

# Memoria de Actividades Asociación LASSUS de Ayuda Contra el Síndrome Depresivo durante el año 2016.

Asociación Lassus de ayuda contra el síndrome depresivo  
Declarada de Utilidad Pública  
Servicio Sanitario  
Calle Doctor Fleming 12-4ª  
02004 Albacete

## Memoria Técnica

**MEMORIA TÉCNICA 2.015.**  
**“PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DEPRESIVOS”.**

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

|  |           |
|--|-----------|
| 1. Programa ACOGER   | (Pág. 4)  |
| 2. Programa SEGUIR   | (Pág. 6)  |
| 3. Programa PRACTICAR  | (Pág. 11) |
| 4. Programa APRENDER   | (Pág. 12) |
| 5. Programa CONOCER  | (Pág. 13) |
| 6. Formación Interna de los Psicólogos que integran el Servicio de Apoyo Psicológico     | (Pág. 14) |
| 7. Formación dirigida al Voluntariado  | (Pág. 14) |
| 8. Colaboraciones y Asesoramiento en el Área de la Depresión.                            | (Pág. 15) |
| 9. Asesoramiento Terapéutico de Monitores y Participantes en los Talleres Ocupacionales. | (Pág. 16) |
| 10. Intervención en los distintos Medios de Comunicación                                 | (Pág. 16) |
| 11. XX Jornadas Sobre el Síndrome Depresivo  | (Pág. 17) |
| 12. Totales.   | (Pág. 18) |
| 13. Conclusiones.  | (Pág. 19) |
| 14. Agradecimientos.   | (Pág. 20) |

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

## **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

En este Seguimiento Psicológico desarrollado desde la Asociación se han visto **beneficiadas 146 personas, en un total de 1.151 sesiones de apoyo individual y asesoramiento familiar.** 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

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. 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).

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

- Inteligencia Emocional. Goleman Daniel.
- El Caballero de la Armadura Oxidada. Fisher Robert.
- La Princesa que Creía en los Cuentos de Hadas. Grad Marcia (1997).
- El Búho que no podía Ulular. Fisher Robert, Kelly Beth (1999).
- Cuentos para Pensar. Bucay Jorge.
- De la Autoestima al Egoísmo. Bucay Jorge.
- Cartas para Claudia. Bucay Jorge.
- Curación emocional. Servan-Schreiber David.
- Amarse con los ojos abiertos. Bucay Jorge y Salinas Silvia.
- La Autoestima, nuestra fuerza secreta. Rojas Marcos Luis.
- Perder el miedo al miedo. Muiño Luis.
- Doctor estoy deprimido. Vallejo Ruiloba J
- El Manual de Ejercicios de Sentirse Bien. Burns, D
- Autoestima en 10 días. Burns, D

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.

- **Temporalización:**

Talleres semanales de una hora de duración, de Enero a Junio y Septiembre a Diciembre.

- Taller de Autoestima.
- Taller de Dinámicas de Grupo.
- Taller de Habilidades Sociales.
- Taller de Aprender a Pensar.
- Taller de Psicología Práctica.
- Taller de Mejora de la Atención y la Memoria.
- Taller de Arte-Terapia.
- Taller de Inteligencia Emocional.
- Taller de Cocina.
- Taller de Lectura.
- Taller Manualidades

**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.

- Taller Manualidades
- 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-terapeutas.

- **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.

#### 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 AMPAS), 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.

| CHARLAS PREVENCIÓN DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESIÓN  | FECHA      |
|---|------------|
| CHARLA: "NO QUIERO QUE ME ACARICIES"<br>DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL<br>LUGAR: JOSE SARAMAGO ASISTENCIA: <b>42</b>           | 13/01/16   |
| CHARLA: DEPRESIÓN Y ANSIEDAD, COMBÁTELAS"<br>DESTINATARIO: ASOCIACIÓN MENTES ABIERTAS<br>LUGAR: LA RODA ASISTENCIA: <b>37</b> | 14/04/16   |
| CHARLA SOBRE PROGRAMAS ASOCIACIÓN LASSUS<br>DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL<br>LUGAR: ASOC MUJERES FATIMA ASISTENCIA: <b>32</b> | 02/11/15   |
| CHARLA SOBRE DEPRESIÓN<br>DESTINATARIO: FAMILIARES PERSONAS CON DEPRESIÓN<br>LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: <b>23</b>         | 12/11/15   |
| CHARLA: PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN"<br>DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: JOSE SARAMAGO ASISTENCIA: <b>65</b>         | 22/11/16   |
| CHARLA SOBRE DEPRESIÓN<br>DESTINATARIO: FAMILIARES PERSONAS CON DEPRESIÓN<br>LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: <b>15</b>         | 21/12/16   |
| <b>TOTAL</b>  | <b>154</b> |

