

RESUMEN DE LA REUNIÓN NACIONAL DE SOCIOS 2018



A las 16.30 h del sábado 7 de julio de 2018 daba comienzo, en el Centro Cívico Ciudad Vieja de A Coruña, la Reunión Nacional de Socios para celebrar el Tercer Aniversario de AMTAES.

Asistieron a la reunión 19 socios:

GAM-Coruña: *Alba, Silvia, Diana, Tensi, Javier, Jorge, José Ramón, Lidia, Marc y Mónica.*

GAM-Córdoba: *Enrique.*

GAM-Madrid: *Ángel, Javier, Jesús, Antonia, Teo.*

GAM-Pontevedra: *José Carlos.*

GAM-Vizcaya: *Isabel, Héctor.*

El presidente de AMTAES inicia la reunión con un saludo a todos los asistentes y exponiendo el orden del día:

1. Bienvenida a los asistentes
2. Situación actual de la Asociación
3. Mesa redonda: los Grupos de Ayuda Mutua
4. Otros asuntos a tratar
5. Agradecimiento y felicitación a todos los socios.

1. Bienvenida a los asistentes

Lidia (coordinadora del GAM-Coruña), en representación del Comité Local Organizador de esta jornada, da las gracias al GAM-Coruña y a José Carlos (coordinador del GAM-Pontevedra) por su colaboración en la organización del evento. Seguidamente, da la bienvenida a todos los asistentes, valorando el gran esfuerzo que supone al haberse desplazado desde sus lugares de residencia y les desea una feliz estancia en la ciudad.

2. Situación actual de la Asociación

El presidente, después de agradecer a Lidia la elaboración del excelente cartel conmemorativo del tercer aniversario de AMTAES, presenta un resumen de la situación actual de la Asociación y del progreso durante estos tres años de vida:

- El número de socios actual supera los 800 y sigue a un buen ritmo de crecimiento, según se aprecia en los gráficos 1 y 2, en donde se observa cómo ha ido aumentando progresivamente la tasa de inscripción de socios.

Gráfico 1. Evolución del número de socios de AMTAES

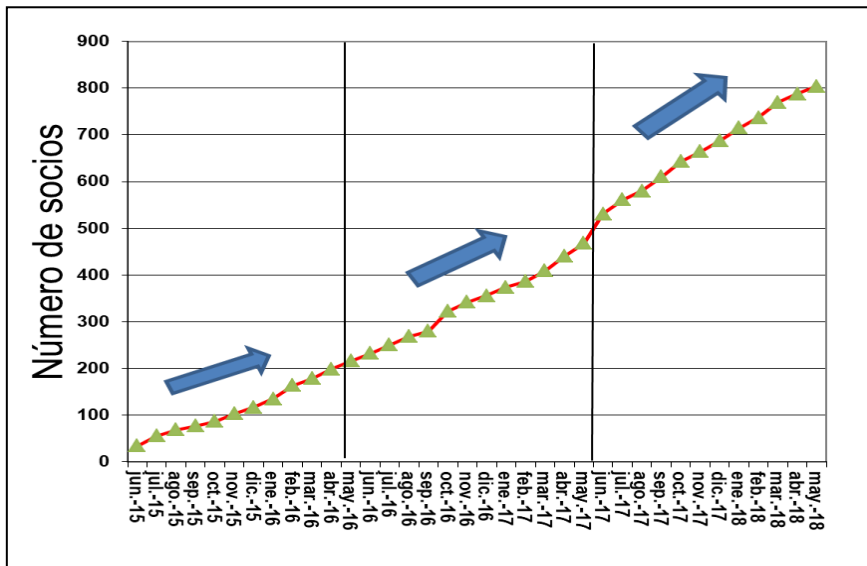
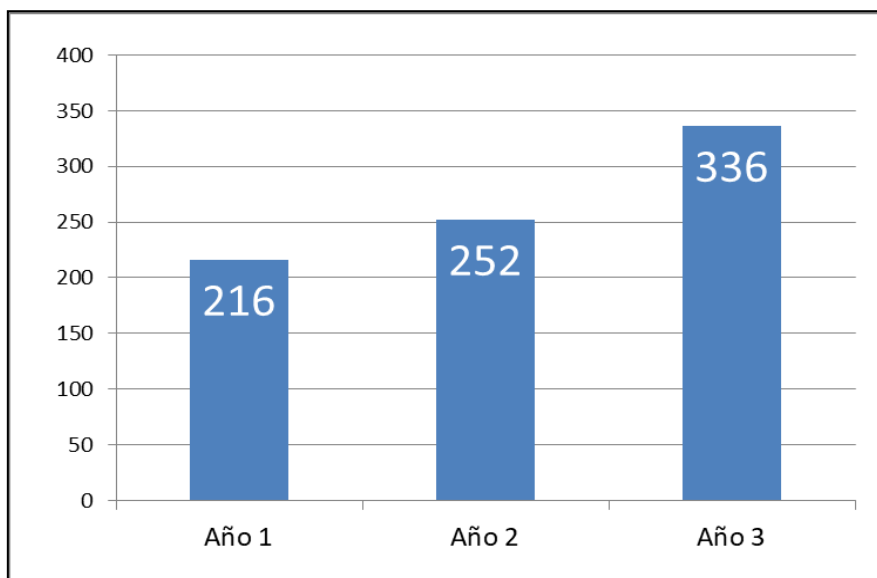


