

1.- LA ASOCIACIÓN CAMINAR

1.1 ¿Quiénes somos?

La Asociación Valenciana de Apoyo en el Duelo Caminar es una entidad no lucrativa y aconfesional que nace con el deseo de crear en Valencia un servicio que consideramos necesario: el acompañamiento y apoyo en el duelo.

Fundada en marzo del 2005, está formada por un grupo de voluntarias y voluntarios que cuentan con su experiencia personal y/o profesional en la pérdida, un espíritu de acogida incondicional y el convencimiento de que compartir el duelo ayuda a recorrer este difícil camino.

La Asociación surge ante la necesidad natural del ser humano de compartir las experiencias vividas con sus semejantes, de verse reflejado en los demás y especialmente, en un proceso de duelo donde el sentimiento de soledad es enorme.

Esta necesidad natural se ve incrementada por la falta de educación ante la muerte que se da en nuestra sociedad y que se refleja en la desorientación a la hora de vivir nuestras pérdidas y acompañar en las suyas a las personas de nuestro entorno.

La **MISIÓN** de la Asociación Caminar es **ACOGER** a las personas que han sufrido la pérdida por fallecimiento de un ser querido, **ACOMPañAR** en este difícil proceso de dolor y crisis existencial y **FACILITAR** el desarrollo personal necesario para afrontar la pérdida.

Nuestros **VALORES** son:

- Acogida incondicional
- Escucha activa
- Confidencialidad
- Calidez
- Empatía
- Honestidad
- Esperanza
- Voluntad de trabajo
- Ganas de crecer
- Compromiso
- Cuidado mutuo

Y nuestras **NORMAS ÉTICAS**:

- Respeto
- Actuar siempre con transparencia
- No lucrarse con las actividades desarrolladas
- No hacer distinción alguna en base a creencias o religiones
- Cuidado con el tratamiento que se da en los medios de comunicación de la Asociación, de sus usuari@s y del dolor
- Tratar los malos entendidos cuando surgen
- Tener claro nuestro campo de actuación respecto a otras entidades

1.2 Ámbito de actuación

Desde su creación en el año 2005, la Asociación tiene su sede en la ciudad de Valencia, aunque su ámbito de actuación se extiende más allá del área metropolitana de la ciudad, siendo numerosas las personas que se trasladan desde diferentes municipios de la provincia de Valencia e incluso de Castellón para participar en las actividades que se ofrecen. Además de presencialmente, la Asociación da cobertura a aquellas personas que se ponen en contacto con la misma no sólo desde diferentes puntos de la península sino también del extranjero, a través de la atención continuada del teléfono, del correo electrónico y Facebook.

1.3 La sede

Desde el año 2007 la Asociación tiene su sede en la C/ Matías Perelló nº 20 de Valencia, en el céntrico barrio de Ruzafa. Se trata de un local cedido por el Grupo Mémora, a través de un convenio de colaboración firmado el mismo año.

El local es un espacio amplio ubicado en un bajo, lo que favorece la accesibilidad de los usuarios. Está distribuido en 4 salas que permiten diversificar la atención que se lleva a cabo desde la Asociación;

- La entrada o recepción
- Un despacho en el que se realizan los encuentros de acogida y las reuniones de trabajo interno de los voluntarios.
- Dos salas contiguas:
 - La primera, más grande, para la realización de charlas, talleres, encuentros de acogida y reuniones mensuales de los voluntarios. Es además, el espacio en el que se ubican la biblioteca y la videoteca.

- La segunda, más pequeña, en la que tienen lugar los distintos grupos de duelo.

El resto de actividades de la asociación (el yoga y la meditación) se hacen indistintamente en las dos salas, en función del número de asistentes.

Por último, destacar que todas las actividades se desarrollan en la sede de la Asociación.

1.4 Equipo Humano

El Equipo que compone la Asociación está formado en su totalidad por voluntari@s, tanto en la Junta Directiva como en las actividades que se desarrollan. El trabajo, compromiso y generosidad de l@s mism@s ha hecho posible no sólo el nacimiento de este proyecto, sino también su consolidación a lo largo de sus más de diez años de andadura.