| ACTIVIDADES OCIO Y TIEMPO LIBRE  | FECHA      |
|--|------------|
| XIX ANIVERSARIO LASSUS BANDA SINFÓNICA<br>DESTINATARIOS: PUBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: <b>102</b>                  | 15/01/16   |
| REPRESENTACION: "LA EXTRAÑA PAREJA" LA SABIKA<br>DESTINATARIOS: PUBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: AUDITORIO ALBACETE ASISTENCIA: <b>293</b> | 16/04/16   |
| MASTER CLASS COCINA SALUDABLE Y DIETA EQUILIBRADA<br>DESTINATARIOS: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS ALBACETE ASISTENCIA: <b>11</b>        | 09/05/16   |
| COMIDA FIN DE TALLERES<br>DESTINATARIOS: SOCIOS<br>LUGAR: ARAZANA ASISTENCIA: <b>20</b>  | 10/06/16   |
| DIA DE LA DISCAPACIDAD<br>DESTINATARIOS: PUBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: FERIA DE ALBACETE  | 14/09/16   |
| 1ª JORNADA DEPORTIVA "DEPORTIVA-MENTE"<br>DESTINATARIOS: PUBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: PABELLÓN LEPANTO ASISTENCIA: <b>251</b>          | 17/06/16   |
| 2ª JORNADA BENÉFICA DE PÁDEL<br>DESTINATARIOS: SOCIOS<br>LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: <b>104</b>  | 16/10/16   |
| MASTER CLSS "CICLO INDOOR"<br>DESTINATARIOS: PUBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: GIMNASIO ACERO SPORT ASISTENCIA: <b>10</b>                   | 12/11/16   |
| <b>TOTAL</b>   | <b>791</b> |

| TALLERES GRUPALES  | INICIO               | FINAL                |
|--|----------------------|----------------------|
| TALLER DE PSICOLOGÍA PRÁCTICA<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS, ASISTENCIA: <b>6</b>    | 19/01/16             | 15/03/16             |
| TALLER MANUALIDADES<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: <b>6</b>              | 21/01/16<br>07/04/16 | 17/03/16<br>16/06/16 |
| TALLER SUPERACIÓN PERSONAL<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: <b>10</b>      | 13/10/16             | 15/12/16             |
| TALLER DE COCINA<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: <b>4</b>                 | 18/01/16             | 14/03/16             |
| TALLER EMOCIONES POSITIVAS<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: <b>15</b>      | 04/04/16             | 13/06/16             |
| TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: <b>8</b> | 06/04/16             | 15/06/16             |
| TALLER APRENDIENDO A PENSAR<br>DESTINATARIOS: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: <b>13</b>    | 05/04/16             | 15/06/16             |
|  | 11/10/16             | 13/12/16             |

|   |          |           |
|---|----------|-----------|
| TALLER CAJA DE HERRAMIENTAS PSICOLOGICAS<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 7 | 12/10/16 | 14/12/16  |
| TALLER DE LECTURA<br>DESTINATARIO: SOCIOS<br>LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 5                        | 10/10/16 | 12/12/16  |
| <b>TOTAL</b>  |          | <b>74</b> |

