



## **RESUMEN DE ACTUACIONES 2012**

Mayo de 2013

Os presentamos un informe con el resumen de la gestión y actividades que se han ido realizando en el Servicio de Voluntariado de SEDIBAC a lo largo del año 2012.

En la primera parte del informe, la más extensa, se adjuntan los informes preparados por el personal del Voluntariado que atiende en las asociaciones con las que colaboramos. En ellos se pueden observar datos de interés y particularidades de cada uno de los servicios que ha ofrecido el Voluntariado en 2012.

La segunda parte del informe, corresponde a las actuaciones y gestiones llevadas a cabo por la Coordinación del Voluntariado a lo largo del año 2012, contando con la colaboración de la Junta de SEDIBAC y del personal de oficinas.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: WAD RAS



**Voluntarias:** Chelo Olmos y Carmen Tena

**Lugar donde se presta el servicio:**

El CP Wad Ras es la prisión preventiva de mujeres de Barcelona. En ella están internadas en espera de juicio alrededor de 200 mujeres, aunque también acuden a dormir las internas que se encuentran ya en situación de libertad condicional. El servicio de terapia floral que prestamos se centra en las mujeres en situación de internamiento preventivo. El centro cuenta con una Unidad de Madres en la que las internas conviven con sus hijos hasta que tienen la edad de 3 años. **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

A lo largo de 2012 se han atendido 72 personas, 16 de las cuales pertenecen a la Unidad de Madres. El servicio está atendido por dos voluntarias, Carmen Tena y Chelo Olmos, que dedican a esta tarea un total de 3 horas semanales. La dedicación mensual media por beneficiaria suele ser de 30 minutos, aunque tiempo es superior en el caso de las internas de la Unidad de Madres, debido a la atención exclusiva de una de las voluntarias a este grupo.

**Demandas terapéuticas más frecuentes:**

100% ansiedad-angustia, 90% problemas relacionados con el sueño (insomnio, pesadillas), 70% pensamientos reiterativos e hiperactividad mental. **Principales dificultades de gestión emocional:**

90% preocupación por el bienestar de sus hijos u otros familiares, 70% tristeza, 60% culpabilidad, 50% desánimo, 25% desmotivación, 25% irritabilidad.

**Estrategias terapéuticas utilizadas:**

Ocasionalmente se complementa el uso de las flores en forma oral con la preparación de cremas. Estas se han usado en casos de dolores musculares, erupciones en la piel y problemas de retorno venoso en las piernas. **Terapias paralelas más habituales que utilizan:**

Es habitual la medicación alopática para el tratamiento de los problemas de ansiedad que presentan un gran número de internas mediante la toma de ansiolíticos y antidepresivos. También es habitual la administración de tratamientos farmacológicos para la deshabitación de drogodependencias o el VIH. Una de las voluntarias ha utilizado las técnicas de Reiki de manera puntual con alguna interna que presentaba un cuadro de angustia marcado.

## **Evolución terapéutica en porcentajes:**

- *Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos:*

El 90 % de las internas mejora las dificultades por la que pide tratamiento floral.

- *Abandonos voluntarios de la terapia:*

Durante el año 2012 ha bajado el porcentaje de abandonos voluntarios de la terapia, que en el año 2011 fue de un 20%, y ha pasado a ser del 10% aproximadamente.

Esta disminución en el abandono voluntario de la terapia puede entenderse como una mejora en la capacidad de compromiso de las internas con respecto a la terapia floral. Ha aumentado el número de internas que acuden a todas las sesiones que son necesarias para mejorar su estado emocional y darles el alta terapéutica.

También se ha ampliado el servicio para que las internas que realizan terapia floral puedan continuar con ella una vez finalizada su condena, fuera del centro penitenciario, durante el tiempo que dure la adaptación a su nueva situación. Esta ampliación del servicio ha sido solicitada por las mismas internas, y todo y que todavía no se ha atendido a ninguna de ellas fuera del centro, lo consideramos un primer paso para poder afianzar el cambio que algunas consiguen a través de la terapia floral en prisión.

- *Cambios positivos de actitudes:*

El 100% mejora la calidad del sueño. El 90% mejora su adaptación a la situación de privación de libertad y la convivencia en el centro. El 80% mejora su estado de ánimo general. El 30% pasa a contemplar su paso por la cárcel como un aprendizaje positivo que les va a permitir enfocar su vida de una manera diferente a como lo han hecho hasta el momento.

- *Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach:*

90% Satisfechas 10% Indiferentes y poco motivadas

## **Objetivos de cara al próximo año:**

Para el próximo año el servicio continuará funcionando como hasta ahora, aunque en el caso de la Unidad de Madres, a la voluntaria que las atiende le gustaría crear un espacio de encuentro entre todas las madres que quieran participar en él, donde se trabaje la visualización creativa, la relajación y temas de crecimiento personal que puedan interesar a las internas. El objetivo es conseguir que se puedan relacionar en un espacio de búsqueda de equilibrio y que puedan crear vínculos positivos entre ellas, además por supuesto de aprovechar los efectos terapéuticos de la relajación.

**Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Como comentario, creemos importante hacer hincapié de la importancia de informar sobre la posibilidad de recibir Terapia Floral a las internas al inicio de su ingreso. Creemos que eso las ayudaría a adaptarse con más facilidad a su nueva realidad en la cárcel.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: EL FAR



**Voluntarias:** Olga Mussons y Ester Oliveras

### **Lugar donde se presta el servicio:**

La Asociación El Far apoya a enfermos de cáncer y a sus familiares. Fue fundada por un grupo de personas que conoce, por experiencia propia, el miedo, la rabia, la soledad y las dudas que se sienten cuando se diagnostica un cáncer, tanto en el afectado como en los seres queridos.

El objetivo es conseguir que las personas estén acompañadas durante todo el proceso de la enfermedad. Transmitir apoyo, confianza, esperanza, amor y una nueva forma de mirar la vida, para así disfrutarla plenamente.

Asesoran sobre las dudas de los tratamientos de medicina convencional y ofrecen de forma totalmente voluntaria actividades variadas:

- Talleres de teatro, cocina, patchwork, maquillaje, crisoterapia, autoestima, mandalas...
- Clases de yoga, de ChiKung, y TaiChi.
- Terapias complementarias como el Reiki.

El servicio de voluntariado de terapia floral se realiza en un Centro Cívico cedido por Catalunya Caixa, situado en Sabadell, los jueves y viernes por la mañana.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

A lo largo de 2012 se ha atendido a 36 personas, con un tiempo medio dedicado por cada voluntario/a a cada beneficiario de 1:30 horas de media al mes por beneficiario.

*Perfil medio a niveles: mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):*

*Mental:* 50%, estilo cognitivo represivo de las emociones negativas; 50% obsesividad; 50% perfeccionismo; 40% insomnio; 60% problemas de aceptación de amputaciones y secuelas del tratamiento; 40% desorientación delante de la enfermedad; 40% problemas de adaptación a la convalecencia; 20% problemas de adaptación a la discapacidad; 60 % problemas relaciones familiares; 35% problemas relación laboral.

*Emocional:* 80% ansiedad; 70% miedo a la muerte; 60 % miedo a una recaída en la enfermedad; 35 % rechazo de su cuerpo; 40% desesperación; 40% tristeza; 35% resignación e impotencia; 60% rabia; 60% resentimiento; 40% culpabilidad; 30% dependencia a sustancias; 45% sumisión y dependencias emocionales; 25% autoritarismo; 55% baja autoestima; 35 % soledad; 45 % incomprensión; 30 % duelos y pérdidas.

