

Memoria de Actividades Asociación LASSUS de Ayuda Contra el Síndrome Depresivo durante el año 2009.

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

Memoria Técnica

MEMORIA TÉCNICA 2.009. **“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. 15).
4. Programa APRENDER	(Pág. 15).
5. Programa CONOCER	(Pág. 18)
6. Formación Interna de los Psicólogos que integran el Servicio de Apoyo Psicológico	(Pág. 21).
7. Formación dirigida al Voluntariado	(Pág. 21).
8. Colaboraciones y Asesoramiento en el Área de la Depresión.	(Pág. 22).
9. Asesoramiento Terapéutico de Monitores y Participantes en los Talleres Ocupacionales.	(Pág. 22).
10. Intervención en los distintos Medios de Comunicación	(Pág. 23).
11. Aplicación del Fondo Bibliotecario	(Pág. 23).
12. XIII Jornadas Sobre el Síndrome Depresivo	(Pág. 23).
13. Totales.	(Pág. 24)

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)

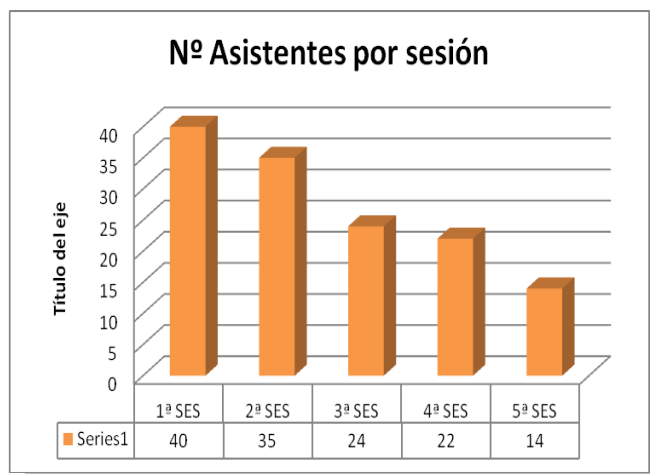
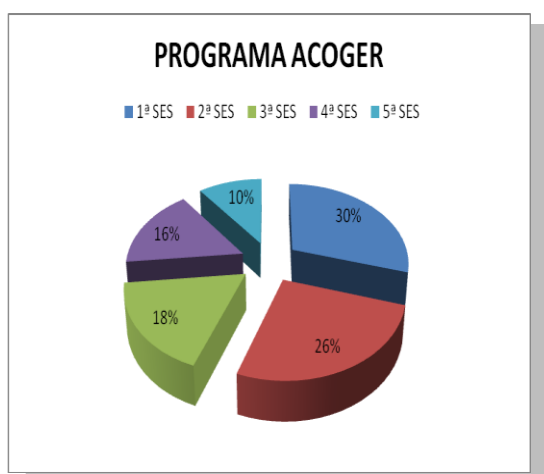
Objetivo general (AVD):

- **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 40 personas, en un total de 135 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, hasta un total de 5 sesiones que comprende el Programa y 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.

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.

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.

2. 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.

- Sesiones en Para-balneario de Albacete (1/mes).
- 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 mejorar 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.

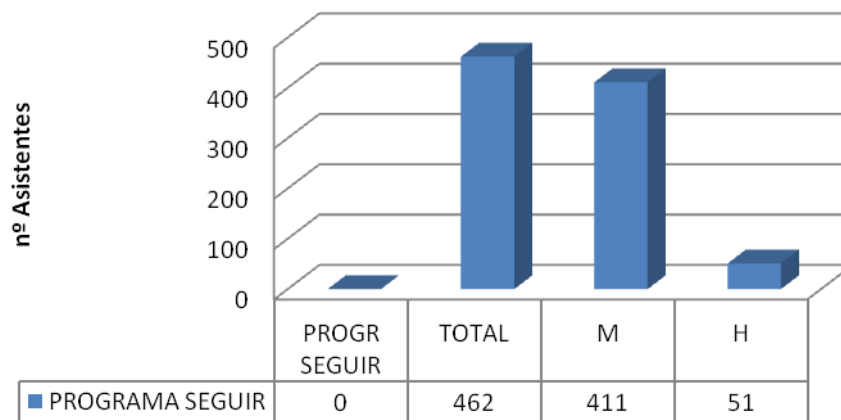
- **Temporalización:**

A demanda.

