

Memoria de Actividades Asociación LASSUS de Ayuda Contra el Síndrome Depresivo durante el año 2018.

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

MEMORIA TÉCNICA 2.018.

“PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DEPRESIVOS”.

ÍNDICE

1. Programa ACOGER. Atención Individualizada	(Pág. 4)
2. Programa SEGUIR.	(Pág. 7)
1. Talleres Psicológicos Grupales.	
2. Talleres Grupales de Ocio y Tiempo Libre.	
3. Psico-educación de Familias.	
3. Programas Atención ALMANSA	(Pág. 10)
4. Programas Atención HELLIN	(Pág. 11)
5. Programas Atención VILLARROBLEDO	(Pág. 12)
6. Programa PRACTICAR	(Pág. 13)
7. Programa APRENDER	(Pág. 14)
• Prevención del Suicidio: “QUÉDATE CONMIGO”	(Pág. 15)
8. Programa CONOCER	(Pág. 16)
9. Formación Interna de los Profesionales.	(Pág. 18)
10. Formación dirigida al Voluntariado	(Pág. 18)
11. Colaboraciones y Asesoramiento en el Área de la Depresión.	(Pág. 19)
12. Intervención en los distintos Medios de Comunicación	(Pág. 21)
13. XXII Jornadas Sobre el Síndrome Depresivo	(Pág. 22)
14. Totales.	(Pág. 23)
15. Conclusiones.	(Pág.24)

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 265 personas, en un total de 2.010 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 Ansiedad de Beck(BAI), 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.

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.

La bibliografía de referencia ha sido:

- 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*.
- Musitu Gonzalo y Col. (2001). *Familia y adolescencia*. Editorial Síntesis.
- Beck Aaron T. y Col. (2002). *Terapia cognitiva de la Depresión*.
- Caballo Vicente y Col. (2002). *Manual de Psicología Clínica Infantil y del Adolescente*.
- Santiago López Soledad (2006). *Tratando inestabilidad emocional, terapia icónica*.
- Dolores Sosa Carmen y Capafons Juan I. (2005). *Tratando fobias específicas*.
- Jonquera Aurora y Guarch Joana (2006). *Tratando trastorno distímico y otros trastornos depresivos crónicos*.
- Froján María Xesús (2006). *Tratando depresión. Guía de actuación para el tratamiento psicológico*. .
- 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
- MILLON MCMI-III, *Inventario Clínico*. Th Millon, C.Millon, R.Davis, S.Grossman.

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:

- El Caballero de la Armadura Oxidada. Fisher Robert.
- 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-Schereiber 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
- Las Gafas de la Felicidad. Santandreu Rafael

PROGRAMA SEGUIR

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 Inteligencia Emocional.
- ✓ Taller de Autocontrol
- ✓ Taller de Yoga.
- ✓ Taller de Psicología Práctica.
- ✓ Taller Gestión de Emociones.
- ✓ Taller de Habilidades Sociales.
- ✓ Taller de Risoterapia.
- ✓ Taller Manualidades

TALLERES GRUPALES	INICIO	FINAL
TALLER DE YOGA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS, ASISTENCIA: 15	18/01/18	22/03/18
TALLER MANUALIDADES DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 11	15/01/18	26/03/18
TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 13	12/04/18	21/06/18
TALLER DE ATENCION Y MEMORIA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 13	16/01/17	27/03/17
TALLER DE AUTOESTIMA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 14	10/04/18	19/06/18

TALLER DE HABILIDADES SOCIALES DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 12	11/10/18	20/12/18
TALLER DE AUTOCONTROL DESTINATARIOS: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 22	09/10/18	82/12/18
TALLER RISOTERAPIA DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS. ASISTENCIA: 15	10/10/18	19/12/18
TALLER PARA DEJAR DE FUMAR DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 16	05/04/18	03/05/18
	29/10/18	03/12/18
TOTAL	131	

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.