*Físico:* 70% cáncer; 20 % fibromialgia; 20 % fatiga crónica; 20% hiper-hipotiroidismo; 20 % diabetes; 15% hepatitis; 60 % de secuelas de operación y efectos secundarios de tratamientos: 40 % mala circulación linfática; 30% presión sanguínea; 20% problemas renales; 60 % dolores musculares y articulares; 60% problemas digestivos; 35% anemia; 35% problemas hormonales.

*Social:* 50% nivel bajo de estudios; 30% técnicos y diplomados; 20% licenciados; 40% sin trabajo; 20% nivel económico bajo; 40% nivel económico medio.

**Demandas terapéuticas más frecuentes:**

60% ansiedad; 40% desesperanza – desánimo; 40% paliar dolor físico y secuelas.

**Principales dificultades de gestión emocional:**

60% ansiedad; 60% miedos; 60% rabia; 60% resentimiento; 40% pesimismo; 40% tristeza; 40% culpabilidad.

**Principales orígenes de las desarmonías emocionales:**

100% enfermedad de cáncer en la misma persona o en familiar cercano; 70% traumas familiares.

**Estrategias terapéuticas utilizadas:**

En un 100% de los casos terapia floral en goteros. Ocasionalmente se complementa con cremas o esprays.

**Terapias paralelas más habituales:**

Medicación alopática (antidepresivos, ansiolíticos, quimioterapia, radioterapia...), Homeopatía, Reiki, kinesiología, fitoterapia y herbodietética.

**Evolución terapéutica en porcentajes:**

*-Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos: 50 %.*

*- Defunciones: 11%.*

*- Abandonos voluntarios de la terapia: 9%.*

*- En proceso terapéutico: 30%.*

*-Cambios positivos de actitudes: 90% mejora del estado de ánimo; 70% más serenidad para afrontar la enfermedad; 60% reconocimiento de las emociones negativas y cambio de estrategias cognitivas.*

*- Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach: 60% muy satisfecho; 35% satisfecho; 5% poco satisfecho.*

**Objetivos de cara al próximo año:**

De cara al próximo año continuaremos en la misma línea de trabajo terapéutico. También haremos una presentación de la terapia floral, del Servicio del Voluntariado y de SEDIBAC en la presentación anual de actividades de El Far a socios y familiares. Participaremos en las reuniones con voluntarios de otros servicios de El Far para facilitar el conocimiento y la colaboración interna.

**Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Cada vez nos sentimos más valoradas y apoyadas por la junta y el resto de voluntarios de El Far, que nos recomiendan a sus usuarios.

Si el número de usuarios continúa aumentado serán necesarios más voluntarios florales. Estaría bien que los futuros voluntarios recibiesen apoyo o alguna formación adicional para afrontar el duelo, y para el reconocimiento y gestión de las emociones negativas.

La mayoría de las personas afectadas por cáncer, cada una a su manera y a su ritmo, pasan por un proceso en el que:

- Tienen que enfrentarse a los miedos que genera el sufrimiento y la posibilidad de la muerte.
- Necesitan aprender a reconocer y gestionar las emociones negativas para evitar somatizaciones.
- Gran parte de ellas realiza una profunda revisión de su vida y de sí mismas. Se cuestionan errores que cometieron o experimentaron.
- Buscan un sentido, el porqué y el para qué de su enfermedad.
- Valoran de manera diferente la importancia de las cosas, las personas, el tiempo, las actividades, etc.

Respecto a los resultados de la Terapia Floral, podemos resumir, de forma general y desde nuestra experiencia, que si se tratan los aspectos disfuncionales asociados a las emociones, a los estilos cognitivos y las nuevas situaciones que genera la enfermedad, muchos de los usuarios del servicio:

- Se cuestionan sobre su responsabilidad y sus recursos para recuperar la salud.
- Aparecen paulatinamente niveles de comprensión sobre las causas o evolución de la enfermedad, las creencias inconscientes asociadas, los errores del enfrentamiento, etc.
- Se reconocen, y posteriormente disminuyen, los niveles de miedo, angustia, culpa, resentimiento, rabia, etc.
- Descubren algunos cambios a realizar, las lecciones a aprender y para qué les puede servir la enfermedad.
- Encuentran mejoría en los efectos secundarios de la medicación.
- Recuperan el valor, la paz interna, y la confianza en ellos y la vida.
- Les ayuda a afrontar la muerte.

Por todo esto, aunque no siempre se produce la recuperación, pensamos que la Terapia Floral de Bach es una gran herramienta de acompañamiento para los enfermos de cáncer, que vale la pena continuar y que animamos a realizar. Constatamos que, conjuntamente con otros servicios que se ofrecen en El Far, se crea una sinergia que potencia los beneficios.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: ASSADEGAM



**Voluntaria:** Glòria Boix

### **Lugar donde se presta el servicio:**

Asociación de personas afectadas de trastornos de ansiedad. El servicio se presta en una sala cedida por la Farmacia Internacional, situada en una calle céntrica de Barcelona.

En un principio, se asistía a una persona en un centro colaborador de Terrassa y a tres personas en las instalaciones de la Farmacia Internacional, de Barcelona. Actualmente, el centro de Terrassa ha sido sustituido por una de las salas de SEDIBAC, en la calle Valencia de Barcelona. Se atiende a cuatro personas con trastornos de la personalidad tales como TOC, depresiones, fatiga crónica. ASSADEGAM les ofrece también asistencia psicológica y terapias de grupo.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

A lo largo de 2012 se han atendido 5 personas, de las cuales 4 han seguido un proceso continuado. Este servicio lo cubre una voluntaria, con una dedicación media de 2hs al mes por beneficiario, visitándolos quincenalmente.

Perfil medio a niveles: mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):

*Mental:* 90% obsesividad; 10% miedos no concretos.

*Emocional:* 30% soledad; 70% incomprensión del entorno.

*Físico:* 80% cansancio crónico; 20% ataques de pánico con paralización.

*Social:* 50% hogares estructurados, sin trabajo, nivel medio de estudios; 25% hogares desestructurados, con trabajo, nivel alto de estudios; 25% hogares estructurados, sin trabajo, nivel alto de estudios.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

75% obsesiones

25% cansancio

### **Principales dificultades de gestión emocional:**

50% pesimismo

25% descontrol de las emociones

25% culpabilidad

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales:**

25% separaciones

50% maltratos psicológicos

25% muerte de la madre

**Estrategias terapéuticas utilizadas:**

Siempre he basado las terapias en la entrevista oral, principalmente. En algunas ocasiones, como complemento, he empleado las cartas de Flores de Bach de Jordi Cañellas.

**Terapias paralelas más habituales:**

Medicación alopática (antidepresivos), terapias de grupo, psicólogos.

**Evolución terapéutica:**

- *Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos:* 0%
- *Abandonos voluntarios de la terapia:* una persona, por motivos de desplazamiento.
- *Cambios positivos de actitudes:* 100% más positivos en general. Continúan con la terapia y no la piensan dejar.
- *Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach:* 75% muy satisfecho; 25% poco satisfecho, pero continúa (es un caso “complicado” y que no depende únicamente de la Terapia Floral).

**Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Sería injusto por parte mía hablar de dificultades. En todo momento se me han dado todo tipo de facilidades para poder hacer las terapias, tanto por la parte de SEDIBAC, como de la Farmacia Internacional, como de los mismos pacientes. Si los pacientes no pueden venir a alguna sesión, siempre avisan. Creo que hemos creado un vínculo con mucha empatía mutua.

