



**TELÉFONO DE
LA ESPERANZA
de Granada**

**MEMORIA
DE
ACTIVIDADES**



2015



902 500 002

Queridos amigos y amigas:

Un año más ponemos a vuestra disposición la Memoria del año 2015, con las actividades y demás actos que se han llevado a cabo durante dicho periodo.

Y toda nuestra labor, no tiene otro fin que ayudar a las personas que nos puedan necesitar a través del teléfono, así como las que requieren una atención personalizada en sede, sin olvidarnos de las que desean crecer y madurar a nivel personal y psicológico, para lo cual organizamos cursos, talleres y grupos de desarrollo personal.

Pero esta Asociación no podría funcionar de la manera que lo hace si no contáramos con nuestros **socios económicos** que aportan una parte muy importante de nuestros ingresos, y si no hubiera un **grupo de voluntarios y voluntarias** que permiten llevar a cabo dichas actividades.

Seguimos contando con vuestra colaboración.

Como ya sabréis, el Teléfono de la Esperanza cuenta con atención telefónica las 24 horas del día y durante todo el año; es una ONG libre e independiente, por lo tanto es aconfesional y apolítica. Y estas circunstancias nos dificultan contar con ayudas económicas puntuales. No obstante, pretendemos conseguir subvenciones a través de instituciones estatales y privadas, aunque como ya es conocido, en este momento que vivimos son escasas. Pero nuestro empuje y entusiasmo nos ayuda a seguir adelante, y de una forma u otra afrontaremos cualquier dificultad que pudiera entorpecer el servicio que prestamos.

Nuestro agradecimiento a todas las personas que hacen posible que esta Asociación del Teléfono de la Esperanza, conocida y valorada por esta ciudad de Granada, preste una ayuda inestimable a quien nos la demande.

Un abrazo a todas las personas que leáis esta Memoria, pues pensando en vosotros la hemos realizado.

Lola López Justicia

Presidenta del Teléfono de la Esperanza de Granada

ÍNDICE

PÁGINAS

I.	PERSONALIDAD JURÍDICA.....	4
II.	ÓRGANOS DE GOBIERNO Y RECURSOS HUMANOS.....	5
	DATOS IDENTIFICATIVOS DEL T.E. DE GRANADA.....	6
	COMPOSICIÓN DEL CENTRO DEL T.E. DE GRANADA.....	6
III.	INTERVENCIÓN EN CRISIS: ORIENTACIÓN PERMANENTE POR TELÉFONO.....	7,8,9, 10
IV.	ASESORAMIENTO PROFESIONAL EN NUESTRA SEDE.....	11
V.	PROMOCIONANDO LA SALUD EMOCIONAL.	12
	CURSOS, TALLERES Y GRUPOS DE AUTOAYUDA.....	13,14
	FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO.....	15
	ACTIVIDADES PERMANENTES.....	16,17
VI.	EL TELÉFONO EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN.....	18
VII.	ACTOS ORGANIZADOS.....	19,20
	COMIDA AMISTAD.....	21,22,23
	CHARLAS Y CONFERENCIAS.....	24,25
	CENA CARMEN VICTORIA.....	26,27
	DÍA INTERNACIONAL PREVENCIÓN DEL SUICIDIO.....	28,29
	PRESENTACIÓN EN OFECUM.....	30
	JORNADAS FUNERARIAS.....	30
	PRESENTACIÓN DEL TELÉFONO EN EMPRESARIALES.....	31
	RENOVACIÓN CONVENIO ENTRE AYUNTAMIENTO Y EL TELÉFONO.....	32
	CONFERENCIA GENERAL ANUAL.....	32,33
	DÍA DE LA ESPERANZA.....	34
	EXCURSIONES.....	34
	EL TELÉFONO DE LA ESPERANZA EN LOS OGÍJARES.....	35
VIII.	GESTIÓN ECONÓMICA.....	35,36
	SUBVENCIONES.....	37
IX.	LOGROS Y DIFICULTADES.....	38

II. ÓRGANOS DE GOBIERNO Y RECURSOS HUMANOS.



En 2015 se renovaron los cargos de la **Junta Directiva Nacional**, quedando constituida por los siguientes representantes:

- Presidente: D. Juan Sánchez Porrás (Presidente de la sede de Málaga).
- Vicepresidente 1º: D. Jose Mª Jiménez Ruiz (Voluntario de la sede de Madrid).
- Vicepresidente 2º: D. Miguel Ángel Terrero Prada (Voluntario de la sede de Sevilla).
- Secretaria: Dª Mª Victoria Gómez Gómez (Voluntaria de la sede de Murcia).
- Vocal: Dª Mª Dolores López Justicia (Voluntaria de la sede de Granada).
- Vocal: Dª Mª Carmen Igea Rasueros (Vicepresidenta de la sede de Salamanca).
- Vocal: Dª Lourdes Ordoñez (Vicepresidenta de la sede de Jaén)
- Vocal: Inés Paredes (Vicepresidenta de la sede de Murcia).
- Vocal: Juan Antonio Varona (Voluntario de la sede de Almería).
- Vocal: Beatriz Menéndez Crespo (Vicepresidenta de la sede de Asturias).

DATOS IDENTIFICATIVOS DEL T.E. DE GRANADA.



Calle Horno del Espadero 22. 18005 Granada.

Teléfono de Orientación: 958 26 15 16

Teléfono de Administración: 958 52 49 95

FAX: 958 26 15 06.

e-mail: granada@telefonodelaesperanza.org

web: <http://www.telefonodelaesperanza.org/granada>

COMPOSICIÓN DEL CENTRO DEL T.E. DE GRANADA

Consejo de Centro

Presidenta: Lola López Justicia.

Vocales del Consejo de Centro:

- M^a Carmen Vico Zambudio.
- Alicia Fulgencio Ruiz.
- Elena López-Marín Pérez.
- Francisco Fernández Cobo.
- Rosa Melchor Leiva.

VOLUNTARIOS:

Soci@s económic@s.....251

Voluntari@s

- Asociad@s (Soci@s económic@s y voluntari@s activos de más de 2 años de antigüedad).....24

- Colaboradores (Voluntari@s activos de menos de 2 años de antigüedad).....23

- Colaborador en mantenimiento.....1

Total Voluntari@s.....47

Personal contratado

Administrativa.....1

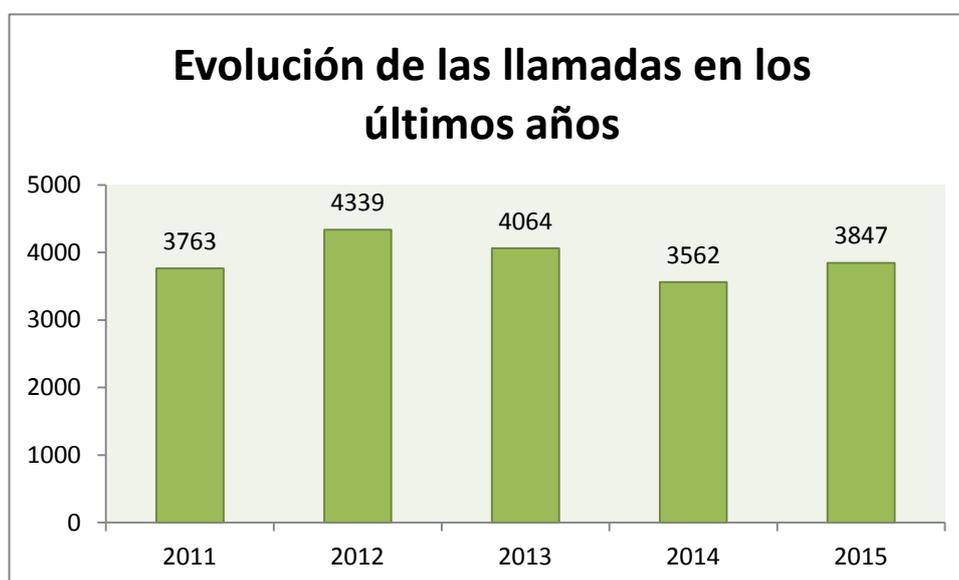
III. INTERVENCIÓN EN CRISIS: ORIENTACIÓN PERMANENTE POR TELÉFONO.