ACTIVIDADES OCIO Y TIEMPO LIBRE	FECHA
XXI ANIVERSARIO LASSUS PROYECCIÓN HAPPY DESTINATARIOS: PUBLICO EN GENERAL LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 110	12/01/18
II EVENTO DEPORTIVO LASSUS-PLAY FITNESS DESTINATARIOS: PUBLICO EN GENERAL LUGAR: PABELLON FERIA ASISTENCIA: 97	20/01/18
COMIDA FIN DE TALLERES DESTINATARIOS: SOCIOS LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 18	15/06/18
FESTIVAL DANCE LIFE STUDIO DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: AUDITORIO MUNICIPAL ASISTENCIA: 318	29/06/18

DÍA DE LA DISCAPACIDAD DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: FERIA DE ALBACETE	23/06/18
I GALA BOXEO: DEJA KO A LA DEPRESIÓN DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: PABELLÓN FERIA ASISTENCIA: 349	29/09/18
REPRESENTACION TEATRAL "LOCAS" DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: GRAN TEATRO VILLARROBLEDO ASISTENCIA: 125	04/10/18
MASTER CLASS "BAILEACTIVO" DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: PABELLÓN FERIA ASISTENCIA: 268	20/10/18
4ª JORNADA BENÉFICA DE PÁDEL DESTINATARIOS: PÚBLICO GENERAL LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 100	29/10/17
ESPECTACULO FAMILIAR "ILUSIONES SOLIDARIAS 2.0" DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: TEATRO PAZ ASISTENCIA: 237	18/11/18
COMIDA SOCIOS NAVIDAD DESTINATARIOS: SOCIOS LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 11	14/12/18
I PARTIDO FÚTBOL SALA A BENEFICIO DE LASSUS DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: PABELLÓN FERIA ASISTENCIA: 125	23/12/18
TOTAL	1.661

1. PROGRAMA ATENCION ALMANSA

Programa Acoger

Programa desarrollado desde el último trimestre del año 2017.

En este Seguimiento Psicológico desarrollado desde la Asociación se han visto beneficiadas **6 personas, en un total de 70 sesiones de apoyo individual y asesoramiento familiar.**

Programa Seguir

- **Charlas, ponencias y cursos**

CHARLAS PREVENCIÓN DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESIÓN	FECHA
CHARLA: "ANSIEDAD: ¿QUÉ ME PASA?" DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: CASA CULTURA ASISTENCIA: 16	26/02/18



CHARLA: "APRENDER A SUPERAR LAS PÉRDIDAS"	
DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL	14/05/18
LUGAR: CASA CULTURA ASISTENCIA: 12	

TOTAL 28

JORNADAS SOBRE SÍNDROME DEPRESIVO	FECHA
I JORNADA SOBRE SÍNDROME DEPRESIVO	
DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL	07/11/18
LUGAR: HOSPITAL ALMANSA ASISTENCIA: 32	

TOTAL 32

2. PROGRAMA ATENCION HELLIN

Programa Acoger

Programa desarrollado en el segundo semestre del año 2017.

En este Seguimiento Psicológico desarrollado desde la Asociación se han visto beneficiadas 15 personas, en un total de 70 sesiones de apoyo individual y asesoramiento familiar.

Programa Seguir

-Charlas, ponencias y cursos

CHARLAS PREVENCIÓN DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESION	FECHA
CHARLA: "ANSIEDAD: ¿QUÉ ME PASA?"	
DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL	22/01/18
LUGAR: CASA CULTURA HELLIN ASISTENCIA: 67	
CHARLA "ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES"	
DESTINATARIOS: ESTUDIANTES IES	19/02/18
LUGAR: IES AZPIZUA BELMONTE ASISTENCIA: 25	
CHARLA "AUTOESTIMA"	
DESTINATARIOS: ASOCIACION VIUDAS HELLIN	22/02/18
LUGAR: ASOC VIUDAS ASISTENCIA: 25	
CHARLA "CONTROL DEL ESTRÉS"	
DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL	02/03/18
LUGAR: CASA CULTURA HELLIN ASISTENCIA: 20	
CHARLA "UN TÚ POSITIVO"	
DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL	16/04/18
LUGAR: CASA CULTURA HELLIN ASISTENCIA: 20	
TOTAL	157

JORNADAS SOBRE SÍNDROME DEPRESIVO	FECHA
I JORNADA SOBRE SÍNDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL LUGAR: HOSPITAL HELLIN ASISTENCIA: 40	06/11/18
TOTAL	40

3. PROGRAMA ATENCION VILLARROBLEDO

Programa Acoger

Programa desarrollado en el último trimestre del año 2017.