## **ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN:**

**Associació Vilanimal (Sant Pere de Vilamajor)**  
**Amics dels animals de Balenyà, Seva i Osona (Seva)**  
**Associació Vida-Alternativa (Llinars del Vallès)**  
**Associació animalista RESCAT (Barcelona)**  
**El Jardinet dels Gats (Barcelona)**  
**Casas de acogida y adopción de Barcelona**



**Voluntarias/o:** Carme Roig, Enric Homedes, Elisabeth Macarró, Tony Torán y Rosa Rodríguez.

### **Lugar donde se presta el servicio:**

Casas de acogida y de adopción de animales abandonados que provienen de protectoras, refugios y equivalentes, y Protectoras de animales.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

Perros y gatos abandonados, propietarios de las casas de acogida y adopción, y voluntarios de las protectoras.

A lo largo de 2012 se han atendido 51 animales y 2 personas.

[Los datos que siguen a continuación, pertenecen a 22 de los 51 animales. De los 29 restantes, no hemos podido disponer a tiempo de sus datos antes de cerrar el informe]

#### *Perfil medio a niveles: físico y social:*

*Físico:* 10% infecciones oculares y de oído; 10% inmunodeficiencia; 40% traumatismos; 40% problemas dermatológicos.

*Social:* 100% animales abandonados.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

*En animales:* 35% fobia (miedo generalizado a cualquier estímulo externo); 20% ansiedad; 10% conducta agresiva; 5% tristeza; 5% lesiones por enfermedades físicas; 10% adaptabilidad al nuevo hogar; 15% territorialidad.

*En personas:* 70% ansiedad generalizada, desbordamiento, estrés; 30% carencias.

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales:**

100% abandono y maltrato.

### **Estrategias terapéuticas utilizadas:**

En el 100% de los casos se han utilizado pautas de conducta de educación canina o felina en positivo, tanto para el animal como para los propietarios.

En el 20% de casos también han recibido tratamiento local.

### **Terapias paralelas más habituales:**

Directrices para el propietario y pautas de educación canina o felina para el animal, y medicación alopática.

### **Evolución terapéutica:**

*-Altas terapéuticas por mejora de las dificultades o logro de los objetivos terapéuticos:* 26 animales de un total de 51 (51%).

*-Abandono de la terapia en voluntarios de protectoras:* no se ha tratado a ningún voluntario en 2012.

*-Cambios positivos de actitudes:* Problemas de miedo en las nuevas entradas y casas de acogida resueltos en un 90%. Conducta agresiva resuelta en un 20%. Ansiedad resuelta en un 90%. Adaptabilidad resuelta en un 99%. Problemas físicos resueltos en un 75%.

*-Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach:* 50% muy satisfecho, 50% satisfecho.

### **Objetivos de cara al próximo año:**

De cara al próximo año seguiremos básicamente con la misma línea de actuación floral + directrices de educación en positivo en las casas de acogida y de adopción, y dando charlas gratuitas para difundir la Terapia Floral en el colectivo de los animales, para fomentar nuestro Servicio de Voluntariado.

### **Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Ninguno.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: CREACIÓN POSITIVA



**Voluntaria:** Martha Dovasio

### **Lugar donde se presta el servicio:**

Creación Positiva, ONG creada en el año 2001 en Barcelona, trabaja para dar una atención holística a las personas afectadas por el VIH/SIDA desde la perspectiva de género. El VIH afecta a mujeres y hombres de manera diferenciada y tener en cuenta estas diferencias posibilita dar una respuesta a las necesidades de cada persona afectada por esta epidemia.

**Objetivos de la Asociación:**

- Promover la eliminación de cualquier discriminación y estigmatización hacia las mujeres y hombres y, especialmente, de aquellas que viven con el VIH.
- Promover acciones y actuaciones de carácter comunitario que contribuyan a la calidad de vida de las personas que viven con el VIH.
- Ofrecer actividades e intervenciones en las que prevalezca la calidez, la confidencialidad, la calidad y el respeto a la diversidad.
- Sensibilizar y dar cuenta sobre las relaciones entre violencias, género y VIH.
- Visibilizar y promocionar los derechos sexuales y fomentar la protección de los Derechos Humanos, en base a la igualdad y la equidad como de promoción de la salud.

**Otras actividades de la Asociación:**

- Counselling individual y de pareja (información y soporte emocional)
- Talleres y grupos de crecimiento personal para personas que viven con el VIH.
- Talleres de sexualidad para mujeres.
- Información para la prevención del VIH, consulta telefónica, página web, publicaciones.
- Formación dirigida a profesionales: seminarios, talleres, jornadas.
- Información y apoyo emocional para mujeres presas.
- Atención social.
- Sesiones de Yoga para personas seropositivas.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

A lo largo del año se ha atendido a 44 personas, 8 de las cuales accedían a nuestro servicio por primera vez. Se efectuaron 178 sesiones de seguimiento durante todo el año. La dedicación a cada usuario del servicio, ha sido de 1:30h al mes, llevado a cabo por una voluntaria.

*Perfil medio a niveles: mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):*

*Mental:* 70% inflexibilidad frente a los cambios y 30% pensamiento circular.

*Emocional:* 50% soledad, 10% fobias y 40% ansiedad.

*Físico:* 2% problemas de piel derivados de efectos secundarios de la medicación, tales como: piel reseca, caída de cabello, debilitamiento de las uñas, exantemas. Otros problemas de piel no derivados de la medicación, como psoriasis. 8% dolores de: cabeza, musculares, articulares. 7% problemas a nivel digestivo derivados de la

medicación: diarreas, estreñimiento, náuseas, vómitos, inapetencia alimentaria y otros de una alimentación inadecuada. 1% disfunciones sexuales como: reducción de la libido, dificultad para alcanzar el orgasmo y/o falta de erección o pérdida de ella. 60% Hepatitis B y C; cirrosis. 20% hiperlipemia derivada de una mala alimentación o de la medicación. 2% abuso de alcohol, sedantes y somníferos.

*Social:* 50% Hogares estructurados, con trabajo y estudios superiores; 30% hogares estructurados, sin trabajo y estudios nivel medio; 20% hogares desestructurados, sin trabajo y estudios nivel bajo.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

45% depresión; 35% ansiedad; 10% irritabilidad; 5% sensación de cansancio extremo; 5% agobio.

### **Principales dificultades de gestión emocional:**

60% inflexibilidad frente a los cambios de hábitos, 40% dificultad de aceptación frente a las pérdidas.

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales actuales:**

30% abusos sexuales/violaciones; 30% maltratos; 40% desigualdad social.

### **Estrategias terapéuticas utilizadas:**

Flores de Bach: 100%, y, como complemento a la Terapia Floral, también he utilizado Fitoterapia en un 30% de los casos, y Reflexoterapia en un 35%. En la reflexo he empleado cremas personalizadas con Flores de Bach y aceites esenciales.

### **Terapias paralelas más habituales que utilizan:**

Tratamiento alopático TARGA (tratamiento antirretroviral de gran actividad) y picofármacos.

### **Evolución terapéutica en porcentajes:**

- *Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos:* 2% (1 de 41).
- *Abandonos voluntarios de la terapia:* 0% (0 de 41).
- *Bajas terapéuticas:* 5% por fallecimiento (2 de 41).
- *Cambios positivos de actitudes:* En el 85% de los casos la valoración es positiva ya que, con mayor o menor dificultad, remiten los síntomas. En el 15% de los casos la valoración es positiva, ya que mejoran en general su calidad de vida.
- *Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach:* Del total de pacientes que acuden a consulta un 80% asiste regularmente, con lo que es posible hacer un seguimiento y la valoración es positiva ya que se observa mejoría en el estado. El 20% restante lo hace irregularmente, lo que dificulta su valoración.

