

## 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 se originó 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 comunicar las experiencias vividas a sus semejantes, de verse reflejado en los demás y especialmente, en los duelos donde el sentimiento de soledad puede ser enorme.

Esta necesidad 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.

El **OBJETIVO** de la Asociación Caminar es **ACOGER** a las personas que han sufrido la pérdida por fallecimiento de un ser querido, **ACOMPañAR** en este 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, ideas 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 Alicante o 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 desde distintos puntos de la península y también del extranjero, a través de la atención continuada del teléfono, del correo electrónico y Facebook.

### 1.3 La sede

A partir del 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 en ese año.

Este local es un espacio amplio ubicado en un bajo, lo que favorece la accesibilidad. 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 del voluntariado. Es, además, el espacio en el que se ubican la biblioteca y la videoteca.

## MEMORIA ANUAL septiembre 21 /agosto 22

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

El resto de actividades de la asociación se hacen indistintamente en las dos salas, en función del número de asistentes.

Por último, destacar que todas las actividades se desarrollan en su sede.



### 1.4 Equipo Humano

El Equipo que compone la asociación está formado en su totalidad por personas voluntarias, tanto en la Junta Directiva como en las actividades que se desarrollan. El trabajo, compromiso y generosidad de las mismas ha hecho posible no sólo el nacimiento de este proyecto, sino también su consolidación a lo largo de sus casi veinte 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 voluntarios/as:**

Su función es llevar a cabo las actividades de la asociación. Además de su experiencia personal de pérdida, cuentan con formación actualizada en duelo. El equipo y las funciones que cada persona ha desarrollado en este último periodo son los siguientes:

- Lourdes Molinos Ibáñez:
  - ✓ Gestión y organización interna de la asociación
  - ✓ Coordinación del equipo voluntario
  - ✓ Biblioteca. Gestión de la colección.
  - ✓ Encuentros individuales de acogida, atención telefónica y correo electrónico.
  - ✓ Facilitadora de los grupos quincenal y mensual de suicidio
  - ✓ Formación de voluntariado
  
- Agustina Gómez Martínez:
  - ✓ Facilitadora de grupo de duelo semanal
  - ✓ Facilitadora de grupo de duelo de acogida
  - ✓ Encuentros individuales de acogida
  - ✓ Biblioteca. Revisión y control de préstamos
  
- Juan José Vázquez Cortés:
  - ✓ Facilitador de grupo de duelo semanal
  - ✓ Facilitador de grupo de acogida
  - ✓ Encuentros individuales de acogida
  - ✓ Mantenimiento de material y de local
  
- Candela Escribá Pérez:
  - ✓ Facilitadora de grupo de duelo semanal
  - ✓ Facilitadora de grupo de acogida
  - ✓ Encuentros individuales de acogida
  
- Susana García de la Puente
  - ✓ Facilitadora del grupo de duelo semanal
  - ✓ Facilitadora de grupo de acogida
  - ✓ Equipo creativo
  
- Rosa Bueno Ballester
  - ✓ Facilitadora de grupo de duelo semanal
  - ✓ Encuentros individuales de acogida



## MEMORIA ANUAL septiembre 21 / agosto 22

- Carmen Hermosilla García:
  - ✓ Facilitadora de grupo de duelo semanal
  - ✓ Encuentros individuales de acogida
  
- Miryam Angélica Bullón Benvenuto
  - ✓ Facilitadora de grupo de duelo semanal
  - ✓ Equipo creativo
  
- Conxa Martínez Jabaloyes
  - ✓ Facilitadora del grupo quincenal de suicidio
  
- Beatriz González Robles:
  - ✓ Administración de Redes sociales
  
- Gema Ferrándiz Moreno:
  - ✓ Equipo creativo
  
- Cristina Boj Peris:
  - ✓ Equipo creativo
  
- Vicente Pardo Gómez
  - ✓ Contabilidad básica
  - ✓ Mantenimiento del local
  
- Pedro Aquiles Delgado Álvarez:
  - ✓ Mantenimiento del local
  
- José Francisco Martínez Rausell
  - ✓ Mantenimiento del local
  
- David Sapena Martínez:
  - ✓ Apoyo en gestión interna
  - ✓ Tareas de comunicación
  