En este Seguimiento Psicológico desarrollado desde la Asociación se han visto beneficiadas **8 personas, en un total de 45 sesiones de apoyo individual y asesoramiento familiar.**

Programa Seguir

-Charlas, ponencias y cursos

CHARLAS PREVENCIÓN DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESION	FECHA
CHARLA: "¿QUÉ ES LA DEPRESIÓN?" DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL LUGAR: BIBLIOTECA VILLARROBLEDO ASISTENCIA: 21	13/03/18
TOTAL	21

JORNADAS SOBRE SÍNDROME DEPRESIVO	FECHA
I JORNADA SOBRE SÍNDROME DEPRESIVO DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL LUGAR: BIBLIOTECA VILLARROBEDO ASISTENCIA: 14	05/11/18
TOTAL	14

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.

PROGRAMA PRACTICAR	FECHA
ALUMNO EN PRÁCTICAS UNIVERSIDAD A DISTANCIA ALBACETE LUGAR: LASSUS ALBACETE HORAS: 225	08/01/18 29/05/18
ALUMNO EN PRÁCTICAS UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE VALENCIA LUGAR: LASSUS ALBACETE HORAS: 200 horas	17/10/18 28/02/19
ALUMNO EN PRÁCTICAS UNIVERSIDAD A DISTANCIA ALBACETE LUGAR: LASSUS ALBACETE HORAS: 225 horas	24/10/18 15/03/19
TOTAL	3

Centros con Convenio:



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.

CHARLAS PREVENCIÓN DEPRESIÓN	FECHA
CHARLA "SÉ POSITIVO Y APRUEBA" DESTINATARIOS: ESTUDIANTES DEL IES LUGAR: IES TOMAS NAVARRO TOMAS ASISTENCIA: 100	02/02/18
CHARLA: PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN JÓVENES" DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL LUGAR: CARPA BIOTYC ASISTENCIA: 8	10/09/18
CHARLA "PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN JÓVENES" DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 12	25/10/18
TOTAL	120

Proyecto “QUÉDATE CONMIGO”



Objetivo General:

- El objetivo de este programa es la intervención por medio de Talleres realizados en los centros escolares centrados en la prevención del suicidio en jóvenes. Utilizando estrategias que han probado ser eficaces.

Objetivos Específicos:

- **Educación sobre el tema**, dirigida tanto a jóvenes como a personal educativo: riesgos, señales de alarma e intervenciones.
- **Cambiar actitudes sociales** y factores ambientales mediante la desmitificación del suicidio que obstaculiza la prevención del suicidio y que dificulta el pleno desarrollo del individuo.
- **Promover habilidades y comportamientos** alternativos al suicidio que eliminen la oportunidad con el fin de que la persona sea eficaz en su mundo personal, social y físico.



Concurso de cortos “Quédate conmigo”

Con el doble fin de la divulgación y recogida de información y material hemos creado un **concurso audiovisual** dirigido a la población escolar de los centros de secundaria (3º Y 4º eso) , donde deberán elaborar un video de entre tres y cinco minutos de duración en el que cuenten la forma como ven el suicidio, posibles causas, como ayudar, etc



