



memoria

curso 24/25

**Centro de Orientación Familiar
San Julián**

Diócesis de Cuenca

Índice

1.	INTRODUCCIÓN.....	4
1.1.	¿QUÉ ES EL COF?	4
1.2.	IDENTIDAD Y MISIÓN	4
2.	ACOMPAÑAMIENTOS	6
2.1.	DESCRIPCIÓN.....	6
2.2.	INDIVIDUALES.....	7
2.3.	FAMILIARES.....	7
2.4.	EN DUELO	7
2.5.	EN RUPTURA.....	8
2.6.	EN RECONOCIMIENTO DE LA FERTILIDAD.....	8
2.7.	SUPERVISIÓN DE ACOMPAÑAMIENTOS.....	8
3.	PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTO PROPIO	10
3.1.	MISIONEROS DE LA MISERICORDIA.....	10
3.2.	NIÑO EQUILIBRISTA.....	11
4.	OTROS PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTO	13
4.1.	ITINERARIO PARA NOVIOS “JUNTOS EN CAMINO”	13
4.2.	“ACOMPAÑANDO CORAZONES DE BUEN PASTOR”	14
4.3.	GRUPO DE AYUDA MUTUA EN DUELO “RESURRECCIÓN”	14
5.	TALLERES DE PREVENCIÓN.....	16
5.1.	EDUCACIÓN AFECTIVA Y SEXUAL: “EDUCANDO PARA EL AMOR”	16
5.2.	DODECAEDRO: PLANIFICACIÓN DE CUIDADOS AL FINAL DE LA VIDA.....	18
6.	FORMACIÓN DE VOLUNTARIOS.....	20
6.1.	ACTIVIDADES FORMATIVAS REALIZADAS EN EL CURSO 24/25.....	20
6.2.	FORMACIÓN ESPECÍFICA DE VOLUNTARIOS.....	24
6.3.	SUPERVISIÓN DE VOLUNTARIOS.....	28
6.4.	FORMACIÓN DE NUEVOS VOLUNTARIOS.....	28
7.	ORACIÓN.....	30
8.	EL COF EN SALIDA.....	31
8.1.	PÁGINA WEB Y REDES SOCIALES.....	32
8.2.	RED DE CENTROS DE ESCUCHA SAN CAMILO.....	33
9.	CALENDARIO DEL CURSO 2024/2025	37

10. RESUMEN DE ACTIVIDADES DEL COF SAN JULIÁN EN EL CURSO 2024/2025.....42

Anexo: MEMORIA ECONÓMICA.....52

1. INTRODUCCIÓN

1.1. ¿Qué es el COF?

El Centro de Orientación Familiar San Julián es un servicio de la Diócesis de Cuenca que surge con el deseo de apoyar a las familias y a cada uno de sus miembros en momentos de especial dificultad. Para ello, ofrecemos acompañamiento inspirados en la antropología cristiana, aunque nuestros servicios están abiertos a cualquier persona que lo solicite, independientemente de sus creencias.

El COF San Julián, además, forma parte de la Red de Centros de Escucha San Camilo desde el año 2021.

1.2. Identidad y misión

- Acompañamos a las personas y a sus familias en momentos de crisis o dificultad.
- Nuestra labor se fundamenta en una antropología acorde con la visión cristiana de la persona, el matrimonio y la familia y es fiel al Magisterio de la Iglesia.
- Atendemos a cualquier persona que se acerca en busca de ayuda independientemente de sus creencias o convicciones religiosas.
- Ofrecemos una ayuda integral, contemplando todas las dimensiones de la persona.
- El COF es, ante todo, un lugar de acogida incondicional. Los voluntarios practicamos la misericordia y recibimos a quien se acerca a nosotros con humildad.
- Seguimos el estilo del “buen samaritano” que no juzga, no cuestiona, sino que acompaña en el camino de sanación, con el convencimiento de que es Cristo quien, en definitiva, cura nuestras heridas.
- Nuestra labor se fundamenta en dos pilares: la oración y la formación: Rezamos por todos los que se acercan a nosotros en busca de ayuda, y para desarrollar nuestra labor con competencia estamos en constante formación.
- La tarea del COF se fundamenta en el trabajo gratuito realizado por los voluntarios. Éstos desarrollan su labor de acompañamiento atendiendo a las personas y familias que acuden en busca de ayuda. El COF les ofrece formación inicial y continuada a fin de que puedan responder con competencia a su misión.

2. ACOMPAÑAMIENTOS

2.1. Descripción

Finalidad y destinatarios del proyecto.

El principal servicio que hace el COF es la **acogida y el acompañamiento** a las personas y familias que atraviesan situaciones de dificultad o sufrimiento. Se distinguen diferentes tipos de acompañamiento en función de quién es atendido (el individuo o la familia) y el motivo u origen del sufrimiento (duelo, ruptura, etc.). Más adelante, se desarrolla cada uno de ellos.

¿Cómo se lleva a cabo?

- La **demand** se recibe por vía telefónica o presencialmente, en Cuenca o Tarancón. En este primer contacto, la persona que solicita ayuda explica brevemente su situación y, teniendo en cuenta su disponibilidad, se agenda una primera sesión de acogida.
- En la primera **sesión de acogida**, el coordinador del centro, acompañado por un voluntario, recibe a la persona que pide ayuda, normalmente de forma presencial. En esta sesión, se recoge información más detallada sobre la situación que atraviesa la persona, su origen y desarrollo, personas de apoyo, expectativas o posibles objetivos. Después, se asigna el caso a un voluntario.
- El **acompañamiento** se desarrolla con el voluntario asignado en sesiones de una hora, con frecuencia semanal o quincenal y en la modalidad presencial (en Cuenca o Tarancón) o a distancia (online o telefónico). El número de sesiones varía en función de las necesidades, complejidad y evolución de la situación de sufrimiento. A lo largo de este proceso, se llevan a cabo **supervisiones** con el fin de garantizar el bien del acompañado y de la persona que acompaña.
- En todo momento se mantiene una mirada sobre la persona en su integridad, basada en una **antropología adecuada**.
- La **escucha activa y la acogida incondicional** constituyen los pilares fundamentales de todo acompañamiento.
- Durante todo el proceso, estamos comprometidos con la **confidencialidad** y el cumplimiento de la ley de protección de datos.

¿Cuándo se ofrece?

El servicio de acompañamiento del COF San Julián está en funcionamiento durante **todo el año**. Existe una persona encargada de atender las llamadas y gestionar las peticiones de acompañamiento, de forma que siempre es posible agendar una primera sesión de acogida. Una vez que se inicia el acompañamiento, su frecuencia y continuidad durante las vacaciones queda sujeta a la disponibilidad del voluntario encargado de cada caso. Ante todo, se asegura que ninguna situación grave o urgente quede desatendida.

Voluntarios colaboradores

El equipo está formado por voluntarios formados en **acompañamiento**. El COF cuenta con un itinerario de formación inicial que abarca cuestiones referidas a la **identidad** del COF y a las **competencias** necesarias para acompañar. Además, muchos de los voluntarios realizan los cursos de counselling, acompañamiento familiar y heridas afectivas ofertados por el *Centro de Humanización de la Salud* de los Camilos y el *Instituto da Familia*. A lo largo del curso se promueve también la participación en las actividades formativas del COF (descritas más adelante) y la lectura de libros o documentos que permiten ahondar en las diferentes realidades atendidas en los acompañamientos (crisis matrimoniales, duelo, ruptura, adicciones, educación de los hijos, trabajo con la autoestima, etc.).

Durante este año, 17 voluntarios han participado de forma activa en este programa.

2.2. Acompañamientos individuales

Son acompañamientos en los que se atiende a una sola persona. En el proceso ayudamos a que la persona pueda reconstruir su historia y descubra sus heridas para integrarlas y sanarlas. Es el propio individuo quien, acompañado por el voluntario acompañante, analiza su situación y se ve impulsado a poner en marcha las habilidades necesarias para protagonizar un cambio y seguir adelante de forma autónoma.

La mayoría de acompañamientos que se llevan a cabo actualmente se incluyen dentro de este tipo.

2.3. Acompañamientos familiares

Son acompañamientos en los que se atiende a un matrimonio, a varios miembros de la familia o a esta en su totalidad. El proceso está orientado al crecimiento y maduración integral de cada una de las personas y de toda la familia. Para ello, se analizan las fortalezas, debilidades y necesidades individuales y familiares. Progresivamente se impulsa un proceso de cambio, trazando un plan de acción, con objetivos concretos orientados a un ideal previamente definido entre todos los implicados. El COF facilita un espacio de neutralidad donde todos los miembros de la familia pueden expresarse y ser escuchados con respeto.

Esta forma de acompañamiento es menos frecuente que la individual, si bien es cierto que está cada vez más presente. Como COF valoramos especialmente su riqueza por la posibilidad de comunicación y encuentro que ofrece. Además, constituye una herramienta de prevención para otras crisis.

2.4. Acompañamientos en duelo

El duelo es el proceso de adaptación e integración que atraviesa el ser humano tras una pérdida. Es una experiencia universal que nos afecta a todos pero cada persona lo vive de forma única. Afecta a todas las dimensiones: física, emocional, cognitiva, conductual, relacional y espiritual.

Se altera nuestra red de vínculos, y nos enfrenta a preguntas difíciles de responder. En ocasiones es necesario un acompañamiento para atravesar las diversas etapas de duelo y evitar que se enquiste. En este proceso el acompañante camina al lado del doliente, promoviendo que éste adquiera protagonismo y pueda descubrir los propios recursos para ponerlos en activo.

Acompañamos todos los tipos de duelo: por fallecimiento, por pérdida de un trabajo, por enfermedad, duelo migratorio etc. Aunque no siempre es el motivo por el que inicialmente se demanda la ayuda, es frecuente que a lo largo del acompañamiento aparezcan duelos no resueltos que están influyendo en la situación actual de la persona.

2.5. Acompañamiento en ruptura

En este tipo de acompañamiento acogemos a quienes han vivido la dolorosa situación de una separación o divorcio, dando respuesta así al llamado de la Iglesia: *«Un discernimiento particular es indispensable para acompañar pastoralmente a los separados, los divorciados, los abandonados. Hay que acoger y valorar especialmente el dolor de quienes han sufrido injustamente la separación, el divorcio o el abandono, o bien, se han visto obligados a romper la convivencia [...]. El perdón por la injusticia sufrida no es fácil, pero es un camino que la gracia hace posible. De aquí la necesidad de una pastoral de la reconciliación y de la mediación, a través de centros de escucha especializados que habría que establecer en las diócesis»* (Papa Francisco, *Amoris Laetitia*, 242).

Por su naturaleza de “pérdida”, podría considerarse un tipo de acompañamiento en duelo; sin embargo, le concedemos un espacio específico por sus características peculiares y alta prevalencia.

2.6. Acompañamiento en Reconocimiento de la fertilidad

A través de este proyecto pretendemos dar a conocer los **métodos naturales** para reconocer y regular la fertilidad, ayudando a la pareja a integrarlos en su vida sexual. A diferencia de otros métodos anticonceptivos, la regulación natural de la fertilidad es una responsabilidad común de la pareja y, por tanto, promueve el conocimiento mutuo y la unión de los esposos. Además, estos métodos ayudan a comprender el funcionamiento del organismo de la mujer y pueden resultar esclarecedores a la hora de afrontar momentos de mayor «anormalidad»: lactancia, premenopausia, postpíldora, etc.

La demanda de este acompañamiento es cada vez mayor, en parte gracias a la difusión que se hace en los cursillos matrimoniales y a la experiencia de los usuarios.

Detectada la urgente necesidad y siendo conscientes del bien que puede hacer, parece oportuno ampliar este servicio y promover, además, los talleres formativos sobre los métodos naturales.