Consiste en un servicio de orientación telefónica 24h. al día todos los días del año, como forma de ponerse en contacto con toda persona que se encuentre en situación de conflicto grave. Abarca la amplia problemática en que puede encontrarse el ser humano: crisis de pareja, problemas relacionales, soledad e incomunicación, elaboración de duelo, ideaciones suicidas, problemática psicológica, jurídica, etc.

Está atendido por personal voluntario, orientadores formados en el Programa Agentes de Ayuda.

A lo largo de 2015 se registraron un total de **3.847 llamadas** al servicio de Orientación telefónica. De estas llamadas, la mayor parte de las consultas fueron por problemas de tipo psicológicos, seguidos por problemas relacionales o familiares.



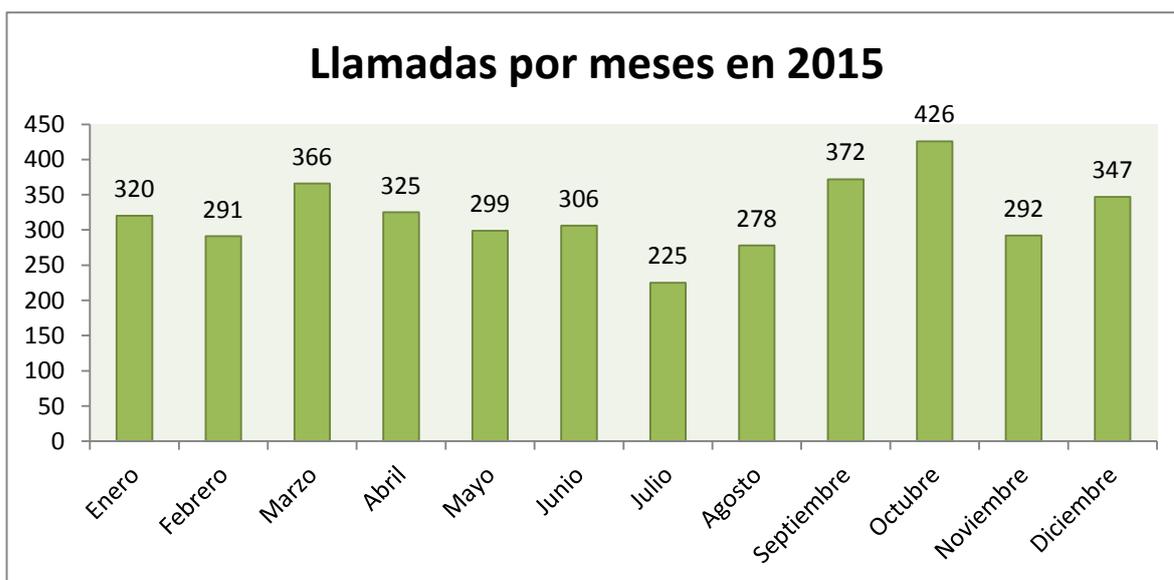
Este notable número de llamadas se atribuye a varios factores:

- La prestación de un servicio continuo las 24 horas, gracias al convenio "inter centros", establecido entre las sedes de Almería, Málaga, Granada y Jaén.

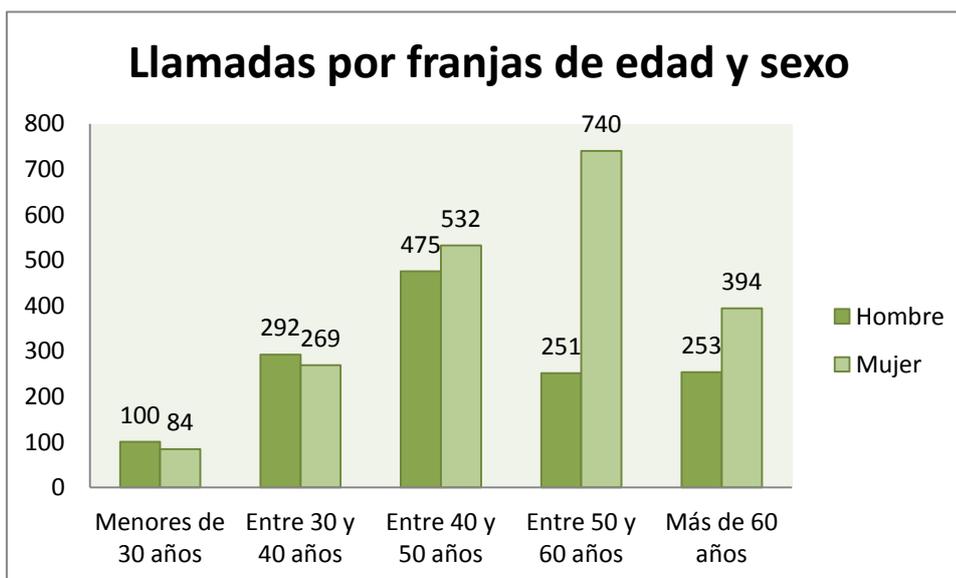
- La formación y capacitación constantes de nuestros voluntarios. El compromiso cada vez mayor de nuestros colaboradores.
- Mayor difusión de las actividades del Teléfono de la Esperanza en las redes sociales (Facebook, Blog, Twitter, Página Web)

Ofrecemos a continuación algunos datos descriptivos de estas llamadas.

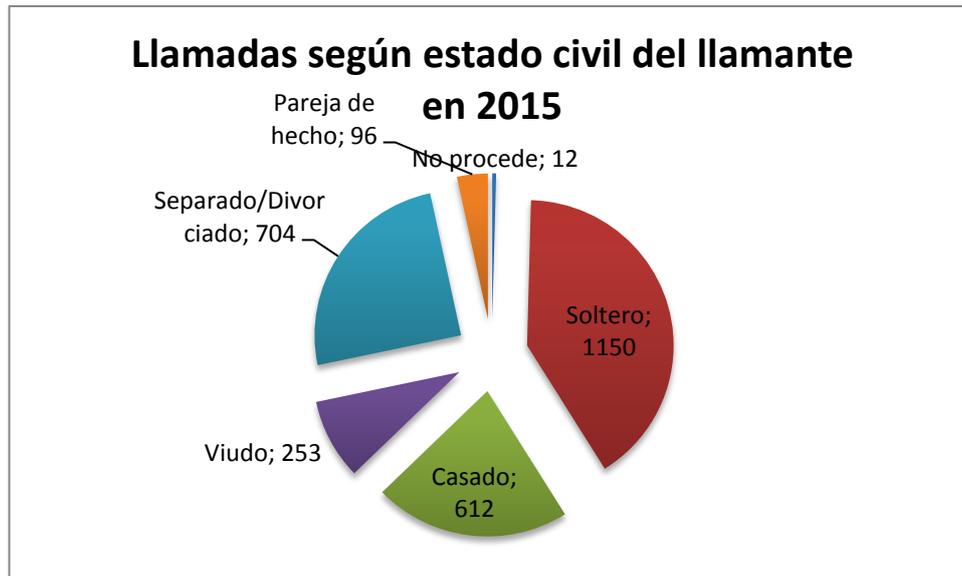
En relación a los meses del año, la distribución de las llamadas fue así:



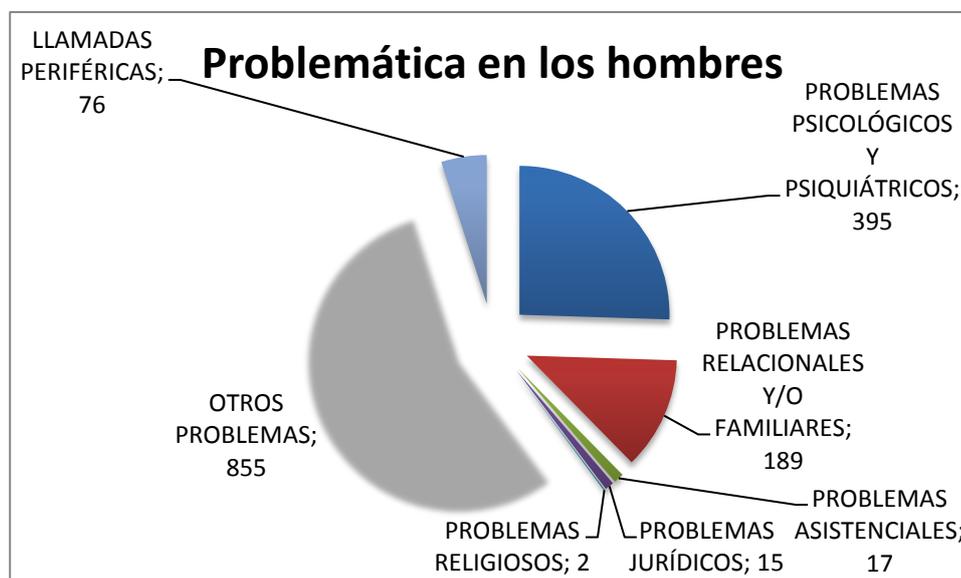
En cuanto a las llamadas agrupadas por edades y sexo:

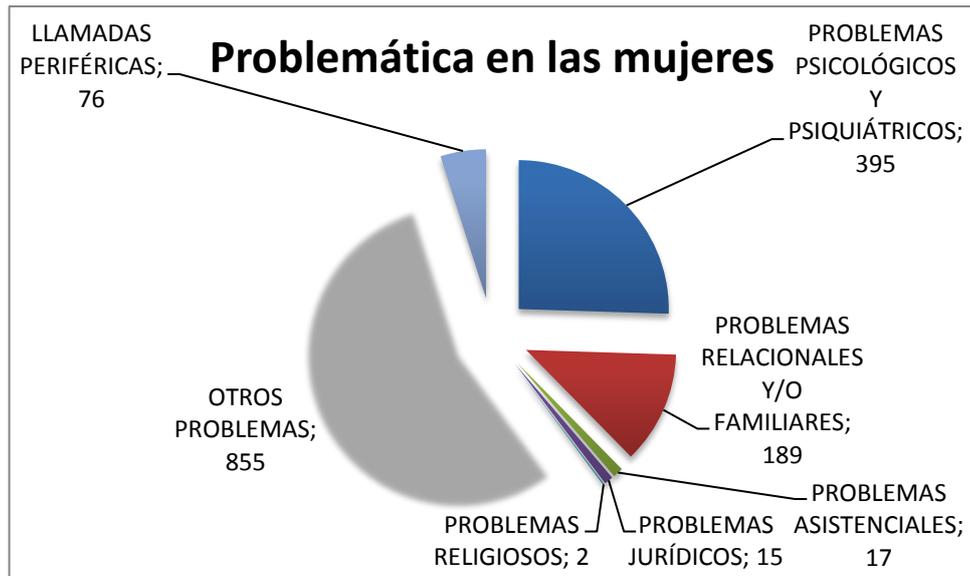


Y según el estado civil del llamante:



Según la problemática, el mayor volumen de llamadas se refieren a problemas psicológicos y psiquiátricos, seguidos de los relacionales y familiares.





Según la petición del llamante:



IV. ASESORAMIENTO PROFESIONAL EN NUESTRA SEDE.



Consiste en una atención programada en la sede del Teléfono de la Esperanza, llevada a cabo por un equipo profesional y multidisciplinar de voluntarios (psicólogos orientadores familiares y abogados); aplicando las técnicas terapéuticas y de

counseling (gestión del conflicto o gestión de las relaciones personales y motivación) más eficaces para cada situación.

Los tres departamentos más solicitados son:

Departamento de psicología: Su objetivo es prestar tratamiento psicológico a todas aquellas personas que puedan estar sufriendo, física o psicológicamente, por cualquier motivo. Pretende ayudar a la persona en sus cambios de comportamientos, en la adaptación al entorno, a la mejora de la salud psíquica y física y, en definitiva a contribuir a su bienestar bio-psico-social. Número de profesionales en este departamento: siete.

Departamento jurídico: A través de entrevistas con profesionales del Derecho, se facilita información y asesoramiento sobre las distintas alternativas que ofrece el ordenamiento jurídico y que la persona puede aplicar a su situación personal. Se excluye la asistencia y representación ante juzgados y tribunales, aunque se ofrece información sobre las posibilidades de asistencia jurídica gratuita de acuerdo con la legislación en vigor (turno de oficio). Número de profesionales en este departamento: uno.

Departamento de Orientación y Mediación Familiar: Desde este Departamento se atiende a familias o alguno de sus miembros que tengan problemas de relación, problemas generacionales entre padres-hijos, conflictos emocionales, etc. Se les da el apoyo y las indicaciones necesarias con el fin de que entiendan las causas de sus conflictos y se responsabilicen de los cambios de conducta que han de realizar para que las relaciones sean satisfactorias. La Mediación Familiar ayuda a las personas que han decidido separarse, para que lleguen a conseguir un convenio regulador en el que ambas partes se sientan satisfechas y evitar los conflictos por los hijos y los temas económicos. Número de profesionales en este departamento: uno.

A lo largo de 2015, se concedieron entrevistas a 176 personas, la gran mayoría realizadas por el departamento de Psicología.

V. PROMOCIONANDO LA SALUD EMOCIONAL.

CURSOS, TALLERES Y GRUPOS DE AUTOAYUDA

		Ediciones	Participantes
Cursos	Conocimiento de sí mismo	2	29
	Crecimiento Personal	2	22
	Asertividad y Relaciones Humanas	2	15
	Control de Estrés y Ansiedad	1	16
Talleres	Elaboración de Duelo	2	19
	Entre Amigos (2 veces - mes)	1	15
	Separación Afectiva	1	10
Grupo de Apoyo	Duelo por Muerte Perinatal	1	2
G.A.M.	Ayuda Mutua en Duelo (2 veces - mes)	1	10
Seminarios	Relación de Ayuda	1	11
TOTAL.....		14	149

El T.E. de Granada tiene el compromiso permanente de mejorar la salud emocional de las personas que solicitan nuestra ayuda y de las que acuden a nuestros cursos o talleres. Para ello, ponemos un importante esfuerzo en las labores de promoción de la salud emocional, y la prevención de los trastornos emocionales. Buena parte de esta tarea, la llevamos a cabo a través de nuestros diferentes cursos, que son el resultado de muchos años de trabajo en torno a la idea de que cualquier persona puede hacerse cargo de su propio desarrollo y fomentar el de los demás, si ha recibido la orientación adecuada.

Mediante métodos y técnicas de trabajo en grupo se pretende tanto la información como la formación de los participantes en los mismos, ayudando a conseguir una mejor calidad de vida.

TALLERES PARA CRISIS ESPECÍFICAS.

Incluye diversos programas para atender en grupo a personas que están atravesando crisis personales: "Elaboración de duelo", "Duelo Perinatal", "Entre amigos", etc.

Exponemos los cursos, talleres y grupos de ayuda mutua realizados en nuestra sede, durante este año.