Gráfico 2. Número de nuevos socios inscritos cada año



- Se muestra la distribución por edades de los socios, en donde ocupa el primer puesto el grupo de 31-40 años al que pertenecen el 35% de los socios (Gráfico 3). Se señala también que el grupo de socios jóvenes (18-30 años) ha ido aumentando cada año en términos porcentuales respecto del total de socios (Gráfico4).

Gráfico 3. Distribución por grupos de edades de los socios

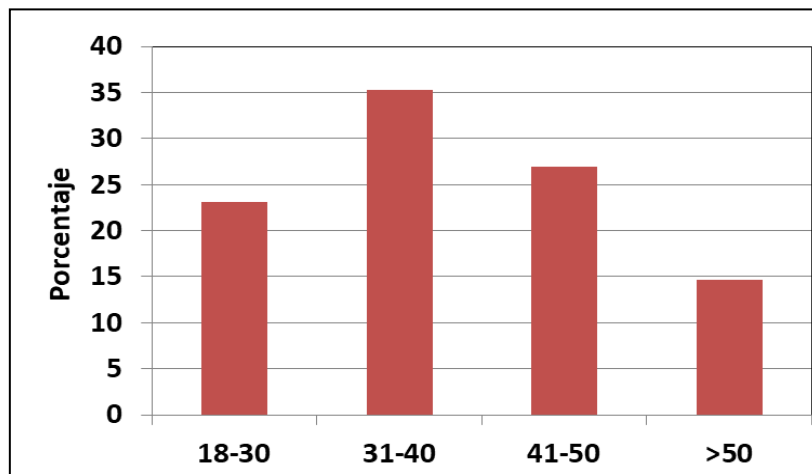
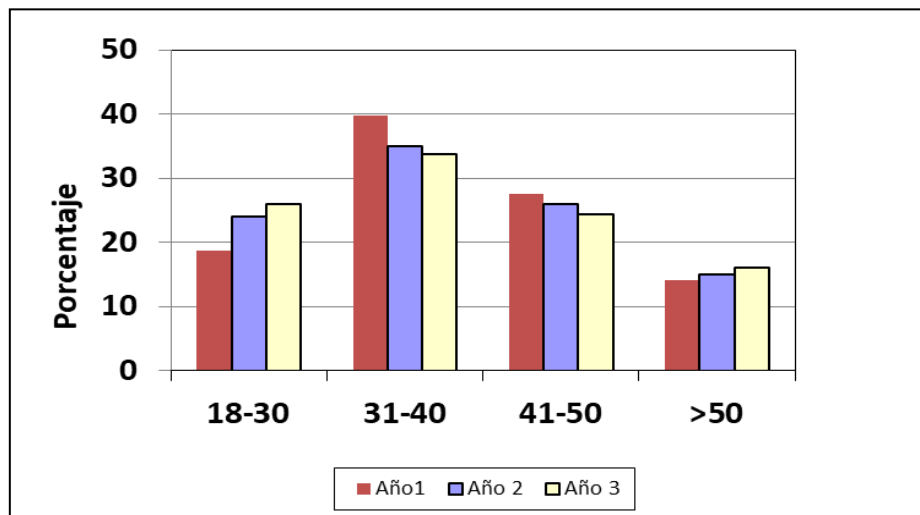
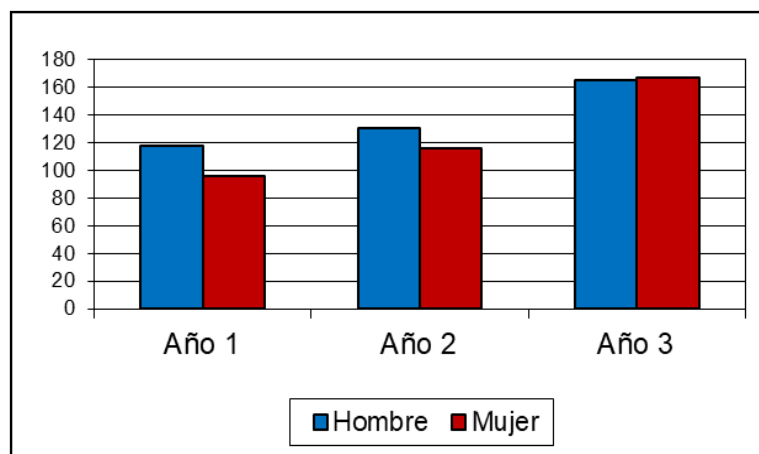


Gráfico 4. Evolución anual de la distribución por grupos de edades de los socios



- En cuanto al número de socios en función del género, la situación es ligeramente favorable a los hombres (52,15 %) respecto de las mujeres (47,85 %). No obstante, merece especial atención el hecho de que en las nuevas inscripciones de este último año el número de socias ha superado al de socios por primera vez (Gráfico 5).

Gráfico 5. Evolución anual del número de nuevos socios según su género



- Se presenta el mapa actualizado de la distribución territorial de socios (Gráfico 6), en donde se indica también las provincias con GAM. Cabe destacar la alta representación de la asociación en todo el territorio nacional, quedando muy pocas provincias sin socios.
- En la segunda parte de esta exposición, el presidente recuerda los objetivos de la asociación, según estatutos: 1) **Dar a conocer a la sociedad la existencia e importancia real de los trastornos de ansiedad**, así como plantear la necesidad de abordar medidas para su prevención y asistencia psicológica especializada y gratuita; y 2) Facilitar la interacción entre los afectados mediante **Grupos de Ayuda Mutua**.
- Con objeto de cumplir estos objetivos, la asociación ha ido organizándose y desarrollando herramientas cada vez más eficaces. En este sentido, se presenta en primer lugar el organigrama actual de AMTAES (Gráfico 7). El presidente llama la atención a los socios ante la importancia de pensar en AMTAES como un organismo, en el que todas sus partes han de estar convenientemente interconectadas (“que tu mano derecha sepa siempre lo que hace tu mano izquierda”). De esta forma se podrá avanzar como organización y conseguir cada vez mayores logros.