• La Junta Directiva

Es el órgano que asume la dirección de la Asociación para garantizar el cumplimiento de sus fines. Desde su última renovación, en septiembre de 2016, está compuesta de la siguiente forma:

- Presidenta: Lourdes Molinos Ibáñez
- Vicepresidente: Santiago Manuel Muñoz de Ariza
- Secretaria: Olga María Teruel Sáez
- Tesorero: José Fernández Castillo
- Vocal: David Sapena Martínez
- Vocal: Beatriz González Robles
- Vocal: Salvador Piqueras Planells

• El equipo de voluntari@s:

Su función es llevar a cabo las actividades de la Asociación. Además de su experiencia personal de pérdida, todos cuentan con formación actualizada en duelo. El equipo y las funciones que cada persona desarrolla son los siguientes:

- Lourdes Molinos Ibáñez:
 - ✓ Gestión y organización interna de la Asociación
 - ✓ Coordinación del equipo de voluntarios
 - ✓ Biblioteca. Gestión de la colección.

MEMORIA DE ACTIVIDADES sept.16-ago. 17

- ✓ Encuentros individuales de acogida, atención telefónica y correo electrónico.
 - ✓ Facilitadora del grupo de inicio
 - ✓ Facilitadora de los grupos quincenal y mensual de suicidio
 - ✓ Formación de voluntariado
- Olga Teruel Sáez:
- ✓ Apoyo en gestión interna
 - ✓ Encuentros individuales de acogida
 - ✓ Facilitadora del grupo de inicio
 - ✓ Formación de voluntariado
- Santiago Manuel Muñoz de Ariza:
- ✓ Facilitador del grupo de seguimiento de padres, madres, hij@s y otras pérdidas
- Miryam Angélica Bullón Benvenuto
- ✓ Facilitadora del grupo de seguimiento de padres, madres, hij@s y otras pérdidas
 - ✓ Apoyo en Facebook
- Cristina Boj Peris:
- ✓ Facilitadora del grupo de seguimiento de padres, madres, hij@s y otras pérdidas
- Candela Escribá Pérez:
- ✓ Facilitadora del grupo de parejas
 - ✓ Biblioteca. Revisión y control de préstamos.
- Gema Ferrándiz Moreno:
- ✓ Facilitadora del grupo de parejas
- Juan José Vázquez Cortés:
- ✓ Facilitador del grupo de crecimiento
 - ✓ Responsable del cuidado de las plantas
- Carmen Hermosilla García:
- ✓ Facilitadora del grupo de crecimiento
- Pedro Aquiles Delgado Álvarez:
- ✓ Facilitador grupo de Crecimiento.

- Agustina Gómez Martínez:
 - ✓ Facilitadora de apoyo en las clases de Yoga
 - ✓ Facilitadora del grupo de crecimiento

- Marta Albiol Soto:
 - ✓ Facilitadora del grupo mensual de suicidio

- María Tórtola:
 - ✓ Profesora de yoga

- Amparo Milla:
 - ✓ Profesora de yoga

- José Fernández Castillo:
 - ✓ Contabilidad básica
 - ✓ Facilitador de apoyo en las charlas
 - ✓ Mantenimiento y mejoras del local

- David Sapena Martínez:
 - ✓ Gestión bancaria
 - ✓ Registro de soci@s

- Beatriz González Robles:
 - ✓ Responsable de la página web y de Facebook

- Salvador Piqueras Planells:
 - ✓ Mantenimiento y mejoras del local
 - ✓ Tareas de comunicación con l@s soci@s

A nivel formativo, todas las personas voluntarias, como ya se ha señalado, tienen formación en duelo adquirida a través de cursos, talleres, seminarios, lecturas etc....Además de esto, aportan un bagaje de diferentes disciplinas que revierte en la calidad de la atención que se presta en la Asociación. Así, a grandes rasgos, contamos en la Asociación con la siguiente formación entre el voluntariado.