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 DEPRESION	FECHA
CHARLA: "BINOMIO DE VIDA" DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 20	18/01/18
CHARLA: CONSEJOS PRÁCTICOS PARA DORMIR" DESTINATARIO: SOCIOS LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 34	25/01/18
CHARLA "APRENDER A SUPERAR LAS PÉRDIDAS" DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 38	22/02/18
CHARLA "DEPRESIÓN, ALGO MAS QUE UNA TRISTEZA" DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: BARRIO INDUSTRIA ASISTENCIA: 16	28/02/18
CHARLA "ESTRATEGIAS EFICACES PARA GESTIONAR UNA EXPERIENCIA TRAUMÁTICA" DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 25	22/03/18
CHARLA "ENTIENDE TU ESTRÉS" DESTINATARIO; PÚBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 25	26/04/18

CHARLA "MOTIVACIÓN: DE DÓNDE VIENE LA FUERZA DE VOLUNTAD" DESTINATARIOS: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 26	24/05/18
CHARLA "EQUILIBRIO EMOCIONAL EN LA TERCERA EDAD" DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 12	18/06/18
CHARLA A FAMILIARES SOBRE DEPRESION DESTINATARIO: FAMILIARES Y AMIGOS LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 22	19/06/18
CHARLA "AUTOESTIMA: ¿CUÁNTO TE QUIERES?" DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 35	27/09/18
CHARLA "LO QUE PENSAMOS DETERMINA LO QUE SENTIMOS" DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO ENSANCHE ASISTENCIA: 86	22/11/18
CHARLA "FAMILIARES Y AMIGOS DE PERSONAS CON DEPRESIÓN" DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: SEDE LASSUS ASISTENCIA: 16	18/12/18
TOTAL	355

TALLERES INTENSIVOS	FECHA
TALLER "ESTRÉS: ENEMIGO O ALIADO" DESTINATARIO: PUBLICO EN GENERAL 16:00 A 19:00 HORAS LUGAR: CENTRO PARQUESUR ASISTENCIA: 17	12/04/18
TALLER "SENTIRSE BIEN; CONSEJOS PRÁCTICOS PARA SUPERAR LA DEPRESIÓN" DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: CENTRO PARQUESUR ASISTENCIA: 26	14/06/18
TALLER "HABLEMOS DE ANSIEDAD: ¿QUÉ ES? ¿CÓMO REDUCIRLA?" DESTINATARIO: PÚBLICO EN GENERAL LUGAR: CENTRO PARQUESUR ASISTENCIA: 22	13/12/18
TOTAL	65

FORMACIÓN INTERNA DE LOS 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.

CURSOS FORMACIÓN	FECHA
CURSO PRÁCTICO PREVENCIÓN DEL SUICIDIO DESTINATARIO: PROFESIONALES LUGAR: MADRID	23/02/18 29/06/18
ASISTENCIA: 3	
TOTAL	3

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.

CURSOS FORMACIÓN	FECHA
CURSO DE COMUNICACIÓN EFICAZ DESTINATARIO: PROFESIONALES Y VOLUNTARIOS LUGAR: ALBACETE ASISTENCIA: 2	16/02/18
TOTAL	2

11. 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.

COLABORACIONES CON ASOCIACIONES E INSTITUCIONES	FECHA
CHARLA "TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN" DESTINATARIOS: ESTUDIANTES PSICOLOGIA UNED LUGAR: UNED ALBACETE ASISTENCIA: 50	05/03/18
CHARLA "COMO SOBRELLEVAR EL DOLOR" DESTINATARIO: ASOCIACION APBEAR LUGAR: SEDE APBEAR ASISTENCIA: 16	14/03/18
CURSO "RESOLUCIÓN CONFLICTOS Y TOMA DE DECISIONES" DESTINATARIOS: DIRECTIVOS DEL I.M.D LUGAR: I.M.D ALBACETE ASISTENCIA: 14	20/03/18
CHARLA "HÁBITOS SALUDABLES" DESTINATARIOS: USUARIOS CRUZ ROJA LUGAR: CRUZ ROJA ASISTENCIA: 8	24/05/18
CHARLA "MOTÍVATE Y HAZLO YA" ASOC. MENTES ABIERTAS DESTINATARIO: PÚBLICO GENERAL LUGAR: LA RODA ASISTENCIA: 35	17/10/18
CHARLA "COMO AFRONTAR CON ÉXITO LOS EXÁMENES" DESTINATARIO: ESTUDIANTES CEPA LUGAR: CENTRO CEPA ASISTENCIA: 16	14/11/18
CHARLA "COMO AFRONTAR CON ÉXITO LOS EXÁMENES" DESTINATARIO: ESTUDIANTES C.E.P.A LUGAR: CENTRO CEPA ASISTENCIA: 70	19/11/18
CHARLA "DEPRESIÓN" DESTINATARIOS: USUARIOS CRUZ ROJA LUGAR: CRUZ ROJA ASISTENCIA: 18	26/11/18
III JORNADAS HUMANIZACIÓN DESTINATARIOS: POBLACIÓN EN GENERAL LUGAR: FABRICA HARINAS	12/12/18
TOTAL	227