2.7. Supervisión de acompañamientos

Dentro de los acompañamientos, un aspecto esencial es la **supervisión de casos**. La supervisión tiene como objetivo **garantizar** que el acompañamiento se está llevando a cabo con **competencia**

y de acuerdo con nuestra **identidad**. Para ello, se ofrece un espacio para reflexionar sobre el trabajo que se está llevando a cabo en las sesiones, plantear dudas, analizar conflictos éticos o personales y buscar herramientas. Al mismo tiempo, las reuniones de supervisión dan respuesta a la necesidad de “acompañar al que acompaña”, ofrecer al voluntario un espacio para ser escuchado, dejarse confrontar, explorar cómo está viviendo el acompañamiento, de qué modo le afecta y por qué.

En el COF, existen dos modalidades de supervisión: **individual**, solo con la supervisora, y **grupal**, con la supervisora y otros voluntarios. Las dos constituyen una oportunidad de aprendizaje y promueven el crecimiento del acompañante, aunque la supervisión grupal exige un esfuerzo extra al tener que “exponerse” ante otros voluntarios y, por tanto, la participación en ella suele ser menor. Como centro, queremos hacer nuestra la convicción de que “la supervisión es exponerse para mejorar desde un lugar seguro” (Belda, 2025). Durante el curso 2024-2025, en el centro se han realizado **42 supervisiones individuales y tres grupales**.

Además, los voluntarios del COF también cuentan con la posibilidad de participar en las **supervisiones grupales de la Red de Centros de Escucha San Camilo**, a la que pertenece desde 2021. Estas están coordinadas por profesionales con experiencia y expertos en counselling del Centro de Humanización de la Salud.

3. PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTO PROPIO

3.1. Misioneros de la Misericordia

Descripción y finalidad y destinatarios del proyecto.

El proyecto surge para dar respuesta a la necesidad de acompañamiento en el discernimiento de una posible **nulidad eclesiástica**. Está dirigido a personas separadas o divorciadas de la diócesis que se plantean la posibilidad de acceder al Tribunal Eclesiástico, para solicitar la nulidad de su matrimonio roto.

¿Cómo se lleva a cabo?

Este tipo de acompañamiento es llevado a cabo por un **equipo pastoral** denominado *Misioneros de la Misericordia*, surgido tras el desarrollo que procede de los Procesos recogidos en el Código de Derecho Canónico y su modificación en el Motu proprio *Mitis Iudes Dominus Iesus*.

Dicho equipo actúa siguiendo las pautas descritas en un documento de elaboración propia llamado **Directrices del Equipo Misioneros de la Misericordia**. Cada sesión tiene como base la oración con la Palabra, la escucha activa y el acompañamiento propiamente dicho apoyados en las técnicas aprendidas del counselling.

Habitualmente los casos llegan a través de algún sacerdote que se dirige personalmente al sacerdote que forma parte del equipo. A partir de ese momento se agenda una reunión con la persona interesada en la que se le explica cómo se desarrollará el proceso.

A lo largo del proceso la propia persona va describiendo en un escrutinio su situación de ruptura matrimonial, junto al equipo que acompaña. Al final de este escrutinio, si procede, se lleva a cabo la demanda de nulidad. Es un proceso de integración del sufrimiento, para confortar a la persona, y ayudar a su propia regeneración. Lo principal no es determinar la causa de la nulidad, aunque pericialmente se intuya, ya que es la persona quien llega a comprender, por ella misma, dicha causa.

Durante este curso las **actuaciones concretas** que se han llevado a cabo han sido: ofrecer información a personas divorciadas de distintas parroquias diocesanas, que quieren discernir la posible nulidad de su matrimonio roto y el acompañamiento a dos personas que han recibido la sentencia de que no consta su nulidad.

Voluntarios colaboradores

Hasta principios de este curso el proyecto se ha desarrollado con la actuación de un equipo multidisciplinar formado por un sacerdote, un abogado y una trabajadora social, que a su vez hacía de coordinadora. Tanto el sacerdote como la abogada han cursado el Experto en Acompañamiento y Mediación impartido desde la Archidiócesis de Valencia (SAMIC). En la actualidad, dicho equipo está en proceso de reestructuración.

3.2. Niño equilibrista

Descripción, finalidad y destinatarios del proyecto.

El programa Niño Equilibrista tiene como objetivo **acompañar a los hijos de padres separados** y ayudarles a integrar el proceso de ruptura que atraviesa la familia. Se pretende que lleguen a entender que tras el divorcio de sus padres siguen teniendo una familia. Para los padres, creemos que puede ser ocasión para, dentro de su sufrimiento, conceder un espacio al dolor que viven sus hijos.

¿Cómo se lleva a cabo?

El proyecto está pensado para desarrollarse a través de una serie de **talleres grupales**. Partiendo de unos temas propuestos, elaborados por el equipo, los adolescentes comparten sus propias experiencias a través de dinámicas participativas, en un clima de amistad y confidencialidad, donde cada uno puede ser libre de expresar lo que siente y piensa sin ser juzgado. De este modo, se favorece el desahogo emocional y la expresión de sentimientos. Asimismo, se trabaja la propia autoestima y se entrenan estrategias adaptativas de afrontamiento.

El año pasado se intentó poner en marcha una experiencia piloto pero surgieron dificultades como la heterogeneidad en la edad de los chicos que se interesaron, y la necesidad de la autorización de los dos progenitores en menores de 16 años (con frecuencia, resulta difícil conseguir las dos).

Durante este curso se han llevado a cabo las siguientes **actuaciones**:

1- Se ha difundido un **uestionario** a través de conocidos y de Redes sociales con el objetivo de recoger algunos datos sobre el sentir de los adolescentes y jóvenes que han vivido y viven la experiencia de la ruptura de sus padres. Puede consultarse a través del siguiente enlace

<https://forms.gle/9VVvViQGmFmr7gXYA>

Han respondido 33 personas, la mayoría de Cuenca, pero también de otros lugares de España y uno extranjero. Los datos más significativos que se recogen son los siguientes:

- La mayoría de quienes responden son mujeres, de modo que para conocer el sentir de los varones deberíamos acudir a otros medios o incidir en la difusión en este sector de la población.
- La mayor parte de los encuestados son católicos.
- Los sentimientos más frecuentes son: culpa, tristeza, frustración y vacío.
- Se señala como lo más doloroso percibir el sufrimiento de sus padres, que los padres no hayan intentado la reconciliación, la culpabilización del otro cónyuge de lo ocurrido, la soledad al vivir en silencio la situación, la disyuntiva constante de tener que optar por

uno u otro de los progenitores, asumir que la convivencia ya no será juntos, ver que la familia cambia con la irrupción de nuevas parejas e incluso hermanos...

- El 90% de los encuestados manifiestan que participarían gustosos, si se les ofreciera un espacio confidencial entre iguales para poder compartir libremente.

Estos datos, entre otros, nos animan a considerar el proyecto como útil y necesario. Falta ir viendo el modo de poder materializarlo, sobre todo con los más jóvenes.

2- Se ha formado un **grupo con universitarios** constituido por 4 chicas y un chico, bastante heterogéneo, con edades comprendidas entre los 19 y 23 años. Proceden de diversos lugares de la geografía española (Albacete, Cuenca, Canarias, Navarra, Teruel y Alicante). Se ha configurado como un **grupo de ayuda mutua** con vida propia: nacimiento, establecimiento de vínculos, consecución progresiva de transparencia y espontaneidad y avance hacia sus propios intereses.

Las sesiones se han caracterizado por ser muy dinámicas y participativas. En ellas, se han puesto de manifiesto las siguientes cuestiones:

- La común necesidad de poder expresar temas que no habían compartido con nadie y las muchas cuestiones que cuesta digerir: familia que se parte, reparto de días, reparto de vacaciones, aceptación de nuevas parejas...
- Se constatan patrones generales, pero también muchas particularidades y la necesidad de individualizar alguna de las sesiones.
- En grupo es más fácil que salgan cosas, pero también es más difícil abordar otras.
- Los materiales elaborados por el equipo de voluntarios han tenido que adaptarse lo cual ha sido ocasión para madurar los temas.

Para los participantes, ha sido una oportunidad única, pues apenas habían tenido ocasión de tomar conciencia y, menos aún, compartir los aspectos más profundos de esta experiencia. Para nosotros, ha sido una ocasión para madurar los temas y reafirmarnos en la necesidad de brindar ayuda a quienes han sido marcados por esta vivencia. La experiencia ha sido enriquecedora y la valoración por parte de los participantes ha sido positiva.

Voluntarios colaboradores

El proyecto ha sido desarrollado por un **equipo multidisciplinar** formado por una trabajadora social, un psicopedagogo, psicólogos, abogados y personas que han vivido la ruptura en su familia. Además, la procedencia geográfica de los componentes del equipo es bastante dispar: Barcelona, Valencia, Málaga, Cuenca, Segovia, Méjico..., lo que ha obligado a trabajar sobre todo de forma online.

4. OTROS PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTO

4.1. Itinerario para novios “Juntos en Camino”

Descripción, finalidad y destinatarios del proyecto.

Este itinerario, organizado por el **COF San Julián y las Delegaciones de Familia y Vida y la de Juventud**, está coordinado por un matrimonio joven y las sesiones son impartidas por un equipo de matrimonios.

Este curso, debido a la cantidad de actividades que han tenido lugar en la Diócesis, no se ha podido crear un grupo de novios como tal, por lo que el matrimonio coordinador ha realizado acompañamientos individuales a las parejas que han mostrado interés.



¿Cómo se lleva a cabo?

Las sesiones son **impartidas por distintos matrimonios** con la finalidad de **dar testimonio y ayudar** a las parejas de novios a afianzar su relación y a **discernir sobre su vocación al matrimonio situando a Dios en el centro**.

Las charlas consisten en una exposición del tema acompañada de dinámicas que propician la participación y que los participantes puedan plantear inquietudes. Las sesiones terminan con un picoteo distendido que facilita comentar sobre cuestiones relacionadas con sus vidas, intereses, preocupaciones y dudas sobre lo hablado.

El itinerario consta de 8 sesiones de 1h y media de duración cada una:

1. Amor y mitos.
2. Etapas del noviazgo.
3. Iguales en la diferencia, hombre y mujer.
4. Respetar, aceptar y amar. 16 marzo
5. Comunicación.
6. Sexualidad.
7. Paternidad responsable.
8. Vocación.

¿Dónde y cuándo se ofrece?

En la parroquia de San Fernando, un sábado al mes.

Voluntarios colaboradores

Matrimonio coordinador y matrimonios colaboradores (uno por sesión) que realizan un voluntariado en el COF San Julián y/o en la Delegación de Familia y Vida.

4.2. Acompañando corazones de Buen Pastor

Descripción, objetivo y destinatarios del proyecto

El proyecto tiene su origen en la inquietud de un grupo de jóvenes de Effetá por hacer algún voluntariado en el seno de la Iglesia. Dicha inquietud se ha materializado en **acompañar a sacerdotes mayores de la Diócesis** y rezar por ellos estableciendo una hora de adoración. Desde el COF, se ha proporcionado una estructura básica de trabajo, formación, gestión de contactos y asignación de sacerdotes voluntarios.

El acompañamiento se fundamenta en varios pilares: la importancia de la vida de las personas mayores, la necesidad de que los sacerdotes mayores se sientan amados de forma concreta, el imperativo de que vean reconocida su labor, que sepan que son significativos y se sientan apoyados por la oración de un grupo de jóvenes.

¿Cómo se lleva a cabo?

El equipo se ha puesto en marcha con dos coordinadores a través de quienes se ha establecido el vínculo con el COF y que, paralelamente, se han puesto en contacto con los voluntarios acompañantes.