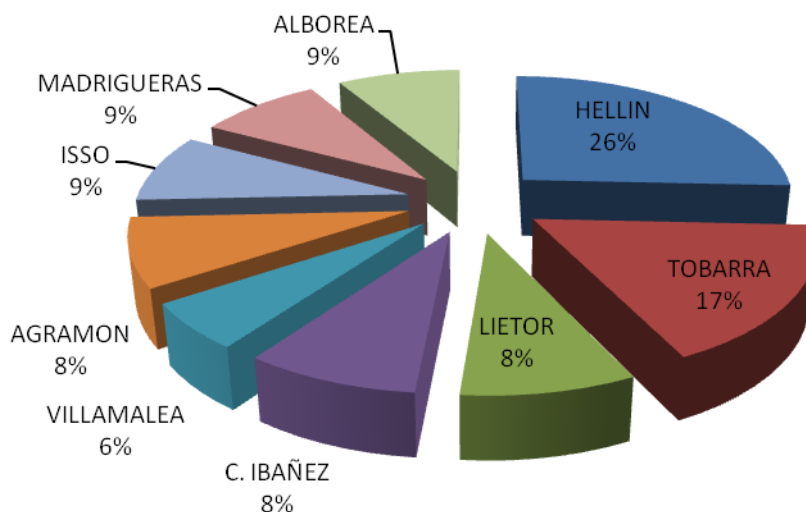
ESCUELAS DE PADRES Y MADRES EN COLEGIOS PUBLICOS	FECHA
E.P. C.P. EL ROSARIO 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLÍN. ASISTENCIA: 18 (17M-1H)	15/01/09 9:00 am
E.P. C.P. MARTINEZ PARRA 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: LIETOR. ASISTENCIA: 14 (13M-1H)	20/01/09 9:00 am
E.P. C.P. CASA CULTURA 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: TOBARRA. ASISTENCIA: 6 (5M-1H)	21/01/09 9:00 am
E.P. C.P. SANTIAGO APOSTOL 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ISSO. ASISTENCIA: ANULADA	29/01/09 9:00 am
E.P. C.P. MARTINEZ PARRA 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: LIETOR. ASISTENCIA: 18 (17M-1H)	03/02/09 9:00 am
E.P. ENTREVISTA CENTRO DE PROFESORES DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: CASAS IBAÑEZ. ASISTENCIA: 8 (6M-2H)	09/02/09 10:00 am
E.P. C.P. (CASAS IBAÑEZ) 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: CASAS IBAÑEZ. ASISTENCIA: ANULADA	10/02/09 9:00 am
E.P. C.P. EL ROSARIO 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 4 (4M-1H)	12/02/09 9:00 am
E.P. C.P. MARTINEZ PARRA 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: LIETOR. ASISTENCIA: 16 (15M-1H)	17/02/09 9:00 am
E.P. C.P. ISABEL LA CATOLICA 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 17 (16M-1H)	19/02/09 9:00 am
E.P. C.P. SANTIAGO APOSTOL 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ISSO. ASISTENCIA: 12 (12M)	19/02/09 9:00 am
E.P. C.P. (CASAS IBAÑEZ) 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: CASAS IBAÑEZ. ASISTENCIA: ANULADA	24/02/09 9:00 am
E.P. C.P. ISABEL LA CATOLICA 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 13 (12M-1H)	26/02/09 9:00 am
E.P. C.P. ISABEL LA CATOLICA 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 9 (8M-1H)	05/03/09 9:00 am
E.P. C.P. (CASAS IBAÑEZ) 3ª SESION (ANULADA)	10/03/09 9:00 am
E.P. C.P. CRISTO DE LA ANTIGUA 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: TOBARRA. ASISTENCIA: 7 (5M-2H)	11/03/09 9:00 am
E.P. C.P. EL ROSARIO 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 4 (4M)	12/03/09 9:00 am
E.P. C.P. SANTIAGO APOSTOL 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ISSO. ASISTENCIA: 2 (2M)	26/03/09 9:00 am
E.P. C.P. VILLAMALEA. 1º y 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: VILLAMALEA. ASISTENCIA: 35 (34M-1H)	15/04/09 9:30 am

E.P. C.P. VILLAMALEA 3º SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: VILLAMALEA. ASISTENCIA: 19 (18M-1H)	16/04/09 09:00
E.P. C.P. MARTINEZ PARRA 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 17 (16M-1H)	20/04/09 9:00 am
E.P. C.P. CRISTO DE LA ANTIGUA 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: TOBARRA. ASISTENCIA: 7 (7M)	22/04/09 9:00 am
E.P. C.P. CRA (AGRAMON) 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: AGRAMON. ASISTENCIA: 9 (9M)	27/04/09 10:00 am
E.P. C.P. MADRIGUERAS 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: MADRIGUERAS. ASISTENCIA: 60 (57M-3H)	07/05/09 9:00 am
E.P. C.P. MARTINEZ PARRA 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 10 (9M-1H)	11/05/09 9:00 am
E.P. C.P. CRA (AGRAMON) 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: AGRAMON. ASISTENCIA: 7 (6M-1H)	18/05/09 10:00 am
E.P. C.P. CRISTO DE LA ANTIGUA 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: CASAS IBAÑTOBARRAEZ. ASISTENCIA: 3 (3M)	09/06/09 9:00 am
E.P. C.P. MADRIGUERAS 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: MADRIGUERAS ASISTENCIA: 36 (34M-2H)	21/05/09 9:00 am
E.P. C.P. MADRIGUERAS 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: MADRIGUERAS. ASISTENCIA: 23 (22M-1H)	28/05/09 9:00 am
E.P. C.P. MARTINEZ PARRA 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 9 (9M)	02/06/09 9:00 am
E.M CRA LA MANCHUELA 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ALBOREA. ASISTENCIA: 6 (6M)	03/06/09 9:30 am
E.P. C.P. CRA AGRAMON 3ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: AGRAMON. ASISTENCIA: 3 (2M-1H)	04/06/09 10:00 am
E.M CRA. LA MANCHUELA 2ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: ALBOREA. ASISTENCIA: 10 (10M)	10/06/09 9:30 am
E.M. C.P. CRISTOBAL COLÓN Comunicación DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: .ALBACETE. ASISTENCIA: 15 (12M-3H)	13/11/09 9:00 am
E.M. C.P. CASTILLA LA MANCHA 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: .ALBACETE. ASISTENCIA: 21 (20M-1H)	25/11/09 9:00 am
E.P. C.P. MANUEL GUILLAMÓN 1ª SESION DESTINATARIO: COLEGIO PUBLICO LUGAR: HELLIN. ASISTENCIA: 24 (23M-1H)	14/12/09 9:00 am
TOTAL ASISTENCIA	462 (411M-51H)