12. 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 y provincial
- ✓ Intervenciones en radios locales y provinciales.
- ✓ Publicaciones en la página Web, Facebook, Twitter e Instagram
- ✓ Colaboración con plataformas digitales como Diario Sanitario para la publicación de artículos mensuales.

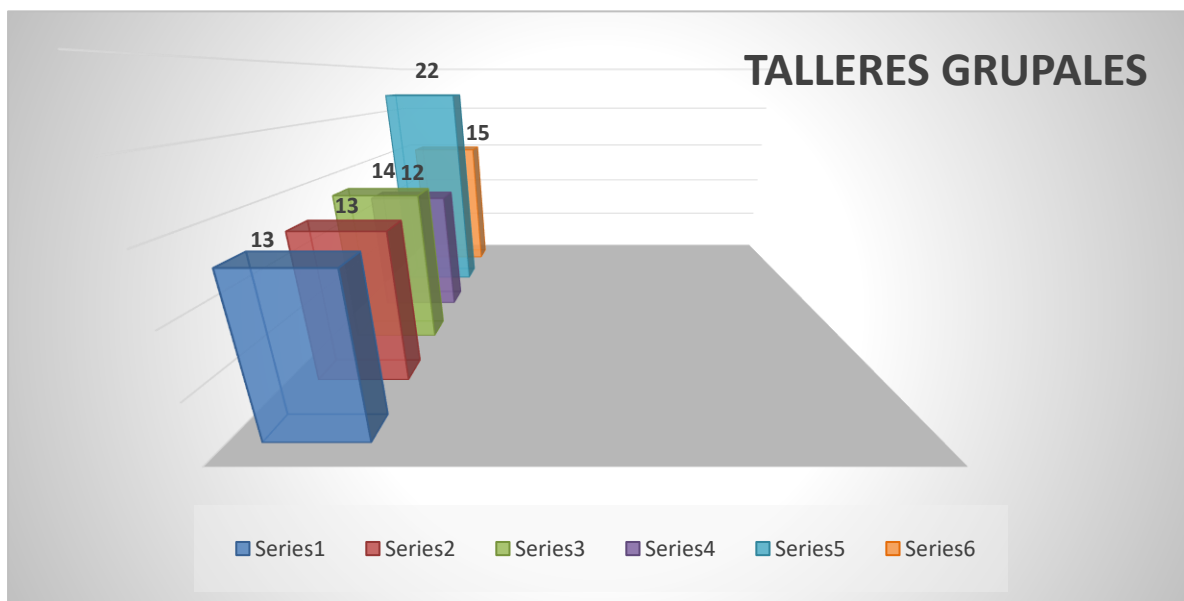
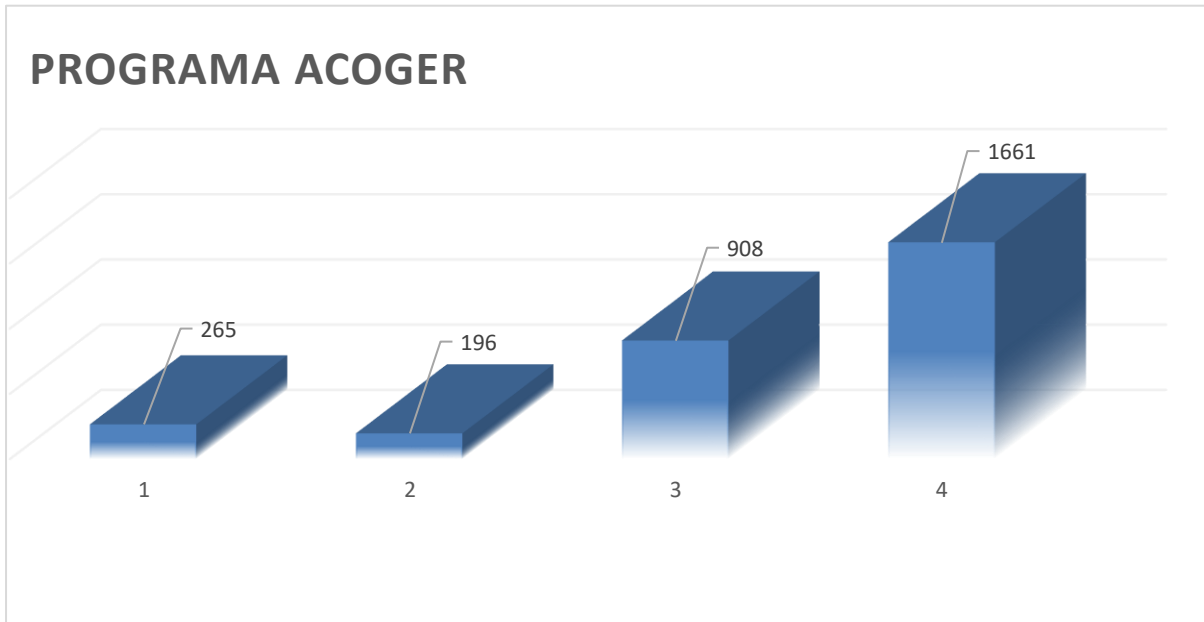
XXII JORNADAS SOBRE EL SÍNDROME DEPRESIVO DECLARAS DE INTERÉS SOCIOSANITARIO

