

MEMÒRIA ASSADEGA'M 2018



Associació per a la Superació
de l'Ansietat i la Depressió,
Grups d'Ajuda Mútua

Casa de Cultura

Jardins de Monestir
Carrer Castellví,8
08172, Sant Cugat del Vallès
646 715 394

www.ansietat.org
assadegam@ansietat.org

MEMÒRIA ASSADEGA'M 2018

Memòria 2018

Presentació

L'Associació Assedega'm, entitat privada sense ànim de lucre, neix a Sant Cugat l'any 1995 per iniciativa d'un grup de persones amb trastorns d'ansietat i depressió. La seva finalitat és d'ajudar-se mútuament i millorar la seva qualitat de vida. Mitjançant els tallers d'ajuda mútua dirigits per psicòlegs professionals, ensenyen estratègies per superar la malaltia i alhora a compartir experiències amb els companys.

La Ansietat i la depressió són dues patologies amb un gran índex de prevalença al nostre país donat que afecten el 40% de la població.

Les persones que pateixen aquests tipus de malaltia poden perdre la feina degut al gran nombre de baixes que sol·liciten i corren el risc de l'exclusió social.

Els fins de l'Associació són:

Promoure la millora de les persones afectades pels trastorns d'ansietat, depressió, trastorn obsessiu compulsiu, fòbia social agorafòbia i altres malalties similars

Objectius

- Oferir informació
- Ajudar-se en els moments de crisi
- Oferir suport emocional
- Promoure canvis d'actitud positius
- Intercanviar informació, experiències, sentiments,
- Ajudar els familiars
- Promoure la creació de grups d'ajuda mútua arreu de Catalunya i la resta de l'estat.

Activitats any

Per poder aconseguir els objectius, l'associació ofereix un conjunt de serveis i activitats que es podrien agrupar en dues àrees:

- D'orientació i suport:
 - Ajuda psicològica.
 - Suport per a les persones afectades, familiars i cuidadors.
 - Documentació sobre la malaltia.
 - Assessorament sobre ajudes i serveis disponibles de la administració.
- Àrea rehabilitadora: S'han organitzat una sèrie de teràpies per millorar les persones afectades. Entre les activitats organitzades estan:
 - Grups d'ajuda mútua (GAM)
 - Tallers de IOGA
 - Tallers de llenguatge expressiu
 - Musicoteràpia
 - Teràpia Psicològica cognitiva/conductual
 - Teràpia Gestal
 - Teràpia de acceptació i compromís.
 - Tallers d'autorealització.
 - Horticultura a l'Hort de Can Mates.
 - Taller de Teatre.
 - Tallers de Relaxació/Meditació,
 - Tallers Mètode Silva, Chi-Kung i Tai-Chi

Pla per a la creació y evolució “Grup Fòbia Social”

-Descripció breu

- Un Grup d'Ajuda Mútua és un espai en el qual diverses persones que comparteixen un mateix problema o dificultat es reuneixen per a intentar superar o millorar la seva situació. En el nostre cas estan creats pels propis afectats, i conduïts per terapeutes professionals. El GAM proporciona ajuda emocional i promou valors a través dels quals els seus membres poden reforçar la seva identitat. Hi ha persones que necessiten més ajuda, és per això que oferim un espai per donar suport i atenció individualitzada, per part dels nostres psicòlegs i terapeutes, a tots els nostres socis i qualsevol persona que pateixi ansietat i/o depressió, fòbia social....

-Objetius:

- Formació per a aquest curs 2018 d'un GAM “Grup d'Ajuda Mútua” amb l'intenció de mantenir-ho en el temps.
- Dinamització d'aquest grup amb un psicòleg professional amb formació en psicologia sistèmica, psicodrama i especialment a la Fòbia Social al treball grupal terapèutic.
- Donar suport a un grup de 12 a 20 usuaris d'Assadega'm **estant obert a tota la població** en general que es trobi amb problemes específics de “Fòbia Social”.

-Punt Forts:

- Dur a terme els tallers d'ajuda als ciutadans.
- Donar suport i atenció general i individualitzada per part dels nostres psicòlegs i terapeutes a persones que pateixen trastorns d'fòbia social.

-Resultat obtinguts en el curs 2017/2018

- Un 30% de participants hem pogut després de realitzar els tallers tornar a la feina .
Un 80% de les persones que han fet els tallers poden participar en actes socials amb certa seguretat.
Un 80% dels participants han aconseguit començar

cuidar-se millorant els hàbits de vida: alimentació sana, tenir consciència de la importància de prendre adequadament la medicació. I millorar els hàbits del son.

Mes 60% dels participants poden arribar a identificar els símptomes d'una possible recaiguda i tenen els mecanismes per fer front a la possible crisi.

-Necessitats Futures (curs 2018/2019)

- Contractació del psicòleg de referència per a la dinamització i bon desenvolupament del descrit "Grup de Fòbia Social".
- Pressupost previst = 1440€.

Memòria 2018

- - Iniciem l'any amb la participació en el Pla Educacional de l'Ajuntament de Sant Cugat del Vallès del mes de Gener. Va consistir a completar la formació sobre l'ansietat i depressió que es va impartir en l'Institut Angeleta Ferrer en el mes de Desembre duent a terme una xerrada sobre la "Gestió Emocional". La mateixa, va tenir entre els estudiants de 2º de batxillerat, molt bon acolliment sorgint una molt bona sinergia entre aquests, la seva tutora i els professionals de Pread, responsables de la xerrada en col·laboració amb testimoniatges en primera persona d'usuaris d' Assadega'm.
- - En el mes de Febrer s'inicia la nova teràpia de Gestalt amb dos professionals de l'Institut Gestalt de Barcelona, amb el qual Assadega'm ve col·laborant des de fa més de 15 anys.
- - Implementar aquesta teràpia ha suposat que hàgim aconseguit un nou espai en el "Casal Torreblanca" de Sant Cugat del Vallès i això suposa al seu torn que Assadega'm estigui present en aquest nou any en tots els espais que habilita l'Ajuntament per a les activitats de les associacions.
- - En el mes de Gener, Assadega'm juntament amb les associacions Pread i TEA ens presentem als pressupostos participatius amb l'objectiu d'aconseguir un local permanent per compartir entre les tres associacions.
- - En el mes de Febrer se'ns comunica per part del departament de Participació Ciutadana que hem passat els dues primers corts del projecte "Local Permanent". Tot queda en mans dels vots que aconseguim de la participació ciutadana.
- - En el mes de Gener la Junta Directiva manté una reunió amb Esperanza Jurado, responsable del Projecte d'Enfortiment del Teixit Associatiu de la Federació Veus i es decideix federar-nos. Amb això aconseguim, a part d'estar federats en SMC (Salut Mental Catalunya), pertànyer a una federació els membres de la qual són, tots, un ventall d'associacions creades i dirigides per les pròpies persones amb diagnòstic de salut mental
- - El 27 de Gener 2018 iniciem un nou taller de teràpia "Cognitiu/Conductual" que estarà coordinat per la nostra nova psicòloga anomenada María Prats i que servirà com a complement

de Toni per així cobrir les necessitats dels usuaris que no podien acudir a la teràpia d'aquest últim. Les sessions seran els dissabtes, cada quinze dies alternant amb "Arteteràpia".