### **Objetivos de cara al próximo año:**

Con vistas a obtener un máximo rendimiento de este servicio se considera la posibilidad de:

- Rellenar un cuestionario al comienzo de la terapia en una entrevista previa, con el objetivo de intentar mejorar la calidad del servicio, así como detectar con mayor exactitud la evolución de las necesidades actuales de las personas usuarias.
- Se ha elaborado un díptico a distribuir en los distintos servicios hospitalarios, con el fin de facilitar aun más la difusión del servicio que ofrecemos.
- Se está revisando la Ficha de Consulta-Historia Clínica.
- Creación de un protocolo de fecha de futuras visitas para aquellas personas que, teniendo visita, no se presenten sin previo aviso con una antelación mínima de 24 hrs.

### **Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Ninguno.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: FUNDACIÓ ACOLLIDA I ESPERANÇA (Centro de acogida CAN BANÚS)



**Voluntaria:** May Domínguez

### **Lugar donde se presta el servicio:**

CAN BANÚS ofrece una casa alternativa a personas con VIH/SIDA y con problemas de exclusión social que necesitan apoyo para estabilizar su situación de salud y/o poderse insertar socialmente. Está ubicada en Badalona y tiene capacidad para 25 personas y, en estos momentos, está en proceso de ampliación. Está en funcionamiento desde el 1996. Ofrece asistencia médica, psiquiátrica, ocupacional, jurídica y terapéutica dentro de un ambiente de apoyo psicoafectivo. Sus objetivos principales son: estabilizar la situación de salud del enfermo, permitir un desarrollo a nivel personal y realizar un proceso de inserción social.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

A lo largo de 2012, una voluntaria ha prestado servicio de Terapia Floral atendiendo a 17 personas: 15 usuarios, 1 trabajador y 1 colaborador, con 1 hora de media al mes por beneficiario.

*Perfil medio a niveles:* mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):

*Mental:* 76% problemas derivados de la preocupación por la situación actual; 30% problemas derivados de la adicción; 6% efectos secundarios de la medicación; 6% obsesiones; 6% rechazo.

*Emocional:* 40% falta de autoestima; 40% conflictos; 40% soledad; 23% la propia enfermedad; 12% traumas; 12% sensación de fracaso.

*Físico:* 40% dolores articulares/movilidad reducida; 35% dolores en general; 18% neuralgias; 18% hígado; 12% problemas respiratorios; 12% dificultades digestivas; 12% bajo peso; 6% piel; 6% tumores; 6% dientes; 6% traumatismos por caídas; 6% diabetes.

*Social:* 41% sin casa, sin trabajo, nivel bajo de estudios; 41% sin casa, sin trabajo, nivel medio de estudios; 12% con casa, con trabajo, nivel medio de estudios; 6% con casa, sin trabajo, nivel medio de estudios.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

70% librarse de preocupaciones; 59% paliar el dolor físico; 53% desesperanza/desilusión; 47% insomnio; 35% cansancio; 6% desorientación/aturdimiento

### **Principales dificultades de gestión emocional:**

60% pesimismo/apatía; 42% falta de motivación/perspectivas; 30% culpabilidad; 24% gestión de la propia enfermedad; 12% rechazo; 26% rabia.

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales actuales:**

40% la propia enfermedad; 35% adicciones; 30% soledad/sin familia; 12% maltratos; 6% delincuencia.

### **Estrategias terapéuticas utilizadas:**

He complementado la Terapia Floral oral con crema en 7 ocasiones (dolor, problemas de piel) y con colirios en 2 ocasiones (infecciones o sequedad). Complemento la habitual entrevista oral con recomendaciones sobre nutrición, hábitos saludables y Fitoterapia. También con el acompañamiento personal: compartimos comidas, salidas, asistencia a actos de la Fundación, ayuda en momentos puntuales, compañía, colaboración en tareas cotidianas...

### **Terapias paralelas más habituales que utilizan:**

Medicación alopática (antiretrovirales, antitérmicos y antiinflamatorios), psiquiatría, psicoterapia, Reiki, meditación, actividad física (deporte), talleres manuales/culturales/musicales, juegos, salidas culturales, deportivas y de recreo.

### **Evolución terapéutica en porcentajes:**

- *Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos:* No doy altas (es muy difícil que dé, creo que siempre hay algo para la que las flores nos pueden ayudar). Además, en este tipo de colectivos, las necesidades son muchas.

- *Abandonos voluntarios de la terapia:* 12%.

- *Cambios de actitudes positivas:* 35% se encuentran en general más tranquilos o relajados; 30% duermen mejor; 30% han mejorado sus problemas de dolor; 30% ha mejorado del cansancio; 18% ha recuperado las ganas para vivir; 18% manifiestan no percibir tanto los problemas; 18% afirman sentirse mejor en general; 12% han reducido el tabaco; 6% ha cogido peso.; 6% se encuentran con más energía.

- *Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la terapia floral de Bach:* 35% muy satisfecho; 35% satisfecho; 18% poco satisfecho.

### **Objetivos de cara al próximo año:**

De cara al próximo año tengo la intención de continuar con la misma línea de trabajo, pero siempre abierta a otras estrategias que crea oportuno poner en práctica según las circunstancias que me pueda encontrar. De vez en cuando doy una pequeña conferencia sobre la terapia floral de Bach: orígenes, filosofía, preparación de esencias...

### **Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Ninguno.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: FUNDACIÓ ACOLLIDA I ESPERANÇA (Piso tutelado ITACA)



**Voluntaria:** May Domínguez

### **Lugar donde se presta el servicio:**

El piso de acogida ITACA es un inmueble situado en la calle Ample de Barcelona, con una capacidad para 8 personas (hasta ahora sólo hombres) que se encuentran en situación de exclusión social y que sufren problemas de drogas, VIH/SIDA, prisión..., pero que disponen de un mínimo de autonomía personal y que son capaces de desarrollar una actividad ocupacional diaria. Los objetivos del piso son básicamente la acogida, la orientación y el acompañamiento de estas personas sin recursos. El piso se organiza alrededor de un grupo extenso de colaboradores voluntarios, de procedencia y edades muy diversas, que se organiza en turnos por la mañana, tarde y noche, y que colabora en las tareas cotidianas junto con las personas acogidas. Un miembro de la Fundación y un psicólogo se encargan de la coordinación del piso.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

A lo largo del año 2012, una voluntaria ha prestado servicio de Terapia Floral atendiendo a 10 personas: 7 usuarios, 2 antiguos usuarios y 1 trabajador, con 2 horas de media al mes por beneficiario.

*Perfil medio por niveles:* mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):

*Mental:* 80% preocupaciones por su situación; 50% problemas derivados de la adicción; 20% obsesiones; 20% la propia enfermedad; 10% efectos secundarios medicación; 10% ansiedad.

*Emocional:* 60% problemas de convivencia/agresividad; 50% falta de autoestima; 40% soledad; 20% miedo; 20% traumas; 20% fracaso; 20% enfermedad; 20% ansiedad.

*Físico:* 50% problemas de piel; 30% problemas articulares/musculares; 30% dolores en general; 20% hígado/hepatitis; 10% problemas respiratorios; 10% epilepsia; 10% consecuencias físicas desintoxicación.

