

Memoria de Actividades Asociación LASSUS de Ayuda Contra el Síndrome Depresivo durante el año 2011.

[30/12/2011]

Asociación Lassus de ayuda contra el síndrome depresivo
Calle Doctor Fleming 12-4ª

Memoria Técnica

MEMORIA TÉCNICA 2.011. **“PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DEPRESIVOS”.**

ÍNDICE **(Acoger-Seguir-Practicar-Aprender-Conocer)**

1. Programa ACOGER	(Pág. 4).
2. Programa SEGUIR	(Pág. 7).
3. Programa PRACTICAR	(Pág. 13).
4. Programa APRENDER	(Pág. 14).
5. Programa CONOCER	(Pág. 14)
6. Formación Interna de los Psicólogos que integran el Servicio de Apoyo Psicológico	(Pág. 18)
7. Formación dirigida al Voluntariado	(Pág. 19)
8. Colaboraciones y Asesoramiento en el Área de la Depresión.	(Pág. 19)
9. Asesoramiento Terapéutico de Monitores y Participantes en los Talleres Ocupacionales.	(Pág. 20)
10. Intervención en los distintos Medios de Comunicación	(Pág. 20)
11. Aplicación del Fondo Bibliotecario	(Pág. 21)
12. XV Jornadas Sobre el Síndrome Depresivo	(Pág. 21)
13. Totales.	(Pág. 24)
14. Conclusiones.	(Pág. 25)

El contenido de esta Memoria describe todas y cada una de las actuaciones relacionadas con el programa de Actividades de esta Asociación.

1. PROGRAMA ACOGER (diariamente)

Objetivo general (AVD):

- **Acogimiento** personalizado de la Depresión a través de las diversas técnicas, métodos y estrategias que la psicología pone a disposición de los profesionales de la Salud Mental.
- **Valoración** de la situación psicosocial.
- **Derivación** a los recursos más adecuados y eficaces de la comunidad.

Objetivos específicos:

- Aumentar la autoestima personal.
- Entrenamiento en solución de problemas.
- Fomentar y entrenar las habilidades sociales.
- Modificación de pensamientos distorsionados y /o negativos.
- Aprendizaje de técnicas de relajación y control de la ansiedad.
- Detención de pensamientos obsesivos y perseverantes.
- Desensibilización sistemática de miedos y fobias.
- Tratamiento de los trastornos en el sueño.
- Estimulación de las capacidades de relación y decisión personales.
- Aumento del autocontrol personal.
- Biblioterapia.

En este Seguimiento Psicológico desarrollado desde la asociación se han visto **beneficiadas 68 personas, en un total de 312 sesiones individuales**. Se ha trabajado en estas sesiones individuales con Técnicas de Reestructuración Cognitiva con el fin de identificar las cogniciones desadaptativas del enfermo con depresión y sustituirlas por otras más adecuadas; Técnicas de Modificación de Conducta cuyo objetivo es la modificación de aquellas conductas que causan y mantienen la conducta depresiva; asimismo se ha instruido a estas personas en el manejo de Técnicas de Relajación y Manejo de la Ansiedad, Entrenamiento en Habilidades Sociales y Resolución de Problemas.

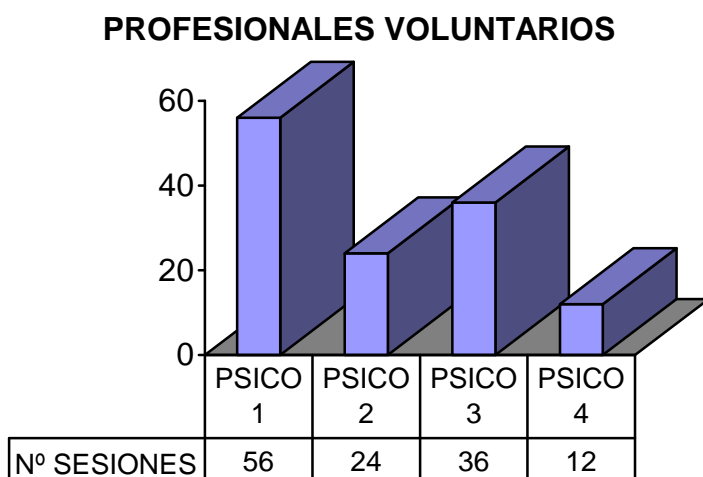
Seguimiento que se lleva a cabo a razón de 1 hora semanal/quincenal en función de las necesidades del enfermo con depresión, siguiendo la estructuración descrita en los objetivos generales (AVD).

Para ello se ha trabajado con distintos test: Inventario de la Depresión de Beck (BDI), Inventario de depresión y ansiedad en jóvenes (DAYS), Inventario de depresión Estado-Rasgo (IDER), Inventario de situaciones y respuestas de ansiedad (ISRA); Listado de Evaluación Conductual; Formulario de Identificación de Síntomas de Ansiedad; Autorregistros; etc...

Asimismo la bibliografía de referencia ha sido:

- McKay Matthew y Fanning Patrick (1991). *Autoestima. Evaluación y Mejora*. Edic. Martínez Roca, S.A.
- Davis Martha, McKay Matthew, Eshelman Elisabeth R. (1985). *Técnicas de Autocontrol Emocional*. Edic. Martínez Roca, S.A.
- Sevilla Juan y Pastor Carmen. *Tratamiento Psicológico de la Depresión*.
- Caballo Vicente E. (2006). *Manual para la evaluación clínica de los trastornos psicológicos. Trastornos de la edad adulta e informes psicológicos*. Edic. Pirámide (Grupo Anaya, S.A.)
- Musitu Gonzalo y Col. (2001). *Familia y adolescencia*. Editorial Síntesis.
- Beck Aaron T. y Col. (2002). *Terapia cognitiva de la Depresión*. Editorial Desclée De Brouwer.
- Caballo Vicente y Col. (2002). *Manual de Psicología Clínica Infantil y del Adolescente*. Ediciones Pirámide.
- Santiago López Soledad (2006). *Tratando inestabilidad emocional, terapia icónica*. Ediciones Pirámide.
- Dolores Sosa Carmen y Capafons Juan I. (2005). *Tratando fobias específicas*. Ediciones Pirámide.
- Jonquera Aurora y Guarch Joana (2006). *Tratando trastorno distímico y otros trastornos depresivos crónicos*. Ediciones Pirámide.
- Froján María Xesús (2006). *Tratando depresión. Guía de actuación para el tratamiento psicológico*. Ediciones Pirámide.
- BECK, A.T; FREEMAN, A: *Terapia cognitiva de los trastornos de personalidad*. Paidós, Madrid, 1995.
- BELLACK, L.; SIEGEL, H: *Manual de psicoterapia breve, intensiva y de urgencia*. Manual Moderno, México, 1986.
- CIE 10. *Trastornos mentales y del comportamiento*. Meditor, Madrid, 1994
- ELLIS, A y GRIEGER, R: *Manual de terapia racional emotiva*. Volumen 2. D.D.B, Bilbao, 1990.
- FERNANDEZ BALLESTEROS, R: *Psicodiagnóstico*. UNED, Madrid, 1981
- SMITH, M.J : *Cuando digo no, me siento culpable*. Grijalbo, Barcelona, 1986.