- - En el mes de març i després de preparar els catorze documents que ens sol·licitava l'Ajuntament de L'Hospitalet de Llobregat, tramitem la inscripció en el Registre d'Entitats de la delegació de "Sants", que ens és acceptada amb nº de registre 1214.
- - En el mes de Febrer Assadega'm es presenta a la convocatòria de les subvencions per a la realització de projectes, activitats i serveis de districte i de ciutat de l'Ajuntament de Barcelona.
- - En el mes de Febrer Assadega'm presenta el seu projecte "Educació per a la superació de l'ansietat, la depressió i el bulling" a la 4ª edició del Fòrum Premis Albert *Jovell.
- Aquest passat dissabte 3 de març, el públic assistent a l'auditori de La Unió Filarmònica va poder gaudir d'un gran recital de guitarra clàssica a càrrec del concertista Ferran Talarn. El jove músic ampostí va oferir un concert d'intèrprets destacats del repertori musical de guitarra, amb obres de Domenico Scarlatti, Luigi Legnani, Agustín Barrios, Joaquín Turina o Astor Piazzola, entre altres. La interpretació musical, dotada de gran sensibilitat i acurada tècnica, va anar acompanyada per part del músic, d'una breu introducció de cadascuna de les obres. Aquest concert tenia una finalitat solidària i els 1.450 euros dels donatius del públic van anar destinats íntegrament a l'Associació per a la Superació de l'Ansietat i la Depressió (Assadega'm).

CONCERT DE GUITARRA

a càrrec de

FERRAN TALARN

**Concert a benefici de l'Associació per a la Superació
de l'Ansietat i la Depressió Grups d'Ajuda Mútua**



DISSABTE 3 DE MARÇ 2018 - 20 h
AUDITORI DE LA FILA. Amb entrada inversa

LA FILA DL: T-211-2018

Organitza:



SOCIETAT MUSICAL
**LA UNIÓ
FILHARMÒNICA
D'AMPOSTA**

100

Aniversari
Unió Filharmònica
d'Amposta

Col·laboren:



Ajuntament d'Amposta



Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura



Diputació Tarragona

[Concert Solidari](#)

-El 06/abril/2018 tramitamos la solicitud para el fomento de proyectos, actividades y servicios de utilidad pública e interés social que convoca el Ayuntamiento de Sant Cugat del Vallés.

-El día 11/abril/2018 Assadega'm participa a la sessió informativa sobre la taula de salut mental a professionals de serveis socials (i d'algun àmbit més que han demanat poder assistir), per tal de donar a conèixer la feina que s'està fent des dels diferents recursos de la taula de salut mental.

-En el mes de mayo Assadega'm se presenta a la convocatoria de las subvenciones para la realización de proyectos, actividades y servicios de distrito y de ciudad del Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat 2018.

-El 26/abril/2018 Assadega'm asiste como invitada por la UIC (Universidad Internacional de Catalunya) a la jornada para la lucha contra el estigma de las enfermedades mentales bajo el título "Di_Capacitados:Esti(g)ma salud mental y medios de comunicación". Durante dicha jornada, se proyectó el documental "¿Y si te dijeran que puedes?" (<https://youtu.be/XVmsaJ7UUnq>) dirigido por el director del programa de TVE "Al filo de lo Imposible" con cuya narración y el testimonio de su cinco protagonistas (personas con esquizofrenia), se nos dio todo un ejemplo de vida y superación.

-El 27/abril/2018 Assadega'm asiste, con la participación de Antonio Feroso y Toni Santander, a las jornadas en la Facultad de Biociencias de la UAB que consisten en un coloquio sobre el estigma de la salud mental. Participaron en esta actividad además de nuestra Asociación, la Associació Suport Salut Mental, Federació Veus y Álex Marieges, supervisor de enfermería del área de Salud Mental del Hospital Sant Pau de Barcelona. Lo que estos estudiantes de la UAB esperaban de Assadega'm era:

"Creemos que ustedes pueden aportar el punto de vista de las personas que padecen depresión y ansiedad y romper con prejuicios y estigmas presentes en la sociedad. Estos son dos trastornos muy prevalentes y hay mucha desinformación al respecto, lo cual dificulta la detección, el tratamiento y la no discriminación por parte del entorno. Además, pueden aportar información de los grupos de ayuda mutua como herramienta para apoyar a las personas afectadas y ayudar al tratamiento."

El diumenge 20 de Maig es va celebrar a tot l'estat espanyol el Dia de l'Orgull Boig, una festa per reivindicar el valor de la nostra veu, tant de temps silenciada, i pels drets de les persones amb diversitat mental.

Un esdeveniment organitzat per tots els moviments activistes de salut mental de Catalunya, obert a la participació d'altres els col·lectius que lluiten per reivindicar el valor de la diversitat. Assadega'm va participar en tots els actes i en la manifestació que va tenir lloc, tractant de fer la màxima difusió de l'Associació.