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
XXII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO "PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN JÓVENES" DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO JOSE SARAMAGO ALBACETE. ASISTENCIA: 57	01/10/18
XXII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO "FÁRMACOS ANTIDEPRESIVOS" DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO JOSE SARAMAGO ALBACETE ASISTENCIA: 85	02/10/18
XXII JORNADAS SOBRE EL SINDROME DEPRESIVO "COACHING; EL ARTE DEL AUTODESCUBRIMIENTO" DESTINATARIO: PUBLICO GENERAL LUGAR: CENTRO JOSE SARAMAGO ALBACETE ASISTENCIA: 125	03/10/18
TOTAL ASISTENCIA	267

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 3.383 personas en toda la provincia de Albacete.**

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.

Durante este año hemos mantenido la atención en las tres delegaciones de la provincia: Almansa, Hellín y Villarrobledo, dando cobertura a las personas con dificultad para afrontar problemas de desplazamiento.

Asociación Lassus registrada como Servicio Sanitario en Centro no sanitario en la Consejería de Sanidad con el nº 0207381/0210630 el 18 de noviembre de 2014, con número de registro general de asociaciones JCCM 8269, ubicada en el Centro de Asociaciones Sociosanitarias en la C/ Dr. Fleming 12-4ª Planta de Albacete.

Delegación de Almansa sita en Centro Social San Juan, C/Estrella, 15.

Delegación de Hellín sita en Centro Social del Carmen, C/ Pintor Cañabate, 1.

Delegación en Villarrobledo sita en Centro Social Lucas Blázquez, C/Ángel, 29

Realizar los programas en la provincia ha sido posible gracias a la colaboración de los Ayuntamientos que nos han cedido el espacio.

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.