En **2015** participaron en nuestras actividades grupales un total de **149 personas**, tal como se recoge en el siguiente recuadro:



SEMINARIO: "RELACIÓN DE AYUDA".

Es un programa diseñado para aprender a ayudarse a un@ mism@ y a los demás.

Es la última fase del programa de formación: "Agentes de Ayuda".

Objetivos: Permite a la persona descubrir su mundo interior y le ayuda a trabajar en sus procesos de desarrollo humano.

Ofrece recursos de gran utilidad para cualquier persona que desee ayudar a personas en situación de crisis en diferentes contextos y situaciones.

Abre las puertas a colaborar como voluntarios dentro del Teléfono de la Esperanza en sus distintos programas.

Coordinado por: Antonio Moreno Galindo.

Fecha: 22 de Septiembre.

Participantes: 11 personas.

TALLER: "SEPARACIÓN AFECTIVA"

Al encontrar dificultades para superar la ruptura de pareja, o necesitar Apoyo Psicológico tras una separación matrimonial o un divorcio, este Taller ofrece: Apoyo Psicológico especializado y un espacio donde compartir sentimientos y vivencias con otras personas que están en tu misma situación, en un ambiente de aceptación, escucha y respeto. Ayuda para elaborar progresivamente el dolor.

Coordinado por: Rosa Melchor y José Manuel Hernández.

Fechas: 22 de Septiembre.

Seguimientos: 12 sesiones.

Participantes: 10 personas.

CURSO: "ASERTIVIDAD Y RELACIONES HUMANAS".

En este curso se ofrece las nuevas técnicas de afirmación de uno mismo. Saber pedir y decir no cuando sea necesario. Expresar correctamente los sentimientos. Saber hacer y aceptar positivamente las críticas. Reflexionar sobre las dificultades en la relación con los demás. Modelos positivos de comunicación y de conocimiento.

Objetivo: Respetarse a sí mismo y mejorar las relaciones humanas.
Coordinado por: Rosa Arias Ruiz, psicóloga.

Fechas: Se han realizado dos cursos. El primero: 13, 14 y 15 de Marzo. Y el segundo: 23, 24 y 25 de Octubre.

Seguimientos: 6 semanas.

Participantes: En el primero 8 personas y en el segundo 7 personas.

CURSO "CONTROL DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD".

Vivir con la tensión de llegar siempre a la meta, las prisas, problemas que se alargan en el tiempo, demostrar constantemente la propia valía... son algunos estresantes de nuestra vida en la sociedad actual. Con este curso

se pretende aumentar la capacidad para afrontar las tensiones, así como técnicas variadas de relajación, tanto mental como física.

Coordinadora: M^a José Divols.

Fecha: 10, 11 y 12 de Abril.

Participantes: 16 personas.

Seguimientos: 8 semanas.

Ponentes: M^a José Divols, Juana Gallego y Cristina Morales.

Seguimientos: Juana Gallego y M^a José Divols.

GRUPO APOYO "DUELO PERINATAL".

En este taller se pretende informar a los participantes sobre el proceso de duelo especial que provoca la muerte perinatal, facilitar la expresión de emociones, pensamientos y necesidades, y lograr que los participantes adopten una actitud positiva y asuman un rol activo en el manejo de su situación, desde el convencimiento de su capacidad para gestionar las emociones y sentimientos que les genera.

Fecha: 15 de Abril.

Coordinadoras: África Haro y María Rodríguez.

Participantes: 2 personas.

Seguimientos: 4 semanas

TALLER DE "DUELO".

Una de las experiencias más dolorosas que aparece en nuestras vidas, es la pérdida de las personas a las que queremos. Estas pérdidas tiene como consecuencia la aparición de cuadros depresivos, pérdida del sentido existencial, vacío, etc. Muchas investigaciones y nuestra propia experiencia demuestran la eficacia de los



grupos de autoayuda para afrontar y elaborar adecuadamente la situación tras la pérdida de la persona querida. Así, el Teléfono de la Esperanza desarrolla este Taller para aquellas personas que encuentran dificultad en la elaboración de duelo por la pérdida de un ser querido.

Coordinadoras: Rosa Melchor, Cristina Morales y Trini Pérez.

Fecha: Se han realizado dos cursos: el primero el 3 de Marzo y el segundo el 5 de Noviembre.

Seguimientos: 14 Sesiones.

Participantes: En el primero participaron 8 personas y en el segundo 11 personas.

FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO

Programa de formación de Agentes de Ayuda.

Este programa está compuesto por dos cursos y un seminario. Son obligatorios para las personas que quieren ser voluntarias en esta Asociación y abierto a las personas que tengan interés en hacerlos para su crecimiento personal, sin compromiso de ser voluntari@s.

Consta de dos etapas con objetivos diferentes y complementarios entre sí:

a) Cursos **“Conocimiento de sí mismo”** y **“Crecimiento personal”**. Estos cursos tienen el objetivo de descubrir las potencialidades personales no desarrolladas y los condicionamientos que lo impiden. Ambos comienzan con un curso intensivo de fin de semana de 35 horas y continúa con su profundización en grupos de trabajo semanales (10 sesiones semanales cada curso).

b) El programa se completa con la realización del **Seminario de Relación de Ayuda**. Este seminario tiene como objetivo preparar *técnicamente* al futuro voluntario para que sepa establecer y llevar a cabo una relación de ayuda eficaz. Su duración es de 10 sesiones, una vez por semana, continuando con un periodo de prácticas.

Durante el año 2015 se han celebrado los siguientes:

	EDICIONES	PARTICIPANTES
Curso “Conocimiento de sí mismo”	2	29
Curso “Crecimiento Personal”	2	22
Seminario de Relación de Ayuda	1	11
Total	5	62

“Conocimiento de sí mismo”.

Fechas: 12, 13, 14 y 15 Marzo.

Asistentes: 16.



"Conocimiento de sí mismo".

Fechas: 5, 6, 7 y 8 de Noviembre.
Asistentes: 13.

"Crecimiento Personal"

Fechas: 5, 6, 7 y 8 de Marzo.
Asistentes: 14.



"Crecimiento Personal"

Fechas: 1, 2, 3, y 4 de Octubre.
Asistentes: 8.



"Seminario de relación de ayuda"

Fechas: 22 de Septiembre.
Participantes: 11.

ACTIVIDADES PERMANENTES

“Formación Permanente”.

Es una actividad enfocada a la formación de los Voluntarios para ampliar sus conocimientos y preparación, con el fin de mejorar la atención de la llamada. Se han dado charlas que a continuación se detallan por temas y ponentes:

Enero: Llamantes Crónicos, impartida por Alicia Fulgencio.

Febrero: Llamantes Crónicos, impartida por Alicia Fulgencio y Francisco Fernández.

Marzo: “Cómo promover la Resiliencia en la familia”, impartida por Juana Gallego.

Abril: “La inteligencia Emocional como Fortaleza para ser más Resilientes” coordinada por Marta Garaizábal.

Mayo: “Como promover nuestra propia Resiliencia” coordinada por M^a Carmen Vico.

Junio: “Cómo reactivar la Resiliencia en los demás: Ser tutor de Resiliencia”, impartida por Cristina Morales.

Septiembre: Información general del T.E. y del periodo de vacaciones, compromiso de los voluntarios y temas a tratar durante el año, así como las aportaciones y sugerencias que se aporten al grupo.

Octubre: “Resiliencia y Sentido del Humor” coordinado por Mónica Amaya y Julia Cobo.

Noviembre: “La compasión” impartida por Jorge William Hernández.

Diciembre: Tema 2º “Resiliencia”, coordinado por Toñi Quintana.

“Taller Entre Amigos”.