20 **DIA DE L'ORGULL BOIG**

www.orgullboig.org

Plaça St. Jaume
BENVINGUDA
RÀDIO NIKOSIA
91.4 fm

EL ORGULLO LO CURA

CLOENDA a Plaça del Rei

Maig MAD PRIDE DAY

0'11h a 13.30h
BENVINGUDA i Activitats
per a infants i adults

De 16.30h a 17.30h
Retransmissió de
Ràdio Nikosia

18h MANIFESTACIÓ
Sortida des de
Plaça Catalunya

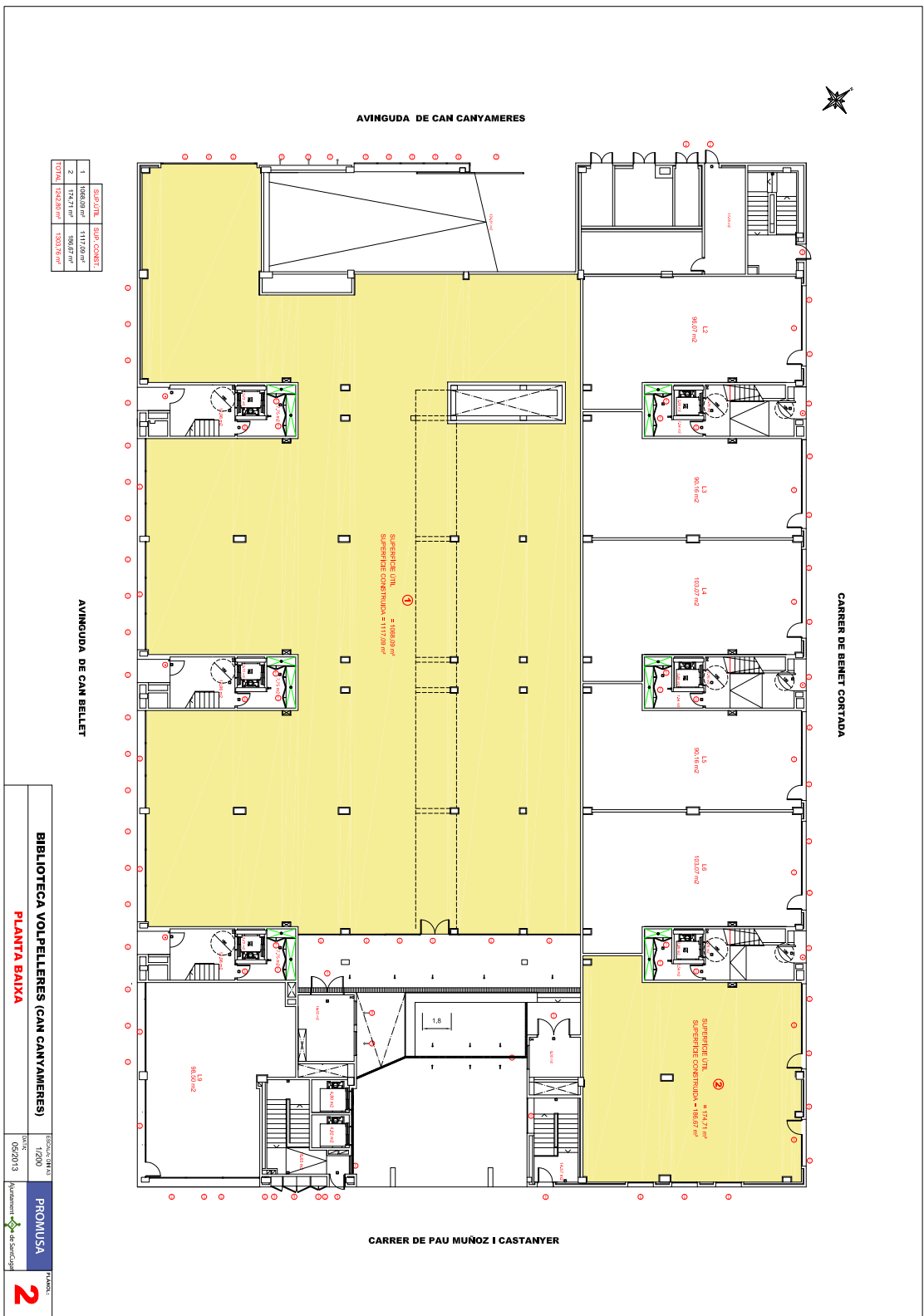
De 19h a 22h
CLOENDA amb
Concerts, Contacontes
Performance i Poesia

-L'Ajuntament de Sant Cugat impulsa els pressupostos participatius per tal que els ciutadans i ciutadanes puguin proposar, debatre i decidir el destí d'uns 2 milions d'euros de la partida d'inversions del pressupost municipal per als anys 2018 i 2019.

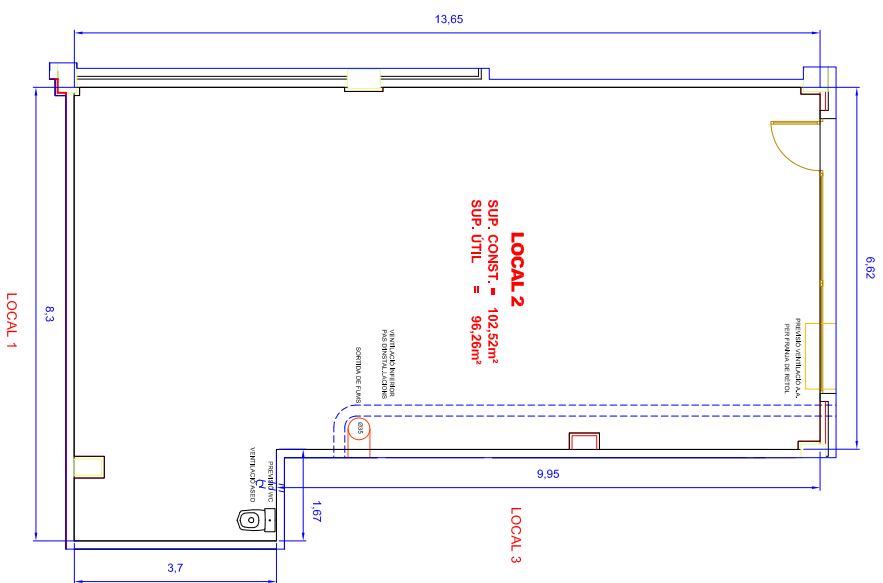
Assadega'm en conjunt amb PREAD i TEA es presenta amb el projecte que la ciutat tingui un local destinat a la salut mental.

Aquest projecte és seleccionat en el mes de febrer aconseguint ser el tercer més votat per la ciutadania en la seva última fase en el mes de juny. La quantia per dur-se a terme i disposar en un futur d'un local de manera permanent és de 300.000€. Quedem a l'espera que l'equip tècnic de l'Ajuntament es posi en contacte amb nosaltres per valorar les necessitats en equipaments.

-La reunió va tenir lloc el 26/juliol i per part de l'Ajuntament de Sant Cugat se'ns va proposar concedir-nos dos locals de 100m2 cadascun al costat de la biblioteca de Volpelleres.