Gráfico 6. Distribución por provincias del número de socios y de los GAM constituidos (círculo verde) a fecha de hoy

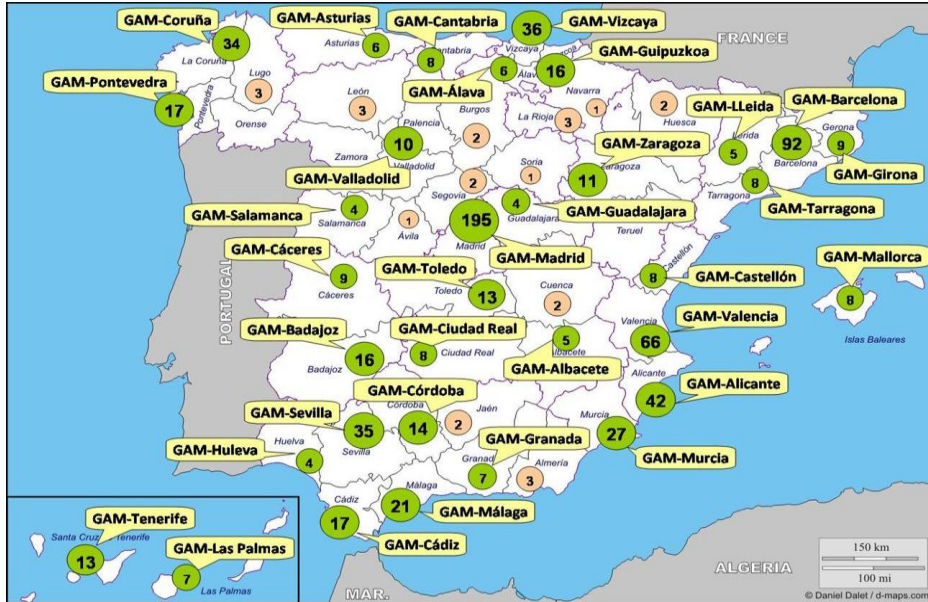


Gráfico 7. Organigrama de AMTAES



- Finalmente se resumen de los principales avances que han tenido lugar en cada uno de los tres años de vida de la asociación: TRES AÑOS DE CRECIMIENTO.

PRIMER AÑO (mayo 2015-mayo 2016)

NACEMOS

- Inscripción oficial: Acta Fundacional y Estatutos (Mayo 2015).
- Primera Junta Directiva (3 socios fundadores).
- Estructura organizativa.
- Inscripción de socios: documento de solicitud.
- Web de la Asociación (en wordpress).
- Comisión Medios de Comunicación.
- Reglamento y actividades de los GAM.
- Comisión Coordinadores GAM.
- Grupos de socios en Facebook: Área Socios, Comité de Organización y grupos por Comunidades Autónomas.
- Boletín mensual Metamorfosis (Enero 2016).
- Comisión de Resolución de Conflictos y Normativa de actuación.
- Salas de chat de texto.
- Primera Asamblea General de Socios (Madrid, Enero 2016).

SEGUNDO AÑO (mayo 2016-mayo 2017)

NUESTROS PRIMEROS PASOS

- Encuesta a los socios sobre el funcionamiento de la asociación (Junio 2016).
- Zona Socios (con contraseña) en la página web para uso de los socios.
- Nueva hoja de solicitud: se amplía la información solicitada a los socios.
- Guía básica para nuevos socios, que se envía en el momento de la inscripción.
- Comisión de Asuntos Externos.
- Red de Voluntarios para ayuda individualizada a socios.
- Normativas sobre los grupos de ayuda mutua.
- Hojas Divulgativas para difusión de la asociación en diferentes formatos.
- Radio AMTAES (Enero - Abril 2017).
- Nuevos grupos en Facebook para socios: Historias para contar y Comparte Arte.
- Acuerdos de colaboración con psicólogos profesionales especializados.
- Conversaciones con otras asociaciones de salud mental.
- Primera Reunión Nacional de Socios (Santurzi, Junio 2016).
- Asamblea General de Socios (Madrid, Enero 2017).