Uno de los grandes problemas que se detectan hoy en nuestra ciudad es el gran número de personas que se sienten solas e incomunicadas. Esta situación, a su vez, origina otras muchas fuentes de conflicto y sufrimiento: depresión, alcoholismo, drogas, suicidio, etc.

El programa “Entre amigos” se realiza con el fin de brindar un espacio y ofrecer la oportunidad de convivir y relacionarse con otras personas, en grupos de comunicación y encuentro, en un clima de respeto a la persona, aceptación incondicional y diálogo amistoso, es un espacio abierto a todas las personas que quieran asistir sin distinción de edad, raza, condición social o cultural, porque lo que prevalece es la acogida y atención al ser humano.

Funciona durante todo el año, con sesiones los primeros y terceros sábados de cada mes de 18 a 21 horas (excepto julio y agosto, y fiestas de Navidad, Semana Santa y feria) y las personas pueden incorporarse en cualquier momento acudiendo a cualquiera de las sesiones sin inscripción previa.

A lo largo de 2015 el número de asistentes, ha terminando el año con una media de 15 asistentes por sesión.

Coordinado por Rita Martínez Ogalla, Simeón Morató Sanfélix y David Prada Crespo.

"Grupo de Ayuda Mutua de Duelo".

"El duelo se ha completado cuando somos capaces de recordar lo perdido sintiendo poco o ningún dolor. Cuando hemos dejado de vivir en el pasado y podemos invertir de nuevo toda nuestra energía en nuestra vida presente y en los vivos a nuestro alrededor". Jorge Bucay

Cuando alguien ha perdido un ser querido pasamos un tiempo durante el cual es normal estar triste y sentir pena por la ausencia; pero si se prolonga se convierte en un problema del que nos cuesta salir sol@s.

Para esto se ha creado un grupo de Ayuda Mutua en DUELO.

Se realiza los 1º y 3º viernes del mes, de junio a septiembre.

Coordinado: M^a Carmen Moreno, Gloria González y Marian Sánchez

Participantes: 10-12 personas

Departamento de Profesionales.

En el año 2015, los profesionales se han reunido para tratar temas relacionados con la atención presencial a usuarios y gestión de ayuda, intervención en Formación Permanente para los voluntari@s de la orientación, y supervisión de casos atendidos en la sede.

VI. EL TELÉFONO EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN.

REVISTA AVIVIR

Publicación trimestral que trata diversos aspectos del bienestar y la salud mental. Analiza en números monográficos los temas de actualidad desde una perspectiva positiva y dinámica.

Se hace una tirada anual de 48.000 ejemplares, además de facilitar su descarga gratuita desde nuestra web. En Granada tenemos **256** suscriptores.

Ediciones publicadas en 2015:

- Nº 256- Enero- Febrero- Marzo: La comunicación instantánea. Relaciones light de la "generación multimedia".

- Nº 257- Abril- Mayo- Junio: La invasión del odio. El miedo, el egoísmo, las diferencias sociales y religiosas, principal causa de la epidemia de violencia.

- Nº 258- Julio- Agosto- Septiembre: ¡Eres mía! La plaga de la violencia de género alcanza a los jóvenes.

- Nº 259- Octubre- Noviembre- Diciembre: Cómo escuchar a la gente. Sus deseos, sueños, inquietudes y frustraciones.



PRESENCIA EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

En nuestra **web oficial** www.telefonodelaesperanza.org, difundimos nuestras actuaciones También a través de un **boletín electrónico**, la **revista AVIVIR** y de nuestras **redes sociales** en Facebook, Twitter y nuestro blog:

RADIO y PRENSA: Hemos sido entrevistados en diversas cadenas radiofónicas con motivo del Día de la Escucha, el acuerdo con el Ayuntamiento y Emucesa sobre los talleres de Duelo, exponiendo nuestros cursos y talleres.

TELEVISIÓN: Hemos sido entrevistados en diversas cadenas con motivo del Día Internacional para la Prevención del Suicidio.

VII. ACTOS ORGANIZADOS.

JORNADA SOBRE VIOLENCIA DE GÉNERO

El miércoles 11 de Marzo de 2015, se llevaron a cabo las **Jornada sobre Violencia de Género** que organizó la Delegación del Rector para la

Calidad Ambiental y el Bienestar, junto al Teléfono de la Esperanza de Granada, con la colaboración del Seminario de Voluntariado y Servicios a la Comunidad (VOSECO) y la Unidad de Igualdad entre Mujeres y Hombres de la Universidad de Granada.

Esta jornada tuvo como objetivo abordar, desde una perspectiva multidisciplinar, la violencia de género, dando a conocer la ayuda y recursos de los que se disponen, así como facilitar el acceso a ellos.

Los ponentes y temas que se trataron fueron:

- “La violencia de género vista desde el Teléfono de la Esperanza” a cargo de **D. Juan Sánchez Porras**. Psicólogo y Presidente del Teléfono de la Esperanza.
- “Las víctimas invisibles de la VG” a cargo de **D^a Concepción López Soler**. Profesora de la Universidad de Murcia y Jefa de la Unidad de Psicología Clínica Infancia y Adolescencia.
- “Las trampas de la cultura y la violencia de género” a cargo de **D. Miguel Lorente Acosta**. Profesor de Medicina Legal, Toxicología y Antropología Física.
- “Percepción social de la Violencia de Género” a cargo de **D. Jesús López Megías**. Profesor de Psicología de la UGR y del curso “Violencia de Género” del máster oficial “Psicología de la intervención social”.
- “Detectando la violencia: Odio San Valentín” a cargo de **D^a Maribel Casado Triviño** y **D^a Mónica Peralta Aguilar**. Centro Juvenil de Orientación para la Salud (C.E.J.O.S). Liga Granadina de la Educación y Cultura Popular (L.E.E.C.P.)
- DOCUFORUM: Proyección del documental de RTVE “No estás sola, Sara” Debate tras la proyección.



COMIDA DE LA AMISTAD

El pasado domingo, 12 de abril, celebramos nuestra habitual Comida de la Amistad. Esta vez en el Hotel Corona de Granada, que nos ofreció un excelente almuerzo.

Este año hemos conmemorado nuestro 25º aniversario en Granada.

Contamos con la presencia del Concejal de Familia y Bienestar Social, D. Fernando Egea quién puso de manifiesto la labor del Teléfono de la Esperanza y las diversas colaboraciones que recientemente han realizado el Ayuntamiento de Granada y nuestra ONGD (convenio con Emucesa para atender personas con problemas de duelo, nuestra participación en el pasado Festival de Música y Danza 2014, la celebración del Día de la Escucha, etc.) Por último recordó el reciente reconocimiento "Mayores del Año" al Teléfono de la Esperanza de Granada por su vinculación al mudo del mayor.

A continuación, Lola López Justicia, presidenta de nuestra ONGD, realizó un repaso de los logros y retos de nuestros 25 años.

1. La atención telefónica de las personas en crisis continúa siendo uno de los ejes centrales de nuestra actividad. Escuchar desde el corazón identifica el espíritu de los voluntarios y voluntarias del Teléfono de la Esperanza. En estos 25 años habremos atendido unas 100.000 llamadas lo que supone unas 25.000 horas de escucha activa.
2. También hemos ofrecido ayuda presencial en nuestra sede por nuestro equipo de profesionales (psicólogos, abogados, orientadores familiares, trabajadores sociales). En nuestros 25 años en Granada habremos atendido personalmente en sede a unas 5.000 personas en unas 12.000 entrevistas.
3. Por último es muy importante la prevención de las crisis y conflictos interpersonales, lo que llamamos la mejora de la salud emocional a través de nuestros cursos y talleres. En nuestros 25 años de vida, habremos realizado en Granada unos 300 cursos, talleres o grupos en los que han participado unas 5.000 personas. Mención especial merecen los cursos de formación de nuestros orientadores al teléfono, nuestro programa "Agentes de ayuda" para formar expertos en la escucha activa. En los últimos años habremos formado a unos 400 voluntarios como expertos en escucha activa y muchos de ellos han prestado su servicio como orientadores al teléfono. Aquí Lola realizó un llamamiento a la participación de nuevos voluntarios en esta hermosa tarea tan humana. La labor que realiza el Teléfono de la Esperanza es posible gracias a la dedicación de muchos voluntarios y a las aportaciones económicas de muchas personas como los asistentes a la Comida de la Amistad.