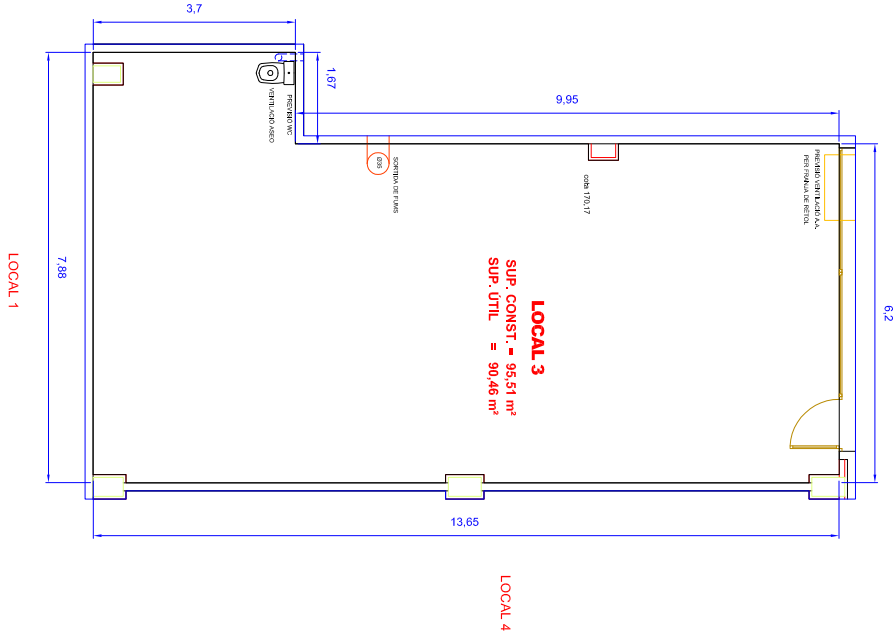


CARRER DE BENET CORTADA



CAN CANYAMERES		ESCALA: DIN A4	PROMUSA	PLANO: 1
LOCAL 2		DATA: 05/2013		

CARRER DE BENET CORTADA



CAN CANYAMERES		ESCALA: DINAM	PROMUSA	PLANO: 1
LOCAL 3		1/100		
		DATA: 05/2013	Ajuntament de SantCugat	

-En el mes d'abril quatre estudiants de periodisme contacten amb Assadega'm gràcies a la nostra web amb la idea de realitzar un treball sobre l'ansietat que elles mateixes descriuen: **" Nosaltres el que volem és conèixer la història d'aquestes persones, com van desenvolupar l'ansietat i com han lluitat o lluiten contra ella. Pretenem visibilitzar com és viure amb ansietat".**

Durant el mes de maig realitzen els enregistraments testimonials de nostr@s companys/as Mayca Padilla, Josefina Artacho i Antonio Fermoso, als qui des de la Junta Directiva agraïm l'esforç realitzat a tractar de fer difusió de les nostres problemàtiques posat que aquesta és una de les funcions recollides en els nostres estatuts.

En el mes de juny se'ns fa arribar el documental que immediatament pengem en la capçalera de la nostra web (www.ansietat.org).

-En aquest mes d'abril Assadega'm també participa a la:
Setmana Solidària de la UAB.

La Setmana Solidària està organitzada per un grup d'estudiants de la Facultat de Biociències de la UAB, que alhora formen part del Consell d'Estudiants de Biociències (CEBIO).

Els objectius secundaris són visibilitzar els trastorns mentals i desestigmatitzar-los socialment.

- "Sóc Vanesa Benedicto, reportera del programa de reportatges de TVE "Repor", un programa dels Serveis Informatius de TVE que s'emet cada diumenge a les 20.30h al Canal 24h de TVE (www.rtve.es/repor)

Estic preparant un ampli reportatge sobre l'ansietat i la depressió a Espanya, amb l'objectiu d'aconseguir normalitzar aquestes malalties en la nostra societat. M'interessa molt el que tracteu en la vostra associació, ja que crec que és de les pioneres a Espanya que aborda aquestes patologies des d'un punt de vista integral i fa mancada donar-vos una veu alta i clara per poder ajudar a altres persones.

“He parlat amb Mayca Padilla i m'ha explicat el seu cas i tot el que feu en les teràpies de grup, i m'ha semblat molt interessant. M'agradaria molt poder entrevistar-vos als membres de la teràpia... però el "problema" que tenim nosaltres és que som televisió i hem de gravar amb la càmera... alguna cosa que ja m'ha dit Mayca que no us agrada molt...”

El final que va tenir aquest mail va ser el dur-se a terme l'enregistrament del documental que serà emès en el mes d'octubre per RTVE, amb el títol “Me Duele la Vida”.

-Sortida a García (Tarragona).

- El mes de juliol membres de l'Associació visitem al poble de “García” (Tarragona). Un centre molt particular de teràpies i sanació. Ens va agradar molt per les seves especials condicions, entre elles, meditem dins d'una piràmide terapèutica de 6m x 6m. El Centre està situat en plena naturalesa, en un ambient summament acollidor i relaxant.

- “Personalment considero que va ser una experiència alliberadora, una excel·lent introspecció personal i un èxit, per les diferents tècniques de teràpies individuals i grupals dins d'un marc molt relaxant”.

(Antonio Feroso)

- En mutu acord amb el Terapeuta i membre de l'Associació Devea de Telos, que és com es diu el centre, hem decidit establir els Mòduls i realitzar un de mensual per aconseguir un efecte sanador a la nostra ansietat, és a dir aprofundir més en les causes i poder alliberar-nos de les pors, tristeses, inseguretats i actituds paralitzants en un nivell més intern.

-En el mes de juliol ens és concedida la subvenció sol·licitada en el mes d'abril per al foment de projectes, activitats i serveis d'utilitat pública i interès social de l'exercici 2018. L'import de la mateixa és de 5.000€.



Mercè Conesa
Alcaldessa de Sant Cugat

Fundación LOVAAS	G63120257	1.100 €
Fundació Privada Autisme GURU	G58440934	3.000 €
Coral Tardor de la Gent Gran	G64036742	1.700 €
Associació Suport Salut Mental	G66612003	1.150 €
Fundació Deportiva Hípica Adaptada Federica Cerdà	G65620650	2.100 €
Associació PIM PAM PUM	G65221558	600 €
Associació Els Marxosos del Vallès	G61679593	900 €
Casal d'Avis de Valldoreix	G59383158	1.000 €
ASSADEGA'M (Associació Trastorns d'Ansietat)	G60859477	5.000 €
Grup TEA Sant Cugat (Autisme)	G66708470	1.000 €
Fundació Privada Amics de la gent gran	G60017464	3.000 €
Fundació PDP Catalunya	G58682196	1.100 €
Associació Ajudem-nos	G66373978	600 €
Associació Multicultural de Sant Cugat	G64646029	800 €
PREAD (Prevenió de l'ansietat i la depressió)	G66766395	1.000 €
Associació Dret a Morir Dignament	G63334510	500 €
TOTAL		35.000 €

- El 23 de juli d'aquest any, surt la resolució de la subvenció de "Benestar Social" de la Diputació de Barcelona amb la qual se'ns concedeix una ajuda per un import de 1212,65€ per dur a terme "Tallers psicoeducatius per la integració social de afectats per trastorns depressius".