TERCER AÑO (mayo 2017-mayo 2018)

EN CRECIMIENTO

- Modificación de los Estatutos para ampliar la Junta Directiva.
- Modificación de los Estatutos para crear delegaciones territoriales.
- Renovación Junta Directiva (Asamblea extraordinaria)
- Diseño de Nueva página web con dominio propio (en elaboración).
- Lista de Voluntarios para su participación en medios de Comunicación.
- Video-Chat para socios.
- Acuerdos de colaboración con Asociaciones de Psicólogos: ANPIR y SEAS.
- Presentación de nuestra Asociación a agrupaciones profesionales: Red Proem (Málaga), Jornadas de ANPIR (La Rioja).
- Mesa redonda con psicólogos especializados en Trastornos de ansiedad.
- Creación de la delegación de AMTAES en Santurtzi: un camino a seguir.
- Participación en la Feria de Asociaciones de Santurtzi.
- Primeros locales de reunión para los GAM.
- Segunda Reunión Nacional de Socios (Barcelona, Junio 2017)
- Asamblea General de Socios (Madrid, Enero 2018).
- Premios de reconocimiento a socios por su labor destacada en AMTAES.

3. Mesa redonda: funcionamiento de los Grupos de Ayuda Mutua

José Carlos (Tony), Coordinador General de los GAM, es el encargado de organizar y moderar el desarrollo de la mesa redonda. Comienza presentando a los coordinadores de GAM participantes y animando a los asistentes a intervenir con las opiniones, aportaciones y cuestiones que crean convenientes; para ello, se organizan los turnos en los que se van recogiendo las posiciones de los coordinadores en cada tema, tras los cuales se va dando paso a las intervenciones de los asistentes que así lo requieran. S

Sobre la Coordinación de los GAM

Título: “El coordinador como un animador social”.

Planteamiento: En ciertas ocasiones, los coordinadores se desalientan al ver por parte de un número considerable de socios una ausencia de respuesta o participación en los GAM, esto ha generado dudas sobre su idoneidad ya que finalmente ellos también están afectados de problemas de origen ansioso, y aunque valientemente se han presentado a desempeñar este cargo, por sí mismos poco pueden hacer sin la colaboración de los demás integrantes del GAM.

Cuestiones planteadas:

- ¿Los GAM necesitan una persona que dé fuerza al resto de socios, que los anime a quedar, que mantenga activo el grupo y que de conversación en las redes sociales?
- ¿Hasta qué punto es necesario que un GAM necesite alguien de "animador social"?
- ¿Debería el coordinador estar tirando de sus compañeros como de un líder se tratará?
- ¿Atentaría contra la horizontalidad del GAM y su concepto básico de grupo entre iguales?

Posiciones de los Coordinadores:

Isabel: *No tiene que ser un animador, lo que sí tiene es que convocar, y cuando hay reuniones debe facilitar la palabra a los compañeros que deseen exponer sus sentimientos y emociones, sin presiones. Los que no desean hablar con escuchar puede ser suficiente, pues es la experiencia que les puede venir bien.*

Jesús: *Yo creo que es bueno pero no necesario, no se puede exigir al coordinador que sea como un "coach", el coordinador también tiene sus problemas, sus bajones, pero no es fundamental que deba ser un comunicador social; es muy difícil que haya un coordinador modelo. La función de un coordinador creo que sería, aparte de hacer las quedadas, animar a que la gente participe cada vez más, pero a veces nuestras habilidades sociales no son las mejores por la propia fobia social. Lo fundamental es que el coordinador tenga voluntad y que obtenga apoyo de sus compañeros.*

Lidia: *Hay grupos que empiezan a ser muy grandes y es muy difícil para el coordinador crear una relación personal con cada uno de ellos. Cada socio debería ser el que también estableciese contacto con el coordinador promoviendo así la comunicación bidireccional. El coordinador no debe posicionarse de forma superior sino que los compañeros también deben de tener un mínimo de iniciativa. Desde luego sí ayuda que el coordinador tenga cierta facilidad de palabra evitando silencios incómodos y pueda dar o fomentar cierto apoyo; por lo que a veces puede ser útil que el coordinador tenga ciertas capacidades.*