También gracias al apoyo de instituciones públicas y privadas que reconocen y apoyan la labor social que realiza. Entre ellas hemos contado con la colaboración de las siguientes instituciones:

- El Ayuntamiento de Granada, en especial de la Concejalía de Familia y Bienestar Social,

- La Diputación Provincial de Granada,
- La Junta de Andalucía a través de varios organismos (Consejería de Salud, Consejería de Educación, el Centro de Profesores).
- La Fundación La Caixa, La Fundación Caja Rural, CajaGranada, Emucesa, Portinox y últimamente hemos contado con la colaboración de la Universidad de Granada.

Entre los reconocimientos obtenidos durante estos 25 años mencionamos los siguientes:

- Medalla de Plata al Mérito por la ciudad de Granada en el año 2012.
- Hemos obtenido este pasado año la acreditación de la Consejería de Salud como Centro Sanitario.
- Y hace unos días el Premio Mayores del Año 2015 por nuestra vinculación con el mundo de los mayores.

Gracias a todos. Estamos convencidos de recoger el sentir de todos los voluntarios y voluntarias del Teléfono de la Esperanza al comprometernos a seguir creciendo, personal y asociativamente, para servir cada vez mejor a todos aquellos que sufren.



A los postres sorteamos numerosos regalos donados por muchas empresas granadinas: Alcampo, El Corte Inglés, Librería Babel, La Caixa, Loalba Joyeros, Aceites Magnasur, Peluquería Bucles, Farmacia Gálvez, Farmacia Valdivia, Farmacia Laura, Administración de Loterías de Los Ogijares, Embutidos Medina, Eugenia de Montijo, Los jugadores del Granada C.F., Vinos Marqués de Casapardiñas.



LOALBA
JOYEROS



Alcampo



BABEL
libros.com



CHARLA DE LA ASOCIACIÓN "DERECHO A MORIR DIGNAMENTE"



El día 10 de Febrero, Luciana Ramírez y Blanca Marcos, representantes de la asociación "DERECHO A MORIR DIGNAMENTE", nos hablaron de su asociación y los principios que la sustentan; pudimos preguntar e informarnos de las opciones que tenemos en Andalucía al respecto.

CONFERENCIA EN EL COLEGIO DE TRABAJADORES SOCIALES DE GRANADA

El día 15 de Abril de 2015, nuestra presidenta Lola López Justicia, fue invitada para dar una conferencia en el Colegio de Trabajadores Sociales de Granada.

El título de la misma fue "La soledad, lugar de encuentro" y tuvo buena aceptación entre los asistentes, pues se trata el tema desde una perspectiva positiva, y no teniendo la visión de que la soledad siempre es triste y con un sentimiento de abandono.

En la mayoría de los casos, si la persona que dice sentirse sola, aprende a manejar a nivel cognitivo esa situación, se puede ahorrar mucho sufrimiento y también a las personas que le rodean.

El acto terminó con un video sobre el T. de la Esperanza e informando sobre quiénes somos y que hacemos en nuestra Asociación.

En la foto de grupo: la presidenta del Colegio, Francisca Martín Rubio, Emilia, vocal del Colegio, la presidenta del T.E. Lola López Justicia y M. Carmen Vico, vocal del T. E.



CHARLA DE D. RAMÓN HIDALGO

El día 15 de Mayo, Ramón Hidalgo, psicoterapeuta experto en regresiones, nos habló de la experiencia de conectar con vidas pasadas desde la relajación profunda.



CHARLA D. CARLOS DOMÍNGUEZ

El jueves, 28 de Mayo, tuvimos la suerte de escuchar tener a D. Carlos Domínguez Morano S.J., Psicólogo Clínico y Teólogo, autor de reconocida trayectoria en el estudio e investigación de la relación entre el Psicoanálisis y la Fe, dándonos una charla titulada **"Manejo y maduración de los sentimientos de culpabilidad"**.

Comenzó describiendo las etapas en el desarrollo de los sentimientos de culpabilidad desde nuestros primeros meses de vida. Existe en nuestros días una dificultad especial para enfrentar y "negociar" los sentimientos de culpabilidad. Aprender a soportar el displacer ocasionado por una sana autocrítica es un reto que todos tenemos por delante en el logro de nuestra maduración como seres humanos.

Terminó hablándonos de la culpabilidad sana y la culpabilidad enferma. Porque no basta con reconocer la culpa. Se hace obligado diferenciar entre una sana culpabilidad que mueve a la transformación y al cambio (culpabilidad “depresiva”), y otra, cuyo único objetivo parece ser el del auto-castigo y la autodestrucción (culpabilidad “persecutoria”). La sala se llenó completamente. Al final del acto, Lola López impuso el distintivo del Teléfono a Carlos Domínguez.



CENA CARMEN DE LA VICTORIA

El 26 de Junio, la “familia” del Teléfono de la Esperanza tuvimos la feliz idea de celebrar una **cena de despedida de curso**, en un marco incomparable, como es el **Carmen de la Victoria**.

La asistencia fue muy numerosa y pasamos una tarde-noche muy agradable por la compañía, por el entorno y por la música que nos regaló Juan de Dios Miranda Capilla, que es el marido de nuestra compañera, Elena López- Marín.

La velada comenzó con dicho recital de canción francesa, y cuyo programa se indica.

Fue un momento mágico, escuchando esas canciones tan bonitas que nos transportaban a otros años de nuestra vida y con las vistas tan maravillosas de la Alhambra en todo su esplendor con la iluminación

nocturna. Después tuvimos un rato de tertulia en la terraza y jardines del Carmen, al mismo tiempo que tomábamos una copa, hasta la hora de pasar al comedor.

La cena igualmente resultó un éxito, tanto por la comida como por el rato de convivencia que compartimos.