- Santiago Manuel Muñoz de Ariza:
  - ✓ Apoyo en gestión interna
  
- Olga Teruel Sáez:
  - ✓ Apoyo en gestión interna
  
- José Fernández Castillo
  - ✓ Apoyo en gestión interna



A nivel formativo, todas las personas voluntarias, 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 con la siguiente formación entre el voluntariado:

- Máster integrativo-relacional en duelo y pérdida. Impartido por IPIR. Barcelona
- Máster y Formación avanzada en Terapia Familiar Sistémica. Dictia y Centro Fase2. Valencia
- 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 Persona. 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
- Formación y capacitación en Mindfulness y Autocompasión (MSC). Center for Mindful Self-Compassion, San Diego (CA) y Global C, 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
- Grado en Fisioterapia. Universidad Europea de Madrid



### 2- ACTIVIDADES REALIZADAS

Durante el período comprendido entre septiembre 2021 y agosto 2022, 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 se recibe al contactar 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. Otras atenciones son a medios de comunicación, profesionales o estudiantes que contactan para solicitar información acerca del recurso.
- **Encuentros de acogida:** Es la entrevista en persona que el/la voluntaria realiza con la persona en duelo con el fin de acoger, escuchar, ofrecer información tanto del proceso del duelo como del funcionamiento de la asociación, tomar los datos personales y valorar su posible participación en el grupo. Es un paso imprescindible antes de la incorporación a cualquier 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 actuaciones individuales a través de estos 3 medios en este tiempo ha sido de más de **1.200**, teniendo en cuenta que cada persona recibe más de una atención (telemática y/o presencial), y que estas consultas y la interacción general de la asociación con la sociedad sucede de forma continuada.

##### ● **Asistencia grupal: Grupos de duelo**

Los grupos de apoyo 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.

En este periodo se han realizado los siguientes grupos:

- **Grupos de duelo semanales:** son los grupos de apoyo que se han realizado desde el principio en la asociación, se constituyen de forma periódica y funcionan a lo largo de todo el año. Sus características son las siguientes:

- ✓ Heterogéneos (los participantes tienen distintos tipos de pérdidas)
- ✓ Cerrados (Compromiso de asistencia. No hay incorporaciones de participantes durante su duración)
- ✓ Periodicidad semanal, los lunes, martes o miércoles
- ✓ Duración grupo: una media de 15/17 sesiones (unos 4 meses),
- ✓ Duración de la sesión: 2 horas y media
- ✓ Nº facilitador@s por grupo: 2
- ✓ Nº grupos anuales: 5

Este año se han realizado **5** grupos semanales, con un total de **52** participantes (media de **10** personas por grupo) y **78** sesiones.

- **Grupos de acogida:** su objetivo es proporcionar el primer apoyo grupal dentro de la asociación cuando los grupos semanales ya están cerrados y hasta después del verano no se abren nuevos grupos; se hacen durante los meses de mayo a julio. Sus características son:

- ✓ Heterogéneos (los participantes tienen distintos tipos de pérdidas)
- ✓ Abiertos (Compromiso de asistencia)
- ✓ Periodicidad quincenal en lunes
- ✓ Duración del grupo: 6 sesiones
- ✓ Duración de la sesión: 2 horas y media
- ✓ Nº facilitadores: 2
- ✓ Nº grupos anuales: 2

Este año se han realizado **2** grupos, con un total de **23** participantes y **12** sesiones.

Por último, además de los grupos ya mencionados, la asociación tiene en funcionamiento desde el año 2013 un grupo mensual de duelo por suicidio. Este grupo se creó 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. Asimismo, desde el año 2016 funciona también un grupo de duelo quincenal, lo cual permite que miembros de la misma familia vayan a diferentes grupos facilitando la libre expresión y singular vivencia del duelo.

### -Grupo de duelo por suicidio mensual. Características:

- ✓ Específico
- ✓ Abierto (se solicita un mínimo de compromiso. Existen incorporaciones y salidas durante su duración)
- ✓ Periodicidad mensual, los sábados
- ✓ Duración del grupo: todo el curso
- ✓ Duración sesión: 3 horas
- ✓ Nº facilitadoras: 1
- ✓ Nº grupos anuales: 1

Este año se ha realizado **1** grupo, con atención a **16** personas a lo largo de **11** sesiones.