Es de destacar la labor realizada por los profesionales voluntarios en cuanto a apoyo psicológico, dentro del programa ACOGER y que complementa la atención realizada en los gráficos anteriores. Este aspecto nos destaca la importancia de la atención de acogida a personas cuya información sobre esta enfermedad es deficitaria, inadecuada e inconclusa; procediendo así a los objetivos generales de esta atención AVD (Acogida, Valoración y Derivación). Los datos del voluntariado son los siguientes:



Se han utilizado también como complemento a la terapia la recomendación de la lectura de los siguientes libros de autoayuda, entre otros:

- Goleman Daniel. *Inteligencia Emocional*. Círculo de Lectores.
- Fisher Robert. *El Caballero de la Armadura Oxidada*. Edic. Obelisco.
- Grad Marcia (1997). *La Princesa que Creía en los Cuentos de Hadas*. Edic. Obelisco.
- Fisher Robert, Kelly Beth (1999). *El Buho que no podía Ulular*. Edic. Obelisco.
- Bucay Jorge. *Cuentos para Pensar*. Círculo de Lectores.
- Bucay Jorge. *De la Autoestima al Egoísmo*. Círculo de Lectores.
- Bucay Jorge. *Cartas para Claudia*. Círculo de Lectores.
- Servan-Schreiber David. *Curación emocional*. Círculo de Lectores.
- Bucay Jorge y Salinas Silvia. *Amarse con los ojos abiertos*. Círculo de Lectores.
- Rojas Marcos Luis (2007). *La Autoestima, nuestra fuerza secreta*. Editorial Espasa-Calpe S.A.
- Muiño Luis (2008). *Perder el miedo al miedo*. Editorial Círculo de Lectores.
- Vallejo Ruiloba J: *Doctor estoy deprimido. La esfera de los libros, Madrid, 2010*
- Burns, D: *Sentirse bien. Paidós. 2002*
- Burns, D: *El Manual de Ejercicios de Sentirse Bien. Paidós. 2002*
- BURNS, D: *Autoestima en 10 días. Paidós. 2005*
-

En este sentido, los usuarios han conseguido superar su trastorno depresivo y fomentar aquellas áreas que por culpa de la depresión se habían visto deterioradas.

PROGRAMA SEGUIR

1. Talleres Psicológicos Grupales.

- Objetivo general:

Tratamiento en grupo de la depresión a través de las técnicas, métodos y estrategias que la psicología pone a disposición de los profesionales de la Salud Mental.

- Objetivos específicos:

Son varios los objetivos que se persiguen conseguir, entre ellos se encuentran:

- Aumento de la autoestima personal.
- Fomento de la interacción interpersonal.
- Fomento de las habilidades sociales.
- Análisis de las experiencias depresivas.
- Fomento de las habilidades de autocontrol emocional y relajación.
- Biblioterapia.

- Temporalización:

Cursos semanales de una hora de duración, de Octubre a Junio.

- Cursos de Autoestima.
- Cursos de Autocontrol Emocional.
- Cursos de Habilidades Sociales.
- Cursos de Técnicas de Relajación / Yoga.
- Cursos de Dinámicas de Grupo.
- Cursos de Mejora de la Atención y la Memoria.
- Cursos de Arte-Terapia.
- Cursos de Informática.
- Cursos de Risoterapia.

2. Talleres Grupales de Ocio y Tiempo Libre.

- Objetivo General:

Evitar el Aislamiento social de las personas con trastorno depresivo, mediante la realización de actividades grupales en un entorno enriquecedor y alternativo.

- **Objetivos Específicos:**

- Aumentar el número de contactos sociales.
- Enriquecer las relaciones interpersonales.
- Disminuir los niveles de ansiedad ante situaciones externas cuyo afrontamiento es deficitario.
- Fomento de las habilidades de autocontrol emocional.
- Normalización en la realización de actividades lúdicas.

- **Temporalización:**

Actividades programadas de Octubre a Junio con carácter mensual.

- Curso de Cocina Creativa
- Taller Integración Comunitaria
- Viajes de convivencia visitando lugares de interés, junto con actividades culturales.
- Actos de convivencia (reuniones, salidas y encuentros).

3. **Psico-educación de Familias.**

- **Objetivo general:**

Se trata de informar, formar y orientar a los familiares, amigos y allegados de los afectados de lo que es la problemática de la depresión para que contribuyan de forma más directa y positiva en la recuperación del paciente y puedan realizar una función de co-terapeuta.

- **Objetivos específicos:**

Charlas y trabajo individual y grupal con las familias para explicar y formar en los siguientes contenidos:

- Información sobre lo qué es la Depresión: concepto y síntomas.
- Factores de Riesgo de la Depresión.
- Factores mantenedores de la Depresión.
- Consejos a los familiares para mejoran la convivencia y el trato con las personas afectadas con depresión.

- Psico-educación de familias:

Sesiones de una hora y media de duración con carácter cuatrimestral.

4. Charlas, ponencias y cursos

- Objetivo general:

Informar y prevenir los trastornos depresivos mediante estos actos divulgativos.

- Objetivos específicos:

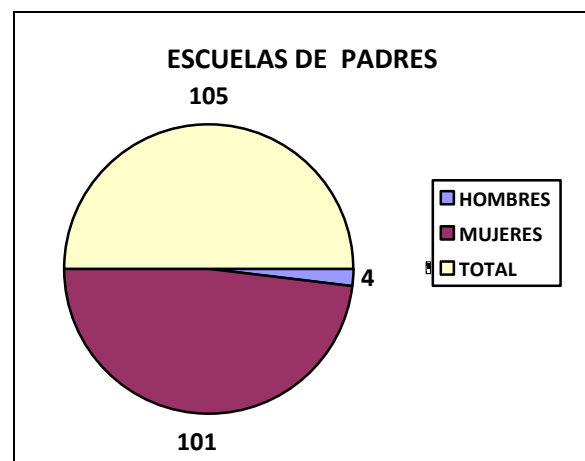
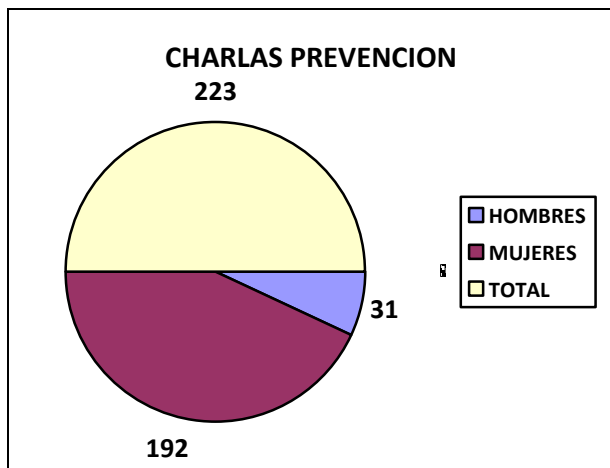
- Charlas, coloquios y ponencias en Albacete capital en centros socio-culturales, centros de enseñanza (para las ampa's), distintas asociaciones de Albacete, etc...
- Charla y ponencias en la provincia de Albacete y otras provincias limítrofes a esta.
- Cursos de Autoestima, de Habilidades Sociales y Técnicas de Control de Estrés y Ansiedad en Albacete y provincia para colectivos de riesgo