- Máster integrativo-relacional en duelo y pérdida. Impartido por IPIR de Barcelona
- Máster y Formación avanzada en Terapia Familiar Sistémica. Dictia y Centro Fase2. Valencia

MEMORIA DE ACTIVIDADES sept.16-ago. 17

- Formación en Terapia Transpersonal. Escuela Española de Desarrollo Transpersonal. Madrid
- Máster en Psicología Clínica. Centro de Terapia de Conducta. Valencia
- Posgrado en Psicoterapia Gestáltica y formación como Psicodramatista. Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama. Madrid
- Psicoterapia Centrada en la Persona. Instituto de Interacción y Dinámica Personal de Madrid
- Posgrado en Counselling y Salud. Universitat de València
- Formación en Tratamiento del Trauma (EMDR). Instituto EMDR
- Formación en Constelaciones familiares con Pilar Ivorra. Valencia
- Ciclo Formativo de Grado Superior en Interpretación de Lengua de Signos. CIPFP Misericordia. Valencia
- Taller sobre Incertidumbre y PNL. Loftalento. Valencia
- Taller sobre Liderazgo y Motivación. Equinoeduca. Valencia
- Curso Cuidar al cuidador. Psicólogos sin Fronteras. Valencia
- Formación en Profesores de yoga. Escuelas Gobinde y Sadhana. Valencia
- Formación en Reiki con Celia Tejedor. Valencia
- Mindfulness. AEMIND. Asociación española de Mindfulness. Valencia



2- ACTIVIDADES REALIZADAS

Durante el período comprendido entre septiembre 2016 y agosto 2017, la Asociación ha desarrollado diferentes actividades en sus distintos ámbitos: atención asistencial, información y sensibilización, actividades complementarias y formación de voluntariado.

2.1 Atención Asistencial

Se trata de aquella atención dirigida a abordar de forma directa el proceso del duelo de las personas usuarias de la Asociación. Se da a dos niveles; individual y grupal.

● Asistencia individual:

Se lleva a cabo de la siguiente manera:

- **Web, teléfono, e-mail:** Es la primera atención que reciben las personas que contactan con la Asociación. La mayor parte de las atenciones que se realizan corresponden a personas que están viviendo su propio duelo o del entorno de los dolientes. Otra parte son profesionales, medios de comunicación o estudiantes que contactan para solicitar información acerca del recurso.
- **Encuentros de acogida:** Se trata de la entrevista personal que el voluntari@ realiza a la persona en duelo con el fin de acoger su dolor, ofrecer información tanto del proceso del duelo como del funcionamiento de la Asociación, tomar los datos personales y valorar su posible incorporación al grupo.
- **Otras atenciones individuales:** Se realizan de forma puntual por los facilitadores de los grupos para trabajar algunos aspectos que no pueden abordarse en el grupo por diferentes motivos.

El total de las atenciones individuales a lo largo de este año es de: **280**

● Asistencia grupal: Grupos de duelo

Los grupos de duelo son la principal actividad que la Asociación ofrece para elaborar el duelo por la pérdida de un ser querido. Un grupo de duelo es un lugar donde expresar el abanico de sentimientos, pensamientos, conductas, creencias etc... que ha desencadenado la pérdida, de una forma segura, junto a otras personas en una misma situación vital. En él también se da información sobre el duelo para facilitar la comprensión del propio proceso y el de las personas del entorno. La expresión e indagación de los diferentes aspectos del duelo junto con una psicoeducación adecuada, van haciendo posible la integración de la experiencia.

Están coordinados por facilitadores/as que han realizado su propio proceso de duelo y tienen formación específica para ello.

A lo largo del año se han realizado los siguientes grupos:

En primer lugar, está el grupo de duelo inicial, cuya finalidad es proporcionar una primera atención al duelo de aquellas personas recién llegadas a la Asociación. Como paso previo a la incorporación al grupo se realizan uno o varios encuentros individuales de acogida con las facilitadoras del grupo.

- **Grupo de duelo inicial:** sus características son las siguientes:

- ✓ Heterogéneos (los participantes tienen distintos tipos de pérdidas)
- ✓ Cerrados (Compromiso de asistencia. No hay incorporaciones ni salidas de participantes durante su duración)
- ✓ Periodicidad semanal, los martes.
- ✓ Duración grupo: una media de 13 sesiones (unos 3 meses),
- ✓ Duración de la sesión: 2 horas y media
- ✓ Nº facilitadoras: 2
- ✓ Nº grupos anuales: 3

Este año se han realizado **3** grupos iniciales, con un total de **25** participantes (media de **8** personas por grupo), **36** sesiones y **82'8** horas de sesión.