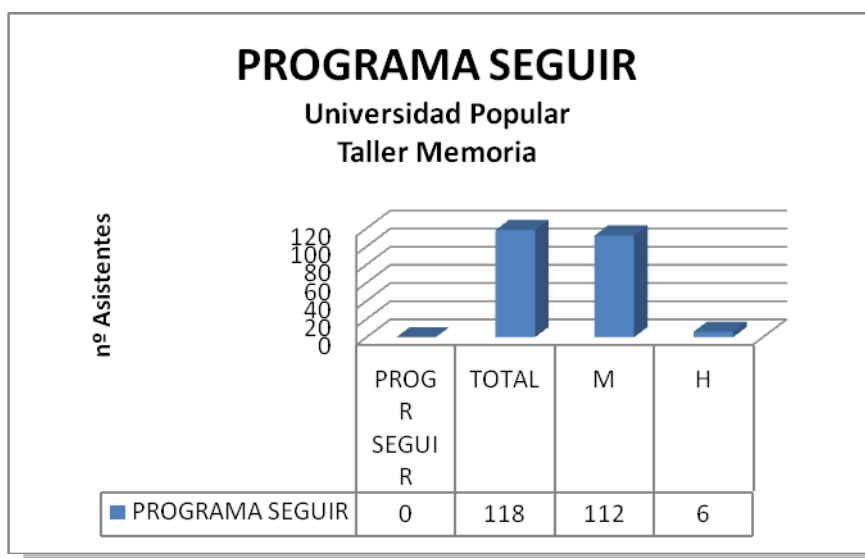
PROGRAMA SEGUIR Escuela de Padres



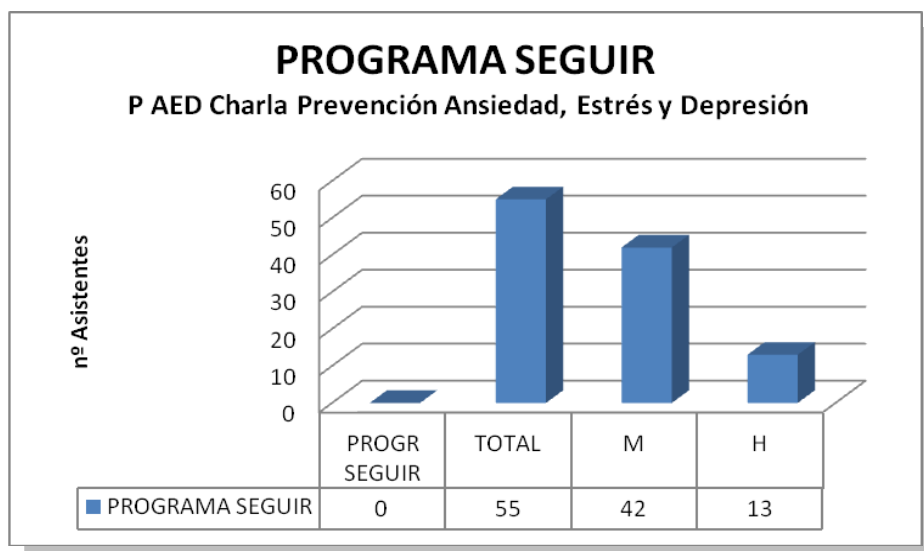
Nº SESIONES POR POBLACION



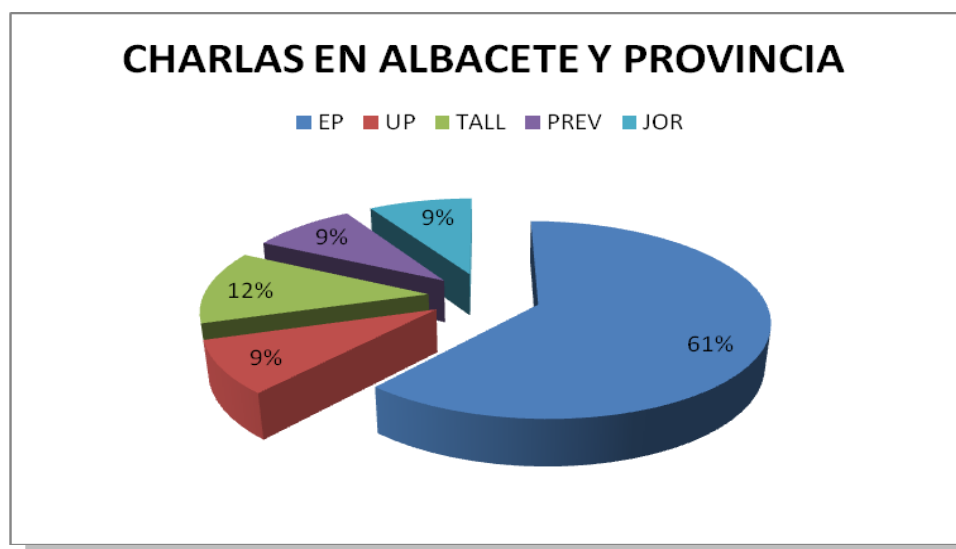
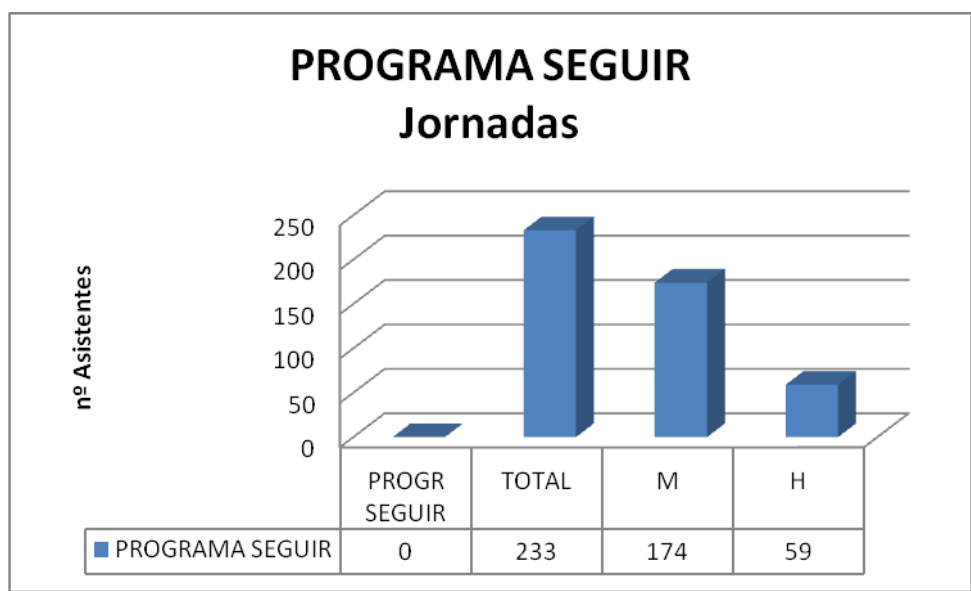
UNIVERSIDAD POPULAR (MEMORIA, PREVENCIÓN DEPRESIÓN Y AUTOESTIMA)	FECHA
TALLER MEMORIA DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: CENTRO CULTURAL BUEN SUCESO, ALBACETE. ASISTENCIA: 10 (7M-3H)	28/01/09 4:30 pm
CHARLA PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: CENTRO CULTURAL BUEN SUCESO, ALBACETE ASISTENCIA: ANULADA	16/02/09 4:30 pm
CHARLA PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR:..LOS ANGUIJES ASISTENCIA: ANULADA	18/02/09 10:00 am
TALLER MEMORIA DESTINATARIO:UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR:..LOS ANGUIJES ASISTENCIA: ANULADA	18/03/09 10:00 am
TALLER MEMORIA DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: CENTRO CULTURAL BUEN SUCESO, ALBACETE. ASISTENCIA: 10 (7M-3H)	28/01/09 4:30 pm
TALLER AUTOESTIMA DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR:..SANTA ANA ASISTENCIA: 18 (18M)	10/03/09 10:00 am
TALLER MEMORIA DESTINATARIO:UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR:..LOS ANGUIJES ASISTENCIA: ANULADA	18/03/09 10:00 am
TALLER ATENCIÓN Y MEMORIA (BARRIO LA INDUSTRIA) DESTINATARIO: TERCERA EDAD LUGAR:..CENTRO CULTURAL BARRIO LA INDUSTRIA ASISTENCIA: 20 (20M)	21/10/09 5:00 pm