- Temporalización:

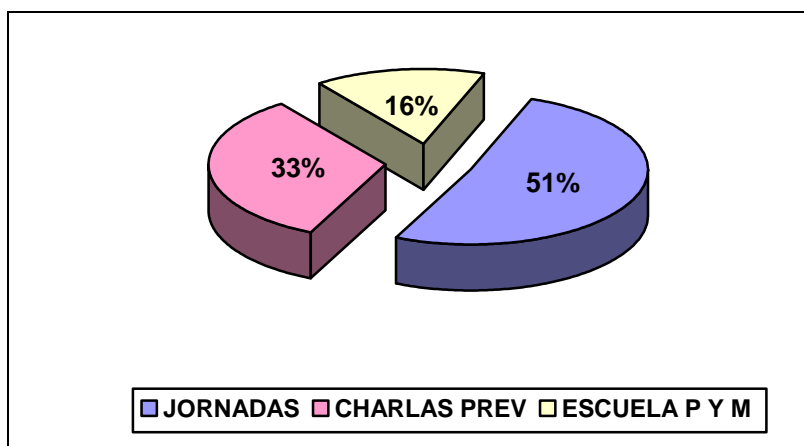
A demanda.

ESCUELAS DE PADRES Y MADRES	FECHA
E.P. C.P. OLIVARERA DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLÍN. ASISTENCIA: 25(19M-4H)	20/01/11 9:15 am
E.P. C.P. SAN PABLO 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 23(23M)	27/01/11 9:15am
E.P. C.P. SAN PABLO 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ALBACETE. ASISTENCIA: 20(20M)	03/02/11 9:15 am
E.P. C.P. SAN PABLO 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ALBACETE. ASISTENCIA:22 (22M)	10/02/11 9:15 am
E.P. C.P. GLORIA FUERTES 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ALBACETE. ASISTENCIA: 15(15M)	24/02/11 9:15 am
TOTAL	105(101M-4H)

CHARLAS PREVENCIÓN DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESIÓN	FECHA
CHARLA: "RECETAS PARA LA FELICIDAD" DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: SALÓN EXCMA. DIPUTACIÓN. ASISTENCIA: 120 (96M-24H)	13/01/11 19:00 pm
CHARLA MEJORA ATENCIÓN Y MEMORIA DESTINATARIOS: PÚBLICO GENERAL LUGAR: TINAJEROS ASISTENCIA: 12(12M)	25/05/11 16:30 pm
CHARLA AUTOESTIMA DESTINATARIO: ASOC. AMAS CASA LUGAR: SALOBRE ASISTENCIA: 11 (11M)	23/06/11 18:00 pm
CHARLA AUTOESTIMA DESTINATARIO: ASOC. AMAS CASA LUGAR: SALOBRE ASISTENCIA: 6 (6M)	30/06/11 18:00 pm
CHARLA AUTOESTIMA DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: TARAZONA DE LA MANCHA ASISTENCIA: 55 (55M)	22/09/11 19:00 pm
RADIO SURCO DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: ALBACETE	INTERVENCIÓN QUINCENAL
TOTAL ASISTENCIA	223(192M-31H)



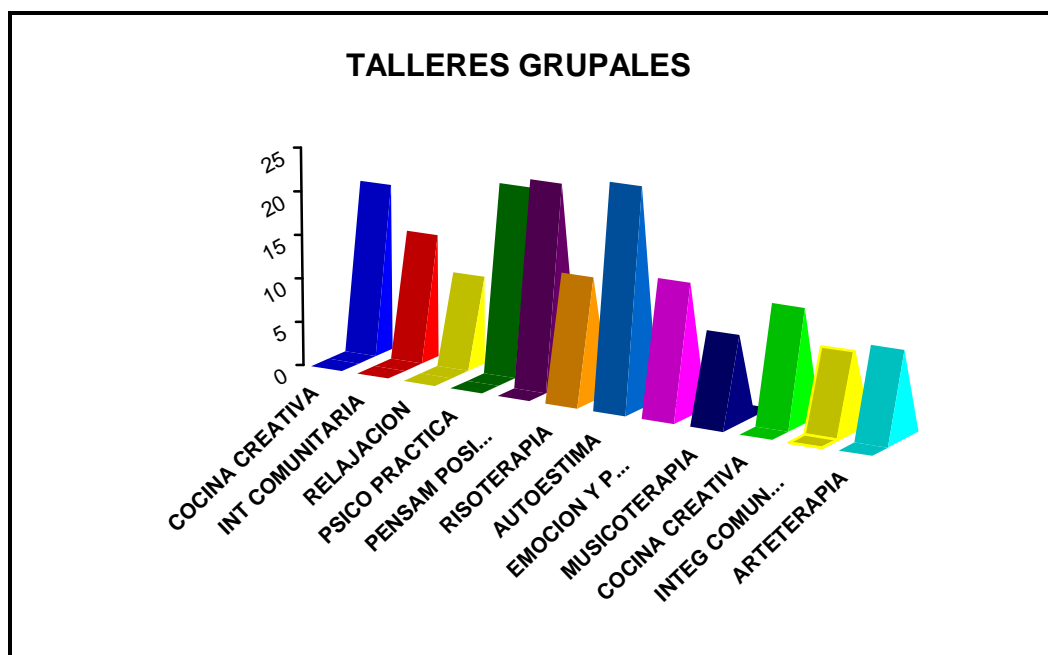
JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO	FECHA
XV JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: SALON DIPUTACION ALBACETE. ASISTENCIA: 150	03/10/11 7:30 pm
XV JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: SALON DIPUTACION ALBACETE ASISTENCIA: 118	04/10/11 7:30 pm
XV JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: SALON DE DIPUTACION ALBACETE ASISTENCIA: 80	05/10/11 7:30 pm
TOTAL ASISTENCIA	348