¿Dónde y cuándo se ofrece?

La propuesta está pensada para llevarla a cabo a lo largo del curso aunque quizá sea en periodo vacacional cuando los jóvenes dispongan de más tiempo. La idea es poder ofrecer este acompañamiento a los sacerdotes de toda la Diócesis.

Voluntarios colaboradores

El número de voluntarios interesados en origen fue una veintena de jóvenes de los cuales solo un 25% ha podido implicarse de lleno.

El proyecto es incipiente y como tal está aún en fase de consolidación.

4.3. Grupo de ayuda mútua en duelo “Resurrección”

Descripción, finalidad y destinatarios del proyecto.

El Grupo Parroquial de Mutua Ayuda “Resurrección” fue creado por el padre Mateo Bautista, Religioso Camilo en 1993, con el fin de generar un espacio sólido de **contención emocional** y de **evangelización** en uno de los momentos más críticos de la existencia de las personas: la muerte de un ser querido. Se ideó esta iniciativa pastoral, enmarcada en la Comisión Episcopal de Pastoral de la Salud, con el fin de ser un instrumento útil para la Iglesia diocesana.

¿Cómo se lleva a cabo?

A comienzo de curso se difunde a través de conocidos y Redes sociales la creación de un nuevo grupo de ayuda mutua en duelo. Los interesados contactan con los coordinadores, se les hace

una entrevista inicial con la idea de conocer el perfil de las personas que desean participar y también para informar sobre el funcionamiento del grupo.

Actuaciones concretas: durante este curso, ha funcionado un grupo desde febrero a mayo, con un total de 12 encuentros y han participado 12 personas.

Al final de la trayectoria como grupo y tras realizar la evaluación, los dolientes han valorado un avance positivo en su proceso de duelo, han señalado la calma que cada encuentro les ha aportado y han hecho notar la importancia de sentirse apoyados, comprendidos y escuchados semana tras semana. La lectura bíblica de cada sesión ha contribuido a tomar conciencia, además, que el ejemplo de Jesucristo, muerto y resucitado, es la base de nuestra esperanza. Además, la visita en el mes de mayo del Padre Mateo, fundador de los grupos Resurrección, ha supuesto un buen empuje para seguir adelante.

¿Cuándo y dónde se ofrece?

Se ofrece una o dos veces en un curso en función de la demanda. Las reuniones tienen lugar en la **parroquia de San José Obrero en Cuenca**, durante 9 meses.

Voluntarios colaboradores

Los grupos de ayuda mutua "Resurrección" están directamente vinculados al COF porque nacieron bajo su amparo en 2022. Una persona interesada, tras conocerlo en TV, acudió al COF para proponer que se instituyera un grupo. Buscando información vimos que son grupos vinculados a parroquias, fue Don Joaquín Ruiz, párroco de San José obrero, y Raquel Álvarez quienes pusieron en marcha el proyecto en Cuenca en 2022. Desde entonces el COF apoya en la difusión y, en su caso, derivando a alguna persona.

5. TALLERES DE PREVENCIÓN

5.1. Educación afectiva y sexual: Educando para el amor.

Destinatarios del proyecto.

Padres, madres y catequistas que quieran ofrecer a sus hijos o catecúmenos respuestas a las preguntas que plantean sobre temas de afectividad y sexualidad, que quieran tender puentes para iniciar un diálogo sobre los temas fundamentales de la vida en un ambiente basado en la confianza mutua.

Aquellas ideas que responden por primera vez a las inquietudes de los niños son especialmente bien acogidas, "se clavan hondo" en un terreno fértil y dispuesto para hacerlas suyas. Los padres están llamados a ser los primeros en llegar al corazón de sus hijos y ofrecerles las respuestas que necesitan para que le pasen cosas buenas.



Descripción y finalidad.

En estos talleres ofrecemos herramientas, teoría y casos prácticos para animar y facilitar a los padres que inicien un diálogo con sus hijos sobre temas de afectividad y sexualidad, y crean un ambiente de confianza para poder acoger y responder las preguntas que plantean los niños desde pequeños.

¿Cuándo se ofrece?

Durante todo el año, a demanda de los colegios, parroquias, movimientos,... A principio de curso se distribuyeron unos folletos informativos ofertando el itinerario flexible.

Actuaciones llevadas a cabo durante este curso 24/25:

1. TALLERES EN EL COLEGIO NTRA. SRA. DE LAS MERCEDES. TARANCÓN. 22 de enero y 5 y 12 de febrero de 2025.

Destinatarios: todos padres del colegio. 3 sesiones de 2 horas de duración cada una.

Total: 6 horas. Asistentes: 5 madres de alumnos del colegio.

Se impartieron las siguientes sesiones:

1. La importancia de la educación afectivo sexual en casa.
2. Relaciones sexuales y cómo es nuestro cuerpo.
3. Prevención del abuso sexual infantil.



2. TALLERES EN LA PARROQUIA DE SAN ESTEBAN. CUENCA. *De enero a abril de 2025.*

Se realizaron 5 sesiones, 1 sábado al mes, de 1h y media de duración cada una. Total: 7 horas y media.

Estos talleres se ofrecieron a los padres de los niños que asisten a catequesis y al público en general, ya que se difundieron en redes sociales.

La asistencia ha sido variable, dependiendo de cada sesión. En unas han asistido presencialmente unas 5 personas y en otras 15. Además, 3 personas han seguido las sesiones online.



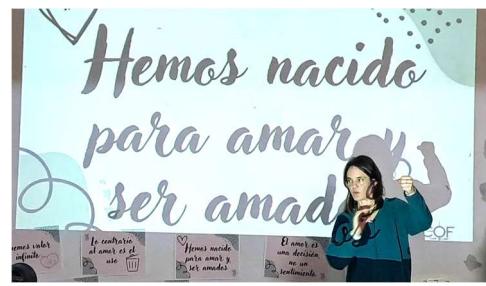
- 25 ene La importancia de la educación afectivo sexual en casa. ¿Qué es la educación para el amor?
 15 feb ¿Cómo es nuestro cuerpo?
 ¿Cómo explicar las relaciones sexuales?
 08 mar ¿Cómo fortalecer la identidad personal?
 22 mar Prevención del consumo de pornografía y del abuso sexual infantil
 26 abr La Teología del Cuerpo

⌚ 17:30-19:00

📍 Parroquia San Esteban. Cuenca



cofsanjulian.es



3. TALLER PARA JÓVENES EN LA PARROQUIA DE SAN FERNANDO. CUENCA. *Marzo de 2025.*

Se impartió la sesión sobre “*El valor de la espera*” en el grupo de jóvenes de la parroquia en el horario habitual de sus reuniones.

Localización

Nos desplazamos a las parroquias o colegios que lo soliciten. Podemos realizar los talleres de forma presencial u online.

Metodología

El itinerario “Educando para el amor” consta de **8 sesiones independientes**. Es un **itinerario flexible** en el que **nos adaptamos al horario y necesidades del grupo que lo solicita**. Contamos

con la experiencia de haber impartido estos talleres durante dos cursos académicos en colegios, parroquias y en la sede del COF.

TEMARIO

1. La importancia de la educación afectivo sexual en casa. Los 5 lenguajes del amor.
2. ¿Qué es la educación para el amor? La estrella de la vida.
3. ¿Cómo es nuestro cuerpo? ¿Cómo se lo explico a mis hijos?
4. ¿Cómo hablo con mis hijos de las relaciones sexuales?
5. ¿Cómo fortalecer la identidad personal?
6. Prevención del consumo de pornografía
7. Prevención del abuso sexual infantil.
8. Teología del Cuerpo: estamos hechos para amar y ser amados.

Voluntarios colaboradores

En el curso 24/25 el COF ha desarrollado estos talleres un equipo muy competente con gran capacidad de trabajo, formado por cuatro voluntarias enfermeras y otras dos voluntarias de otras profesiones, todas ellas formadas en afectividad y sexualidad. Las personas que componen este equipo son monitoras Teen Star, algunas son monitoras del Método Sintotérmico y Billings y otras se han formado en Aprendamos a Amar de la UFV, entre otros.

5.2. Planificación de cuidados al final de la vida: Dodecaedro

Descripción finalidad y destinatarios del proyecto.

Todos planificamos acontecimientos de nuestra vida que suponemos que van a suceder, anticipándonos a esas situaciones para evitar la improvisación.

Con la **Planificación Anticipada de Cuidados** acompañamos para que las personas puedan tomar decisiones acerca de los momentos más frágiles de su vida: la enfermedad y la muerte. Consideramos que es importante poder decidir hasta el final cómo queremos que nos cuiden, qué preferencias tenemos y cuáles son nuestros deseos. Si comunicamos estas decisiones a quienes van a cuidar de nosotros (nuestra familia, nuestros seres queridos y el equipo sanitario que nos atienda) mejoraremos nuestra calidad de vida y facilitaremos a los que nos rodean un final más llevadero.



Una herramienta muy útil, para este propósito es el **“Dodecaedro de la planificación anticipada de cuidados”**. El Dodecaedro es el resultado de un proyecto de investigación iniciado en 2016

en pacientes con enfermedad crónica compleja y avanzada. Fue diseñado por el Dr. Christian Villavicencio y el equipo de. En el COF San Julián nos hemos formado con esta fundación para poder ofrecer esta forma de planificar mejor los cuidados en el final de la vida o en la enfermedad.

¿Cómo se lleva a cabo?

Mediante una conversación distendida y, apoyados en el material que ofrece la fundación Caredoctors, se realiza dicha planificación gestionando de modo más consciente y humano las situaciones de fragilidad.

Actuaciones concretas

En este curso se ha llevado a cabo un **taller práctico** (en grupo), con la finalidad de explorar las propias preferencias y deseos ante una hipotética situación de final de la vida.

Esta actividad fue valorada muy positivamente por los participantes y permitió además, constatar la pertinencia de abordar el duelo preventivo de la vejez así como el acompañamiento a las personas que se ven involucradas en situaciones de especial vulnerabilidad, bien por la propia vivencia o por ejercer el papel de cuidador. Número de participantes: 9 personas. Duración 2 horas.

Del propio taller surgió el acompañamiento individualizado de una familia.

¿Cuándo y dónde se ofrece?

Solemos ofrecerlo una vez al año en el COF aunque estamos abiertos a ofrecerlo a demanda en cualquier lugar que se nos solicite.

Voluntarios colaboradores

Una de nuestras voluntarias, enfermera, se ha formado con el doctor Christian Villavicencio y el equipo de Caredoctors (www.fundacioncaredoctors.org) para poder ofrecer este servicio de acompañamiento en la planificación de cuidados en el final de la vida o en la enfermedad.



6. FORMACIÓN DE VOLUNTARIOS

6.1. ACTIVIDADES FORMATIVAS REALIZADAS

6.1.1. Encuentros de formación fe y vida: Contra corriente. La Doctrina Social de la Iglesia. Una propuesta a favor del ser humano.

Se han impartido **9 charlas mensuales**, de octubre a junio, por parte de expertos en la Doctrina Social de la Iglesia: teólogos, profesores de distintas universidades, escritores, matrimonios, laicos, sacerdotes y el obispo de Segovia, entre otros.

Se han abierto a la Diócesis y se han emitido y grabado en el canal de Youtube del COF.

La asistencia media ha sido entre 20 y 50 personas en cada sesión.

Esta formación tiene como objetivo abrir el COF a la Diócesis y contribuir a la común tarea evangelizadora, como Iglesia que somos.