TALLER ATENCIÓN Y MEMORIA (BARRIO LA INDUSTRIA) DESTINATARIO: TERCERA EDAD LUGAR:.. CENTRO CULTURAL BARRIO LA INDUSTRIA ASISTENCIA: 20 (20M)	28/10/09 5:00 pm
TALLER ATENCIÓN Y MEMORIA (BARRIO LA INDUSTRIA) DESTINATARIO: TERCERA EDAD LUGAR:..CENTRO CULTURAL BARRIO LA INDUSTRIA ASISTENCIA: 20 (20M)	04/11/09 5:00 pm
TALLER ATENCIÓN Y MEMORIA (BARRIO LA INDUSTRIA) DESTINATARIO: TERCERA EDAD LUGAR:.. CENTRO CULTURAL BARRIO LA INDUSTRIA ASISTENCIA: 20 (20M)	11/11/09 5:00 pm
TOTAL ASISTENCIA	118 (112M-6H)



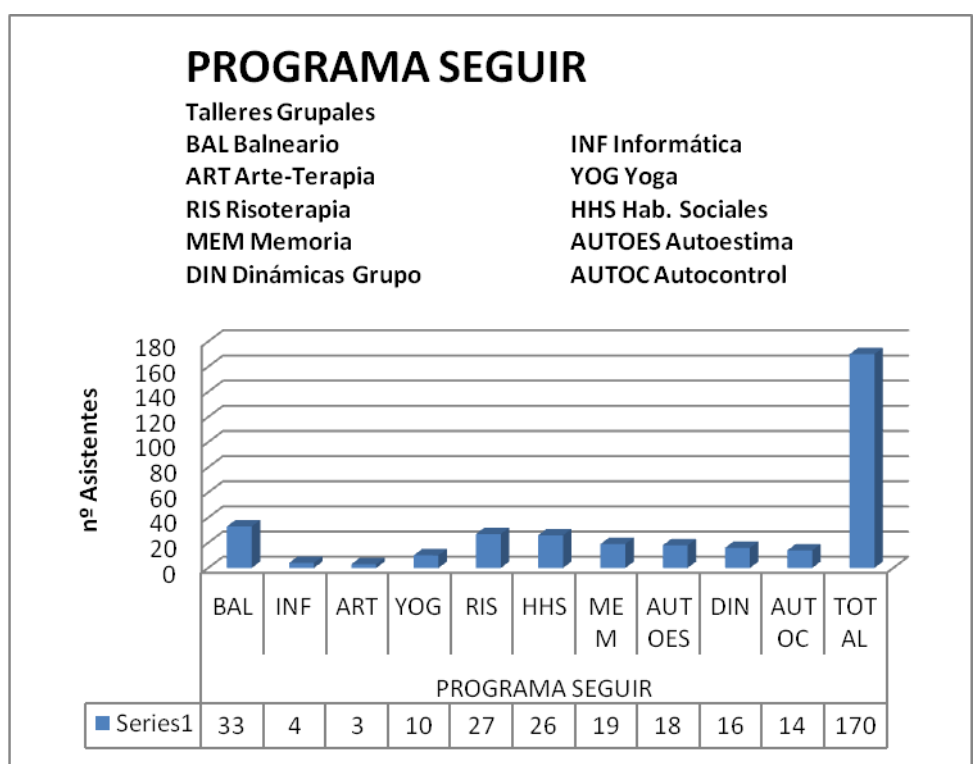
CHARLAS PREVENCIÓN DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESIÓN	FECHA
CHARLA PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN SALÓN CCM DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: SALÓN DE ACTOS DE OBRA SOCIAL DE CCM. ASISTENCIA: 25 (17M-8H)	13/01/09 5:30 pm
CHARLA PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: CENTRO CULTURAL BUEN SUCESO, ALBACETE ASISTENCIA: ANULADA	16/02/09 4:30 pm
CHARLA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN DESTINATARIO: TELÉFONO DE LA ESPERANZA ALBACETE LUGAR: SEDE TELÉFONO DE LA ESPERANZA ASISTENCIA: 23 (18M-5H)	17/02/09 8:00 pm
CHARLA PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: LOS ANGUIJES ASISTENCIA: ANULADA	18/02/09 10:00 am
CHARLA DEPRESIÓN EN LA MUJER MALTRATADA DESTINATARIO: MUJERES VÍCTIMAS DE MALTRATO LUGAR: CASA DE ACOGIDA ALBACETE ASISTENCIA: 7 (7M)	11/06/09 6:00 pm
TOTAL ASISTENCIA	55 (42M-13H)



JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO	FECHA
XIII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR:SALON DE ACTOS DIPUTACION ALBACETE. ASISTENCIA: 30	05/10/09 8:00 pm
XIII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR:. SALON DE ACTOS DIPUTACION ALBACETE ASISTENCIA: 76	06/10/09 8:00 pm
XIII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR:. SALON DE ACTOS DIPUTACION ALBACETE ASISTENCIA: 43	07/10/09 8:00 pm
XIII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR:. SALON DE ACTOS DIPUTACION ALBACETE ASISTENCIA: 39	08/10/09 8:00 pm
XIII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR:. SALON DE ACTOS DIPUTACION ALBACETE ASISTENCIA: 45	09/10/09 8:00 pm
TOTAL ASISTENCIA	233 (174M-59H)



TALLERES GRUPALES	INICIO	FINALIZACION
TALLER DE INFORMATICA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 4	12/01/09 07:30 pm	30/06/09
TALLER DE ARTE-TERAPIA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 3	15/01/09 07:00 pm	25/06/09
TALLER DE YOGA Y RELAJACION DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 10	15/01/09 07:00 pm	25/06/09
TALLER DE RISOTERAPIA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 26	22/10/09 05:30 pm	23/12/09
TALLER DE HABILIDADES SOCIALES DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 28	20/01/09 07:00 pm 20/10/09 07:00 pm	30/06/09 22/12/09
TALLER DE MEMORIA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 19	19/01/09 06:00 pm	29/06/09
TALLER DE AUTOCONTROL EMOCIONAL DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 14	20/10/09 07:00 pm	23/12/09
TALLER DE AUTOESTIMA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 18	20/01/09 07:00 pm	30/06/09
TALLER DE DINAMICAS DE GRUPO DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 16	21/01/09 06:00 pm	24/06/09
PARA BALNEARIO DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: ALBANATURVIDA, ALBACETE. ASISTENCIA: 33	21/01/09 05:00 pm	27/11/09
TOTAL ASISTENCIA	170	



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:

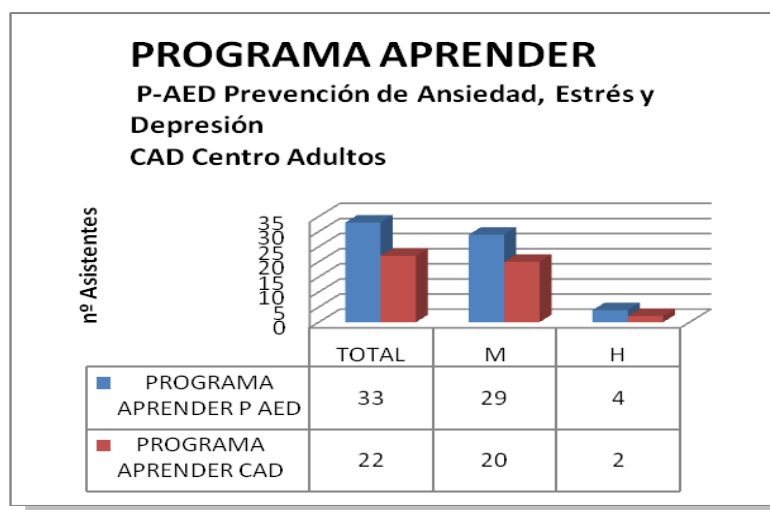
- Informar sobre la sintomatología depresiva.
- Formar en estrategias de afrontamiento ante situaciones productoras de estrés o ansiedad.
- Prevenir conductas agresivas, conflictivas mediante el manejo de situaciones en resolución de problemas y toma de decisiones.
- Ofrecer recursos adecuados y eficaces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

Temporalización:

A demanda.

PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS EN JOVENES	FECHA
PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS EN JOVENES DESTINATARIO: UNIVERSIDAD LABORAL LUGAR: UNIVERSIDAD LABORAL. ASISTENCIA: 18 (16M-2H)	21/04/09 11:35 am
PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS EN JOVENES DESTINATARIO: UNIVERSIDAD LABORAL LUGAR: UNIVERSIDAD LABORAL. ASISTENCIA: 15 (13M-2H)	19/05/09 11:35 am
PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS EN JOVENES DESTINATARIO: UNIVERSIDAD LABORAL LUGAR: UNIVERSIDAD LABORAL. ASISTENCIA: ANULADO	27/05/09 11:35 am
TOTAL ASISTENCIA	33 (29M-4H)

CENTRO DE ADULTOS	FECHA
CHARLA MEMORIA DESTINATARIO: CENTRO DE ADULTOS LUGAR: CENTRO DE ADULTOS. ASISTENCIA: 22 (20M-2H)	26/11/09 11:00 am
TOTAL ASISTENCIA	22 (20M-2H)



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.

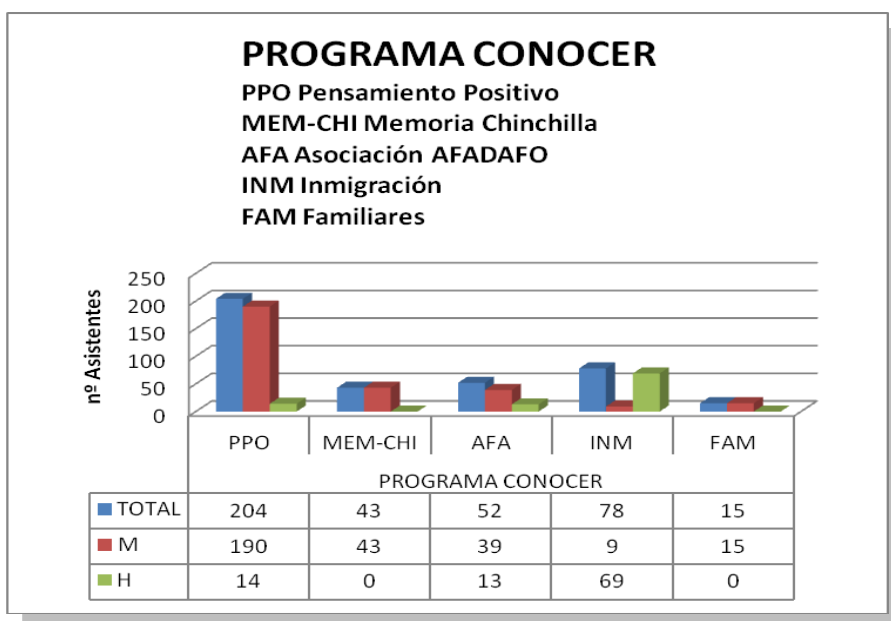
PROGRAMA PENSAMIENTO POSITIVO	FECHA
PENSAMIENTO POSITIVO (S1) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 30 (27M-3H)	02/04/09 5:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S2) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 30 (28M-2H)	13/04/09 5:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S3) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 26 (23M-3H)	22/04/09 5:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S4) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 25 (24M-1H)	28/04/09 5:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S5) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 23 (22M-1H)	07/05/09 5:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S6) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 25 (24M-1H)	12/05/09 5:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S7) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 22 (21M-1H)	18/05/09 5:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S8) DESTINATARIO: CENTRO DE SALUD LUGAR: CASAS SIMARRO. ASISTENCIA: 23 (21M-2H)	26/05/09 5:30 pm
TOTAL ASISTENCIA	204 (190M-14H)

TALLER MEMORIA AYUNTAMIENTO CHINCHILLA	FECHA
TALLER MEMORIA (S1) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: CHINCHILLA. ASISTENCIA: 14 (14M)	20/04/09 5:00 pm
TALLER MEMORIA (S2) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: CHINCHILLA. ASISTENCIA: 14 (14M)	27/04/09 5:00 pm
TALLER MEMORIA (S3) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: CHINCHILLA. ASISTENCIA: 5 (5M)	04/05/09 5:00 pm
TALLER MEMORIA (S4) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: CHINCHILLA. ASISTENCIA: 10 (10M)	11/05/09 5:00 pm
TOTAL ASISTENCIA	43 (43M)

ASOCIACION AFADAFO TALLER DE MEMORIA	FECHA
ASOCIACION AFADAFO-CHARLA INFORMACION PREVENCIÓN DEPRESION (S1) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: FUENTE ALAMO. ASISTENCIA: 22 (19M-3H)	30/04/09 10:30 am
ASOCIACION AFADAFO-CHARLA AUTOESTIMA (S2) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: ONTUR. ASISTENCIA: 10 (6M-4H)	03/06/09 6:30 pm
ASOCIACION AFADAFO-CHARLA AUTOESTIMA (S3) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: ONTUR. ASISTENCIA: 10 (7M-3H)	10/06/09 6:30 pm
ASOCIACION AFADAFO-CHARLA AUTOESTIMA (S4) DESTINATARIO: CENTRO CULTURAL LUGAR: ONTUR. ASISTENCIA: 10 (7M-3H)	17/06/09 6:30 pm
TOTAL ASISTENCIA	52 (39M-13H)

TALLER DE INMIGRACION	FECHA
CHARLA PREVENCIÓN DEPRESION INMIGRACION (S1) DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: CENTRO CULTURAL ENSANCHE. ASISTENCIA: 25 (3M-22H)	27/05/09 8:00 pm
CHARLA AUTOESTIMA INMIGRACION (S2) DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: CENTRO CULTURAL ENSANCHE. ASISTENCIA: 25 (3M-22H)	03/06/09 8:00 pm
CHARLA ANSIEDAD INMIGRACION (S3) DESTINATARIO: UNIVERSIDAD POPULAR LUGAR: CENTRO CULTURAL ENSANCHE. ASISTENCIA: 25 (3M-22H)	08/06/09 8:00 pm
TOTAL ASISTENCIA	78 (9M-69H)

CHARLA A FAMILIARES	FECHA
CHARLA A FAMILIARES CON TRASTORNO DEPRESIVO DESTINATARIO: FAMILIARES LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 15 (15M)	18/06/09 19:30 pm
PENSAMIENTO POSITIVO (S2) DESTINATARIO: FAMILIARES LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: NO CONTABILIZADO	16/12/09 19:30 pm
TOTAL ASISTENCIA	15 (15M)



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 LASUS.