ACTIVIDADES OCIO Y TIEMPO LIBRE	FECHA
XIV ANIVERSARIO LASSUS CHARLA "RECETAS PARA LA FELICIDAD" JAVIER URRÁ LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 120	13/01/2011
I JORNADA DE LA TAPA LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 32	24/02/2011
EXPOSICION "ERASE UNA VEZ EL HABLA" LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 19	25/02/2011
LOS MIERCOLES DE CHINCHILLA LUGAR: CHINCHILLA ASISTENCIA: 21	09/03/2011
TEATRO "LA CENA DE LAS IDIOTAS" LUGAR: AUDITORIO ALBACETE ASISTENCIA: 463	12/03/2011
II JORNADA DE LA TAPA LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 42	31/03/2011
III JORNADA DE LA TAPA LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 30	04/05/2011
JORNADA CONVIVENCIA LUGAR: SEGÓBRIGA Y UCLES ASISTENCIA: 35	07/05/2011
FESTIVAL DANZA ORIENTAL LUGAR: TEATRO PAZ ASISTENCIA: 420	10/06/2011
JORNADA DE CONVIVENCIA	15/10/2011

LUGAR: MARCHA A PULGOSA ASISTENCIA: 6	
IV JORNADA DE LA TAPA	15/11/2011
LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 35	
EXPOSICION "DI CAPACIDAD" RISOTERAPIA	10/12/2011
LUGAR: IMAGINALIA ASISTENCIA: 48	
JORNADA CONVIVENCIA COMIDA	16/12/2011
LUGAR: HOTEL SAN ANTONIO ASISTENCIA: 25	

TALLERES GRUPALES	INICIO	FINAL
TALLER DE COCINA CREATIVA I	10/01/11 AL	28/03/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 8	12:00 pm	13:30pm
TALLER DE INTEGRACIÓN COMUNITARIA	10/01/11 AL	21/03/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 14	07:00pm	08:30pm
TALLER DE RELAJACION	11/01/11 AL	29/03/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 10	06:00pm	07:00pm
TALLER DE COCINA CREATIVA I	20/01/11 AL	31/03/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 11	06:30pm	08:00pm
TALLER DE PSICOLOGIA PRÁCTICA	04/04/11 AL	27/06/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 21	07:30pm	08:30pm
TALLER ARTETERAPIA	12/01/11 AL	23/03/11
DESTINATARIOS: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 10	06:00pm	07:30pm
TALLER DE PENSAMIENTO POSITIVO	05/04/11 AL	21/06/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 23	06:00pm	07:00pm
TALLER DE COCINA CREATIVA II	04/04/11 AL	27/06/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 5	11:30pm	13:00pm
TALLER DE COCINA CREATIVA II	04/04/11 AL	27/06/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 8	05:30pm	07:00pm
TALLER DE INTEGRACION COMUNITARIA	06/04/11 AL	29/06/11
DESTINATARIO: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 9	06:30pm	08:00pm
TALLER DE RISOTERAPIA	10/10/11 AL	19/12/11
DESTINATARIOS: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 14		
TALLER DE AUTOESTIMA Y CONOC PERSONAL	11/10/11 AL	20/12/11
DESTINATARIOS: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 25	06:00pm	07:00pm
TALLER DE EMOCIONES Y PALABRAS	19/10/11 AL	21/12/11
DESTINATARIOS: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 15	06:00pm	07:30pm
TALLER DE MUSICOTERAPIA	13/10/11 AL	22/12/11
DESTINATARIOS: SOCIOS		
LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 10	06:00pm	07:30pm
TOTAL		195



3. PROGRAMA PRACTICAR

- **Objetivo general:**

Posibilitar al alumno en prácticas la adquisición de habilidades, conocimientos, competencias, información y práctica necesarios para el ejercicio de su profesión en lo relativo a los trastornos depresivos.

- **Objetivos específicos:**

- Proporcionar un marco real para el desarrollo y aplicación de los contenidos teórico-técnicos recibidos desde las diversas materias de la titulación de Psicología.
- Familiarizarse con las funciones y actividades de un área concreta de la vida profesional.
- Favorecer los procesos de síntesis entre los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos durante la licenciatura.
- Desarrollar habilidades de cooperación y trabajo en equipo con otros profesionales.
- Realizar trabajos que sirvan para evaluar la capacidad crítica y reflexiva del alumno, fomentar la toma de decisiones y poner en práctica su capacidad de análisis y síntesis.

- **Temporalización:**

Dos fases de cuatro a seis meses cada una, en la que se incorporarían dos alumnos/as, uno/a para cada fase.

4. PROGRAMA APRENDER

- Objetivo general:

- La divulgación sobre la Depresión jóvenes de hasta 30 años de edad.

- Objetivos específicos:

- Informar sobre la sintomatología depresiva.
- Formar en estrategias de afrontamiento ante situaciones productoras de estrés o ansiedad.
- Prevenir conductas agresivas, conflictivas mediante el manejo de situaciones en resolución de problemas y toma de decisiones.
- Ofrecer recursos adecuados y eficaces en la comunidad.

- Temporalización:

A demanda.

PREVENCION DE LA DEPRESION, ANSIEDAD Y ESTRÉS EN JOVENES	FECHA
CHARLA PREVENCION DEPRESION DESTINATARIO: IES TOMAS NAVARRO TOMAS LUGAR: VILLARROBLEDO. ASISTENCIA: 23	20/05/11 05:00 pm.
PREVENCION DE LA DEPRESION DESTINATARIO: IES TOMAS NAVARRO TOMAS LUGAR: . ASISTENCIA: 20	20/05/11 12:30 pm
TOTAL ASISTENCIA	43

5. PROGRAMA CONOCER

- Objetivo general:

- La divulgación sobre la Depresión adultos y mayores de tercera edad.

- Objetivos específicos:

- Informar sobre la sintomatología depresiva.
- Formar en estrategias de afrontamiento ante situaciones productoras de estrés o ansiedad.
- Prevenir conductas agresivas, conflictivas mediante el manejo de situaciones en resolución de problemas y toma de decisiones.
- Ofrecer recursos adecuados y eficaces en la comunidad.

- Temporalización:

A demanda.