El calendario de encuentros ha sido el siguiente:

- 25 octubre 2024: **1. La persona humana y sus derechos.** *D. Ángel Moreno Sancho.*
- 30 noviembre 2024: **2. Los principios de la Doctrina Social de la Iglesia.** *D. Juan José Pérez-Soba Diez del Corral.*
- 20 diciembre 2024: **3. La familia, célula vital de la sociedad.** *Yolanda Calonge y José María Alcalde.*
- 24 enero 2025: **4. La dignidad del trabajo humano.** *Antonio Barnés Vázquez*
 - 28 febrero 2025: **5. La comunidad política.** *Raúl Mayoral Benito.*
- 28 marzo 2025: **6. La actividad económica al servicio del hombre.** *D. Jesús Vidal Chamorro.*
 - 24 abril 2025: **7. La comunidad internacional.** *Antonio Alonso Marcos.*
 - 30 mayo 2025: **8. La promoción de la paz.** *D. Julio Martínez Martínez SJ.*
 - 27 junio 2025: **9. Salvaguardar el medio ambiente.** *Olivia Núñez Orellana.*



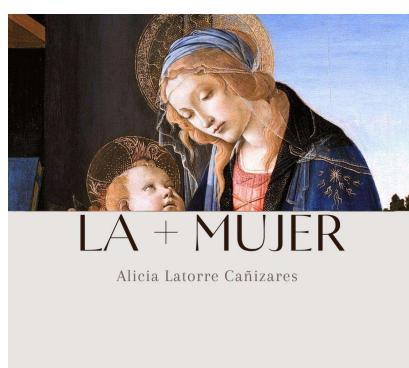
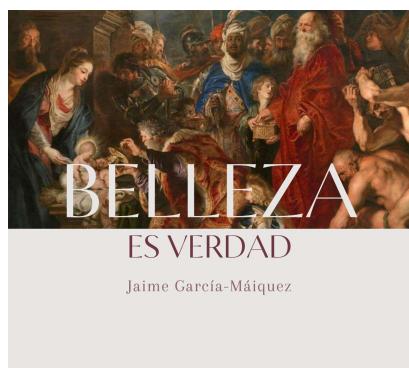


6.1.2. Ciclo de conferencias sobre el reconocimiento del valor de nuestra dimensión humana.

Este curso 2024/2025, las charlas del COF en la Biblioteca Pública del Estado Fermín Caballero (Glorieta González Palencia 1, Cuenca) se han desarrollado en torno al valor y el reconocimiento de nuestra condición humana. Han asistido a las mismas alrededor de 40 personas, y se han emitido en directo en nuestro canal de Youtube.

La propuesta ha sido la siguiente:

- **“Belleza es verdad”.** Jaime García-Máiquez, investigador en el Gabinete de Documentación Técnica del Área de Restauración del Museo del Prado. *7 de noviembre de 2024.*
- **“El hijo producto”.** Coro Samblas, esposa y madre de 8 hijos, cinco de los cuales adoptados con necesidades especiales. Fundadora de «Matunda Familia». *6 de marzo de 2025.*
- **“La + mujer”.** Alicia Latorre, presidenta de la Federación Española de Asociaciones Provida y madre de 7 hijos. *15 de mayo de 2025.*



6.1.3. Jornada de Formación anual: Acompañamiento a la familia afectada por la adicción de alguno de sus miembros.

Esta actividad se planteó ante la necesidad de formación en este ámbito dado el aumento de la demanda por parte de familias afectadas.

Se contó con la participación de asociaciones locales y pudimos conocer los recursos de ayuda que ofrecen. Alfonso Moreno Merino, del Centro de Escucha de Toledo, nos inició en el conocimiento del enfoque CRAFT, una propuesta para el acompañamiento a familias desde los Centros de escucha.

Fecha de realización: 5 de abril de 2025.

Número de participantes: 20-25 personas.



6.1.4. Conferencia sobre la Naprotecnología. Dra. Helena Marcos Martín.

Actividad organizada conjuntamente con la Delegación de Familia y Vida.

A propósito de la Jornada de la vida, este curso hemos querido dar a conocer la naprotecnología, o Tecnología de Procreación Natural, enfoque médico centrado en la salud reproductiva y el tratamiento de la infertilidad de manera natural, sin recurrir a técnicas de reproducción asistida. Se basa en la identificación y tratamiento de las causas subyacentes de los problemas de fertilidad, tanto en hombres como en mujeres, mediante métodos que respetan la fisiología natural. Dicha conferencia se celebró el 26 de marzo de 2025 en la Biblioteca Pública Fermín Caballero. Número de asistentes: 20 personas



6.2. Formación específica de voluntarios

6.2.1. Cursos online becados (100%) por el Centro de Humanización de la Salud

- **Counselling en el ámbito de la pareja. Cómo construir la intimidad relacional en el ámbito de la pareja.** Marzo de 2025. 9 horas. Benito del Rincón. Se dio la opción de poder seguir el curso a todos los voluntarios interesados y se pasó la grabación. También lo cursa Amparo Cuevas con 25% de descuento. A su cargo)
- **Actitudes para el acompañamiento compasivo.** Mayo -junio de 2025. 9 horas. La voluntaria a quien estaba asignado no pudo hacerlo, se ofreció a otros voluntarios pero, finalmente, lo cursó una de las trabajadoras. El material y grabaciones están a disposición.

6.2.2. Cursos online del Centro de Humanización de la Salud (25% de descuento)

Lamentablemente, este curso el Centro no ha ofrecido los cursos básicos sobre counselling y duelo (modalidad online) que solíamos ofrecer a quienes han completado la formación para nuevos voluntarios.

Se han cursado los siguientes (becados por el COF):

- **Supervisión de casos: la rabia en el duelo.** Marzo de 2025. 4 horas.
- **Supervisión de casos: duelo complicado y cronificado.** Abril de 2025. 4 horas.
- **Supervisión de casos: la culpa en el duelo.** Mayo de 2025. 4 horas.
- **Motivación y automotivación.** Julio de 2025. 9 horas.

6.2.3. Seminarios y talleres gratuitos del Centro de Humanización de la Salud

- **Cómo caminar de la culpa al perdón en la elaboración de pérdidas.** Noviembre de 2024. 2 horas.
- **Jornadas sobre duelo.** Tres Cantos. Presencial. Noviembre de 2024.
- **Crecimiento postraumático tras el abuso. Experiencias de resiliencia y esperanza.** Enero de 2025.
- **Nuevas adicciones y humanización.** Mayo de 2025. 2 horas.

6.2.4. Otras formaciones

- **Acompañamiento en Duelo Migratorio** (a cargo de Valentín Rodil, organizado por Cáritas Cuenca). 10 horas.
- **Claves para el acompañamiento a familias en situaciones complejas** (a cargo de Encarnación Calvache, organizado por Cáritas Cuenca). 10 horas.
- **El peaje de las adicciones (FAD).** De abril a agosto de 2025. Ofertado a todos los voluntarios.
- **Protocolo en el acompañamiento matrimonial (SAMIC).** Junio de 2025. 2 horas.
- **¿Cómo prevenir crisis matrimoniales? La pastoral familiar, un posible camino (SAMIC).** Junio de 2025. 2 horas.

- **Mitis Iudex, diez años después. ¿Y ahora qué?** (SAMIC). Junio de 2025. 2 horas.
- **Cómo dar estabilidad y amor a los hijos cuando la familia sufre.** (SAMIC). Junio de 2025. 2 horas.
- **El poder de la palabra en las relaciones de ayuda. Cómo persuadir para el cambio.** (SAMIC). Abril-mayo de 2025. 9 horas. (A cargo de la voluntaria)

La siguiente tabla recoge las **formaciones detalladas** hasta ahora:

FECHA	FORMACIÓN RECIBIDA	INSTITUCIÓN	HORAS	ASISTENTES	TIPO DE FORMACIÓN
Noviembre 2024	Cómo caminar de la culpa al perdón en la elaboración de pérdidas.	Centro de Humanización de la salud	2	1	Gratuita, online.
Noviembre 2024	Jornadas sobre duelo.	Centro de Humanización de la salud	7	2	Gratuita, presencial.
Noviembre 2024	Acompañamiento en Duelo Migratorio	Cáritas Cuenca y CHS	10	5	Subvencionada por la institución organizadora, presencial.
Diciembre 2024	Claves para el acompañamiento a familias en situaciones complejas	Cáritas Cuenca y CHS	10	3	Subvencionada por la institución organizadora, presencial.
Enero 2025	Crecimiento postraumático tras el abuso. Experiencias de resiliencia y esperanza.	Centro de Humanización de la salud	2	1	Gratuita, online.
Marzo 2025	Counselling en el ámbito de la pareja. Cómo construir la intimidad relacional en el ámbito de la pareja.	Centro de Humanización de la salud	9	2	1 Becado al 100%, 1 25% de descuento, a cargo del voluntario. Online.
Marzo 2025	Supervisión de casos: la rabia en el duelo.	Centro de Humanización de la salud	4	2	25% de descuento, a cargo del COF, online.

Abril 2025	Supervisión de casos: duelo complicado y cronificado.	Centro de Humanización de la salud	4	2	25% de descuento, a cargo del COF, online.
Abril-mayo 2025	El poder de la palabra en las relaciones de ayuda. Cómo persuadir para el cambio.	Centro de Humanización de la salud	9	1	25% de descuento. A cargo del voluntario, online.
Abril 2025	El peaje de las adicciones. Lo que nos dan y lo que nos quitan.	Fad Juventud	20	Abierto a todos los voluntarios.	A cargo del COF, online.
Mayo 2025	Supervisión de casos: la culpa en el duelo.	Centro de Humanización de la salud	4	2	25% de descuento, online. A cargo del COF
Mayo 2025	Nuevas adicciones y humanización.	Centro de Humanización de la salud	2	1	Gratuita, online.
Mayo-junio 2025	Actitudes para el acompañamiento compasivo.	Centro de Humanización de la salud	9	1	Becado al 100%, online.
Junio 2025	Motivación y automotivación.	Centro de Humanización de la salud	9	1	25% de descuento, a cargo del COF. Online
Junio 2025	Jornadas de la Asociación de Counselling Humanista.	Asociación de Counselling Humanista	4,5	1	Gratuita, online.
Junio 2025	Protocolo en el acompañamiento matrimonial.	SAMIC, Archidiócesis de Valencia	2	2	A cargo del voluntario, online.
Junio 2025	¿Cómo prevenir crisis matrimoniales? La pastoral familiar, un posible camino.	SAMIC, Archidiócesis de Valencia	2	2	A cargo del voluntario, online.
Junio 2025	Mitis Iudex, diez años después. ¿Y ahora qué?	SAMIC, Archidiócesis de Valencia	2	2	A cargo del voluntario, online.

Junio 2025	Cómo dar estabilidad y amor a los hijos cuando la familia sufre.	SAMIC, Archidiócesis de Valencia	2	2	A cargo del voluntario, online.
TOTAL	17				

Los datos recogidos señalan el interés por asegurar la formación de los voluntarios como pilar fundamental del servicio que ofrecemos. Parece oportuno ampliar las instituciones que imparten dichas formaciones para así obtener una visión más completa o enriquecida. Además, siempre es conveniente reforzar la conciencia de la necesidad de formación y de que ésta sea continuada. Asimismo, como COF queremos promover espacios de intercambio en los que poder compartir los contenidos aprendidos con otros voluntarios, aplicarlos a la realidad de nuestros servicios e integrarlos dentro de nuestra identidad y misión.