### -Grupo de suicidio quincenal. Características:

- ✓ Específico
- ✓ Abierto (se solicita compromiso de asistencia mínimo)
- ✓ Periodicidad quincenal, los jueves
- ✓ Duración del grupo: todo el curso
- ✓ Duración sesión: 2 horas y media
- ✓ Nº facilitadoras: 2
- ✓ Nº grupos anuales: 1

Este año se ha realizado **1** grupo, con atención a **12** personas a lo largo de **20** sesiones



## 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. 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:

### ● **Encuentros abiertos:**

Se realizan de forma puntual en fechas significativas como son la Navidad y el fin del periodo de actividades de la asociación que coincide con el verano. Su objetivo es facilitar la vivencia de estos momentos (Navidad, primeras vacaciones, etc.) y también crear un espacio de reunión de los distintos integrantes de la asociación y de personas ajenas hasta completar aforo. En ellos hay una exposición del tema a tratar con apertura posterior a la participación de las personas de la sala, y el cierre con algún acto simbólico y creativo.

Este año se han podido realizar de nuevo los encuentros de Navidad y de verano, con una alta participación en ambos eventos (alrededor de 70 personas en cada uno)



- 10 de diciembre 2021: *“Cuando llega la Navidad. Sugerencias para vivir estas fechas tras la pérdida de un ser querido”* Facilitado por Lourdes Molinos, Terapeuta especialista en duelo y Olga Teruel, Psicóloga especialista en familia y la colaboración de todo el equipo de voluntarias/os.

-1 de julio 2022: *“Te sigo queriendo. Homenaje a nuestros seres queridos”*. Encuentro abierto y participativo de agradecimiento por la vida de quienes ya se han ido, facilitado por todo el equipo de voluntarias/os.



● **Participación en medios de comunicación**

- 8 de septiembre 2021 - Entrevista telefónica con María Hernández Solana de The Objective <https://theobjective.com/further/grupos-de-apoyo-para-el-duelo-por-suicidio-me-siento-entendida-y-sobre-todo-no-me-siento-juzgada>
- 20 de mayo 2022 – Entrevista telefónica con Cristina de Juan periodista de Antena 3 sobre la temática de suicidio.

● **Página web y Facebook:**

La puesta en funcionamiento de la página web hace unos años y la activación de la página en Facebook en 2013 pretende, además de aportar un mayor y mejor conocimiento sobre el duelo para la población en general y los/as dolientes en particular, hacer más visible a la asociación favoreciendo el acceso a la misma, ya que durante los últimos años ha habido un incremento considerable de las personas que la siguen a través de esta vía.

En este sentido, la página web <https://www.ayudaduelocaminar.com/es/> ofrece información sobre el duelo y las actividades de la asociación, que se actualizan constantemente a través del calendario.

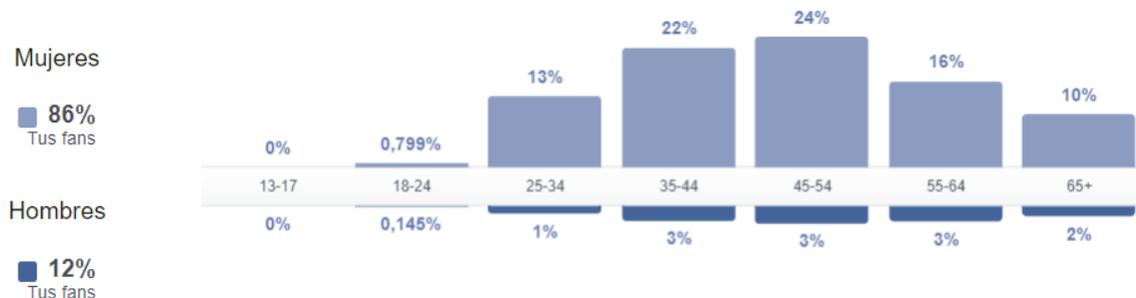
En la misma web existe un enlace a la página de Facebook, <https://www.facebook.com/AyudaDueloCaminar/> que sirve como canal de información y comunicación donde se publican, comparten y crean contenidos: noticias, actividades, recomendaciones de lectura y reflexiones relacionadas con el ámbito del duelo. Los resultados a lo largo de este año han sido:

- ✓ Desde octubre de **2021**, **17** personas han contactado con la asociación a través del servicio de mensajería de Facebook.
- ✓ Las visualizaciones e interacciones de la página van en aumento, así como el número de seguidores, que a cierre de ejercicio suman **1.449 (219** más que el pasado año). El origen de las visitas es en su mayor parte el propio Facebook, y en menor medida la herramienta de búsqueda de Google.
- ✓ El alcance total de las publicaciones propias y de contenido compartido (solo resultado orgánico) desde el 31 de octubre de 2021 ha sido de 9.342 visualizaciones.
- ✓ Las calificaciones, opiniones y recomendaciones son en su totalidad positivas (5/5)



- ✓ El rango de edad mayoritario es de **45 a 54 años (27%)** seguido de cerca por la franja de **35-44 años (25%)**. Ha variado muy poco el porcentaje de seguidores respecto al pasado año: un **87,6%** son mujeres y un **12,4%** hombres.

Número de Me gusta de tu página de Facebook. Esta métrica es una estimación.



- ✓ La procedencia de los seguidores de la página conforma un total de **29** países, contando con un mayor número de ellos en **España, México y Argentina**, seguidos en menor porcentaje por **Colombia, Chile, Costa Rica, Perú, Uruguay, Ecuador y Estados Unidos**.

### 2.3 Relación con el entorno – Trabajo en Red

- ❖ Participación en el acto del 10 de septiembre, Día Internacional de la Prevención del Suicidio, organizado por la Mesa de Trabajo para la prevención del suicidio del Ayuntamiento de Valencia.
- ❖ Presentación el 29 de septiembre de las conclusiones de la investigación sobre suicidio y supervivientes de Eva Legaz (G.V.) en el Colegio Oficial de Médicos de Valencia, en la cual hemos participado activamente a través de entrevistas realizadas en el periodo 2020/2021
- ❖ Colaboración continuada con la Mesa de Trabajo para la Prevención del Suicidio del Ayuntamiento de Valencia encuadrada dentro de la Estrategia Valencia Ciudad Saludable
- ❖ Participación en las jornadas de presentación de la Convención Ciudadana sobre Salud Mental de la G.V. y colaboración con propuestas para el Plan de Acción en Salud Mental, Drogodependencias y Conductas Adictivas.
- ❖ Entrevistas telefónicas y vía zoom con diferentes estudiantes y profesionales, a petición de los mismos, para proporcionar información sobre el duelo y sobre el trabajo de la asociación, por motivos académicos (TFG) o laborales.

### 2.4 Actividades Complementarias

Se trata de actividades que, no atendiendo directamente al duelo, contribuyen a un mejor manejo del mismo, aportando bienestar a los/as dolientes. Son, en definitiva, herramientas que la asociación pone a disposición de las/os usuarios para favorecer el cuidado personal tan importante en este camino complejo que es el duelo. Éstas son:

#### ● **Talleres:**

Este año se ha realizado la 4ª edición del **Taller de Mindfulness y Autocompasión (MSC)**, un programa de entrenamiento que goza de importante apoyo empírico diseñado para cultivar la habilidad de la Compasión o amor incondicional hacia uno/a mismo/a. Está basado en la innovadora investigación de **Kristin Neff** y la experiencia clínica de **Christopher Germer**, con el objetivo de enseñar principios básicos y prácticas que nos permitan comenzar a responder con mayor amabilidad, atención y comprensión a momentos difíciles de nuestras vidas, mejorando de este modo la relación que tenemos con nosotros/as mismos/as.

Se ha ofrecido a personas que han pasado por los grupos de duelo como aprendizaje de una herramienta que nos puede ayudar en la vida y en especial, en los procesos de pérdida y duelo. Las características del taller han sido:

- ✓ Periodicidad semanal, en lunes
- ✓ Duración del Taller: 9 sesiones
- ✓ Duración en horas: 28 horas
- ✓ Participantes: 16
- ✓ Facilitadoras: Lourdes Molinos Ibáñez y Susana Martin Alvarado



Ha sido una experiencia muy válida y satisfactoria en todos los sentidos.

#### ● **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 l@s usuari@s, su mantenimiento se realiza con sumo cuidado. En este momento la biblioteca cuenta con **265** volúmenes, cuya temática principal es el duelo, la vida y la muerte, y tiene un movimiento continuado.

● **Videoteca:**

Por último, la Asociación dispone de una videoteca que cuenta con un fondo actual de **35** 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.