Una vez finalizado el grupo de inicio las personas participantes tienen la opción de incorporarse a los grupos de seguimiento. Estos grupos se dividen en función del tipo de pérdida y tienen una duración más larga en el tiempo, con el fin de proporcionar un apoyo continuado al doliente que permita una mayor profundización en su proceso de duelo personal y trabajar algunos aspectos característicos asociados al tipo de pérdida. Así, se trata de grupos:

- ✓ Específicos (los participantes tienen un mismo tipo de pérdida)
- ✓ Semi-cerrados (Compromiso de asistencia. Incorporaciones y salidas marcadas por los facilitadores)
- ✓ Periodicidad quincenal, los miércoles alternos
- ✓ Duración del grupo: 20/21 sesiones (11 meses)
- ✓ Duración de la sesión: 2 horas y media
- ✓ Nº facilitadores: 3
- ✓ Nº grupos anuales: 1

Hay dos grupos de seguimiento en la Asociación:

- Grupo de seguimiento de madres, padres, hij@s y otras pérdidas:

Este año se ha realizado **1** grupo, con un total de **10** participantes, **21** sesiones y **48,3** horas de sesión.

-Grupo de seguimiento de parejas:

Este año se ha realizado **1** grupo, con un total de **9** participantes, **20** sesiones y **46** horas de sesión.

Después de realizar el grupo de seguimiento, la Asociación ofrece la posibilidad de continuar ahondando en los distintos cambios personales que, a diferentes niveles (individual, familiar, social, espiritual...), se han producido tras la pérdida, mediante el grupo de crecimiento.

- Grupo de crecimiento: las características de este grupo son las siguientes:

- ✓ Heterogéneos (los participantes de los grupos de seguimiento, antes separados por el tipo de pérdida, se vuelven a reunir)
- ✓ Semi-cerrados
- ✓ Periodicidad quincenal, los viernes alternos
- ✓ Duración del grupo: 18 sesiones (11 meses)
- ✓ Duración sesión: 2 horas y media
- ✓ Nº facilitadores: 4
- ✓ Nº grupos anuales: 1

Este año se ha realizado **1** grupo, con un total de **7** participantes, **18** sesiones y **41,4** horas de sesión.

Por último, además de los grupos ya mencionados, la Asociación tiene en funcionamiento desde el año 2013 un grupo mensual de duelo grupo por suicidio. Este grupo se crea con el objetivo de dar un espacio específico a este tipo de pérdida, al ser conscientes de la complejidad de este duelo y de la necesidad de trabajar los diferentes aspectos asociados al mismo. Este año como novedad, se ha creado además un grupo de duelo quincenal para profundizar en este tipo de pérdida, con características que lo diferencian del primero.

-Grupo de duelo por suicidio mensual: Características:

- ✓ Específico
- ✓ Abierto (Voluntariedad de la asistencia, aunque se solicita un mínimo de compromiso. Existen incorporaciones y salidas durante su duración)
- ✓ Periodicidad mensual, los sábados
- ✓ Duración del grupo: 10 sesiones (11 meses)
- ✓ Duración sesión: 3 horas
- ✓ Nº facilitadoras: 2
- ✓ Nº grupos anuales: 1

Este año se ha realizado **1** grupo, con apoyo a **20** personas a lo largo de **10** sesiones y **30** horas de sesión.

-Grupo de suicidio quincenal:

- ✓ Específico
- ✓ Cerrado
- ✓ Periodicidad quincenal, los jueves
- ✓ Duración del grupo: 16 sesiones (6 meses)
- ✓ Duración sesión: 2 horas y media
- ✓ Nº facilitadoras: 1
- ✓ Nº grupos anuales: 1

Este año se ha realizado **1** grupo, con apoyo a **6** personas a lo largo de **16** sesiones y **36,8** horas de sesión.



2.2 Información y Sensibilización

El duelo no sólo se vive a nivel individual, sino también a nivel relacional y social. Vivimos en una sociedad en la que, en general, no se habla de la muerte y por lo tanto, no se favorece la expresión del dolor que causa la pérdida de un ser querido. Este hecho ha dificultado que aprendamos a afrontar no sólo nuestro dolor, sino también el de aquellos que tenemos cerca, provocando un dolor añadido al de la pérdida. Para evitar este sufrimiento es necesario contar con información adecuada que nos ayude a comprendernos mejor y también a los demás. Este es el motivo que impulsa a la Asociación, desde hace años, a desarrollar actividades informativas y de sensibilización entorno al duelo, destinadas, además de a las personas en duelo, a la población en general. Las actividades que se realizan son las siguientes:

● Charlas mensuales:

La temática gira en torno al duelo desde distintas perspectivas. Este año, a diferencia del anterior, la totalidad de las charlas que han tenido lugar en la Asociación se han realizado por los propios voluntarios. Como siempre, han tenido lugar los viernes por la tarde y la exposición ha durado 1 hora y media aproximadamente, con un tiempo posterior para la participación de las personas asistentes.