6.2.5. Grupo de estudio sobre “comunicación no violenta”.

Un grupo de voluntarias se ha reunido semanalmente para trabajar el libro ***“Comunicación No Violenta: un lenguaje de vida”*** de Rosenberg. La Comunicación No Violenta (en adelante, CNV), es una forma de comunicarse diferente a la habitual que requiere un aprendizaje y mucha práctica, pero cuyos frutos son formidables. También denominada “comunicación compasiva”, sirve para todo tipo de encuentros o circunstancias y requiere empatizar con el otro y con uno mismo (autocompasión). Se compone de 4 pasos: 1. Observación sin juicio, 2. Identificar sentimientos; 3. Identificar las necesidades que se derivan de esos sentimientos, 4. Hacer peticiones correctas de acuerdo con dichas necesidades.

Además de la evidente utilidad en los acompañamientos, la experiencia ha supuesto un crecimiento personal que ha trascendido más allá de su labor en el centro. Consideran que ha sido una oportunidad para conocerse y mejorar la comunicación en todas sus relaciones. En el encuentro de final de curso, pudieron compartir su aprendizaje impartiendo una pequeña formación para el resto de voluntarios que esperamos pueda ampliarse el próximo curso.

Además esta forma de trabajo consideramos que puede servir de modelo para aplicarlo a otros temas por las ventajas que encierra: da pie a una progresiva asimilación de los contenidos que van haciéndose propios sesión a sesión, permite el trabajo en equipo, el enriquecimiento mutuo y la cohesión del grupo de voluntarios que participan. No supone un gasto añadido.

A continuación, compartimos dos **testimonios**:

“Esta oportunidad para aprender, profundizar y escuchar a mis compañeras y a Rosenberg ha sido un encuentro con la humanización de la persona. Me ha ayudado a recordar que lo humano es lo nuestro, que el camino para la paz es posible y empieza por hacerse consciente, primero, de todo lo de uno mismo y, poco a poco, compartirlo con el otro y reaprender a comunicarse”.

"Me ha ayudado a profundizar en la forma en que me comunico, en mis sentimientos y necesidades. Así, he aprendido a conocerme mejor a mí misma y al otro y tomar más conciencia de lo que ocurre en cada acontecimiento o circunstancia. Es cierto que al principio es difícil aplicarlo: solemos comunicarnos de manera "automática" y exigente; no estamos acostumbrados a comunicarnos desde la prudencia y la compasión. Me gustaría seguir adquiriendo habilidades para hacerlo mejor y, con ello, enriquecer mi vida y la de otros".

6.3. Supervisión de voluntarios

El **encuentro con la persona** es el eje en torno al cual se ordenan todas las actividades del COF. Con mucha frecuencia, el servicio que ofrecemos va dirigido a personas que sufren y que, por tanto, se encuentran en situación de especial vulnerabilidad. Es una misión valiosa y, al mismo tiempo, delicada. Pone en juego a toda la persona del voluntario y exige de él no sólo saber sino, ante todo, SER. En este sentido, resulta fundamental llevar a cabo un seguimiento individual de los voluntarios a través del cual asegurar que su servicio es realmente un bien, tanto para ellos mismos como para las personas que están siendo acompañadas.

Para este seguimiento, se programan sucesivos encuentros individuales de los voluntarios con la supervisora del centro. Es un espacio que facilita la toma de conciencia de su situación actual y con respecto al COF. Además, ofrece la oportunidad de hacer un trabajo con las propias heridas y profundizar en cuestiones de madurez afectiva.

6.4. Formación de nuevos voluntarios

Desde el COF se ofrece una **formación inicial básica** a aquellas personas que desean colaborar como voluntarios. El objetivo es que conozcan nuestra estructura y funcionamiento interno, y puedan **discernir** si se ven llamados a participar en el apostolado específico que se lleva a cabo desde el COF.

El itinerario formativo consta de dos partes. Una primera que incluye sesiones impartidas por voluntarios y trabajadoras y otra desarrollada en forma de talleres para profundizar en las habilidades del counselling.

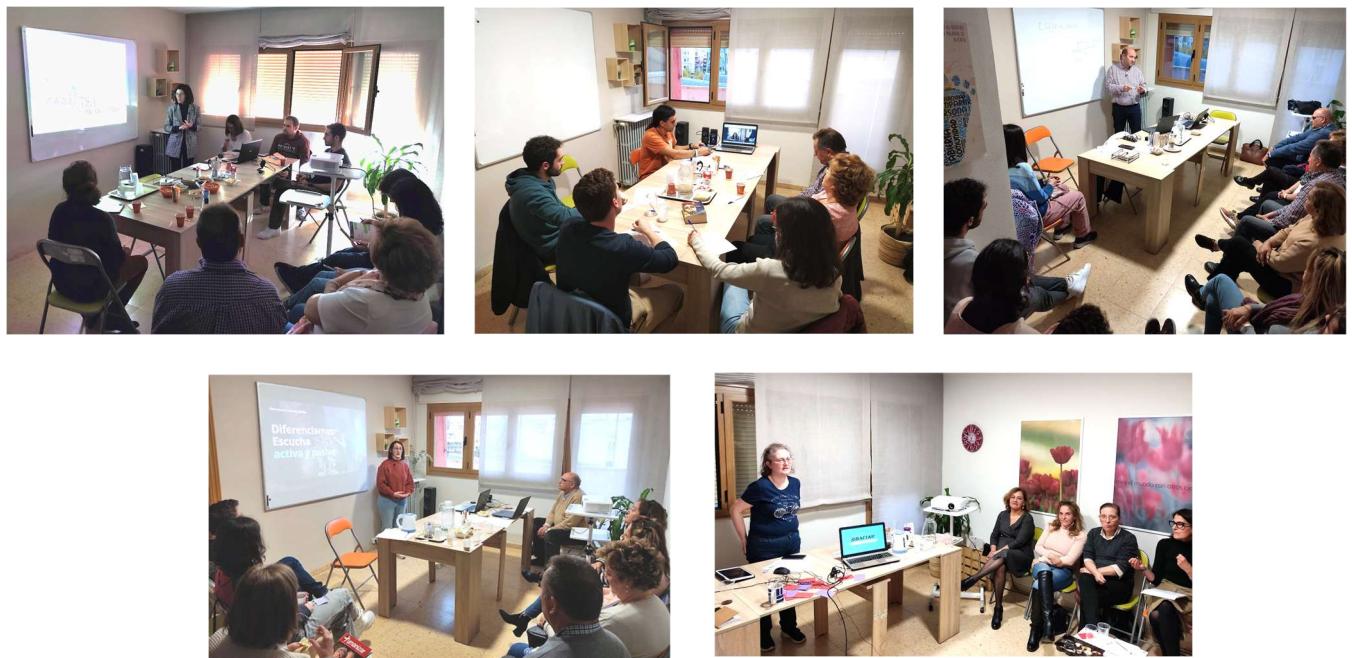
Itinerario formativo

1. Presentación del COF.
2. Actitudes del acompañante- misionero COF.
3. Bases antropológicas .
4. Estructura psicológica y ciclos vitales de la persona.
5. Familia como sistema y ciclos vitales de la familia.
6. Acogida.
7. Acompañamiento.

Esta formación inicial posteriormente se refuerza con **talleres** enfocados en los siguientes temas:

1. Escucha activa
2. Counselling, primera fase.
3. Counselling, segunda fase.
4. Counselling, tercera fase.
5. Duelo.
6. Modelo Humanizar.
7. Supervisión.

Este curso 10 personas han finalizado la formación de nuevos voluntarios y uno de ellos ya colabora activamente en el área de prevención. Está previsto que 7 personas más completen el itinerario de formación el próximo curso.



7. ORACIÓN

Uno de los pilares sobre los que se asienta la labor del COF es la oración. Somos conscientes de que los voluntarios somos meros instrumentos y que solo Dios es quien puede sanar los corazones. Por ello, a parte de la oración individual por cada uno de los casos que atendemos, y por las actividades que llevamos a cabo, semanalmente participamos en los **turnos de adoración en la capilla de San Esteban y una vez al mes** nos reunimos para **orar en el COF** en horario de mañana y tarde. Esta oración está abierta a cualquier persona que desee participar. En el mes de noviembre se unieron a esta iniciativa un grupo del movimiento Carismático de la diócesis.

Este curso, a propósito del Jubileo de la Esperanza y a propuesta de nuestro consiliario Don Fernando Fernández hemos utilizado como guía el libro “¿Dónde ha quedado mi esperanza? Diálogos de esperanza en la Palabra” (Editorial Verbo divino). En general, la participación ha sido escasa.



8. EL COF EN SALIDA

Uno de los objetivos del curso era fomentar la presencia del COF en la diócesis y la sociedad en general. Decía el papa Francisco: “la Iglesia es *en salida* o no es Iglesia”. De igual modo, el COF, como parte de la Iglesia, necesita salir de las paredes que lo acogen y estar abierto a todos, hacer camino junto a otros y ser una pequeña luz que alumbre en medio de la oscuridad de nuestro mundo. Por ello, aprovechamos cualquier ocasión para dar a conocer nuestros servicios, para colaborar allí donde se nos solicita o vemos posibilidades de aportar, y en definitiva, contribuir en la tarea común de la evangelización y de la construcción de un mundo más humano. A continuación, enumeramos algunas de las actuaciones llevadas a cabo con este fin:

- Acto de presentación del COF a la diócesis al inicio de curso (Seminario San Julián, 5 de octubre de 2024).
- Participación en el programa “Entre amigos” de radio La vendée (24 de octubre de 2025).
- Visita a Mira (5 de noviembre de 2025).
- Participación en el Congreso de Vocaciones de la Conferencia Episcopal (Madrid, 7-9 febrero).
- Formaciones abiertas y emitidas a través del canal de Youtube del COF San Julián.
- Actividades conjuntas con Delegación de Familia y Vida y Delegación de Juventud.
- Visita a los arciprestazgos de Motilla y San Clemente,
- Colaboración en la Pastoral de la Salud (Parroquia San Esteban).
- Presentación del COF al grupo de Emaús Mujeres, Renovación Carismática, Pastoral Universitaria, grupo de jóvenes de parroquia de San Esteban...
- Colaboración con la UCLM para la creación de un punto de escucha en la universidad.
- Asociación Española Contra el Cáncer: se ha establecido el contacto entre profesionales y ha habido una mutua presentación de los espacios, servicios y proyectos.
- Formación para jóvenes de Effetá.
- Colaboración con asociaciones locales que trabajan el problema de las adicciones.

De cara al próximo curso esperamos ampliar la presencia y la red de colaboración con otras entidades eclesiales y sociales.



8.1. Página web y redes sociales

A continuación mostramos la evolución de cada una las redes sociales del COF San Julián en los últimos años:

REDES SOCIALES		Junio 2024	Junio 2025
Instagram <i>cof.san.julian.cuenca</i>	Seguidores	460	528
	Publicaciones	-	334
X <i>@COFSanJulian</i>	Seguidores	233	238
Facebook <i>Cof San Julián Cuenca</i>	Amigos	522	667
Youtube <i>@COFSanJulian</i>	Suscriptores	137	160
	Videos	16	31
	Visualizaciones	1.842	3.683
Canal de Whatsapp	Seguidores	44	58

A través del canal de Youtube se han emitido los encuentros mensuales Fe y vida y el ciclo de tres conferencias sobre el valor de la persona humana, pudiendo llegar así a todas las personas de la Diócesis de Cuenca, independientemente de donde se encuentren.

El curso 24/ 25 ha sido el segundo en el que la página web del COF ha estado en funcionamiento (cofsanjulian.es), consolidándose como un portal de transparencia para dar a conocer lo que somos y nuestra labor.

8.2. Red de Centros de Escucha San Camilo

La interacción con la Red de Centros de escucha ha sido una constante durante el curso, principalmente a través de la participación online en las **reuniones mensuales de coordinación** con el resto de centros. Estas han tenido como objetivo poder compartir la forma concreta en que el Modelo Humanizar (propuesto por el Centro de Humanización de la Salud San Camilo) se hace realidad en cada centro. Sin duda, es una forma de conocer otras realidades, compartir experiencias y modelos de trabajo y de formación. Además, permite extraer los aspectos comunes a todos los centros y que, por tanto, consideramos nucleares de dicho modelo.