## **2.5 Formación**

Un aspecto que la asociación valora como primordial es la formación continuada de su voluntariado dentro de la asociación para poder acompañar de la mejor manera a las personas en duelo. Durante este año se ha realizado formación on-line sobre duelo, mindfulness, final de vida y acompañar en el sufrimiento, a través de plataformas como Nirakara y Foros de psicología, crecimiento y espiritualidad.

Además, en las reuniones mensuales, se dedica siempre un tiempo a aspectos teóricos y prácticos del acompañamiento en el duelo como parte de esta formación continuada.

A nivel individual, las personas voluntarias se siguen formando, fuera de la asociación, en diferentes áreas y luego todo ello se comparte y revierte en la calidad de la atención global.

## **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 realiza una anual, 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 viernes por la tarde, con una duración media de 3 horas.

Este año se han realizado **15** reuniones, con una participación media de **10** voluntarios.

### ● Reuniones de evaluación y de planificación de las actividades de la Asociación:

Se han llevado a cabo 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 y la planificación de la siguiente temporada 2022/2023.

### ● Otras gestiones:

Son muy numerosas las horas y el trabajo continuado que se dedica a atender las diferentes responsabilidades que conlleva la marcha normal de una asociación, que es difícil cuantificar. Esta labor tan importante como invisible hace posible su buen funcionamiento:

- ✓ Gestión diaria de los aspectos internos de la asociación (organización, etc.)
- ✓ Coordinación continuada entre l@s facilitador@s de los grupos para preparar las sesiones, las citas, etc.
- ✓ Gestión económica / Contabilidad
- ✓ Mantenimiento continuado del local (limpieza, luces, pintura, reparaciones simples, etc.)
- ✓ Compra y provisión de todo el material necesario para el desarrollo de las actividades
- ✓ Relación con el entorno

## 4- ECONOMÍA

Todas las actividades de la asociación son gratuitas, y la forma de hacerla sostenible es mediante una aportación mensual de 10€ por parte de las personas que integran la misma: voluntarias y usuarias del servicio. También hay 2 buzones para las aportaciones anónimas de quien lo desee.

La asociación no cuenta con ningún tipo de ayuda económica externa y mantiene, en este sentido, una independencia total, sin bien es cierto que no podría desarrollar su labor si no fuera por la cesión del local por parte de Mémora (Servicios funerarios).

En este tiempo se han realizado obras de ampliación del local para acoger a más personas, sobre todo en los encuentros abiertos, sin problemas de espacio, lo que ha supuesto un desembolso considerable.

Además de la contabilidad básica mensual, al finalizar cada temporada se hace un balance global, y el resultado habitual es que las entradas y salidas de dinero quedan equilibradas, no se acumula dinero y tampoco se pierde. Cualquier persona vinculada a la asociación puede tener acceso a dicha contabilidad cuyo registro se haya en el local de la misma.

### 5- COLABORACIONES

A lo largo de este periodo, 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 2022/2023

Para esta temporada, nuestros proyectos son:

- Continuar con las actividades que ya tienen una trayectoria y están consolidadas dentro de la asociación.
- Potenciar la formación de voluntarios/as a través de talleres que se realizarán dentro de la asociación de forma trimestral
- Mantener los encuentros abiertos de Navidad y verano
- Realizar una nueva edición del Taller de Mindfulness y Compasión para personas en duelo.
- Renovar el funcionamiento interno de la asociación a través de herramientas telemáticas.
- Desarrollar la colaboración con otras entidades locales en la sensibilización sobre la enfermedad, muerte y el duelo, a través de grupos de trabajo en red.
- Aumentar el contacto con asociaciones de supervivientes de suicidio y colaborar en la prevención del mismo.

**Los objetivos marcados para el año anterior, se han cumplido**

### 7- PARA ACABAR

Agradecer a las personas que vienen a la asociación la confianza que depositan en nosotras/os.

Nuestra razón de existir, lo que nos alienta desde el principio se ve cumplido cuando compartimos la experiencia de perder a alguien importante en nuestra vida, recorrer el duro camino del duelo y salir de ese laberinto con “una mirada nueva” que nos permite seguir viviendo.

Cada año renovamos nuestras ganas y compromiso de acompañar en el sufrimiento y el dolor, de dar un servicio a la comunidad, porque sabemos que en las experiencias importantes de la vida: *Juntas/os es mejor.*



Imagen de [Steve Buisinne](#) en [Pixabay](#)