*Social:* 30% sin hogar, sin trabajo, nivel medio de estudios; 30% sin hogar, sin trabajo, nivel bajo estudios; 20% sin hogar, con trabajo, nivel bajo de estudios; 10% con hogar, con trabajo, nivel bajo de estudios; 10% con hogar, con trabajo, nivel alto de estudios.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

80% preocupaciones; 50% cansancio; 40% desesperanza/desilusión; 40% insomnio; 30% dolor; 10% desorientación.

### **Principales dificultades de gestión emocional:**

80% pesimismo; 30% culpabilidad; 20% rabia/resentimiento; 20% falta de perspectivas; 20% ansiedad; 20% enfermedad.

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales actuales:**

90% adicciones; 70% soledad; 30% maltratos; 20% ansiedad; 10% delincuencia.

### **Estrategias terapéuticas utilizadas:**

He complementado la terapia floral oral con crema en tres ocasiones a lo largo del año, para tratamiento tópico de eccema, sequedad o dolor local. Complemento la habitual entrevista oral (psicoterapia) con recomendaciones sobre nutrición, hábitos saludables y fitoterapia. También con el acompañamiento personal: compartimos comidas, salidas, asistencia a actos de la Fundación, ayuda en problemas puntuales, compañía, colaboración en tareas cotidianas...

### **Terapias paralelas más habituales que utilizan:**

Medicación alopática (antiretrovirales, antitérmicos y antiinflamatorios), psicoterapia, actividad física (deporte), talleres manuales, juegos, salidas culturales, deportivas y de recreo.

### **Evolución terapéutica en porcentajes:**

- *Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos:* No suelo dar altas, porque creo que siempre hay algo donde la Terapia Floral nos pueden ayudar. En este tipo de colectivos, las necesidades son muchas.

- *Abandonos voluntarios de la terapia:* ninguno, aunque algunos usuarios sólo la piden esporádicamente.

- *Cambios positivos de actitudes:* 60% manifiestan estar más tranquilos; 60% encarar mejor las preocupaciones; 20% mejorar del cansancio; 20% mejorar de la ansiedad; 10 % mejorar del insomnio y 10 % mejorar el estado general.

- *Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach:* 50% muy satisfechos; 20% satisfechos; 20 % poco satisfechos; 10 % no se han manifestado.

### **Objetivos de cara al próximo año:**

De cara al próximo año tengo la intención de continuar con la misma línea de trabajo, pero siempre abierta a otras estrategias que crea oportuno poner en práctica según las circunstancias que me pueda encontrar.

### **Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Actualmente sólo se atienden dos usuarios del piso con asiduidad, y uno de ellos está a punto de marchar. Esporádicamente se atienden algunos más que vienen de vez en

cuando. El movimiento de usuarios ha sido importante últimamente, y mientras haya una sola persona para atender, continuaré asistiendo cada 15 días.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: ACASC



**Voluntaria:** Nicole Baumgartner

### **Lugar donde se presta el servicio:**

La Asociación Ciudadana Anti-Sida de Cataluña es una Organización No Gubernamental, sin fines de lucro, fundada en el año 1987, que tiene el objetivo de mejorar, de forma integral, la calidad de vida de las personas afectadas por el VIH / Sida e informar y sensibilizar a la población con el fin de prevenir el VIH. La asociación está situada en el centro del barrio del Raval, en Barcelona ciudad. El colectivo que se atiende en Terapia Floral, corresponde a personas que ejercen Voluntariado de distinta índole (acompañamiento hospitalario en el Hospital del Mar, tareas de dinamización y acompañamiento, pruebas rápidas de detección de anticuerpos VIH y apoyo emocional, en el centro de día Espacio Vihtal, prevención y sensibilización en el centro penitenciario La Modelo, y charlas y talleres de sexo seguro en escuelas, universidades y otras entidades), en ACASC, así como trabajadores de la institución, que por lo general, han sido voluntarios previamente. Cabe destacar que los usuarios con VIH/Sida que acuden a la asociación también son atendidos con Terapia Floral por una Voluntaria de la asociación ADAMA.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

A lo largo de 2012 se ha atendido a 9 personas, todos ellos voluntarios/trabajadores de la asociación. Han sido atendidos por una Terapeuta Floral que dedica 1:30 horas de media al mes por beneficiario.

*Perfil medio a niveles:* mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):

*Mental:* 60% desbordamiento/sobrecarga por perfeccionismo y autoexigencia; 20% rumiaciones obsesivas; 20% desorientación/crisis vocacional.

*Emocional:* 60% ansiedad/estrés; 20% problemas relacionales/vinculares con otros miembros del equipo; 10% soledad (en cuanto a equipo de trabajo); 10% frustración (en cuanto a expectativas que se tienen y los límites de la realidad a la hora de hacer el voluntariado).

*Físico:* 60% cansancio/agotamiento; 20% insomnio; 20% síntomas psicósomáticos (dificultades digestivas ligadas a ansiedad, síntomas [pseudo] neurológicos sin causa física especificada).

*Social:* 70% dificultad para dar tiempo/espacio a actividades extraprogramáticas/recreativas distintas al voluntariado/trabajo; 30% dan tiempo/espacio a actividades extraprogramáticas.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

30% mejorar el manejo de la ansiedad/estrés; 30% mejorar (y expresar) las dificultades de comunicación y relación con el equipo de trabajo; 20% aclarar la propia vocación/misión de vida; 10% mejoría de algún síntoma físico (relacionado con aspectos emocionales); 10% temas distintos a los relacionados con el

voluntariado/trabajo.

### **Principales dificultades de gestión emocional:**

40% ansiedad/estrés; 30% dificultad para gestionar afectivamente las relaciones interpersonales (se expresa en el equipo de la asociación como en el ámbito de las relaciones íntimas de los voluntarios); 30% dificultad para gestionar las propias emociones (priorizando las de otros; en este caso, las de los usuarios de la asociación).

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales actuales:**

25% dificultad para gestionar afectivamente la demanda del voluntariado/trabajo (dada la autoexigencia, el perfeccionismo y la dificultad para encontrar espacios de distracción, de ocio y de autocuidado); 25% dificultad que representa en sí el trabajo en ACASC, dado el impacto emocional que genera su labor (especialmente en algunos tipos de voluntariado, como la realización de las pruebas de detección de VIH); 25% dificultad en la comunicación y en la resolución de conflictos del equipo; 15% crisis de identidad (que genera desorientación vocacional/de la misión de vida y una búsqueda en el voluntariado de una propia ayuda/orientación al ayudar a otros); 10% circunstancias vividas en la infancia/juventud.

### **Estrategias terapéuticas utilizadas:**

De la mano con la Terapia Floral, he puesto gran énfasis en la conversación y el intercambio, en la escucha de la terapeuta y la expresión del usuario, con el fin de que la persona pueda concientizar e incorporar los cambios que la Terapia Floral va generando. Además, he utilizado en algunos casos la aplicación local de Flores de Bach en chakras específicos (sobre todo en personas con síntomas psicósomáticos).

### **Terapias paralelas más habituales que utilizan:**

Medicación alopática (ansiolíticos), Fitoterapia, Yoga.