### 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.

## 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.

| CHARLAS PREVENCIÓN DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESIÓN  | FECHA      |
|---|------------|
| CHARLA: "COMO MEJORAR EL ESTADO DE ÁNIMO"<br>DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: BARRIO INDUSTRIA ASISTENCIA: <b>16</b>    | 20/01/16   |
| CHARLA: "COMO MEJORAR EL ESTADO DE ÁNIMO"<br>DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: BARRIO SAN ANTÓN ASISTENCIA: <b>18</b>    | 25/01/16   |
| CHARLA: "COMO MEJORAR EL ESTADO DE ÁNIMO"<br>DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: BARRIO HNOS FALCÓ ASISTENCIA: <b>8</b>    | 16/02/16   |
| CHARLA: "COMO MEJORAR EL ESTADO DE ÁNIMO"<br>DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: CENTRO CARRETAS ASISTENCIA: <b>16</b>    | 01/03/16   |
| CHARLA: "COMO MEJORAR EL ESTADO DE ÁNIMO"<br>DESTINATARIOS: JUBILADOS<br>LUGAR: CENTRO BATALLA DEL SALADO ASISTENCIA: <b>20</b>   | 09/03/16   |
| CHARLA: "COMO MEJORAR EL ESTADO DE ÁNIMO"<br>DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: CENTRO SANTA TERESA ASISTENCIA: <b>27</b> | 12/04/16   |
| CHARLA: "COMO MEJORAR EL ESTADO DE ÁNIMO"<br>DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: CENTRO CAÑICAS ASISTENCIA: <b>10</b>     | 20/04/16   |
| CHARLA SOBRE DEPRESIÓN<br>DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: CÁRITAS ASISTENCIA: <b>10</b>                               | 17/05/16   |
| CHARLA SOBRE DEPRESIÓN<br>DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL<br>LUGAR: RESIDENCIA LOS ÁLAMOS ASISTENCIA: <b>40</b>                 | 18/05/16   |
| CHARLA: "DEPRESIÓN, MAS QUE UNA TRISTEZA"<br>DESTINATARIOS: ASOCIACION FIBROMIALGIA<br>LUGAR: ALMANSA ASISTENCIA: <b>25</b>       | 23/11/16   |
| <b>TOTAL</b>  | <b>190</b> |

## 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 que se realiza al comenzar el voluntario su andadura en LASSUS y en base al plan de voluntariado que llevamos a cabo.

- **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.
- Publicaciones en la página Web, Facebook y Twitter.



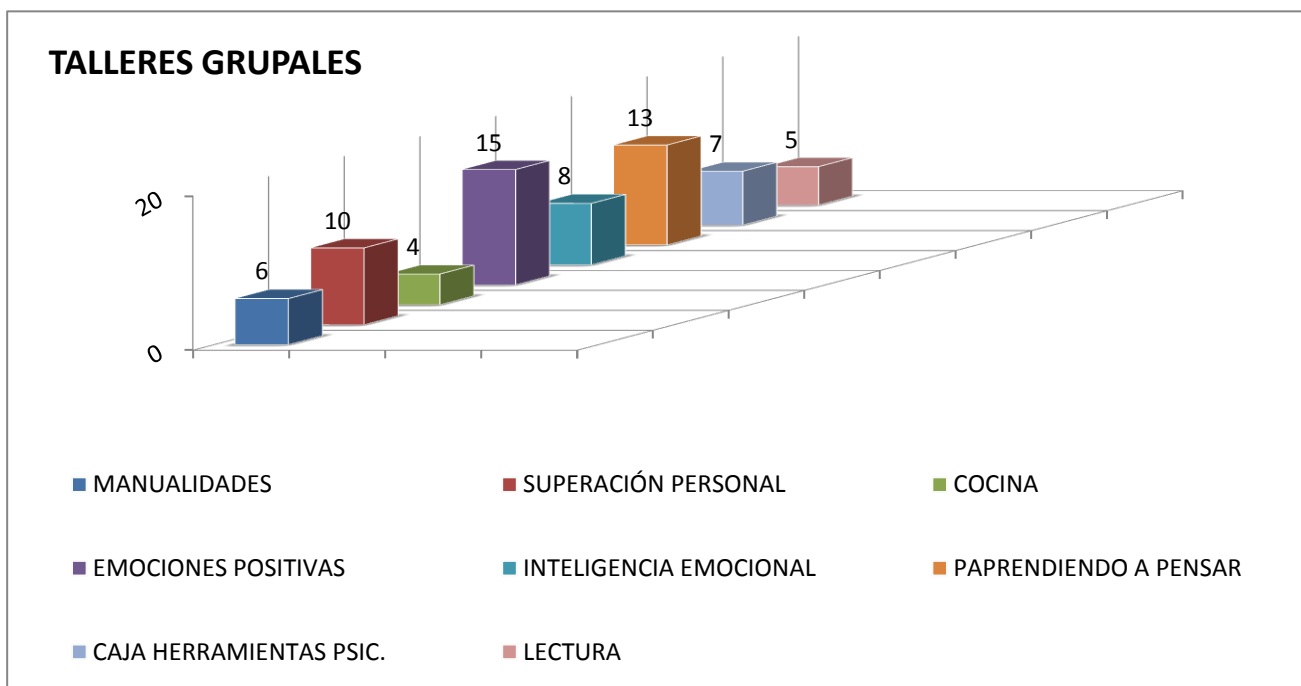
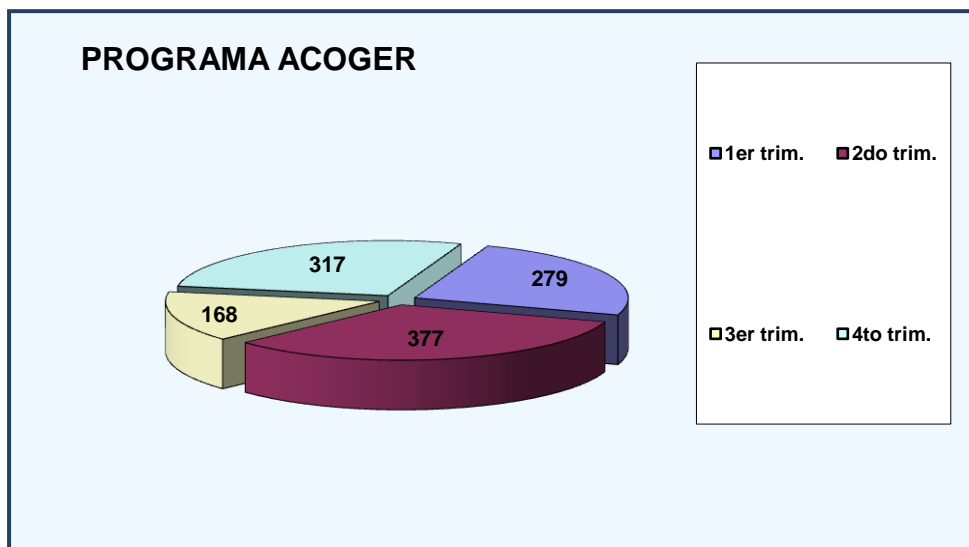
## 11. XX JORNADAS SOBRE EL SÍNDROME DEPRESIVO DE CARÁCTER DIVULGATIVO Y CIENTÍFICO:

### - 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.

| JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO   | FECHA      |
|--|------------|
| XX JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO<br>DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL<br>LUGAR: CENTRO JOSE SARAMAGO ALBACETE.<br>ASISTENCIA: <b>94</b> | 03/10/16   |
| XX JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO<br>DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL<br>LUGAR: CENTRO JOSE SARAMAGO ALBACETE<br>ASISTENCIA: <b>60</b>  | 04/10/16   |
| XX JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO<br>DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL<br>LUGAR: CENTRO JOSE SARAMAGO ALBACETE<br>ASISTENCIA: <b>75</b>  | 05/10/16   |
| <b>TOTAL ASISTENCIA</b>  | <b>229</b> |

## 12. TOTALES



## 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. **Este año el número de beneficiarios de los programas han sido 1.584 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.

## AGRADECIMIENTOS

*Los programas se han desarrollado gracias a la colaboración:*

Excma. Diputación de Albacete  
Excmo. Ayuntamiento Albacete  
Fundación Socio-Sanitaria de Castilla La Mancha  
Junta Comunidades Castilla La Mancha  
Globalcaja  
Obra social La Caixa

*Actos benéficos gracias a:*

Banda Sinfónica de Albacete  
Aséxorate  
Match Ball Center  
Centro Hobys  
Grupo de Teatro La Sabika  
Gimnasio Energy  
Gimnasio Acero

*XX Jornadas a cargo de:*

Isabel Piqueras  
Pilar Soria  
Verónica Soler (Centro Kibel)

*Los programas y actividades se han ejecutado gracias a profesionales que trabajan y apoyan esta asociación, **destacando la labor de los voluntarios:***

Ismael Astorga Fidalgo  
Paula Pastor Yáñez  
M<sup>a</sup> José González Belmonte  
Álvaro Cuenca Zapata  
Daniel Montalbo Harenas  
Rocío Juncos Carcelén  
María José Selva Navarro  
Rodolfo López Quilez