La relación de charlas a lo largo de este año es la siguiente:

- 16 de diciembre de 2016: ***“Cuando la Navidad duele”***. Impartida por Lourdes Molinos, Terapeuta especializada en duelo y Olga Teruel Psicóloga especialista en familia. Fundadoras de Caminar.
- 27 de enero de 2017: ***“Hablemos de la culpa”***. Impartida por Lourdes Molinos, Terapeuta especializada en duelo. Fundadora de Caminar.
- 24 de febrero de 2017: ***“El arte en el duelo”***. Impartida por Candela Escribá, Socióloga y Facilitadora del grupo de duelo de parejas de la Asociación Caminar.
- 31 de marzo de 2017: ***“La familia ante la pérdida”*** Impartida por Olga Teruel, Psicóloga especialista en familia. Co-facilitadora de los grupos de inicio.

-28 de abril de 2017: *“La pérdida de un hijo”*. Impartida por Juan José Vázquez, Facilitador del grupo de Crecimiento.

-30 de junio de 2017: *“Homenaje a nuestros seres queridos”*. Encuentro participativo de los presentes.

Durante esta temporada se han realizado **6** charlas, con una asistencia media de **35** personas.

● Página web y Facebook:

Desde la Asociación, somos conscientes de la importancia cada vez mayor de internet y de las redes sociales en el acceso a la información. La puesta en funcionamiento de la página web hace unos años y de la activación de la página en Facebook de forma más reciente pretende, además de aportar un mayor y mejor conocimiento sobre el duelo para la población en general y l@s dolientes en particular, hacer más visible la Asociación, favoreciendo el acceso a la misma, ya que durante los últimos años ha habido un incremento considerable de las personas que contactan con la Asociación a través de esta vía.

En este sentido, en la página web (<http://www.ayudaduelocaminar.com/es/>) ofrece información sobre el duelo y las actividades de la Asociación, que se actualizan constantemente.

En la misma web existe un enlace a la página de Facebook (<https://www.facebook.com/Asociaci%C3%B3n-Caminar-175392902616660/>), que sirve como canal de información y comunicación donde se cuelgan noticias, actividades, recomendaciones de lectura y reflexiones relacionadas con el ámbito del duelo. Los resultados a lo largo de este año han sido los siguientes:

- ✓ Desde octubre de 2016, **13** personas han contactado con la Asociación a través del servicio de mensajería de Facebook.
- ✓ Las visualizaciones de la página van en aumento, así como el número de seguidores, que a cierre de ejercicio sumaban **723**. El origen de las visitas es en su mayor parte el propio Facebook, y en menor medida la herramienta de búsqueda de Google.
- ✓ La mayor parte de las publicaciones en la página de la Asociación en Facebook fueron vistas por más de **1.500** personas, superando algunas de ellas las **2.500** visualizaciones. Una única publicación fue promocionada durante el período que nos ocupa, teniendo un alcance de **26.267** personas.

- ✓ El rango de edad mayoritario es de **35 a 44** años, formando el total de seguidores un **88%** de mujeres y un **11%** de hombres.
- ✓ La procedencia de los seguidores de la página conforma un total de 22 países, siendo los de mayor número de seguidores: España, México y Argentina, y la franja horaria de mayor actividad e interacción de 21 a 22h (hora peninsular).



2.3 Actividades Complementarias

Se trata de actividades que, no atendiendo directamente al duelo, contribuyen a un mejor manejo del mismo, aportando bienestar a l@s dolientes. Son en definitiva herramientas que la Asociación pone a disposición de l@s usuarios para favorecer el cuidado personal tan importante en este difícil camino que es el duelo. Éstas son:

● **Yoga - relajación:** Características:

- ✓ Grupo abierto, con incorporaciones y salidas.
- ✓ Periodicidad semanal, los lunes por la mañana (horario: 10.30-12.00h)
- ✓ Duración del grupo: 37 clases (11 meses)
- ✓ Duración de la clase: 1 hora y media
- ✓ Nº de profesoras: 2
- ✓ Nº de facilitadores de apoyo: 1
- ✓ Nº grupos anuales: 1

Este año se ha realizado **1** grupo de yoga, con un total de **6** participantes, **37** clases y **48,1** horas de duración.