TALLERES RISOTERAPIA	FECHA
TALLER PENSAMIENTO POSITIVO DESTINATARIO: ASOCIACION PARQUINSON LUGAR: ALBACETE. ASISTENCIA: 20	19/10/11 07:00 pm
TALLER PENSAMIENTO POSITIVO DESTINATARIO: ASOCIACION PARQUINSON LUGAR: ALBACETE. ASISTENCIA: 15	26/10/11 07:00 pm
TALLER PENSAMIENTO POSITIVO DESTINATARIO: ASOCIACION PARQUINSON LUGAR: ALBACETE. ASISTENCIA: 19	02/11/11 07:00 pm
TALLER PENSAMIENTO POSITIVO DESTINATARIO: ASOCIACION PARQUINSON LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 19	09/11/11 07:00 am
CHARLA DEPRESION EN LOS MAYORES DESTINATARIO: RESID. MAYORES LOS ALAMOS LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 52 (33M-19H)	25/11/11 11:30 am
TOTAL ASISTENCIA	125

CHARLA A FAMILIARES	FECHA
CHARLA A FAMILIARES CON TRASTORNO DEPRESIVO DESTINATARIO: FAMILIARES LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 15 (11M-4H)	12/06/011 07:30pm
TALLER INTERVENCION FAMILIAR DESTINATARIO: FAMILIARES LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 6	25/10/2011 07:30pm
TOTAL ASISTENCIA	21

TALLER PENSAMIENTO POSITIVO	FECHA	
MINAYA	21/03/2011	28/03/2011
17:00H – 18:30H ASISTENCIA: 58	04/04/2011	11/04/2011
ABENGIBRE	23/03/2011	30/03/2011
17:00H-18:30H ASISTENCIA: 27	06/04/2011	13/04/2011
LA GINETA	24/03/2011	31/03/2011
17:30H-19:00H ASISTENCIA: 64	28/04/2011 07/04/2011	14/04/2011
TARAZONA DE LA MANCHA	29/04/2011 25/03/2011	01/04/2011
11:30H-13:00H ASISTENCIA: 102	08/04/2011	14/04/2011
BARRAX	02/05/2011	09/05/2011
17:00H-19:30H ASISTENCIA: 69	16/05/2011	23/05/2011
MONTEALEGRE DEL CASTILLO	27/04/2011	04/05/2011
17:00H-18:30H ASISTENCIA: 54	16/05/2011	23/05/2011
COTILLAS	09/06/2011	16/06/2011
18:00H-19:30H ASISTENCIA: 20		

SALOBRE 18:00H-19:30H ASISTENCIA: 19	23/06/2011	30/06/2011
VILLALGORDO DEL JÚCAR. 17:00H -18:30 ASISTENCIA: 36	04/10/2011 18/10/2011	11/10/2011 25/10/2011
TOTAL	449M	

TALLER PSICOEDUCACION DE LA DEPRESION	FECHA	
MONTALVOS 17:00H-18:30H ASISTENCIA:51	07/03/2011	08/03/2011
	09/03/2011	10/03/2011
FUENSANTA 18:30H-20:00H ASISTENCIA:66	14/03/2011	15/03/2011
	16/03/2011	17/03/2011
BIENSERVIDA 16:00H-17:30H ASISTENCIA:39	06/09/2011	15/09/2011
		20/09/2011
VILLAPALACIOS 18:00H-19:30H ASISTENCIA:66	06/09/2011	15/09/2011
		20/09/2011
ROBLEDO 16:00H-17:30H ASISTENCIA:28	01/09/2011	14/09/2011
	04/07/2011	07/07/2011
VIANOS 18:00H-19:30 ASISTENCIA:32	01/09/2011	14/09/2011
	04/07/2011	07/07/2011
PEÑASCOSA 18:00H-19:30H ASISTENCIA:14	21/09/2011	27/09/2011
ALCARAZ 16:00H-17:30H ASISTENCIA:20	21/09/2011	27/09/2011
POVEDILLA 18:00H-19:30H ASISTENCIA:24	28/09/2011	29/09/2011
VIVEROS 16:00-17:30H ASISTENCIA:28	28/09/2011	29/09/2011
TOTAL	368	

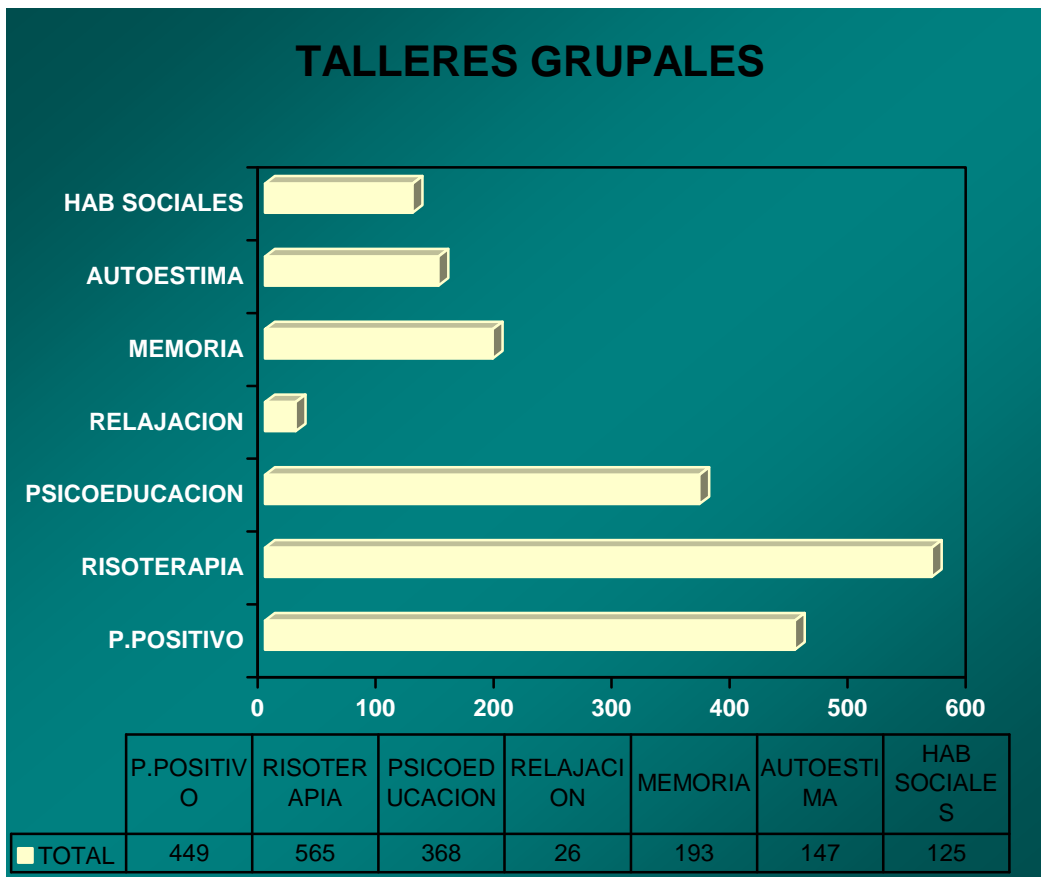
TALLER RISOTERAPIA	FECHA	
BALAZOTE 20:00H-21:30H ASISTENCIA: 100	10/03/2011	
EL BONILLO 17:00H-18:30H ASISTENCIA : 44	26/04/2011	03/05/2011
	10/05/2011	17/05/2011
LEZUZA 17:00H-18:30H ASISTENCIA: 74	22/03/2011	29/03/2011
	05/04/2011	12/04/2011
MADRIGUERAS 17:00H-18:30H ASISTENCIA: 54	07/06/2011	14/06/2011
	21/06/2011	28/06/2011
BALAZOTE 17:00H-18:30H ASISTENCIA: 52	05/09/2011	13/09/2011
	19/09/2011	26/09/2011
VILLAVERDE GUADALIMAR 16:00H-17:30H ASISTENCIA: 16	09/06/2011	16/06/2011
EL SALOBRA 16:00H-17:30H ASISTENCIA: 44	05/05/2011	12/05/2011
	19/05/2011	26/05/2011
TARAZONA DE LA MANCHA 17:00H-18:30 ASISTENCIA: 36	02/12/2011	09/12/2011
		12/12/2011
TOTAL	420	