L'objectiu general del projecte és tractar a les persones que pateixen depressions i /o trastorns d'ansietat lleus mitjançant grups Psicoeducatius de suport, per afavorir l'autocura i la corresponsabilitat del pacient en el seu estat de salut i per tal de capacitar-los per prendre decisions, afavorir la participació social i alhora reduir l'estigmatització en vers de la seva malaltia mental.



16960	G60259983	ASSOCIACIÓ CONTRA L'ANOREXIA I LA BULÍMIA	Famílies apoderades: Programa de Suport Psicosocial a familiars d'una persona afectada per un trastorn de la conducta alimentària.	65	1.212,65 €
16694	G60331238	FUNDACIÓ PARC TAUÍ	Acompanyament a pares i mares de nens i nenes que pateixen malalties greus o cròniques a través de l'artteràpia	65	1.212,65 €
16948	G60424900	ASSOCIACIÓ NATURA I SALUT	Apodera't!. Programa de foment de l'autonomia personal i l'envelliment actiu de les persones amb discapacitat.	65	1.212,65 €
17045	G60552809	FUNDACIÓ SANITÀRIA D'IGUALADA	Programa d'abordatge de la conducta suïcida per joves	65	1.212,65 €
16710	G60697885	ASSOCIACIÓ L'ESQUITX	Famílies esquitx (SOAF)	65	1.212,65 €
16249	G60859477	ASSOCIACIÓ PER A LA SUPERACIÓ DE L'ANSIETAT I LA DEPRESSIÓ. GRUPS D'AJUDA MÚTUA-ASSADEGAM'M	Tallers psicoeducatius per la integració social de afectats per trastorns depressius	65	1.212,65 €
16828	G60912029	ASSOCIACIÓ JUVENIL ESQUITX	Centre Obert Esquitx, per l'èxit educatiu	65	1.212,65 €
16735	G60975976	ASSOCIACIÓ D'ACCIÓ SOLIDÀRIA EULÀLIA GARRIGA	Acol·lida a persones sense llar	65	1.212,65 €
16488	G61037164	GRUP DE JOVES DE CAN TUSELL	Casal diari per a joves	65	1.212,65 €
16802	G61125449	GRESCA	Nexes	65	1.212,65 €
16245	G61224986	FUNDACIÓ PRIVADA IRIS	Casal d'estiu per infants amb discapacitat intel·lectual	65	1.212,65 €
17067	G61236261	ASSOCIACIÓ CENTRE OBERT HEURA	Serveis higiènics bàsics	65	1.212,65 €
17256	G61246401	APANSCE, ASSOCIACIÓ DE PARES DE NENS SORDS DE CATALUNYA, L'ESPLAI	Comunicar dins la família	65	1.212,65 €
16842	G61356689	ASSOCIACIÓ PUNT DE REFERÈNCIA	Memòria per a l'emancipació de jovent tutelar i extutelat	65	1.212,65 €

Registre d'acords: aprovat per acord de Junta de Govern núm. 364. Data sessió: 19/07/2018

Secretaria general

Document signat electrònicament. Firmes vàlides. És còpia autèntica de l'original electrònic.

Codi Segur de Verificació (CSV): b85c0fa3e742f7f36a53 Adreça de validació:

ACTIVIDADES ASSADEGA 'M

*****Grupo Sant Cugat:***

- *Lunes: Ioga y Relaxación en el “Xalet Negre” (ver mapas) de 11 a 13h.*
- *Miércoles: 1er, 2º y 4º de cada mes Grupo “Terapia Cognitivo Conductual) en la “Casa de Cultura”.*
- *Jueves: Administración y Acogida en la “Casa de Cultura” de 11,30h a 16h.*
- *Jueves: quincenalmente Grupo “Fobia Social” de 19h a 20,30h.*
- *Jueves: quincenalmente Grupo “TOC” de 18h a 20h.*
- *Viernes: Ioga y Relaxación en el “Xalet Negre” de 12h a 14h.*
- *Sábados: quincenalmente Grupo de “Gestalt” de 11h a 13h en la “Casa de Cultura”*
- *Sábados: quincenalmente Grupo “Arteterapia” de 11h a 13h en la “Casa de Cultura”.*

*****Grupo Sants:***

- *Miércoles: terapia “Cognitivo Conductual” de 19h a 21h.*
- *Cada 3er. miércoles de mes terapia “Gestalt” de 19h a 21h.*

*****Grupo La Parroquia” (Barcelona)***

- *Lunes: semanalmente Grupo “Cognitivo Conductual” de 18,30h a 20,30h. en la parroquia de la Església Sant Gaietà en C/ Enrique Granados, 6 (ver mapa al web www.ansietat.org).*