<p>RECITAL</p> <p>de</p> <p>CANCIÓN FRANCESA</p> <p>J.D Miranda Capilla</p> <p>Carmen de la Victoria</p>  <p>Granada, 26 Junio 2015</p>	<p>PROGRAMA</p> <table border="0"> <tr><td>1. Faia, faia</td><td>G. BÉART</td></tr> <tr><td>2. Fleur d'épine</td><td>G. BÉART</td></tr> <tr><td>3. Le petit cheval</td><td>G. BRASSENS</td></tr> <tr><td>4. La cane de Jeanne</td><td>G. BRASSENS</td></tr> <tr><td>5. Il est trop tard</td><td>G. MOUSTAKI</td></tr> <tr><td>6. Danse</td><td>G. MOUSTAKI</td></tr> <tr><td>7. L'homme au coeur blessé</td><td>G. MOUSTAKI</td></tr> <tr><td>8. Pourquoi mon Dieu</td><td>G. MOUSTAKI</td></tr> <tr><td>9. Ma Liberté</td><td>G. MOUSTAKI</td></tr> <tr><td>10. Heureusement qu'il y a de l'herbe</td><td>G. MOUSTAKI</td></tr> <tr><td>11. La mer</td><td>CH. TRENET</td></tr> <tr><td>12. Et maintenant</td><td>BÉCAUD/DELANOÉ</td></tr> <tr><td>13. La bohème</td><td>CH. AZNAVOUR</td></tr> <tr><td>14. Le temps est loin</td><td>G. ALLRIGHT</td></tr> </table>	1. Faia, faia	G. BÉART	2. Fleur d'épine	G. BÉART	3. Le petit cheval	G. BRASSENS	4. La cane de Jeanne	G. BRASSENS	5. Il est trop tard	G. MOUSTAKI	6. Danse	G. MOUSTAKI	7. L'homme au coeur blessé	G. MOUSTAKI	8. Pourquoi mon Dieu	G. MOUSTAKI	9. Ma Liberté	G. MOUSTAKI	10. Heureusement qu'il y a de l'herbe	G. MOUSTAKI	11. La mer	CH. TRENET	12. Et maintenant	BÉCAUD/DELANOÉ	13. La bohème	CH. AZNAVOUR	14. Le temps est loin	G. ALLRIGHT
1. Faia, faia	G. BÉART																												
2. Fleur d'épine	G. BÉART																												
3. Le petit cheval	G. BRASSENS																												
4. La cane de Jeanne	G. BRASSENS																												
5. Il est trop tard	G. MOUSTAKI																												
6. Danse	G. MOUSTAKI																												
7. L'homme au coeur blessé	G. MOUSTAKI																												
8. Pourquoi mon Dieu	G. MOUSTAKI																												
9. Ma Liberté	G. MOUSTAKI																												
10. Heureusement qu'il y a de l'herbe	G. MOUSTAKI																												
11. La mer	CH. TRENET																												
12. Et maintenant	BÉCAUD/DELANOÉ																												
13. La bohème	CH. AZNAVOUR																												
14. Le temps est loin	G. ALLRIGHT																												



DÍA INTERNACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO: 10 DE SEPTIEMBRE

El 10 de septiembre se celebró el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, se fomentan en todo el mundo compromisos y medidas prácticas para prevenir que una persona llegue a ese estado de desesperanza. Es por todo ello que el Teléfono de la Esperanza de Granada, realizó un acto para la concienciación y prevención del suicidio, cuyos objetivos eran:

- Concienciar sobre la importancia de la búsqueda de sentido en la vida
- Enseñar que el suicidio se puede prevenir
- Facilitar el que las personas piensen las razones que tienen para vivir
- Ofrecer nuestra ayuda a cuantas personas no encuentren razones para vivir
- Concienciar la importancia de sentir bienestar emocional a través del encuentro personal de calidad.
- Poner una nota de alegría, de color, para aquellas personas que no se sienten bien emocionalmente y ofrecernos como recurso.

Para ello se instaló una carpa informativa con folletos informativos sobre la prevención del suicidio y de los recursos que el Teléfono de la Esperanza de Granada lleva poniendo a la disposición de todos los granadinos desde hace 25 años.

Además de informar y concienciar sobre el suicidio, nuestros voluntarios invitaban a los transeúntes a colocar una vela junto a un gran lazo verde. Cada una de ellas representaba una vida que merece ser salvada, ser oída. Tan solo en Granada se han suicidado durante el pasado año 150 personas.

Por la mañana se invitó a los medios de comunicación y al Sr. Concejal de Familia y Bienestar Social, D. Fernando Egea. Por la tarde se procedió al encendido de las velas y a la lectura del Manifiesto leído por nuestra presidenta, Lola López, para terminar con una nota de color y vida con una alegre charanga.



PRESENTACIÓN EN OFECUM

El 22 de Octubre, nuestro compañero Francisco Fernández Cobo realizó una presentación formal en OFECUM, a la que asistieron 12 personas. Esta presentación permitió un diálogo abierto muy interesante, en el que participaron algunas personas que ya conocían el Teléfono de la Esperanza, ya que incluso habían colaborado en el pasado con ésta.



JORNADAS FUNERARIAS

Se celebraron del 26 de Octubre al 30, con las siguientes actividades:
Del 26 al 30 de Octubre: LIBROS PARA EL DUELO
Exposición en la Biblioteca del Salón. Libros y películas donados por EMUCESA sobre el duelo por la pérdida de seres queridos.

26 Octubre a las 18,30h. Charla: "CUAL ES EL TELÉFONO PARA

Horno Espadero 22. Tel. 958 26 15 16
LLAMAR AL CIELO”, por M^a ÁGELES
PUCHE AGUILERA, abogada y
escritora.

29 de Octubre a las 18,30h. “TODA UNA VIDA SIN ÉL”
Docuforum:
coordinado por el Grupo de Ayuda
Mutua en duelo del Teléfono de la
Esperanza y por ROSA MELCHOR
LEIVA, psicóloga especialista en
duelo por ROSA MELCHOR LEIVA,
psicóloga especialista en duelo.

30 de Octubre. 11:00 horas: VISITA GUIADA AL CEMENTERIO. Guía: Don
JOSE ANTONIO MUÑOZ, Director Gerente de Emucesa.



PRESENTACIÓN DEL T.E. ANTE LA ORGANIZACIÓN DEL MASTER DE EMPRESARIALES

El día 3 de Noviembre, se realizó una presentación del Teléfono de la Esperanza ante la organización del Máster en Empresariales, donde estuvieron invitados: Teléfono de la Esperanza, Organización Guadalinfo de Albolote, alcaldes de Padul y Güevejar.

En la presentación del Teléfono intervinieron el profesor D. Daniel Arias, quien calificó nuestra labor de “excelente” y Francisco Fernández Cobo. Juntos aclararon algunos puntos mientras compartían unos aperitivos y bebidas, momento que recoge la foto.



RENOVACIÓN DEL CONVENIO ENTRE EL AYUNTAMIENTO DE GRANADA Y EL TELÉFONO DE LA ESPERANZA

El Ayuntamiento de Granada, a través de la concejalía de Familia y EMUCESA, y el Teléfono de la Esperanza han renovado el convenio por el cual ofrecerán talleres de duelo. Responden así a la necesidad de ayuda que necesitan aquellas personas que, por su situación, no asumen la pérdida de un ser querido, transcurridos los seis meses de su ausencia, período medio de adaptación a las nuevas circunstancias. La atención psicológica será prestada en grupos de ocho a diez personas durante cuatro meses en citas semanales de dos horas. Los beneficiarios, de 25 a 30, serán derivados por los servicios sociales comunitarios al Teléfono de la Esperanza. La terapia psicológica tiene la finalidad de enseñar a vivir con la ausencia de la persona que ya no volverá, elaborar el duelo y afrontar nuevos retos cada día. Los talleres, financiados por EMUCESA, serán impartidos en la sede del Teléfono de la Esperanza, sita en Horno del Espadero.

CONFERENCIA GENERAL ANUAL

Se celebró el domingo 29 de Noviembre en el Hotel Corona de Granada nuestra Conferencia General, una vez convocados l@s voluntari@s en su calidad de asociad@s y colaboradores.

Estuvimos reunidos desde las 10:00 de la mañana hasta las 17:30, y compartimos el almuerzo en un ambiente distendido, de amistad y cariño. Se trataron los siguientes temas: Bienvenida e informe de la Presidenta, Información económica del Centro, Información de cada vocalía del Consejo de Centro, del área de la que es responsable, Aportaciones de los voluntarios, Entrega de carnets a l@s nuev@s voluntari@s, Ruegos y Preguntas.



DÍA DE LA ESPERANZA. 18 DE DICIEMBRE

Un año más celebramos el Día de la Esperanza, que aprovechamos para abrir nuestras puertas a las personas que quieran visitarnos y conocer nuestra labor y actividades.

También hacemos nuestra fiesta particular, celebrando un encuentro festivo todos los voluntarios y compartiendo una merienda-cena con platos elaborados por l@s voluntari@s y nos felicitamos para las fiestas navideñas, que ya están próximas. Es otro momento de encuentro, de compartir vivencias y favorecer que esta familia del Teléfono de la Esperanza, esté cada vez más unida y nuestras relaciones sean gratificantes.