- 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 o 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:**

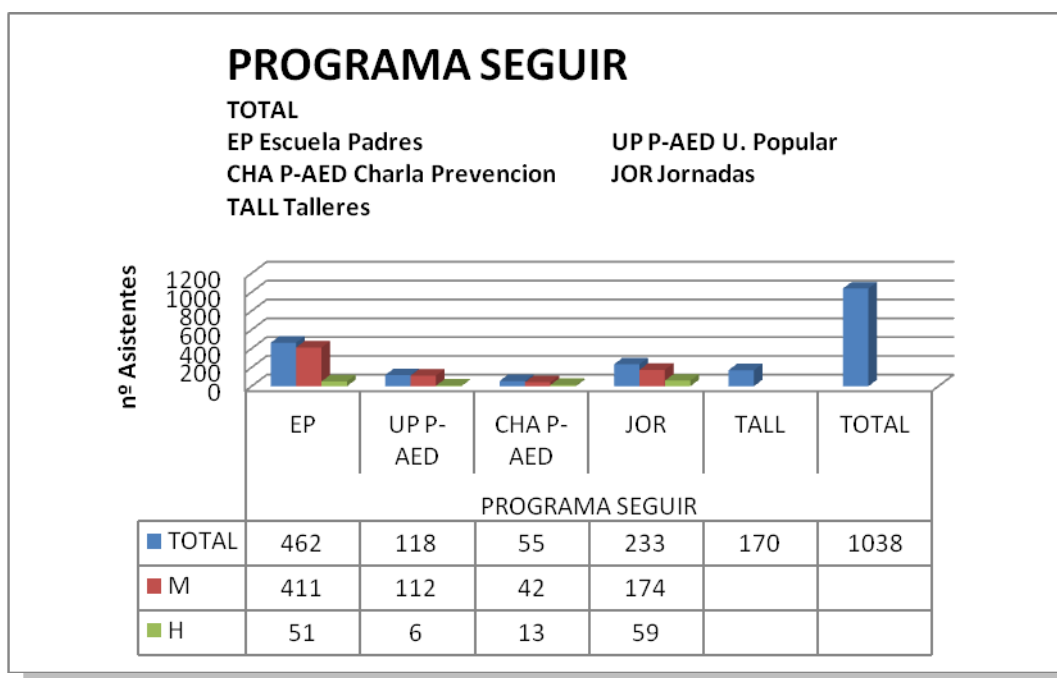
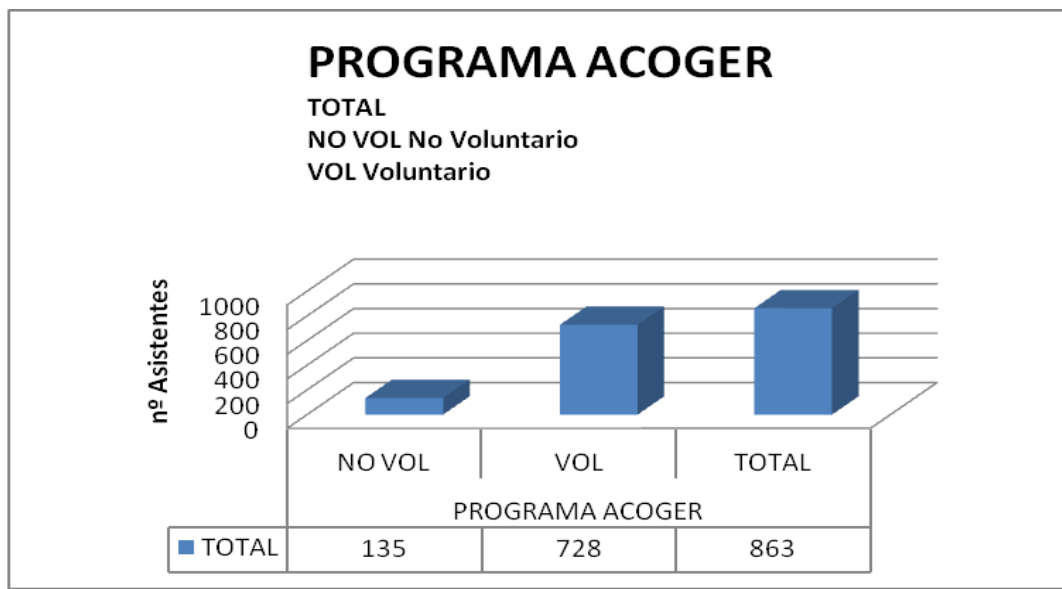
- Adquisición de obras científicas relativas a la Depresión y Trastornos Psicológicos relacionados con esta enfermedad y dirigidas a la amplificación de conocimientos de los profesionales de salud mental y reciclaje de los mismos.
- Adquisición de obras de lectura sobre la Depresión dirigidas principalmente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