### **Evolución terapéutica en porcentajes:**

- *Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos:* 11% (1 personas de 9).
- *Abandonos voluntarios de la terapia:* 44% (4 de 9).
- *Cambios positivos de actitudes:* 15% ha podido encontrar mayores espacios de desconexión, disminuyendo el nivel de ansiedad; 15% han notado la propia contribución en los problemas que los aquejan; 10% mejoría en la gestión de la demanda que el Voluntariado representa; 10% mejora en relaciones entre compañeros; 50% han podido darse un espacio personal, que implica en sí mismo el pedir ayuda, lo cual se ve ya como un aspecto positivo (si bien luego algunos han abandonado la terapia).
- *Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach:* 50% muy satisfecho; 30% satisfecho; 20% poco satisfecho. Este punto lo tengo poco claro, ya que varios de los usuarios de la Terapia Floral han dejado el Voluntariado y por ende la Terapia Floral, sin poder hacerse el cierre/evaluación.

### **Objetivos de cara al próximo año:**

De cara al próximo año, continuaré con la misma línea de trabajo; sin embargo, pondré un mayor énfasis en la importancia de las propias necesidades de los voluntarios/trabajadores de ACASC, tomando en cuenta que, en la medida que se atiende a éstas, se podrá acoger de mejor manera las necesidades de los usuarios de la asociación. Esto lo enfatizaré como un aspecto de autocuidado a tener en cuenta en una labor que genera desbordamiento, sobrecarga y estrés en quienes la llevan a cabo.

### **Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Una de las dificultades en el Voluntariado de Terapia Floral en ACASC, ha sido la falta de continuidad en los procesos terapéuticos. La institución tiene una alta rotación de voluntarios, dejando éstos el voluntariado con frecuencia, principalmente por el hecho de haber encontrado un trabajo. En cuanto a los trabajadores de ACASC ha sucedido algo similar, ya que dado los recortes económicos, dos personas estables de la institución (ambos usuarios de Terapia Floral), que llevaban años allí, han tenido que dejar de ejercer sus funciones.

A su vez, dada la gran demanda y sensación de sobrecarga de algunos voluntarios/trabajadores de ACASC, a veces llegaban con 20-30 minutos retraso a las sesiones de Terapia Floral, por haberse desocupado tarde de sus propias labores.

A veces algunos voluntarios no han llegado a las sesiones y no han avisado. Para solucionar esto, se han facilitado las vías de comunicación (a través de mail/teléfono) entre los usuarios de la Terapia Floral y la terapeuta, y se ha enfatizado la importancia de dar aviso si es que no se puede asistir.

Como sugerencia, sería positivo que se organizaran supervisiones grupales con el equipo de voluntarios, independiente de si estos forman parte de SEDIBAC Profesional o no, con el objetivo de compartir dudas, inquietudes y experiencias, lo cual sería beneficioso para la formación terapéutica de los voluntarios, así como para el autocuidado, existiendo un espacio de contención mutua.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: ACTÚA-VALLES



**Voluntaria:** Laura Ortíz

### **Lugar donde se presta el servicio:**

El servicio de Voluntariado de Terapia Floral de Bach lo presto en ACTÚA-VALLES, en la sede de Sabadell, cada 15 días, y en la sede de Terrassa cada 3 semanas.

El colectivo de ACTÚA-VALLÈS se dedica a la atención de las personas afectadas por el VIH/SIDA y les proporciona pisos de acogida, atención personalizada para los trámites burocráticos en tema de pensiones, invalidez e inmigración. Desde el programa Café Positivo y desde el mismo centro, se les ofrece:

- Espacios para el ocio – tienen acceso a libros y ordenadores
- Espacios para encuentros en el exterior, excursiones y colonias
- Atención terapéutica tal como Reiki, Osteopatía, Masaje con Cuencos Tibetanos, Acupuntura y Terapia Floral de Bach
- Atención psicológica
- Voluntariado propio de los usuarios en tareas propias del centro: administrativas, servicio de lavandería, rebost, etc.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

Las personas atendidas a los largo del 2012 han sido 30: 25 usuarios, 4 educadores y una persona cercana a un usuario, dedicándose 1 hora al mes por beneficiario.

*Perfil medio a niveles:* mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):

*Mental:* 60% auto-represión; 30% perfeccionismo; 10% obsesividad.

*Emocional:* 50% fracaso; 30% soledad; 20% desesperación.

*Físico:* 80% dolores articulares; 10% dolores estómago; 5% insomnio; 5% dolores de cabeza.

*Social:* 80% hogares desestructurados, sin trabajo, nivel bajo de estudios; 19% hogares estructurados, con trabajo, nivel alto de estudios, y 1% hogares estructurados, sin trabajo, nivel medio de estudios.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

60% positivismo; 20% dolores físicos; 15% esperanza; 5% insomnio.

### **Principales dificultades de gestión emocional:**

50% rabia, rechazo; 30% culpa; 10% resignación.

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales actuales:**

60% abusos de las drogas; 30% relaciones sexuales con riesgo; 10% conflictos familiares.

### **Estrategias terapéuticas utilizadas:**

La consulta se realiza con la habitual entrevista, insistiendo en que el usuario intente identificar por él mismo las emociones que vive o ha vivido en los momentos importantes o traumáticos de su vida. También utilizo unas cartas con afirmaciones positivas tales como las de Louise L. Hay, y Diana Cooper, para cerrar la entrevista con un mensaje positivo.

### **Terapias paralelas más habituales que utilizan:**

Acupuntura y Reiki.

### **Evolución terapéutica en porcentajes:**

- *Altas terapéuticas por mejora* : 0%.
- *Abandonos voluntarios de la terapia*: 3% (1 paciente de los 30 usuarios)
- *Cambios positivos de actitudes*: 20% ha reanudado su vínculo familiar; un 20% se relaciona mejor con su ambiente laboral, y un 60% se relaciona mejor con sí mismo.
- *Grado de satisfacción de la terapia floral*: 80% muy satisfecho; 19% satisfecho; 1% poco satisfecho.

### **Objetivos de cara al próximo año:**

De cara al próximo año continuaré con la misma línea de trabajo. También me gustaría introducir una sesión de cine para los usuarios con temas relacionados con la superación, en la línea del cine espiritual, con títulos como: *Juan Salvador Gaviota*, *El guerrero pacífico*, *Primavera, verano, otoño, invierno ... y primavera*, *Confianza total*, Valores de cine con extractos de *El rey león* para trabajar la auto-estima; *Una mente prodigiosa* para trabajar la perseverancia y *Hoy empieza todo*, para trabajar el desprendimiento. Todo ello en un ambiente lúdico y entretenido.

### **Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Me encuentro muy bien en el centro, puedo guardar el kit floral y los frascos; lo único que me ha surgido este mes de marzo es que ya no tengo sitio fijo donde atender la consulta y voy de "nómada", pero creo que lo tienen en cuenta y me ayudarán pronto a tener de nuevo un sitio fijo.

## ACTUACIÓN DEL VOLUNTARIADO EN: CENTRO DE PROYECTOS SOCIALES (CPS), DE ALDEAS INFANTILES



**Voluntaria:** Mercè Masdemont

### **Lugar donde se presta el servicio:**

Las familias creadas por las Aldeas acogen a niños y niñas desde los 3 hasta los 18 años, provenientes de familias desestructuradas, o que han sufrido abandono, violencia, o que han carecido del apoyo parental. Uno de los programas que lleva adelante el CPS, es la ayuda a los jóvenes que a los 18 años todavía no han logrado un grado suficiente de intencencia y maduración, y que ya han superado la edad para disfrutar de la protección de las familias. Los jóvenes aprenden a convivir en pisos compartidos con la ayuda de uno/a educador/a, que coordina el CPS. El seguimiento es personalizado para de cada joven, ayudándolo en su total emancipación y fomentando su formación e iniciación al trabajo, con todas las ayudas de que dispone el centro, lo que incluye la ayuda de un psicólogo. Desde el mes de julio de 2012 también dispone de nuestro servicio de Terapia Floral del Dr. Edward Bach.