****Plantilla allotjament curs 2018/2019**

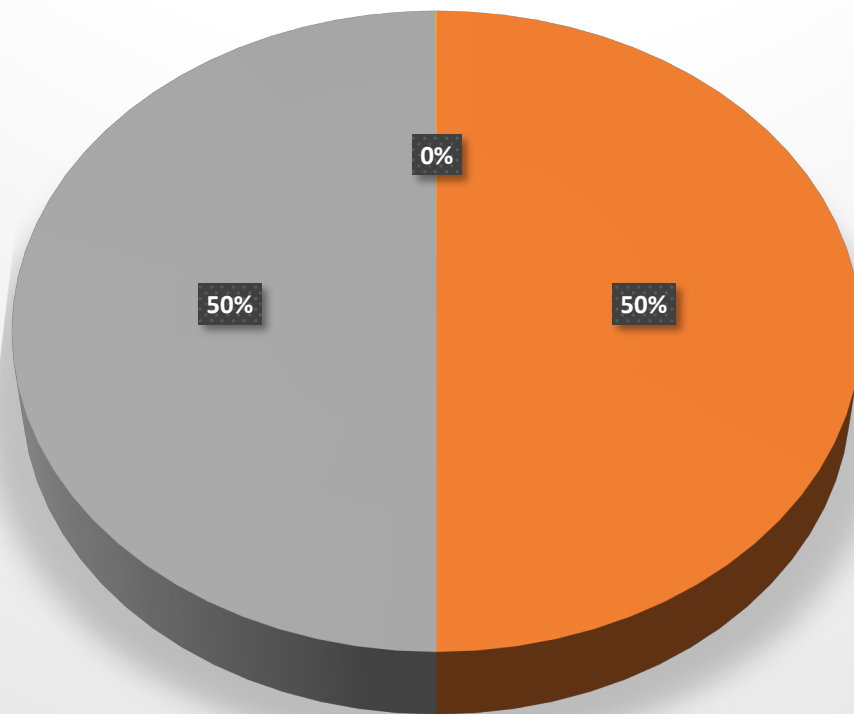
Nom de l'entitat:	ASSADEGA'M
Descripció general de l'entitat:	Associació per a la Superació de l'Ansietat i la Depressió
Objectius generals de l'entitat:	Grups d'Ajuda Mútua
Persona/es de contacte:	Francisco Lopera
Telèfon/s:	616453498
Correu/s electrònic/s:	assadegam@ansietat.org

Dia de la setmana	Horari	Tipus d'espai (necessitats tècniques i aforament)	Breu descripció de l'activitat
Dilluns	11h/13h	Sala Montllor (Xalet Negre) 10/12 usuaris	loga
Dimecres ***	19h/21h	Aula 3 10/12 usuaris	GAM Teràpia Cognitiu/Conductual
Dijous 1r i 3r de mes	19h/21h	Sala Montllor (Xalet Negre) 10/12 usuaris	GAM Fòbia social
Dijous	10,30h/16h	Despatx nº 3 (Casa Cultura)	Acollida nous usuaris i administració
Dijous 2n i 4rt de mes	17h/19h	Aula Terra (Xalet Negre) 10/12 usuaris	GAM Gestalt
Divendres	12h/14h	Sala Montllor (Xalet Negre) 10/12 usuaris	loga
Dissabte	10h/13h	Aula Cos1 (Casa de Cultura) 8/12 usuaris	Taller Expressió Creativa/GAM Teràpia Cognitiu/Conductual

*** Recordeu que el 3r dimecres de mes de 19.00 a 21.00 no podreu disposar de l'Aula 3 ja que esta ocupada per al Xarxa Solidària.

1r trimestre	2n trimestre	3r trimestre
3 setembre-21 desembre	9 gener-12 abril	24 abril/28 juny

Resultados 2017



- RESULTADOS 2017
- RESULTADOS 2017 GASTOS
- RESULTADOS 2017 INGRESOS
- RESULTADOS 2017 BENEFICIO

- Durant l'any 2018 s'han realitzat entrevistes i contactes varis per desenvolupar el projecte “Crece en Villacreces”.

Al juny vam tenir una entrevista amb el president de la Diputació de Valladolid en la qual li vam proposar poder optar a la Casona de Montealegre a fi de crear allí un espai terapèutic.

Al juliol ens reunim amb el diputat d'Hisenda de la Diputació i vam poder transmetre-li el nostre interès a optar a la gestió de la Casona de Montealegre.

Aquesta Casona està pendent de sortir a concurs públic i esperem la publicació per optar a la seva gestió.

A l'octubre celebrem el 3er. camp de treball del projecte “Crece en Villacreces”. Participem 9 persones de diferents regions, fins i tot comptem amb la presència d'una francesa. Vam tenir l'ocasió de plantar 57 arbres en el terme municipal de Villacreces i de realitzar un treball artístic consistent en la realització d'un mural fet amb terra de la coneguda obra de Picasso, El Guernica.

Durant el camp de treball, Shana com a professora de ioga ens va fer diverses sessions de ioga i meditació. També gaudim de 2 dies d'una bona paella en el camp.

A l'octubre i per primera vegada participem amb un stand al mercat medieval de Santervás de Campos. Allí vam poder fer difusió del projecte als nombrosos assistents que s'acostaven i jugar amb terra amb els nens.

Hem presentat tres projectes a la 1ª edició de pressupostos participatius de la Diputació de Valladolid. S'han presentat 700 projectes i dels 67 que l'equip tècnic de la Diputació ha seleccionat, un és nostre. Es tracta de crear una casa d'acolliment per a persones en risc d'exclusió a la zona nord de la província de Valladolid. Està dotat amb 40.000 €.



****Roll-Up “Crece en Villacreces”**

-El dia 10 d'octubre, en commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental, duem a terme en l'estació de l'Arc de Triomf de Barcelona unes sessions informatives de l'Associació i de sensibilització sobre la salut mental.

-El dissabte 20 d'octubre se celebra a nivell local, és a dir, de Sant Cugat del Vallès la celebració del dia mundial de la salut mental. Organitzat des de la "Taula de Salut Mental", Assadegam participa amb un lloc a la plaça Quatre Cantons tornant a fer la màxima difusió de l'Associació. També participa en la lectura del manifest d'aquest any que porta com a lema: "Cuida el Teu Benestar Emocional".

CUIDA EL TEU BENESTAR EMOCIONAL.

10 D'OCTUBRE
DIA MUNDIAL
DE LA SALUT
MENTAL



DISSABTE 20 D'OCTUBRE DE 2018

De 10 a 14 h, plaça dels Quatre Cantons
MOSTRA D'ENTITATS DE SALUT MENTAL
Jocs i tallers per a tothom

A partir de les 11.30 h
APERITIU MUSICAL



AJUNTAMENT DE
SantCugat

Il·lustració: Jordi Ferrer

- El diumenge 15 d'octubre és emès al Canal 24h dins del programa "Repor" el documental titulat "Me Duele la Vida" en el qual participen, fet que Assadegam els agraeix, la nostra companya Mayca Padilla per oferir el seu testimoniatge en primerapersona i el nostre psicòleg Toni Gata. El resum que el canal 24h fa com a avanç és:

"La depressió serà, en els propers anys, la principal causa mundial de discapacitat, segons l'Organització Mundial de la Salut

A Espanya, es calcula que 2 milions i mitjà de persones sofreixen aquesta malaltia

La venda d'antidepressius s'ha triplicat en l'última dècada, segons l'Agència Espanyola de Medicaments".