Este año por tanto, ha sido de nuevo un encuentro festivo y alegre. Hemos degustado especialidades muy ricas de algunas compañeras, buenas profesionales de la cocina y de algún que otro compañero que compite con ellas. Gracias a tod@s por su generosidad.

EXCURSIONES

El Teléfono de la Esperanza, realizó una excursión el 8 de Noviembre al "Río Velillos".



El 14 de Noviembre se realizó una excursión al "Valle del Fardes.

El 12 de Diciembre al Cortijo "El Chorrillo".

El 19 de Diciembre a los "Llanos del Magrú", "Fonelas", y "Castillo de Mures".

TELÉFONO DE LA ESPERANZA EN LOS OGÍJARES

Los días 2 y 3 de Diciembre de 2015, el Teléfono de la Esperanza, ha presentado en colaboración con el Área de Bienestar Social del Ayuntamiento de Ogíjares, tres charlas sobre diversos temas a distintos colectivos. A iniciativa de nuestra compañera, y vecina de Los Ogíjares, Ana Jiménez, dos de nuestras voluntarias (Cristina Morales y M^aJosé López) han presentado el Teléfono de la Esperanza en sus respectivas charlas, dentro de los talleres de Intervención psicosocial dirigidos a mujeres, padres y madres. Así, el primer día Cristina Morales habló a grupo de mujeres sobre las emociones, y la siguiente charla con M^a José López.

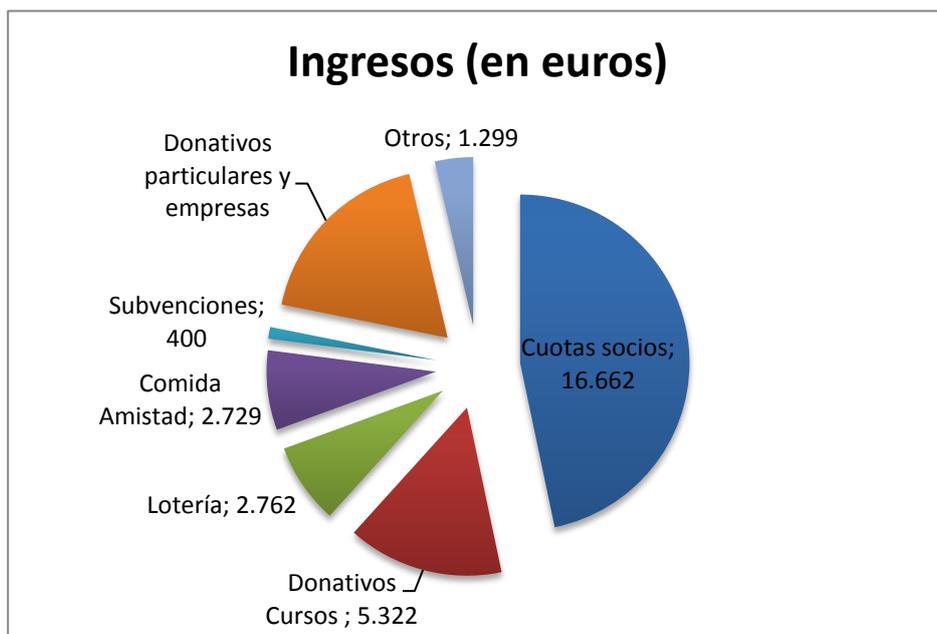
VIII. GESTIÓN ECONÓMICA.

Auditoría Externa.

Las cuentas de la Asociación son auditadas anualmente por Auditoría Ibérica, S. L. P., los cuales garantizan la transparencia de las mismas y el uso adecuado de los fondos. En cada sede del Teléfono de la Esperanza existe una certificación de dicha auditoría y la del año 2015 como las anteriores nos dan una imagen fiel del patrimonio y situación financiera de la Asociación.

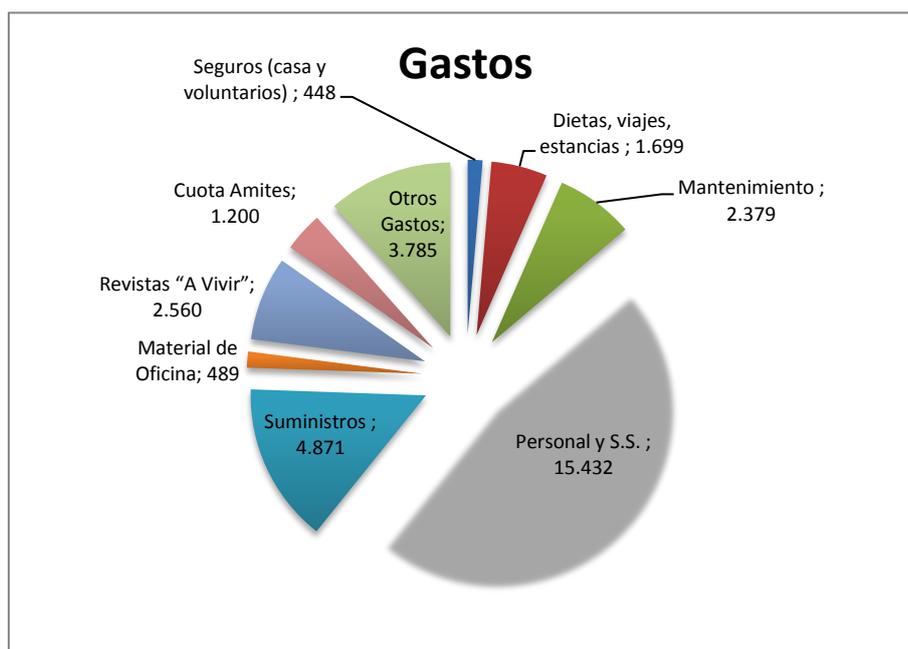
Ingresos

Cuotas socios	16.662
Donativos Cursos	5.322
Lotería	2.762
Comida Amistad	2.729
Subvenciones	400
Donativos particulares y empresas	6.488
Otros	1.299



Gastos

Seguros (casa, voluntarios)	448
Dietas, viajes, estancias	1.699
Mantenimiento	2.379
Personal y S.S.	15.432
Suministros	4.871
Material de Oficina	489
Revistas "A Vivir"	2.560
Cuota Amites	1.200
Otros Gastos	3.785



SUBVENCIONES EN EL AÑO 2015

La principal aportación económica la realizan nuestros soci@s económic@s.

SUBVENCIONES Y AYUDAS ECONÓMICAS AÑO 2015		
ORGANISMO	PROGRAMA	IMPORTE
ABINTESTATOS		2313,76 €
AYUNTAMIENTO	MANTENIMIENTO	400,00 €
EMUCESA	GRUPOS DUELO	1.400,00 €
CAIXABANK	FORMACIÓN VOLUNTARIADO	1.000,00 €
PORTINOX	GASTOS SEDE	1.650,00€

Entidades colaboradoras, Públicas y Privadas



IX. LOGROS Y DIFICULTADES.

LOGROS

La oferta de cursos cada vez es más amplia, y las personas que acuden a ellos también, debido a la valoración positiva de las personas que los realizan.

Mantenemos con alguna variación de bajas y altas, el número de soci@s económic@s que nos ayudan a mantener la buena marcha de nuestra sede.

DIFICULTADES

Han disminuido de manera importante las subvenciones públicas.

La falta de motivación en los voluntari@s para la asistencia a algunas actividades que se organizan.

Necesitamos más voluntari@s, no todas las personas que realizan los Cursos de Agentes de Ayuda, se quedan de voluntari@s.