### **Población beneficiaria y servicio del Voluntariado de SEDIBAC:**

Desde el inicio en julio, hasta finales de diciembre de 2012, se ha atendido a 7 jóvenes (4 chicas y 3 chicos) y 2 educadoras. El tiempo dedicado varía bastante. En general, en la primera visita de los jóvenes, se ha necesitado entre  $\frac{3}{4}$  y 1 hora, y entre  $\frac{1}{2}$  y 1 hora para las segundas visitas. Las educadoras que no disponen de tiempo y tienen temas a tratar muy puntuales, el tiempo ha sido de  $\frac{3}{4}$  a  $\frac{1}{2}$  hora. El servicio en el CPS de ALDEAS INFANTILES, lo presta una Terapeuta Floral.

*Perfil medio por niveles:* mental, emocional, físico y social (familia, trabajo, estudios):

*Mental:* 25% obsesividad.

*Emocional:* 20% fracaso; 40 % tristeza; 60% rabia; 1% desesperación.

*Social:* 99% hogares desestructurados; 90% jóvenes sin trabajo; 60% jóvenes nivel bajo de estudios.

*Físico:* Se observa un caso de problema articular; 1 caso de sinusitis; y 1 caso de insomnio.

### **Demandas terapéuticas más frecuentes:**

60% temas de nerviosismo; 50% convivencia; 80% angustia-ansiedad por la falta de oportunidades laborales para el futuro; 50% preocupación por la madre; 50% irritabilidad con los/as compañeros/as de piso.

### **Principales dificultades de gestión emocional:**

60% inseguridad emocional, y 60% rabia.

### **Principales orígenes de las desarmonías emocionales actuales:**

95% maltratos.

### **Estrategias terapéuticas utilizadas:**

En un 100% de los casos se ha utilizado la escucha activa, prescribiendo las esencias según sus estados emocionales. También se ha utilizado la aplicación local de las esencias florales en crema.

### **Terapias paralelas más habituales que utilizan:**

En un par de ocasiones puntuales se utilizó un test kinesiológico.

### **Evolución terapéutica en porcentajes:**

*-Altas terapéuticas por mejora de las dificultades personales o logro de los objetivos terapéuticos: 33% (3 personas de 9).*

*-Abandonos voluntarios de la terapia: 11% (1 de 9).*

*-Cambios positivos de actitud: 90% ha mejorado la convivencia en los pisos compartidos; 50% ha encontrado más independencia respecto al sufrimiento por la madre o familiares cercanos.*

*-Grado de satisfacción de los beneficiarios hacia la Terapia Floral de Bach: 50% muy satisfecho; 20% satisfecho; 20% no se manifiestan. El resto deja la terapia temporalmente por motivos de incompatibilidad horaria con los estudios y pequeños trabajos que les han salido y han querido aprovechar.*

### **Objetivos de cara al próximo año:**

De cara al próximo año continuaré con la misma línea de trabajo. Si se presenta una ocasión favorable podría dar una pequeña charla práctica para los jóvenes y trabajadores de los CPS. Se trataría de una exposición de las esencias florales, con proyección de la presentación oficial de la Terapia Floral de Bach y SEDIBAC, en el que se explica qué son, cómo funcionan, el proceso de preparación y administración, y también se ofrece una pincelada de la historia y filosofía del Dr. Edward Bach.

### **Comentarios, dificultades, necesidades y sugerencias:**

Poco a poco se va dando a conocer la Terapia Floral entre los jóvenes. Generalmente son las mismas educadoras quienes les sugieren iniciar la terapia. Ha sido el primer año y se necesita todavía un poco más de tiempo para que todos los educadores tengan presente la oportunidad que se presenta ante ellos. También se debe tener en cuenta que algunos los jóvenes no disponen prácticamente de tiempo para ir hasta la sede de Aldeas Infantiles, donde llevamos a cabo la terapia. Cuando es posible se hacen reajustes de horario para facilitar el inicio de la terapia.

## ACTUACIÓN DE LA COORDINACIÓN DEL VOLUNTARIADO



**Coordinació del Voluntariat:** Àngel Peral i Jódar  
[www.sedibac.org/voluntariados.htm](http://www.sedibac.org/voluntariados.htm)

Hace justo dos años que presenté, en esta misma mesa, la ponencia *El Voluntariado de SEDIBAC: una oportunidad para crecer personalmente*. Al finalizar la misma os decía que me sentía ilusionado, porque desde que me puse a trabajar en la coordinación del Voluntariado, el equipo había pasado de 9 a 12 personas, como los 12 Curadores que descubriera Bach cuando comenzó su noble tarea. Compartí entonces en público mi deseo de que en un futuro próximo ese equipo siguiera creciendo hasta alcanzar 7 miembros más, como los 7 Ayudantes. Pues bien, ese deseo ha sido concedido, y con generosidad, ya que a fecha de hoy somos 21 las personas las que formamos el equipo, y es por ello que me animo este año a desear que, para el Congreso de 2015, el número de personas del Voluntariado de SEDIBAC se acerque lo más posible al número total de esencias que componen el Sistema Floral del Dr. Bach.

Esta nueva etapa en el Servicio de Voluntariado de SEDIBAC, iniciada a finales de 2010, ha estado orientada a potenciar la estructura del servicio, incrementando el número de voluntarias y voluntarios, así como el de asociaciones beneficiarias, y también a diversificar la tipología de colectivos a los que prestamos servicio de Voluntariado. También ha sido un objetivo importante el fomentar la relación entre los diferentes Terapeutas Florales que formamos el equipo, a través de sesiones de trabajo en grupo, comentando los diversos aspectos particulares y personales de cada servicio, y ofreciendo un final lúdico, con el fin de favorecer el contacto entre todas las personas del servicio. El día a día de todos y todas, con nuestras responsabilidades de trabajo, estudios, atención al hogar y familia, y la dedicación al voluntariado, no nos permite disponer de tiempo para relacionarnos con otros compañeros, sobre todo si no se presta servicio en un mismo centro.

De la misma manera en que se ha incrementado el número de integrantes del equipo del Voluntariado, también lo ha hecho el de asociaciones con las que trabajamos, pasando de prestarse servicio en 8 de ellas a finales de 2010, a 15 en la actualidad, lo que también ha significado un salto cuantitativo importante.

Por otro lado, el nuevo Voluntariado de Gestión está trabajando conjuntamente con el despacho de SEDIBAC en la renovación de la web de la asociación y, por consiguiente, en la renovación del apartado destinado al Voluntariado. Se está generando así un mayor contenido informativo sobre el servicio y sobre las colaboraciones establecidas, así como nuevos artículos y ponencias del Voluntariado.

A lo largo del 2012 se produjeron dos bajas y seis altas entre las personas del Voluntariado.

Las nuevas altas sirvieron para reforzar los servicios en el voluntariado de animales, para sustituir las bajas que hubo en ASSADEGAM y en EL FAR, y para cubrir un nuevo servicio en la asociación ALDEAS INFANTILES.

Una de estas altas ha permitido también la creación de una nueva división en el Voluntariado, llamada “Voluntariado de Gestión”. En esta nueva división recibimos el soporte voluntario de asociadas y asociados que nos ayudan en aquellos proyectos para los cuales, quienes integramos la Junta de SEDIBAC, carecemos de tiempo material o conocimientos específicos, como por ejemplo informática, redes sociales, community manager, traducción...