12. XIII 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

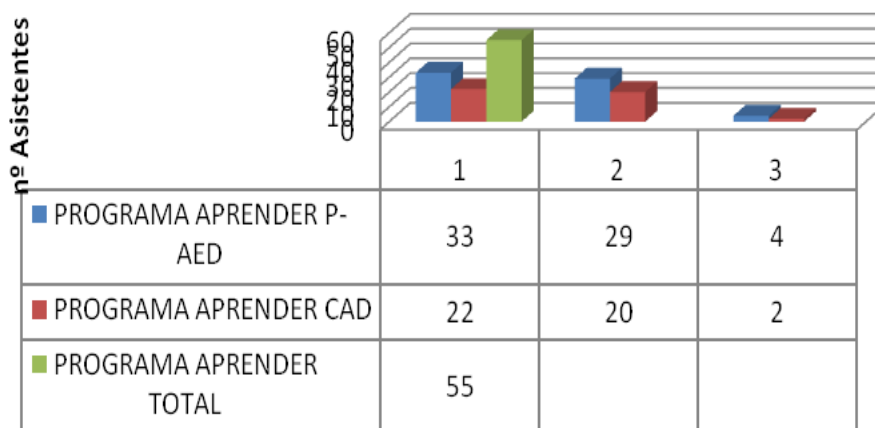


PROGRAMA APRENDER

TOTAL

P-AED prevención Ansiedad, Estrés, Depresión

CAD Centro Adultos



PROGRAMA CONOCER

TOTAL

PPO Pensamiento Positivo

AFA Afadafo

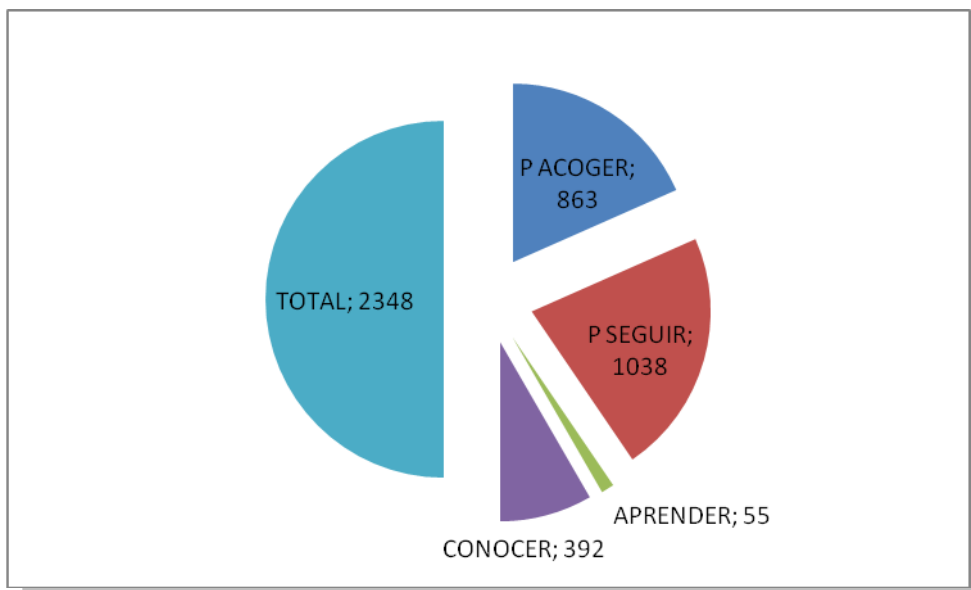
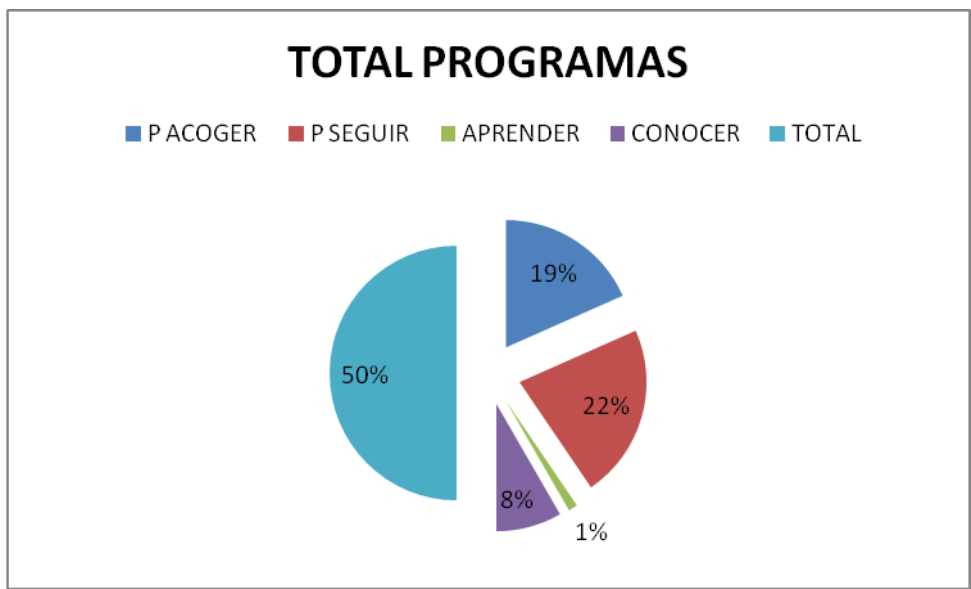
FAM Familiares

MEM CHI Memoria Chinchilla

INM Inmigración



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 1162 personas beneficiarias directas del programa.** Este año el número de usuarios beneficiarios de los programas han sido 2348, lo que ha supuesto un incremento de 1186 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.

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.