadores de las adicciones.

Para el futuro, el Club tiene el firme propósito de ampliar su red de apoyo, incorporar nuevas metodologías y recursos tecnológicos que mejoren la rehabilitación, y, sobre todo, mantener el vínculo estrecho con las familias, sabiendo que el éxito de la rehabilitación no depende solo del trabajo que hacemos dentro de las paredes del Club, sino también del compromiso y el amor de quienes rodean a cada persona que da el primer paso hacia la recuperación.

A medida que el Club sigue evolucionando, su misión de ser un refugio de esperanza y un agente de cambio social se mantiene intacta. No hay duda de que cada paso que damos hacia adelante es un paso más hacia un futuro donde las personas, las familias y las comunidades sigan encontrando la fuerza para superar sus adversidades. El futuro del Club no es solo una proyección de crecimiento institucional; es una promesa de seguir siendo una fuerza comunitaria, siempre disponible para aquellos que buscan una segunda oportunidad, una nueva vida.

Capítulo 6: Epílogo.

Mientras las páginas de Historias de Recuperación llegan a su fin, nos queda claro que este libro es solo una pequeña parte de una historia mucho más grande, la historia de cada persona que ha cruzado las puertas del Club, de cada esfuerzo colectivo que ha marcado la diferencia. Las palabras aquí escritas no alcanzan a capturar completamente la magnitud de lo que representa esta institución, ni el impacto que tiene en la vida de tantos. Pero lo que sí logran es dejar una huella: un recordatorio de que, incluso en los momentos más oscuros, siempre hay una posibilidad de renacer.

Cada testimonio refleja una lucha, una victoria personal y colectiva, una promesa de que lo que parecía perdido puede ser recuperado. El Club de Rehabilitados ha sido más que un espacio físico; ha sido un lugar de encuentro, de transformación, donde la esperanza se teje en la vida de quienes atraviesan sus puertas. En su historia se encuentran muchas lecciones: la importancia del apoyo mutuo, la valentía de enfrentar los propios demonios, y sobre todo, el valor de nunca rendirse.

Mirando hacia el futuro, es imposible no sentirse optimista. Sabemos que las dificultades seguirán existiendo, pero también sabemos que el camino que hemos recorrido juntos nos ha preparado para enfrentarlas. Cada paso hacia adelante es una muestra de lo que se puede lograr cuando un grupo se une por un propósito común. Los desafíos seguirán, pero el Club ha demostrado, una vez más, que tiene la fortaleza, la visión y el corazón para superarlos.

Este libro es solo un capítulo más en una historia que continúa escribiéndose cada día. Cada miembro, cada voluntario, y cada persona que forma parte del Club sigue siendo protagonista de esta aventura de transformación y esperanza. Mientras sigamos juntos, surgirán nuevas historias, vidas recuperadas y oportunidades de crecimiento. Porque lo que realmente importa no son las páginas que dejamos atrás, sino los pasos que damos hacia adelante. Este es solo el principio.

Capítulo 7: Agradecimientos.

A lo largo de la historia del Club de Rehabilitados, hemos contado con el apoyo de muchas personas e instituciones clave. Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a nuestro fundador, Juan Antonio Martínez, cuya visión, dedicación y sacrificio personal hicieron posible la creación del Club. Su legado sigue guiando nuestra labor en la rehabilitación y transformación de vidas.

Agradecemos a los voluntarios y colaboradores, cuyo trabajo desinteresado ha sido esencial en nuestra misión. También queremos destacar el apoyo continuo de Senda Previene Concepción, especialmente en la prevención de adicciones, así como la colaboración de las familias y seres queridos, cuyo amor y paciencia han sido fundamentales en el proceso de recuperación de nuestros miembros.

Además, agradecemos a las instituciones gubernamentales y otras organizaciones que han facilitado la expansión de nuestros programas, permitiéndonos llegar a más personas en situación de vulnerabilidad. Finalmente, gracias a todos los miembros del Club, actuales y anteriores, por confiar en nosotros y permitirnos ser parte de sus historias de superación.

Este libro refleja todo lo que hemos logrado juntos, y no sería posible sin el apoyo de cada uno de ustedes. ¡Gracias de corazón por ser parte de esta maravillosa historia!



Don Juan Antonio Martínez, fundador del Club de Rehabilitados. Su visión y esfuerzo fueron clave para el crecimiento de nuestra institución, y su legado sigue siendo una inspiración para todos nosotros

Capítulo 8: Redes de Contacto.

En este capítulo encontrará todas las formas de contacto disponibles para ponerse en comunicación con el Club de Rehabilitados. Ya sea para recibir más información, hacer consultas, solicitar apoyo, o incluso colaborar con nuestra causa, estamos a su disposición. Le invitamos a conectar con nosotros a través de los medios que mejor se adapten a sus necesidades.

A continuación, se presentan las distintas formas en las que puede comunicarse con nosotros:

- Teléfonos de contacto: +569 39113352
- Correo Electrónico: clubrehabilitadosloscopihues@gmail.com
- Dirección física del Club: Calle 4, N°555, Comunidad Los Copihues, Valle Nonguen, Concepción, Chile.
- Página web del Club: <https://centroloscopihues.cl/>

En nuestra página web encontrará información sobre nuestros servicios, recursos y cómo inscribirse en los programas de rehabilitación.

- Horarios de atención.

Martes: Tardes desde las 20:00 PM - 21:30 PM

Jueves: Tardes desde las 20:00 PM - 21:30 PM

Sábado: Tardes desde las 20:00 PM - 21:30 PM

- Redes sociales.

Puede mantenerse al tanto de nuestras actividades, eventos y novedades a través de nuestras redes sociales. Únase a nuestra comunidad en línea:

Instagram: @centroloscopihues

Capítulo 9: Galería de Recuerdos.



Encuentro deportivo de 1999 con clubes de rehabilitación de Concepción.



Fotos de convivencia de 1978 con los socios Juan Uribe, Juan Hermosilla, Carlos Bruna, Henrique Uribe, Rosalino Urrutia, Güili, Taita Neira, José Uribe, junto a sus familias.



Celebración de aniversario con los socios fundadores Carlos Bruna, Enrique Uribe y Pedro Pereira.



Paseos de fin de año de 1984 del club con los socios Ramón y Guillermina, Carmen, Cristian



1985: Juan Antonio Martínez, dueño y fundador del club; María Márquez, José Uribe y Juan Uribe, en las dependencias de la institución.



Grupo de señoras del club recibiendo diplomas por cursos de capacitación, alrededor de 1978. En la foto, se destaca Patricia Palma junto a María Márquez.



Clases de karate Kyokushin Kai para nuestros socios, con el sensei Pedro Sáez, socio encargado del Departamento de Deportes.



Curso de guitarra con los socios Raúl, Gerardo, Gustavo y Cristian.



Nuestro socio Humberto Barahona y sus enseñanzas como campeón de ping-pong.



Juegos de mesa con naipes con los socios María Márquez, Guido Cuevas, Juan Uribe y Juan Pablo.



Miembros del club disfrutando de un partido de fútbol, una experiencia que también se convierte en terapia fortaleciendo los lazos de amistad y promoviendo el bienestar a través del deporte.



Ruedos o mesas redondas con nuestro técnico en drogas y alcohol, José Miguel Carrera.