TALLER RELAJACION	FECHA
CORRAL RUBIO	01/06/2011 08/06/2011
17:30H-19:00H ASISTENCIA: 26	15/06/2011 22/06/2011
TOTAL	26

TALLER ATENCION Y MEMORIA	FECHA
TINAJEROS	25/05/2011
16:30H-18:00H ASISTENCIA: 12	
ALBATANA	08/11/2011
16:30H-18:00H ASISTENCIA: 52	15/11/2011
	22/11/2011 29/11/2011
	05/12/2011
LOS POCICOS	13/10/2011
17:00H-18:30H ASISTENCIA: 47	20/10/2011
	27/10/2011
	03/11/2011
SANTA ANA	05/10/2011
18:30H-20:00H ASISTENCIA: 49	19/10/2011
	26/10/2011
	02/11/2011
FUENTE-ÁLAMO	09/11/2011
17:00H-18:30H ASISTENCIA: 33	16/11/2011
	23/11/2011
	30/11/2011
TOTAL	193

TALLER AUTOESTIMA	FECHA
BALAZOTE	21/02/2011
17:00H-18:30H ASISTENCIA: 63	22/02/2011
	23/02/2011 24/02/2011
REOLID	23/06/2011 30/06/2011
16:30H-18:30H ASISTENCIA: 29	
TARAZONA DE LA MANCHA	22/09/2011
17:00H-18:30H ASISTENCIA: 55	
TOTAL	147

TALLER HABILIDADES SOCIALES	FECHA
ONTUR	08/11/2011 15/11/2011
18:30H-20:00H ASISTENCIA: 60	22/11/2011 29/11/2011
	05/12/2011
POZOCAÑADA	10/11/2011
17:00H-18:30H ASISTENCIA: 65	17/11/2011 24/11/2011
	1/12/2011 07/12/2011
TOTAL	125



6. FORMACIÓN INTERNA DE LOS Y LAS PROFESIONALES

- **Objetivo general:**

A lo largo de todo el año realizar la formación y reciclaje del personal que compone el cuadro asistencial de LASSUS.

- **Objetivos específicos:**

- Asistencia y participación dentro del área de la Depresión a charlas, congresos, jornadas, cursos, etc por parte del personal que forma parte de la plantilla de LASSUS.

7. FORMACIÓN DIRIGIDA AL VOLUNTARIADO

Formación esta que se realiza al comenzar el voluntario su andadura en LASSUS y posteriormente según las acciones puntuales que van surgiendo.

- **Objetivo general:**

Formación del conjunto de los voluntarios que componen la asociación dotándolos de la información necesario en lo relativo al funcionamiento de la Asociación como en cuanto a la enfermedad que principalmente padecen los usuarios de nuestros servicios.

- **Objetivos específicos:**

Charlas y cursos con los siguientes contenidos:

- Definición de la Depresión y su sintomatología.
- Distintos ámbitos de actuación por parte el voluntariado dentro de la asociación.
- Habilidades de comunicación con los enfermos de depresión.
- Pactos a seguir en las relaciones con las personas depresivas.
- Ruegos y preguntas.

8. COLABORACIONES Y ASESORAMIENTO EN EL ÁREA DE LA DEPRESIÓN:

- **Objetivo general:**

A lo largo de todo el año fomentar la cooperación y coordinación en materia de Depresión entre las distintas Asociaciones e instituciones implicadas en el área de la salud mental.

- **Objetivos específicos:**

- Derivaciones hacia ó desde otras asociaciones y entidades de Albacete y provincia.
- Establecimientos de acuerdo con la UNED en Albacete y provincia.
- Establecimientos de acuerdo con distintas facultades para la realización de prácticas y formación de estudiantes en el campo de los Trastornos del Estado de Ánimo.
- Fomentar la cooperación con el SESCAM, Diputación, Ayuntamiento y en general con todas las instituciones competentes en el ámbito de la salud mental.

- Establecimiento de relaciones de colaboración con entidades bancarias con obra social para el sostenimiento y ejecución de programas.
- Establecimiento de relaciones de colaboración con entidades como AMPAS, UP, UDP, y centro culturales de los diferentes ayuntamientos de la provincia para la realización de actividades.

9. ASESORAMIENTO TERAPÉUTICO DE MONITORES Y PARTICIPANTES EN LOS TALLERES OCUPACIONALES:

- Objetivo general:

Se trata de fomentar un nivel de actividad y ocupación normalizado en el usuario a través de la realización de talleres y actividades.

- Objetivos específicos:

- Creación, mantenimiento y seguimiento de talleres ocupacionales como: autoestima, relajación, yoga, informática, mejora de la atención y la memoria, habilidades sociales, dinámica de grupo, actividades de ocio y tiempo libre, etc.
- Mejora de las habilidades de comunicación entre monitores y usuarios de los talleres.

10. INTERVENCIONES EN LOS DISTINTOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN:

- Objetivo general:

A lo largo de todo el año se realizan distintos actos de divulgación y concienciación a la sociedad en general en torno a la problemática de la depresión.

- Objetivos específicos:

Para llevar a cabo esta divulgación se realizarán:

- Intervenciones en las televisiones locales y regionales.
- Publicaciones de artículos y entrevistas en prensa local.
- Intervenciones en radios locales y provinciales.

11. AMPLIACIÓN DEL FONDO BIBLIOTECARIO:

- **Objetivo general:**

Dirigido a la ampliación de un conjunto importante de obras relativas unas al área de la depresión y otras a la lectura general.