Durante el año también se iniciaron contactos y procesos de colaboración destinados a extender nuestro servicio de voluntariado a nuevas asociaciones de diferentes ámbitos, como personas maltratadas, geriátricos, personas sin techo, y animales.

De estas gestiones, se materializaron nuevas colaboraciones para prestar nuestro servicio en las siguientes asociaciones:

- En el voluntariado de atención a animales: EL JARDINET DELS GATS, APAO, y diferentes casas de acogida y adopción.

- En el voluntariado de atención a personas: ALDEAS INFANTILES.

También se tuvieron conversaciones con ADAMA, para crear un nuevo servicio en nuestro Voluntariado que permitiera integrar a Terapeutas Florales de SEDIBAC en los proyectos que lleva a cabo ADAMA con asociaciones que atienden a personas en exclusión social. Esta colaboración todavía no se ha materializado, quedando a la espera de que ADAMA nos contacte para continuar con el proyecto.

En mayo se organizó una visita privada al Jardí de les Essències, de nuestro colega y amigo, Jordi Cañellas. Asistimos todas las personas del Voluntariado que pudimos y disfrutamos de una hermosa y enriquecedora jornada, tanto en lo intelectual y físico, como en lo emocional. Aprovecho esta ocasión también, para mostrar de nuevo nuestro agradecimiento a Jordi por su generosidad, al proveernos de 28 Tinturas Madre de las esencias para utilizar en el Voluntariado.

En octubre organizamos una nueva edición de la *Jornada del Voluntariat*, un día dedicado al personal de nuestro servicio, en reconocimiento a su labor y dedicación.

Refiriéndome nuevamente a la exposición que hice en este mismo lugar, durante el Congreso de 2011, recuerdo que nuestra apreciada Claudia Stern me preguntó lo siguiente: “¿Qué hay que hacer para conseguir que el Voluntariado de Terapia Floral tenga presencia en las asociaciones?”. Mi poca experiencia en el puesto y mi vergüenza al estar frente al respetable auditorio, no me permitieron contestarle debidamente, entre otras cosas porque yo mismo tampoco entendía por qué era tan difícil encontrar asociaciones que aceptaran nuestra oferta de voluntariado de Terapia Floral.

Hoy día ya puedo responder con seguridad a la pregunta de Claudia, porque ya sé qué es lo que hay que hacer. En realidad, se trata de no hacer nada. De dejar de empujar con la arrogancia propia de un Vervain desbocado, y permitir que la red divina, esa que nos une a todos y a todo, la gran Matrix, tienda los puentes cuando crea que es el momento más oportuno en las historias de evolución personal de todas las que entramos en contacto con cada nueva colaboración: las personas que dirigen las asociaciones, los usuarios de las mismas, y el personal terapeuta voluntario que prestará el servicio.

Cuando queremos arrogarnos más protagonismo del que se nos ha otorgado, y pretendemos forzar la situación para satisfacer nuestro terrenal deseo, nos llega desde el Universo el oportuno “tirón de orejas” que nos ayuda a comprender que no es el momento adecuado para que se dé esa necesaria combinación mágica entre las partes que llevaría a materializar el nuevo servicio. Es esta una gran lección de humildad, que lleva a uno a comprender más y mejor quién y qué es. Una minúscula parte, un pequeñísimo componente más de esa gigantesca red divina, que al mismo tiempo es la red divina en sí.

He aprendido en este tiempo que tan sólo hay que dejar de empujar a la Vida para que ésta se pueda manifestar en todo su esplendor. No somos dueños de nada, ni de de nuestras palabras, ni de nuestros pensamientos, ni de nuestros sentimientos. No somos dueños de nuestros cuerpos ni de nuestras vidas; tan sólo somos una nota de música más, que cuando se supedita a la voluntad de la celestial partitura en la que está escrita, suena la más bella melodía que haya podido ser escuchada. Es exactamente la misma

música que se escucha en esos instantes en que nos sentimos como seres “despiertos”, en esos instantes más o menos duraderos en que nuestra personalidad cede con gusto su protagonismo y se supedita a nuestra Alma. Ese momento mágico en que lo comprendemos todo, y en el que el sufrimiento terreno desaparece por completo.

Qué penita no poder anclarnos más tiempo en esa posición ¿verdad? Pero bueno, para eso somos seres humanos y estamos aquí encarnados, para continuar aprendiendo cómo hemos de hacer para permanecer más tiempo “despiertos”, incluso para “despertar” del todo.

Desde que comenzó 2013, seguimos trabajando en la línea del crecimiento del equipo humano del Servicio, así como también en el del número de asociaciones y variedad de colectivos a los cuales deseamos hacer llegar nuestro soporte terapéutico. De hecho, en el momento en que se está presentando este informe ya se ha cumplido parte del objetivo marcado, con la incorporación de nuevas voluntarias a los equipos de voluntariado terapéutico y de gestión, y con el establecimiento de nuevas colaboraciones con asociaciones de atención a personas y animales. Todo esto será comentado oportunamente en el próximo informe sobre la gestión y actuaciones de 2013.

En mi opinión, ninguno de estos logros, ni de los logros anteriores, ni de los que alcancemos en el futuro, son mérito atribuible a esta Coordinación, ni a ninguna de las anteriores o futuras, ni tampoco a persona alguna, de dentro o de fuera de esta asociación. Todos estos logros, los que hubo, y los que vendrán, son mérito exclusivo de todas las partes participantes: de las asociaciones beneficiarias, de sus usuarios, del personal del despacho y Junta de SEDIBAC, de todo el Servicio de Voluntariado de SEDIBAC al completo, y por supuesto, también de todas las socias y socios que formamos esta gran asociación.

Es sin duda, a través de la ayuda indirecta de parte de nuestras cuotas, como contribuimos a hacer realidad el sueño de ayudar a desvanecer la penumbra en la que viven sumidas muchas de las personas y animales con quienes compartimos esta existencia terrenal; en definitiva, de nuestros hermanos. Aquellos que viven hoy en esa misma penumbra y oscuridad en la que hemos estado sumidos más de uno de nosotros. Sin esta generosidad no sería posible la financiación de todos los proyectos presentados en este informe, ni de los que esperamos poder ofrecer en el futuro.

Y ya terminando esta exposición, creo que vale la pena mencionar que la apertura hacia la Terapia Floral que se está dando en las asociaciones beneficiarias, está permitiendo que, más allá de la acción directa de la atención a personas concretas, se produzca también otro efecto positivo y deseado, como es la mayor difusión de esta gran terapia. La que hemos escogido recibir y ofrecer, convirtiéndola en el faro que nos ilumina y nos guía a través del oscuro camino que nos lleva hacia nuestro interior, hacia el reencuentro con nuestra Alma y con nuestra misión de vida.

Por ello, desde aquí os pido que continuéis ofreciendo vuestro apoyo a la Terapia Floral de Bach, y, como referente de ella, a nuestra asociación SEDIBAC. Y por supuesto, también os animo a que participéis de manera activa a través de nuestro Servicio de Voluntariado para tomarnos el relevo, como nosotros se lo tomamos en su día a otras personas, o para reforzar el equipo existente.

En mi propio nombre, y en nombre de todo el Servicio de Voluntariado, al cual represento, os hago llegar nuestro más sincero agradecimiento. ¡Os enviamos un abrazo de todo corazón!