● **Biblioteca de préstamo:**

Desde la Asociación, observamos a menudo el beneficio que tiene la lectura en el duelo. Por esta razón, cada año se invierte en la adquisición de nuevos ejemplares y sobre todo, conscientes de la importancia y utilidad que este recurso tiene para gran parte de los usuarios, su mantenimiento se realiza con sumo cuidado. En este momento la biblioteca cuenta con **232** volúmenes, cuya temática principal es el duelo y tiene un movimiento continuado.

● **Videoteca:**

Por último, de más reciente creación, la Asociación dispone de una videoteca que cuenta con un fondo actual de **41** películas de temática diversa, aunque principalmente sobre la muerte, el duelo y la vida. La mayor parte de las películas han sido donadas por los socios y otras compradas por la asociación.



2.4 Formación

Un aspecto que la Asociación valora como primordial es la formación continuada de su voluntariado para poder acompañar de la mejor manera posible a las personas en duelo. Este año se han realizado dos cursos de formación orientados a mejorar la facilitación de los grupos de duelo.

- ✓ El primero, de carácter teórico, ha sido impartido on-line por el instituto IPIR (docente Alba Payàs) el **27 de abril**, con una duración de **2** horas y la participación de **12** voluntarios.
- ✓ El segundo, de carácter teórico-práctico ha sido impartido por la Asociación Caminar (docentes Lourdes Molinos y Olga Teruel), el **11 de mayo**, con una duración de **3** horas y la participación de **12** voluntarios.

3- GESTIÓN INTERNA

Una parte menos visible que las actividades que se realizan en la Asociación, pero fundamental para su adecuado funcionamiento es la gestión interna de la misma, que a continuación se detalla.

- **Reuniones de la Junta Directiva:**

Se realizan aproximadamente dos anuales, a fin de tomar decisiones que afectan a la organización.

- **Reuniones de coordinación con el equipo de voluntari@s:**

En ellas, l@s voluntari@s responsables de las actividades valoran el desarrollo de las mismas, exponiendo ideas, dificultades, proponiendo cambios etc... Las reuniones son mensuales, los jueves por la tarde y duran alrededor de 2 horas y media de duración.

Este año se han realizado de **11** reuniones, con un total de **12** voluntarios y **27'5** horas de duración.

- **Reuniones de evaluación y de planificación de las actividades de la Asociación:**

Este año, de manera especial, se han realizado varias reuniones de trabajo durante los meses de julio, agosto y septiembre que han tenido como objetivo principal la valoración del funcionamiento actual de la Asociación, con el fin de realizar cambios que garanticen su continuidad de la mejor forma posible. Por otro lado, a lo largo de estas reuniones se ha realizado la programación y puesta en marcha de las actividades que tendrán lugar la próxima temporada (septiembre 2017-agosto 2018).

- **Otras gestiones:**

MEMORIA DE ACTIVIDADES sept.16-ago. 17

Son tan numerosas las horas y el trabajo continuado que se dedica a atender las diferentes responsabilidades que conlleva la marcha normal de la Asociación, que no se pueden cuantificar. Esta labor tan importante como invisible hace posible el buen funcionamiento de la Asociación:

- ✓ Gestión diaria de los aspectos internos de la asociación (organización, etc.)
- ✓ Coordinación continuada entre los facilitadores de los grupos para preparar las sesiones
- ✓ Gestión económica diaria
- ✓ Mantenimiento continuado del local (luces, pintura, reparaciones simples, etc.)
- ✓ Compra y provisión de todo el material necesario para el desarrollo de las actividades
- ✓ Gestión bancaria
- ✓ Registro y actualización de soci@s
- ✓ Contratación de la limpieza del local con una empresa externa

4- MEMORIA ECONÓMICA

Los datos presentados en el informe contable anual que realiza la Asesoría ESTUDIO GLOBAL para la Asociación, así como la contabilidad de esta temporada están a disposición de todas las personas asociadas.

● Soci@s:

El número de soci@s este año a fecha 31 de agosto de 2017 es de **90**.