- El dia 28 de novembre mantenim una nova reunió amb l'Ajuntament de Sant Cugat per rebre noves notícies respecte al local de Vollpelleres del projecte dels pressupostos participatius. En concret se'ns informa de la distribució definitiva dels espais, de l'increment en 100.000€ més per a la compra, reformes i condicionament del local. També se'ns comunica que si tot marxa bé podrem disposar del nou despatx i espais per a setembre del 2019.
- El 15 de desembre d'aquest any té lloc l' "Asamblea General Ordinària Anual" amb el següent ordre del dia:

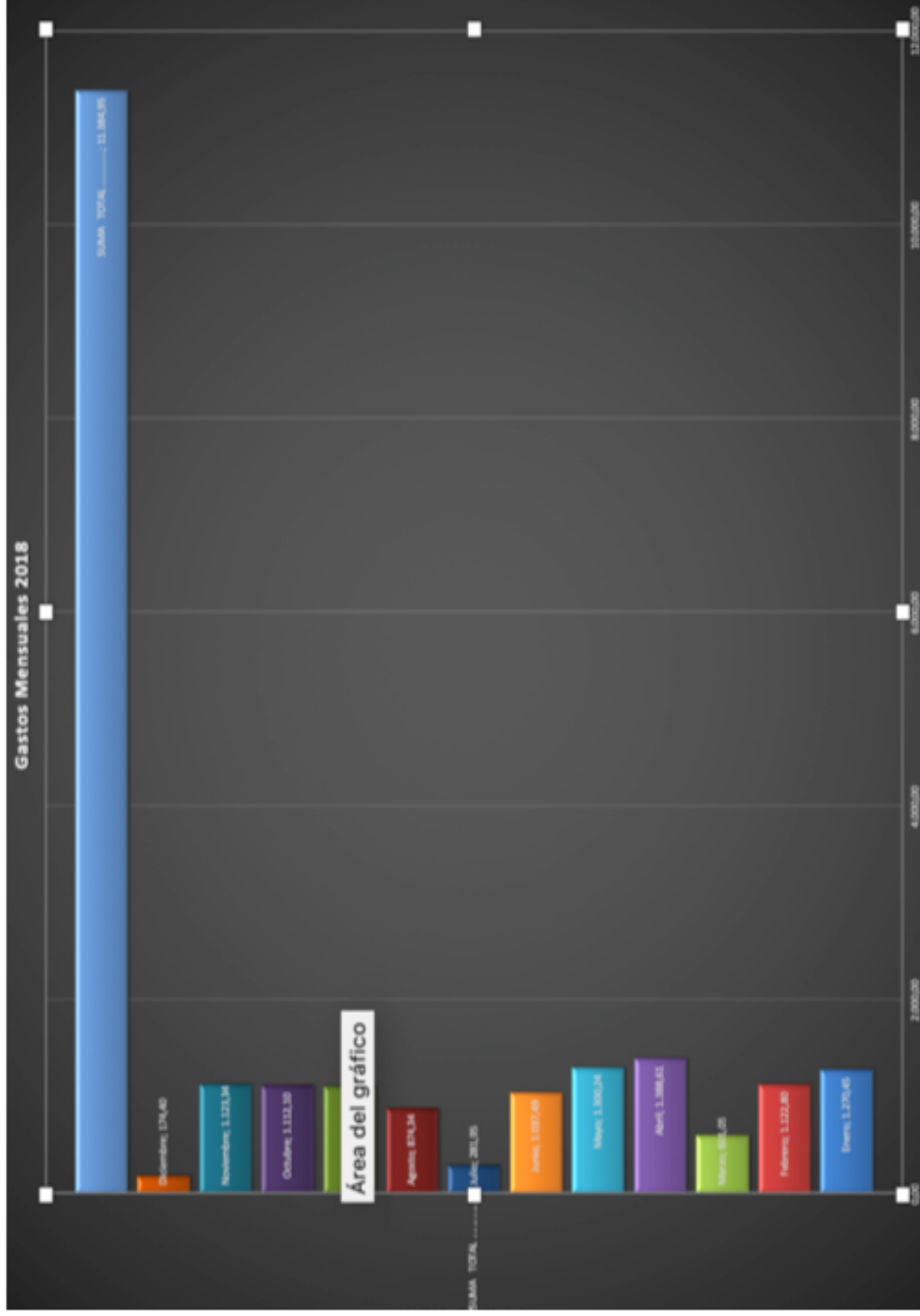
- ASAMBLEA GENERAL ASSADEGA´M

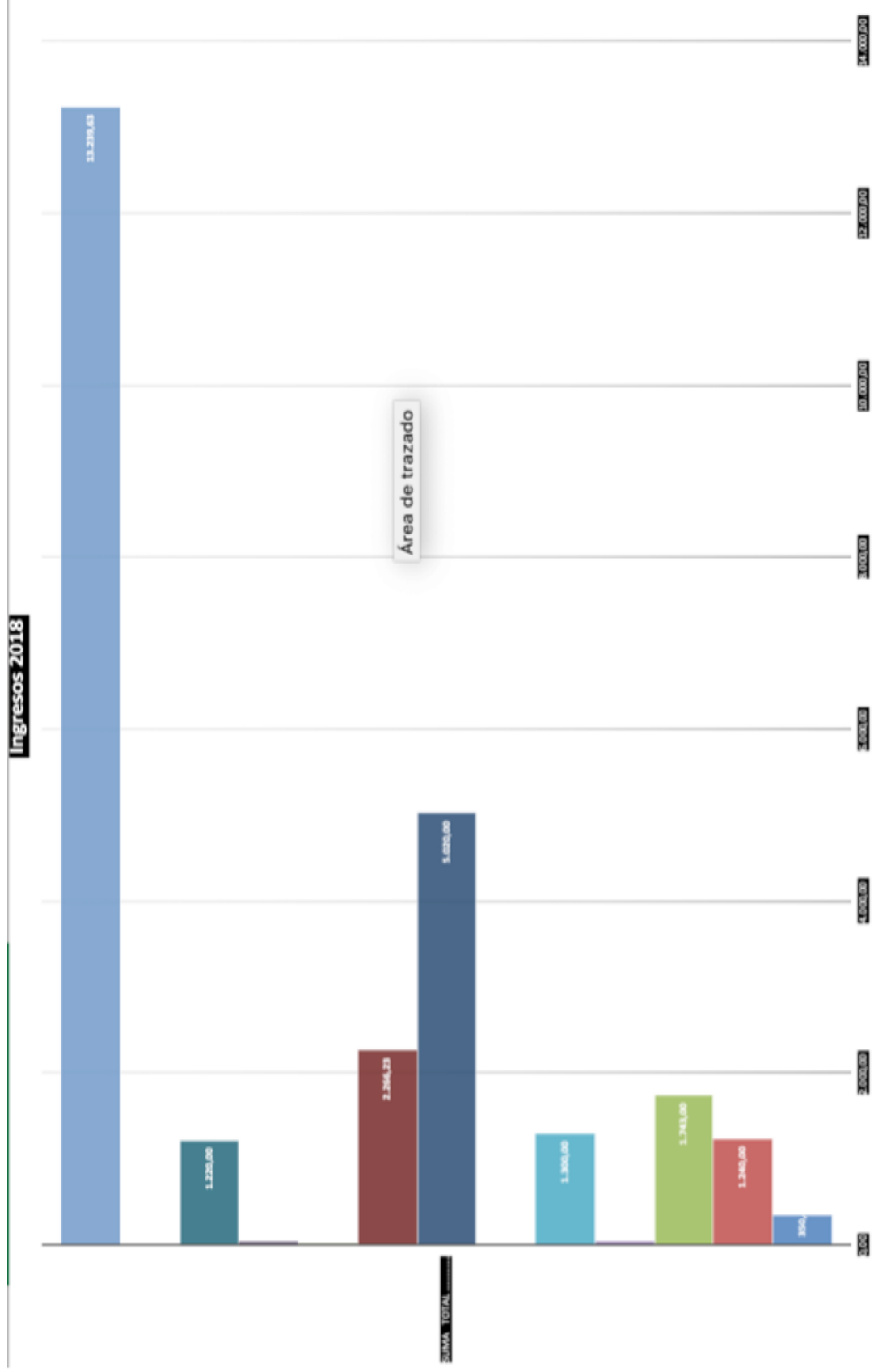
ORDEN DEL DÍA