- **Objetivos específicos:**

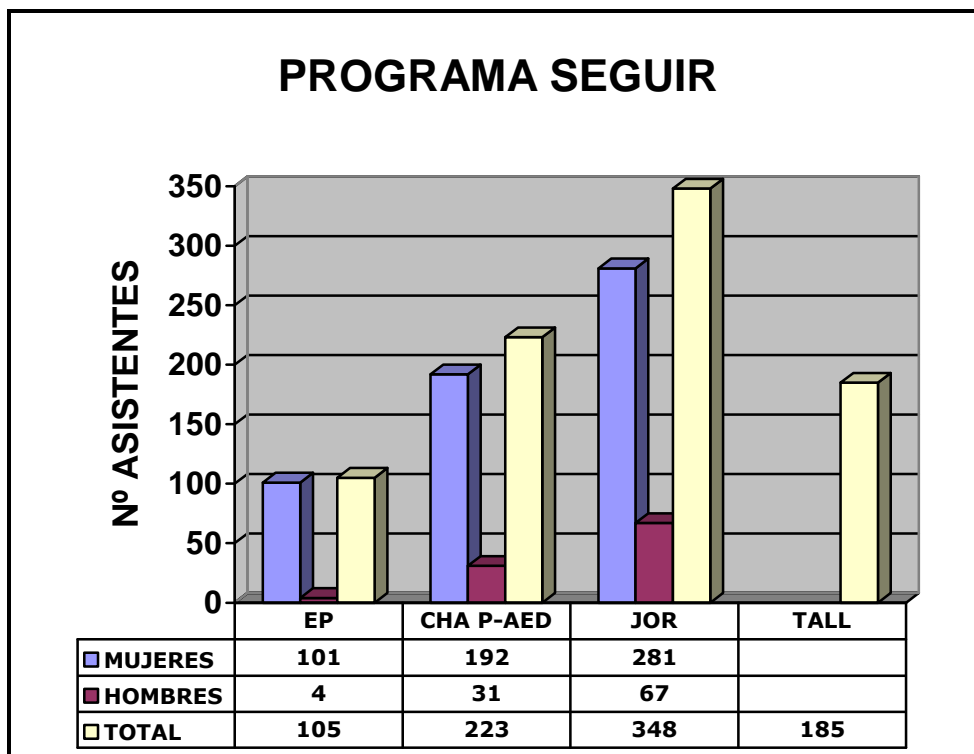
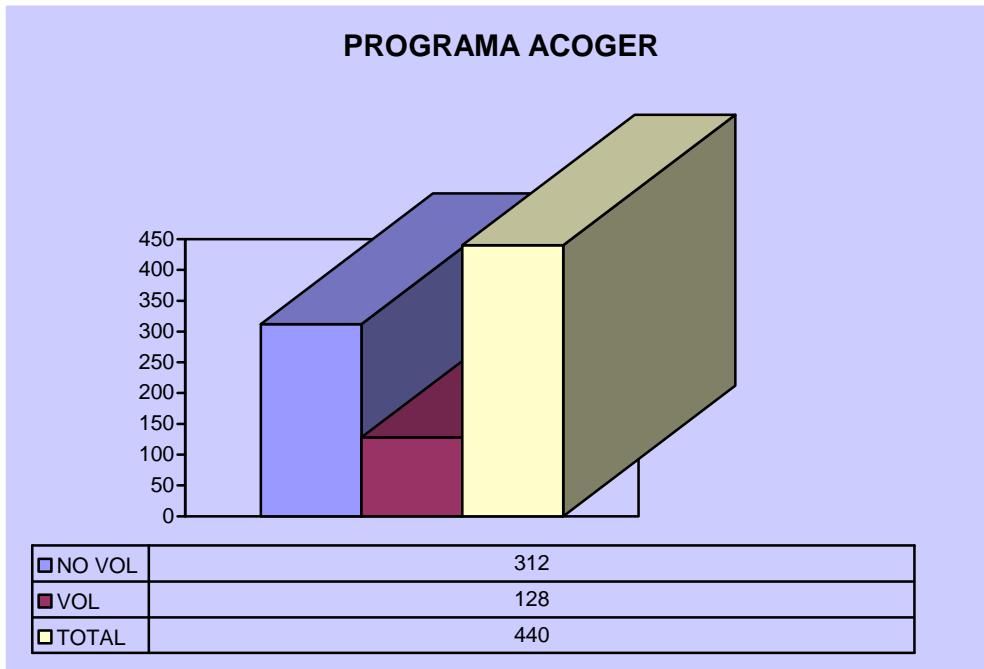
- Adquisición de obras científicas relativas a la Depresión y Trastornos Psicológicos relacionados con esta enfermedad y dirigidas a la amplificación de conocimientos de los profesionales de salud mental y reciclaje de los mismos.
- Adquisición de obras de lectura sobre la Depresión dirigidas principalmente a pacientes, familiares, allegados y curiosos sobre el tema, en general, se tratan de libros de Auto-Ayuda, debidamente supervisados por los profesionales

12. XV JORNADAS SOBRE EL SÍNDROME DEPRESIVO DE CARÁCTER DIVULGATIVO Y CIENTÍFICO:

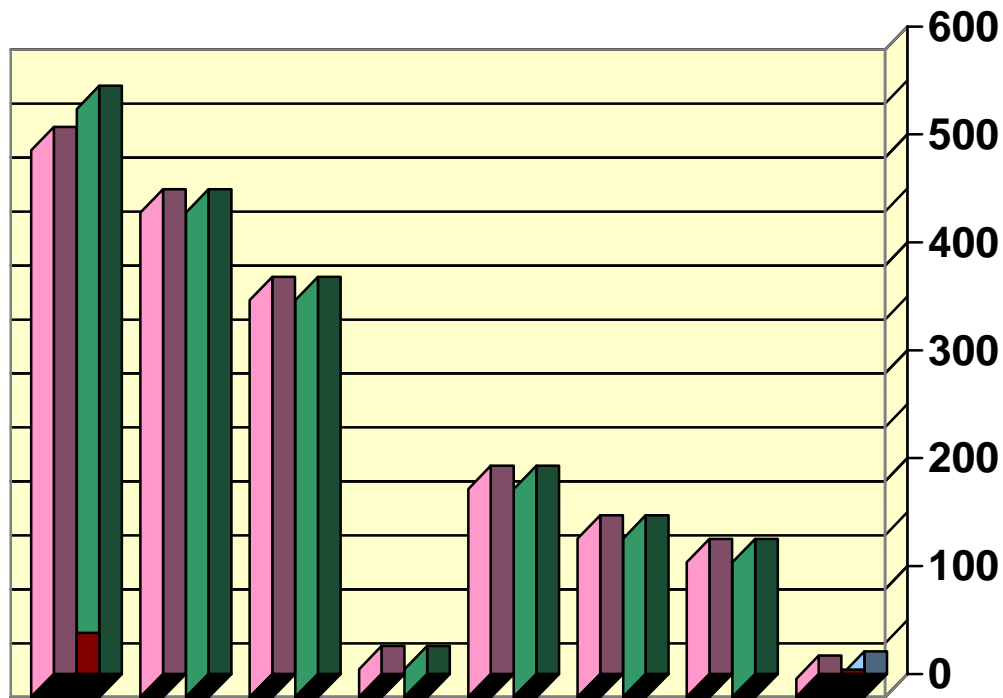
- **Objetivo general:**

Se pretende la divulgación sobre la enfermedad de la Depresión y otras patologías y/o problemas que de una forma y otra estén relacionados con esta enfermedad.