Por otra parte, la pertenencia a la Red de Centros de Escucha ha facilitado una vez más el contacto con personas de otros centros con las que hemos podido resolver dudas, compartir materiales o establecer **colaboraciones**. La pertenencia a la Red, supone una oportunidad para compartir nuestras experiencias y progresos con el resto de centros y, al mismo tiempo, nutrirnos de lo que otros hacen. Una herramienta para que esto se dé es el **Boletín** de la Red de Centros de Escucha, que se publica tres veces al año y en la que, durante este curso, hemos participado en dos ocasiones.

En lo que se refiere a la formación, cada mes se ha ofrecido a los acompañantes del COF participar en cuatro **supervisiones** de casos online dirigidas por los psicólogos del Centro de Escucha San Camilo de Tres Cantos. Además, como centro de escucha de la Red, nos hemos beneficiado de becas para la realización de **cursos** dirigidos a la mejora en competencias de nuestros voluntarios. También, tal y como se refleja en el apartado de formación específica de los voluntarios, hemos podido participar en otras formaciones gratuitas o con descuentos.

Durante las **IV Jornadas de la Escucha** hemos podido contar con la presencia de Valentí Rodil y la Unidad Móvil de Intervención en Crisis.

8.2.1. IV Jornadas de la Escucha: Los vínculos auténticos

En colaboración con la **Red de Centros de Escucha San Camilo**, el COF organiza anualmente las Jornadas de la Escucha con el fin de dar visibilidad a alguna problemática o situación de sufrimiento que se percibe como relevante a nivel social. Este año se han centrado en los **vínculos**, una necesidad sustancial del ser humano, pero cada vez menos presente en nuestra sociedad. Indirectamente, las Jornadas son una ocasión para **dar a conocer los servicios del COF y promover la participación e implicación de los voluntarios**.



Actividades que se llevaron a cabo:

- **TALLERES**

Dos trabajadoras y dos voluntarias del COF impartieron los talleres con el objetivo fundamental de abrir una reflexión sobre la necesidad de establecer vínculos sanos y auténticos con otras personas. En concreto, se pretendió sensibilizar a los participantes acerca de la necesidad de forjar relaciones sólidas, guiadas por la coherencia, el respeto y la acogida mutua, la comunicación y la confianza. A lo largo del taller, se presentaron algunas estrategias para facilitar los vínculos sanos, que promueven el crecimiento de toda la persona. En general, la actividad tuvo buena acogida, si bien es cierto que el de adultos no respondió a las expectativas de los asistentes.

- **Colegio Sta. María de la Expectación, Cuenca. Martes 6 de mayo de 2025.** Participaron alrededor de 100 alumnos de Educación Secundaria.
- **Parroquia San Víctor y Santa Corona, Tarancón, dirigido a adultos. Jueves 8 de mayo de 2025.** Participaron aproximadamente 25 personas.
- **Parroquia San Víctor y Santa Corona, Tarancón, dirigido a jóvenes. Viernes 23 de mayo de 2025.** asistieron entre 20 y 25 jóvenes.

En el caso de los centros educativos, resulta difícil llevar a cabo esta evaluación de los participantes porque las sesiones deben ajustarse a las franjas horarias habituales (50 minutos). Por otra parte, impartir talleres es una experiencia que los voluntarios valoran como positiva: supone una oportunidad para profundizar en un tema y refuerza el sentido de pertenencia al COF, sintiendo la confianza que se deposita en ellos.



- **PUNTO DE ESCUCHA EN EL MERCADILLO DE TARANCÓN.** Jueves 8 de mayo de 2025

Se establecieron dos **puntos de escucha con la Unidad Móvil de Intervención en Crisis** del Centro San Camilo, en Tarancón (día 8) y En el Campus universitario de Cuenca (día 9). Los puntos de escucha en la calle son un reclamo que atrae a los viandantes, ofrece la posibilidad de ser escuchado y, además, dar a conocer nuestros servicios. Así se convierte en fuente de nuevos usuarios e incluso de nuevos voluntarios. Para esta actividad, contamos con la presencia de Valentín Rodil, psicólogo responsable de dicha Unidad, y con la colaboración de 6 voluntarios y 2 trabajadoras del COF.



- **CHARLA EN LA BIBLIOTECA PÚBLICA LUIS RIUS. TARANCÓN.** Jueves 8 de mayo de 2025.

Impartida por Valentín Rodil, fue un espacio para profundizar en el tema de las Jornadas con un grupo de personas muy reducido.

- **CHARLA EN LA BIBLIOTECA PÚBLICA DEL ESTADO FERMÍN CABALLERO. CUENCA.**
Viernes 9 de mayo de 2025.

Bajo el título “¿Vinculados o conectados? ¿Es el Chat GPT el nuevo vínculo?” Valentín Rodil analizó la controversia del riesgo que supone un uso excesivo de la inteligencia artificial, sobre todo cuando se convierte en sustituta de las relaciones auténticas. Asistieron alrededor de 15 personas.



- **ROLE PLAYING DE SUPERVISIÓN.** Viernes 9 de mayo de 2025.

En el marco de las Jornadas, los voluntarios que realizan acompañamientos en el COF tuvieron la oportunidad de participar en un role playing de supervisión a cargo de Valentín Rodil.

9. Calendario curso 24/25

AI Actividad interna

AE Actividad externa

.... Actividades con los voluntarios

.... Consejo de dirección

.... Oración del COF

.... Encuentros de formación Fe y Vida. Contracorriente. La Doctrina Social de la Iglesia: una propuesta a favor del ser humano.

.... Otras formaciones

.... Talleres COF

.... Actividades de la Red de Centros de Escucha San Camilo

SEPTIEMBRE 2024

Planificación del curso y puesta en marcha.

AI 18 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

OCTUBRE 2024

AE 5 Encuentro de inicio de curso voluntarios y Acto de apertura. Seminario Conciliar San Julián.

AI 18 Sesión 1 formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AI 16 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

AE 24 Participación en el programa “Entre amigos” de radio La Vendée.

AE 25 Formación Fe y Vida. **La persona humana y sus derechos.** *D. Ángel Moreno Sancho.*

NOVIEMBRE 2024

AE 5 Visita a Mira

AE 7: “**Belleza es verdad**”. *Jaime García-Máiquez.* Primera conferencia Biblioteca Pública del Estado.

AI 8 Sesión 2 formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 12 Oración COF.

AE 12 Visita al Arciprestazgo de San Clemente.

AE 14 Encuentro Anual de la Red de Centros de Escucha. Tres Cantos. Madrid.

AI 15 Sesión 3 Formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AI 22 Sesión 4 formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 30 Formación Fe y Vida: **Los principios de la Doctrina Social de la Iglesia.** *D. Juan José Pérez-Soba Díez del Corral.*

DICIEMBRE 2024

AE 10 Oración COF.

AI 12 Encuentro de voluntarios I

AI 13 Sesión 5 formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AI 18 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

AE 20 Formación Fe y Vida: **La familia, célula vital de la sociedad.** *Yolanda Calonge y José María Alcalde.*

ENERO 2025

AI 10 Sesión 6 formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 13 Visita al arciprestazgo de Motilla.

AI 17 Sesión 7 Formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 14 Oración COF.

AI 15 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

AE 22 Formación afectivo-sexual para padres “**Educando para el amor**” Colegio Ntra. Sra. de las Mercedes. Tarancón.

AI 24 Consejo de Dirección.

AE 24 Formación Fe y Vida: **La dignidad del trabajo humano.** *Antonio Barnés Vázquez*

AI 31 Sesión 1 formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

FEBRERO 2025

AE 5 Formación afectivo-sexual para padres "**Educando para el amor**" Colegio Ntra. Sra. de las Mercedes. Tarancón.

AI 4 Sesión 2 formación nuevos voluntarios. Presencial. Grupo 2.

AI 6 Encuentro de voluntarios II

AI 7 Taller escucha activa, formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 11 Oración COF.

AE 12 Formación afectivo-sexual para padres "**Educando para el amor**" Colegio Ntra. Sra. de las Mercedes. Tarancón.

AI 14 Taller Counselling 1, formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 15 Formación afectivo-sexual para padres "**Educando para el amor**" Parroquia San Esteban.

AI 21 Sesión 3 formación nuevos voluntarios. Presencial. Grupo 2.

AI 19 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

AI 24 Taller Counselling 2, formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AI 26 Sesión 4 formación nuevos voluntarios. Presencial. Grupo 2.

AE 28 Formación Fe y Vida: **La comunidad política.** *Raúl Mayoral Benito.*

MARZO 2025

AE 6: "**El hijo producto**". *Coro Samblas.* Segunda conferencia Biblioteca Pública del Estado.

AE 8 Encuentro de COFs Conferencia Episcopal Española.

AE 8 Formación afectivo-sexual para padres "**Educando para el amor**" Parroquia San Esteban.

AE 11 Oración del COF.

AI 12 Sesión 5 formación nuevos voluntarios. Presencial. Grupo 2.

AI 14 Taller Counselling 3, formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AI 19 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

AI 19 Sesión 6 formación nuevos voluntarios. Presencial. Grupo 2.

AI 6 Consejo Dirección.

AE 22 Formación afectivo-sexual para padres **“Educando para el amor”** Parroquia San Esteban.

AI 24 Taller de duelo, formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 26: **“Naprotecnología”.** *Dra. Helena Marcos.*

AI 27 Sesión 7 formación nuevos voluntarios. Presencial. Grupo 2.

AE 28 Formación Fe y Vida: **La actividad económica al servicio del hombre.** *D. Jesús Vidal Chamorro.*

ABRIL 2024

AI 4 Supervisión, formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AI 5 Jornada Formativa Anual voluntarios. Adicciones.

AE 8 Jornada por la Vida. Eucaristía.

AE 8 Oración COF.

AE 24 Formación Fe y Vida: **La comunidad internacional.** *Antonio Alonso Marcos.*

AE 26 Formación afectivo-sexual para padres **“Educando para el amor”** Parroquia San Esteban.

MAYO 2024

AE 6 IV Jornadas de la Escucha: *Los vínculos auténticos.* Talleres colegio Sta. María de la Expectación.

AE 8-9 IV Jornadas de la Escucha: *Los vínculos auténticos.* Tarancón y Cuenca.

AI 9 Role playing supervisión con Valentín Rodil. Cuenca.

AI 21 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

AE 13 Oración COF.

AE 15: "La más mujer". *Alicia Latorre Cañizares*. Tercera conferencia Biblioteca Pública del Estado.

AE 23 IV Jornadas de la Escucha: *Los vínculos auténticos*. Taller para jóvenes parroquia S. Víctor y Sta. Corona. Tarancón.

AI 29 Modelo Humanizar, formación nuevos voluntarios. Presencial y online. Grupo 1.

AE 30 Formación Fe y Vida: **La promoción de la paz**. *P. Julio Martínez Martínez SJ.*

JUNIO 2024

AE 4 Taller: *Dodecaedro de la Planificación anticipada*.

AI 18 Reunión de coordinación Red de Centros de Escucha.

AI 14 Encuentro de Voluntarios de fin de curso.

AE 17 Eucaristía de acción de gracias.