- **Bienvenida a cargo del Presidente**
- **Aprobación del acta de la Asamblea del 2017**
- **Balance económico y de actividades**
- **Propuesta de actividades, presupuesto 2019 y aprobación por la Asamblea**
- **Renovación de cargos**
- **Ruegos y preguntas**

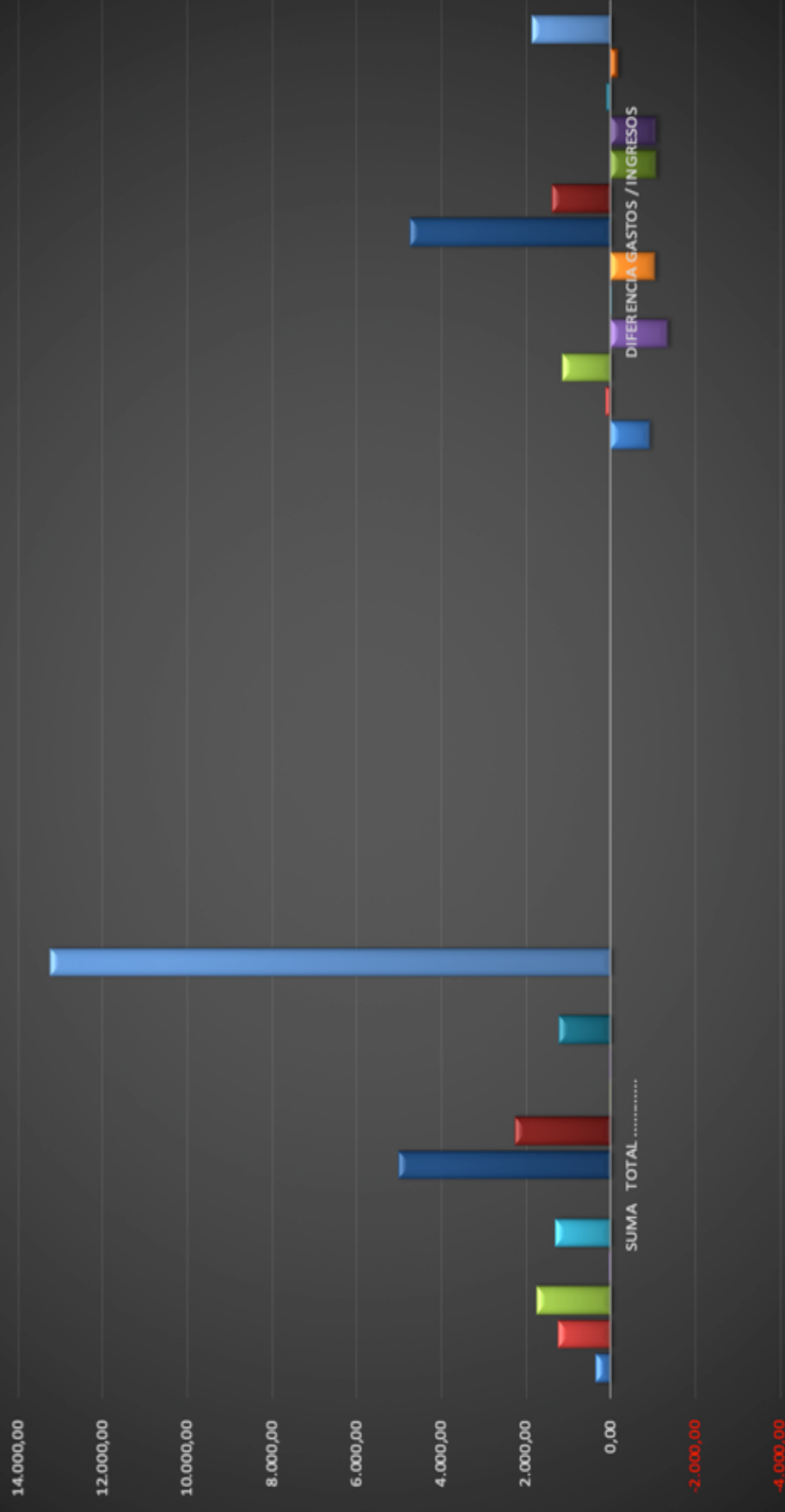
- Colofó final amb el dinar de Nadal celebrat el dia 15 de desembre en el restaurant "La *Jarana" de Sant Cugat del Vallès que va servir com sempre per a conèixer-nos tots els socis una mica més i amb el content per part de l'Associació d'aconseguir reunir a a tots els terapeutes.

Balanç Econòmic 2018





Ingresos 2018 y Diferencia Ingresos/Gastos 2018



Diferencia Ingresos/Gastos por Meses 2018