13. TOTALES

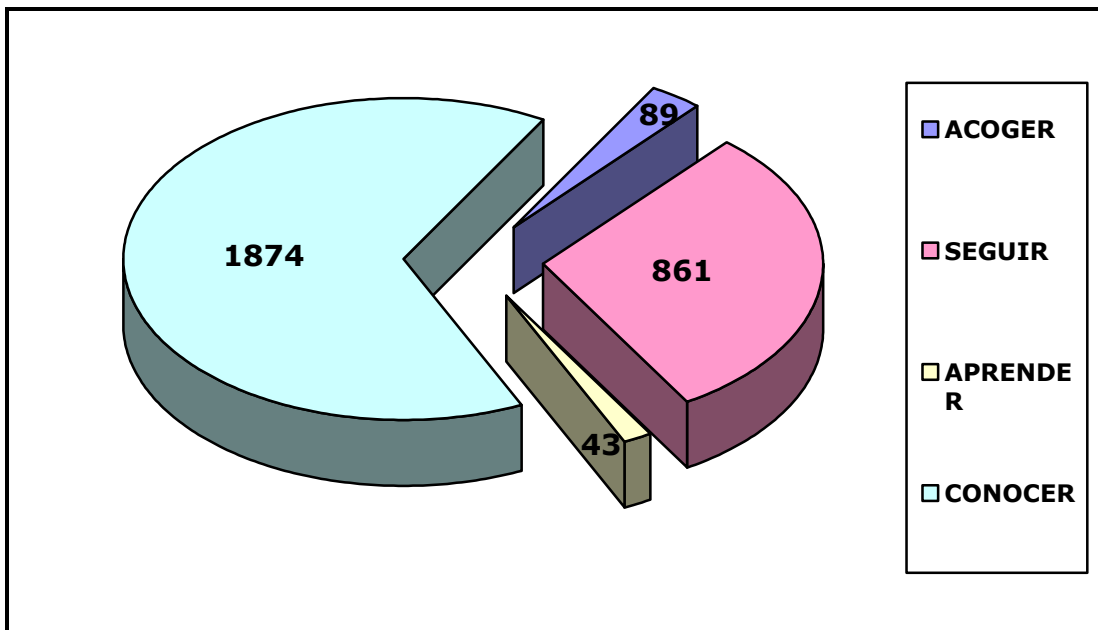
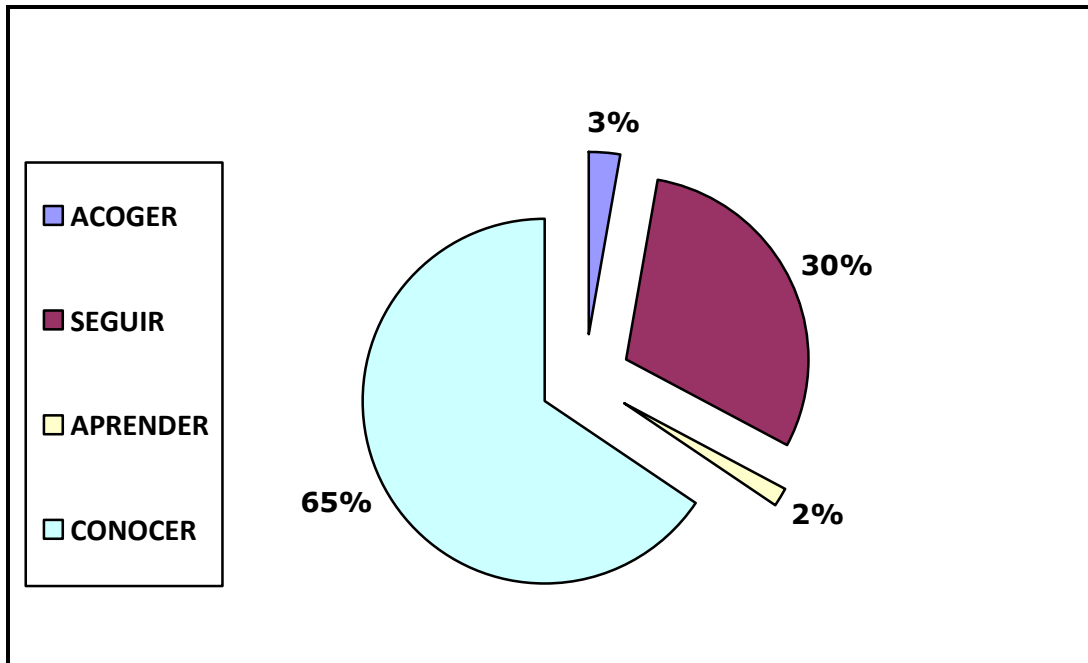


PROGRAMA CONOCER



	RISO TERAPIA	POSITIVO	PSICO EDUCACION	RELAJACION	MEMORIA	AUTOESTIMA	H SOCIALES	FAMILIARES
MUJERES	507	449	368	26	193	147	125	17
HOMBRES	38							4
TOTAL	545	449	368	26	193	147	125	21

TOTAL PERSONAS BENEFICIADAS



CONCLUSIONES

En total podemos concluir que los objetivos marcados en los puntos anteriores se han cumplido con éxito debido a la respuesta positiva de los/as usuarios/as en cuanto a la asistencia, adecuación y participación del Programa de atención y prevención de los trastornos ansioso-depresivos. La asistencia total de usuarios/as con respecto al año anterior fue de 1484 personas beneficiarias directas del programa. **Este año el número de usuarios beneficiarios de los programas han sido 2867**, lo que ha supuesto un incremento de 1383 personas.

Estos resultados corroboran la gran labor y esfuerzo que esta Asociación realiza en nuestra comunidad, apostando por programas eficaces que suponen la disminución de la sintomatología depresiva, así como el afrontamiento de estrategias para superarla.

Por todo ello, agradecemos a las Entidades públicas y privadas de Albacete el esfuerzo, dedicación y sensibilización a través de subvenciones dirigidas a colectivos desfavorecidos y con recursos limitados.

Para la realización del “Programa de Prevención y Atención de los Trastornos Depresivos” se cuenta con el Centro Ocupacional- registrado como tal en la Consejería de Bienestar Social con el nº 02/10/38/2000- y número de registro general de asociaciones 8269 y situado en la C/ Dr. Fleming 12-4ª Planta de Albacete.