AE 27 Formación Fe y Vida: **Salvaguardar el medio ambiente**. *Olivia Núñez Orellana*

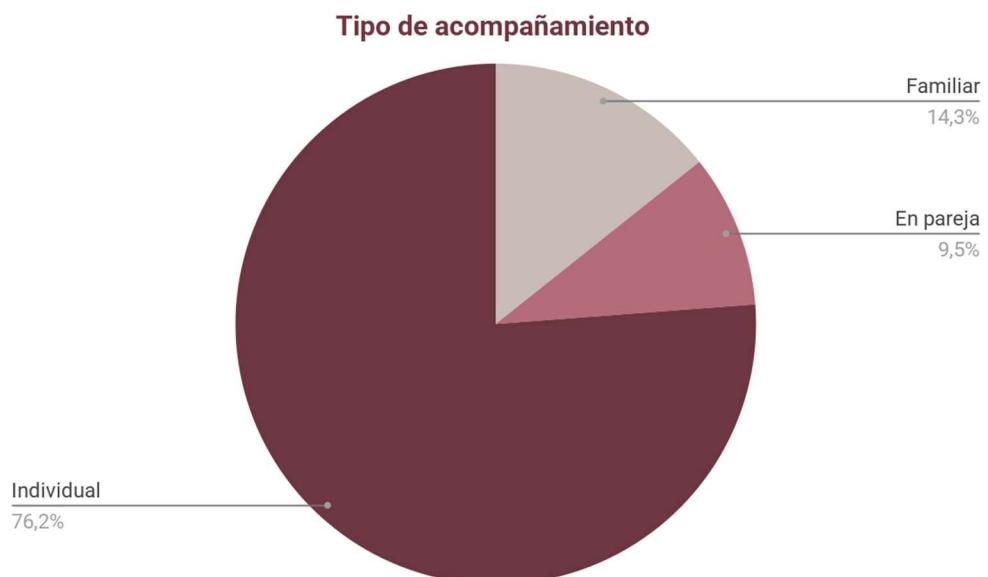
10. RESULTADOS DE LAS ACTIVIDADES DEL CURSO 2024/2025

10. 1. ÁREA DE ACOMPAÑAMIENTO

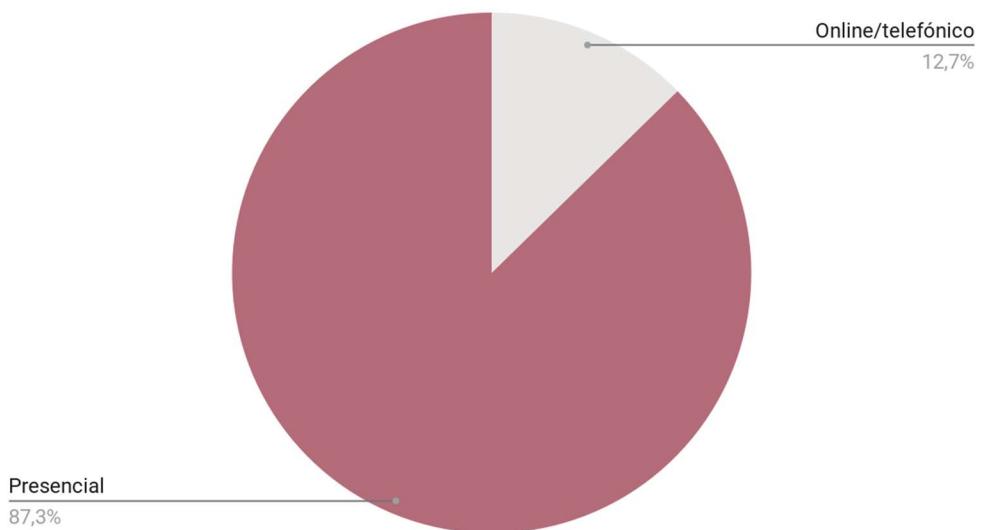
Durante el año 2024, se atendió a un total de 63 personas en forma de acompañamientos individuales, familiares o de pareja. De todos ellos, se cerraron 37 y prosiguieron los 26 restantes. En los primeros seis meses de 2025, 25 personas más han iniciado un acompañamiento en el COF. Actualmente hay 32 acompañamientos en proceso y la mayoría se desarrollan presencialmente, excepto tres personas que son atendidas en la modalidad online. El COF de Cuenca pertenece a la Red de Centros de Escucha y, en ocasiones, acoge a personas derivadas de otros centros. En 2024 se acompañó a una persona que había conocido el servicio de escucha de Madrid, donde le derivaron al nuestro centro por cercanía.

En ocasiones, el acompañamiento no llega a adquirir una estructura formal de encuentros periódicos. En estos casos, el COF acoge igualmente a la persona cuando solicita ayuda a través de llamadas telefónicas o presencialmente. En 2024, se llevaron a cabo 46 acompañamientos puntuales y, en los seis primeros meses de 2025 han sido 21.

ACOMPAÑAMIENTOS 2024



Modalidad de acompañamiento



Nº total de PERSONAS ACOMPAÑADAS: 63

Nº pers. ATENDIDAS PUNTUALMENTE: 46

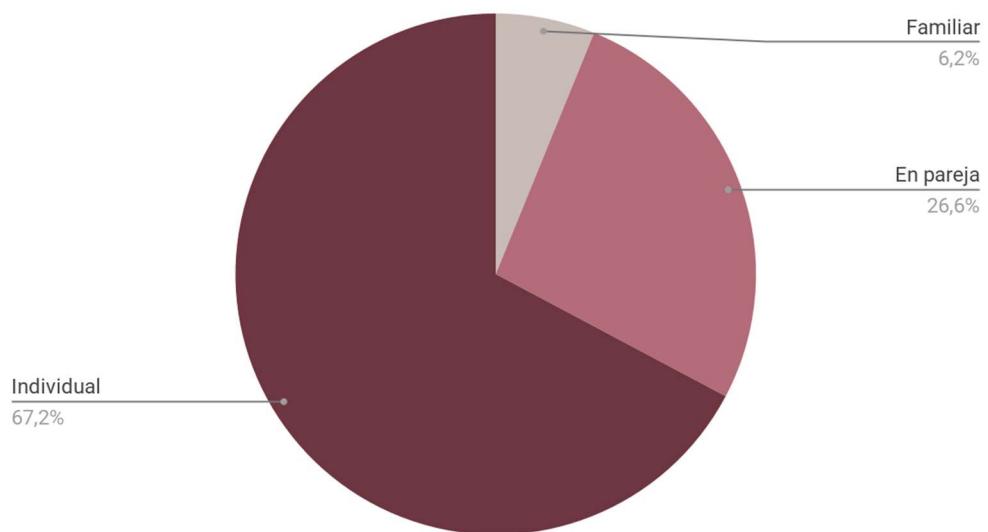
Nº pers. ATENDIDAS PRESENCIALMENTE: 55

Nº pers. ATENDIDAS ON LINE o TELEFÓNICAMENTE: 8

Nº pers. DERIVADAS de otro Centro de Escucha de la Red: 1

ACOMPAÑAMIENTOS HASTA JUNIO DE 2025

Tipo de acompañamiento





Nº total de PERSONAS ACOMPAÑADAS: 52

Nº pers. ATENDIDAS PUNTUALMENTE: 21

Nº pers. ATENDIDAS PRESENCIALMENTE: 48

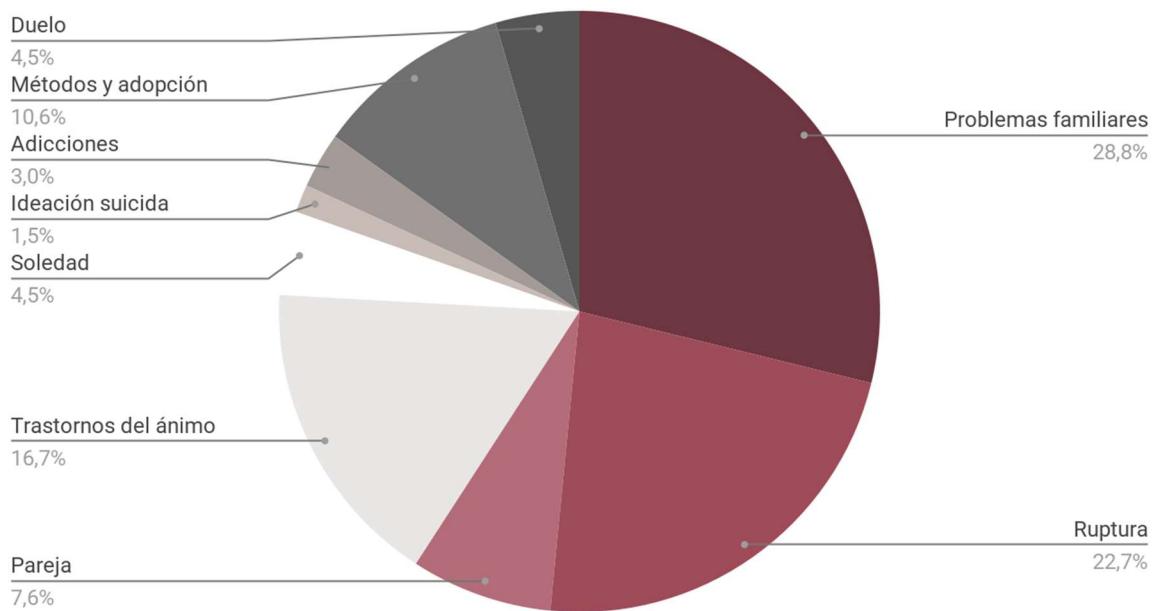
Nº pers. ATENDIDAS ON LINE o TELEFÓNICA: 4

Nº pers. DERIVADAS de otro CENTRO DE ESCUCHA: 0

Durante el 2024, las demandas más frecuentes fueron los **problemas familiares, de ruptura y por trastornos del ánimo**. Menos frecuentes fueron las solicitudes de ayuda por problemas de convivencia en la pareja, los métodos naturales de reconocimiento de la fertilidad, adopción, duelo, soledad y adicciones. Solo se atendió un caso por ideación suicida.

Los datos recogidos durante el **primer semestre de 2025** indican que los **problemas familiares y de ruptura** siguen siendo lo más frecuentes, junto con el **duelo** por fallecimiento y los **problemas de convivencia en la pareja**. En menor medida, se han atendido casos de métodos de reconocimiento de la fertilidad, adopción, soledad, adicciones (la demanda es cada vez mayor) y trastornos de ánimo. La prevalencia de casos que demandan ayuda por ideación suicida o soledad se mantiene estable. Los gráficos que se muestran a continuación, recogen los tipos de demanda atendidas en 2024 y en la primera mitad de 2025, respectivamente.