5- COLABORACIONES

A lo largo del año 2016, la Asociación sigue contando con la colaboración del Grupo Mémora y de la Asociación Carena a través de los respectivos convenios de colaboración con ambas entidades.

Por otro lado, se sigue manteniendo el contacto puntual con asociaciones y profesionales del ámbito del duelo.

6- PROYECTOS AÑO 2018

Para esta temporada, nuestros proyectos a nivel de actividades son:

MEMORIA DE ACTIVIDADES sept.16-ago. 17

- Continuar con las actividades que ya tienen una trayectoria y están consolidadas dentro de la Asociación, como el yoga, la biblioteca de préstamo y la videoteca.
- Potenciar los grupos de duelo, que son la principal actividad de la Asociación, a través de la creación de nuevos grupos desde los que poder ofrecer una mejor cobertura a los usuarios y del cambio en el funcionamiento de los ya existentes. Así, desde este mes de septiembre se han puesto en marcha los siguientes:
 - **Grupo de acogida**, que está pensado para dar atención a aquellas personas que acuden por primera vez a la Asociación y que no pueden incorporarse a los grupos semanales cuando ya han empezado, al ser éstos cerrados. La finalidad de este grupo mensual es proporcionar una atención a l@s usuari@s hasta que se abra un nuevo grupo semanal en el que poder integrarse. Tiene lugar los últimos lunes de mes, con una duración de dos horas y media y su carácter es abierto.
 - **Grupos semanales**, que corresponden a los antiguos “grupos de inicio”, que ahora amplían su duración a 18 sesiones, haciendo posible un trabajo más profundo del duelo. Se realizan dos grupos, de forma simultánea; el grupo semanal 1, que tiene lugar los martes y el 2, que se realiza los miércoles. Ambos son de carácter cerrado, con una periodicidad semanal y duran dos horas y media.
 - **Grupos de cierre**, cuya finalidad es ofrecer un espacio en el que poder activar y reforzar aquellos recursos personales que, una vez finalizados los grupos, ayuden a los dolientes a continuar en la elaboración de su duelo y a volver a la vida con más herramientas de las que se disponía al principio de este proceso. Se realizan dos grupos (cierre 1 y 2), de carácter mensual, en viernes. Son homogéneos (distribuidos por tipo de pérdidas), cerrados y al igual que el resto de grupos, duran dos horas y media.
- Continuar con los grupos de suicidio mensual y quincenal.
- Fomento de la responsabilidad y compromiso personal de las personas que participen en las actividades de la Asociación, a través de las aportaciones

mensuales en los grupos y aquellas que se realicen de forma puntual en los buzones del local.

- Promover dos encuentros abiertos anuales, uno antes de la Navidad y otro en el mes de junio, previo al verano.
- Formación continuada del voluntariado.

Queremos constatar que se han cumplido todos los objetivos marcados para el año anterior.

7- REFLEXIONES FINALES

Si algo nos caracteriza como Asociación, igual que a la vida misma, en la que nada permanece, es el cambio constante. Esta evolución viene de la capacidad que tenemos de reflexionar sobre lo que estamos haciendo de manera continua y quizás, esta inquietud propia es la responsable, aunque suene paradójico, del mantenimiento de la Asociación a lo largo de estos casi trece años.

Después de todo este tiempo de funcionamiento, hemos sentido la necesidad de parar, evaluar profundamente la situación de la Asociación a todos los niveles y tomar decisiones; todas ellas, fruto de una valoración concienzuda, han estado basadas en la idea de **simplicidad**, una simplicidad que ha permitido dar prioridad a lo importante y también, la continuidad de este proyecto de forma más firme y equilibrada.

Iniciamos el nuevo periodo 2017-2018 con ganas renovadas de mantener este espacio de duelo abierto a todas las personas y con el convencimiento de que compartir el dolor de la pérdida de quién es importante en nuestras vidas, nos ayuda en el proceso y nos hace bien.

Agradecemos a todos los voluntari@s, soci@s y colaborador@s su generosidad, comprensión, apoyo incondicional y sobre todo, la confianza depositada a lo largo de todos estos años. Gracias. Entre tod@s hacemos posible este proyecto".

"La simplicidad es el logro final. Después de que uno haya jugado con una cantidad grande de notas, es la simplicidad que emerge como una recompensa del arte"

Frédéric Chopin