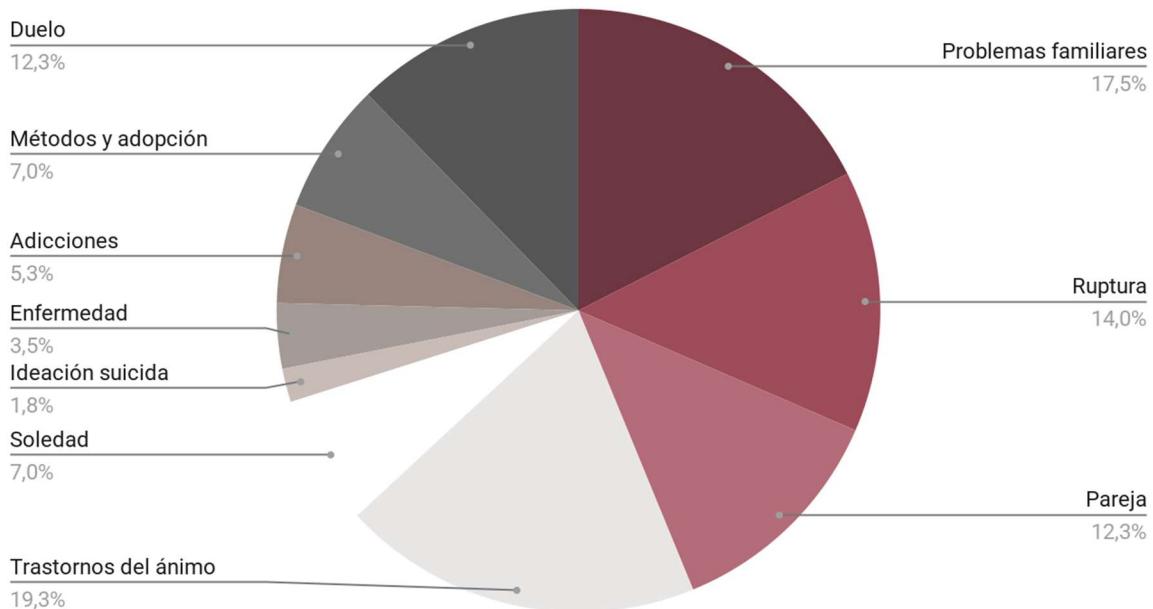
DEMANDA ATENDIDA EN 2024



Nº de personas atendidas:

- **Duelo por fallecimiento:** 3
- **Problemas familiares:** 19
- **Pareja- Ruptura:** 15
- **Pareja- Problemas de convivencia:** 5
- **Problemas laborales:** 0
- **Enfermedad propia o de un ser querido:** 0
- **Duelo migratorio:** 0
- **Trastornos del ánimo:** 11
- **Soledad:** 3
- **Ideación suicida:** 1
- **Adicciones:** 2
- **Métodos naturales de reconocimiento de la fertilidad y adopción:** 7

DEMANDA ATENDIDA HASTA JUNIO DE 2025



Nº de personas atendidas:

- **Duelo por fallecimiento:** 7
- **Problemas familiares:** 10
- **Pareja- Ruptura:** 8
- **Pareja- Problemas de convivencia:** 7
- Problemas laborales: 0
- Enfermedad propia o de un ser querido: 2
- Duelo migratorio: 0
- Trastornos del ánimo: 2
- Soledad: 4
- Ideación suicida: 1
- Adicciones: 3
- Métodos naturales de reconocimiento de la fertilidad y adopción: 4

Resulta interesante señalar el aumento significativo de personas que piden ayuda por **dificultades de convivencia en la pareja**, antes de llegar a la ruptura. Aun así, sigue siendo llamativo el número de casos que se atienden por **ruptura**. Constituye un incentivo para desarrollar **programas preventivos** dirigidos a promover la comunicación, las pautas de convivencia familiar y la capacidad para identificar las "señales de alarma" de las crisis que merecen ser atendidas. Así, resulta conveniente concienciar en la necesidad de pedir ayuda cuando todavía no se han desencadenado las últimas consecuencias del problema. Asimismo, parece oportuno profundizar en todo aquello que favorezca la madurez afectiva en jóvenes y adultos.

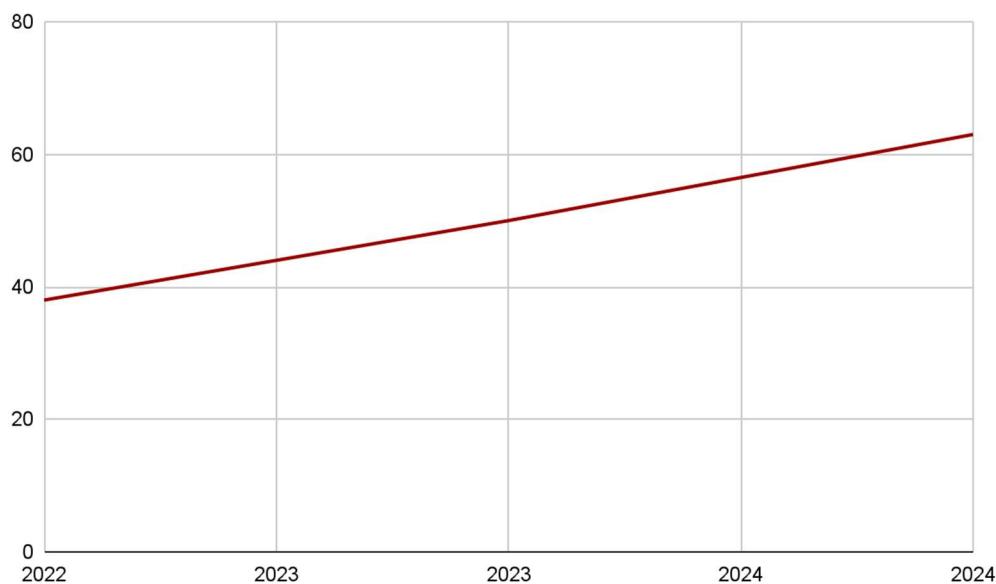
Dentro de los problemas familiares, se percibe cada vez más la dificultad a la hora de manejar las **pautas educativas con los hijos**, muchas veces ligado a las heridas de los progenitores o de la propia pareja. Además, se observa un aumento de casos con problemas de **adicciones** a sustancias o a pantallas, aunque no siempre esta sea la demanda inicial. Por último, sigue habiendo casos que destacan por su gravedad al estar presente la **ideación suicida**. Hasta el momento, hemos observado que el acompañamiento de estas personas reduce el riesgo y se convierte en un pilar clave para ellas.

Estas tendencias señalan la necesidad de promover la formación de los voluntarios en las competencias propias del acompañamiento familiar y a parejas: conflictos de pareja o filio-parentales, pautas educativas, límites, adicciones y ruptura. Además, resulta conveniente afianzar los conocimientos relativos al acompañamiento con ideación suicida presente.

2022			2023			2024			2025 (Enero-Junio)		
CASOS	SESIONES	ACOMPAÑANTES	CASOS	SESIONES	ACOMPAÑANTES	CASOS	SESIONES	ACOMPAÑANTES	CASOS	SESIONES	ACOMPAÑANTES
38	-	20	50	-	22	63	298	19	52	194	18

AÑO	MEDIA DE SESIONES POR CASO	MEDIA DE CASOS POR ACOMPAÑANTE	MEDIA DE SESIONES POR ACOMPAÑANTE
2022	-	2	-
2023	-	2-3	-
2024	4-5	3-4	15-16
2025 (enero-junio)	3-4	3	11

A continuación, se presenta un **histórico de casos atendidos** desde el año 2022:



Al comparar los datos de años anteriores, se observa un **crecimiento notable de la demanda**: cada vez es mayor el número de casos y de sesiones. De acuerdo con los datos recogidos durante los seis primeros meses de **2025**, la tendencia positiva se mantiene (ya se ha registrado la atención de 52 casos). El número de voluntarios que colaboran como acompañantes, sin embargo, no ha aumentado, por lo que, en general, **los acompañantes tienden a asumir más casos** (no por imposición, sino porque reciben más propuestas). Sería deseable contar con más colaboradores que puedan atender las diversas demandas que llegan al centro. En este sentido, cabe destacar las 6 personas que, habiendo finalizado la formación, han expresado su deseo de incorporarse a este voluntariado acompañando a otras personas. En cuanto al número de sesiones por caso, los datos recogidos varían mucho entre ellos, por lo que las medias obtenidas no son representativas de la variabilidad que existe en la realidad: algunos casos abandonan el acompañamiento muy pronto, mientras que otros superan las 20 sesiones.

10. 1. 2. CLASIFICACIÓN DE LAS DEMANDAS

TIPOLOGÍA DEMANDA ATENDIDA	2022	%	2023	%	2024	%	2025 (hasta junio)	%
Duelo por fallecimiento	-	9	8	12,9	3	4,5	7	12,3
Duelo por fallecimiento por suicidio	-	0	0	0	0	0	0	0
Problemas familiares	-	-	17	27,42	19	28,8	10	17,5
Ruptura y nulidad	-	58	13	20,9	15	22,7	8	14

Problemas de pareja	-	9			5	7,6	7	12,3
Problemas laborales	-	-	0	0	0	0	0	0
Enfermedad	-	-	2	3,2	0	0	2	3,5
Duelo migratorio	-	-	0	0	0	0	0	0
Trastorno del ánimo	-	-	12	19,3	11	16,7	2	19,3
Soledad	-	-	3	4,8	3	4,5	4	7
Ideación suicida	-	-	3	4,8	1	1,5	1	1,8
Adicciones	-	-	0	0	2	3	3	5,3
Métodos naturales/adopción	-	-	4	6,4	7	10,6	4	7
TOTAL	-	76%*		100%		100%		100%

*En el año 2022 se utilizó una categorización distinta en el registro de acompañamientos. El 24% restante se registró en la categoría de Jóvenes y adolescentes.

TIPO DE ACOMPAÑAMIENTO	2022	%	2023	%	2024	%	2025 (hasta junio)	%
Individual	-	-	36	72	48	76	36	69
Grupo	-	-	0	0	0	0	0	0
Pareja	-	-	6	12	6	10	12	25
Familiar	-	-	8	16	8	14	3	6

MEDIO POR EL QUE SE ACOMPAÑA	2022	%	2023	%	2024	%	2025 (hasta junio)	%
Presencial	-	-	43	86	55	87	48	92
Telefónico	-	-	7	14	8	13	4	8

10. 2. VOLUNTARIOS

VOLUNTARIOS ACTIVOS 2024

Voluntarios acompañantes: 19

Voluntarios que no acompañan pero realizan otras actividades (talleres, oración, etc.): 9

Total de voluntarios activos: 28

Nuevos voluntarios en formación: 12

VOLUNTARIOS ACTIVOS HASTA JUNIO DE 2025

Voluntarios acompañantes: 18

Voluntarios que no acompañan pero realizan otras actividades (talleres, oración, etc.): 9

Total de voluntarios activos: 27

Nuevos voluntarios en formación: 17

VOLUNTARIOS ACTIVOS	2022	2023	2024	2025 (hasta junio)
ACOMPAÑANTES	20	22	19	18
NO ACOMPAÑAN	-	10	9	9
TOTAL	-	28	28	27
NUEVOS VOLUNTARIOS EN FORMACIÓN	-	16	12	17

Cabe destacar el incremento de nuevos voluntarios en formación. La difusión de esta oportunidad de formación y servicio es cada vez más conocida e interpela a muchos. Esto obliga a cuidar más aún, si cabe, el proceso de discernimiento de los nuevos voluntarios. Se trata de descubrir el COF como una vocación concreta, como una forma de apostolado a la que podemos estar llamados o no. Al mismo tiempo, tanto para los nuevos como para los que llevan tiempo en este proyecto y tienden a asumir más “carga”, resulta fundamental reflexionar acerca de por qué y para qué forman parte del COF, de qué forma concreta están llamados a vivir esta vocación en cada momento, cada curso, procurando siempre la mayor Gloria de Dios.

ESTIMACIÓN HORAS DEDICADAS POR LOS VOLUNTARIOS EN EL CURSO 2024/2025

Se estima que los voluntarios han dedicado aproximadamente **un total de 1137 horas** a lo largo del curso 2024/2025. A continuación, se presenta la distribución de las mismas:

- Horas de acompañamiento: 355 hrs.

- Preparación de acompañamientos, supervisión de casos y del acompañante: 100 hrs.
- Talleres impartidos (Educando para el Amor, Dodecaedro, Jornadas de la Escucha, colaboración con otras instituciones, etc.): 58 hrs.
- Formación específica realizada por los voluntarios (cursos de formación específica, lectura de libros, Formación Fe y Vida, Jornada de formación anual, etc.): 364 hrs.
- Oraciones mensuales y Adoración Eucarística Perpetua: 120 hrs.
- Formación de nuevos voluntarios: 40 hrs.
- Otros: 100 hrs.