José Carlos: Que el coordinador de un GAM sea una especie de animador social favorecería que los demás compañeros del GAM estuviesen esperando a que alguien tirase de ellos, cuando realmente cada socio debería poner su granito de arena en el GAM en la medida que pudiese. Realmente pienso que si tuviésemos como coordinador un animador social nos estaría haciendo un flaco favor ya que fomentaría una dependencia hacia él. Un GAM debe ser participativo, de eso trata la ayuda mutua. Ante todo debemos preservar la horizontalidad del GAM y su concepto básico de grupo entre iguales. Aún pudiendo, evitemos acostumbrar a los compañeros a que alguien tire de ellos, cada uno debe poner, en lo posible, un esfuerzo por su parte intentando salir de su zona de confort y participando activamente en el grupo. Debería ser una decisión libre y personal como lo fue su inscripción en AMTAES.

Opiniones y aportaciones recogidas de los asistentes:

1. *Que cada uno aporte al GAM lo que pueda.*
2. *Hay momentos en los que uno está en posición de ayudar y otros en posición de ser ayudado.*
3. *Que recaiga toda la responsabilidad en el coordinador es exigirle más de la cuenta.*
4. *El coordinador es un afectado más.*
5. *Hay momentos en que es mejor no forzar la participación.*
6. *Crear unos lazos conectores entre los socios desde el momento que llegan que facilite el apoyo.*
7. *Que hubiese una especie de moderador en el grupo que pudiese animar a que los socios fuesen activos por sí mismos.*
8. *Crear dinámicas de grupo que favoreciesen la inclusión de los socios que menos participan.*
9. *Que el trato a los integrantes del GAM fuese más personalizado.*
10. *Evitar que sea una sola persona la que dicte las normas.*
11. *Que todos participen en la medida de lo que puedan, pero que participen.*
12. *Que las decisiones sean compartidas.*
13. *Cualquier socio puede proponer y organizar actividades sin necesidad de centrar la imagen en el coordinador.*
14. *El coordinador no tiene la responsabilidad de que el grupo funcione, sólo de coordinar. Todos los integrantes son responsables del funcionamiento del grupo.*
15. *Hay personas que tienen más habilidades sociales que otros.*
16. *La importancia de que los socios conozcan cual es realmente la función del coordinador para evitar que le impongan responsabilidades que no son suyas.*
17. *Lo importante de cada salida es la comunicación e interacción social.*
18. *Evitar las jerarquías en los GAM.*
19. *El cometido de los GAM es independiente a los tratamientos psicológicos y psiquiátricos que los socios realicen. Sí se puede considerar un complemento.*

Conclusiones:

Puesto que la base es la horizontalidad del GAM y como los socios recién llegados no suelen conocer el sistema de funcionamiento de un GAM, debemos aclarar estos aspectos cuando los coordinadores nos presentemos, especificando que somos un afectado más; esto evitaría que piensen erróneamente que estamos en una posición superior y esperen solo nuestra iniciativa. Cualquier socio puede proponer actividades, el coordinador se encarga de comunicarlas a todos los socios y facilitar la asistencia mediante la búsqueda del momento en el que pueda haber mayor disponibilidad para asistir.

Sobre la Red de Ayuda de Voluntarios

Título: “Eficacia de la Red de Ayuda”.

Planteamiento: Hemos vertebrado una Red de Ayuda formada por voluntarios de los distintos GAM que es dirigida a través de sus coordinadores. La idea es sencilla: un voluntario ayudaría en situaciones que a veces nos pueden costar bien por la fobia social, la agorafobia o la ansiedad que nos causa una situación concreta. Como ejemplos está la posibilidad que alguien acompañe al socio para salir de casa, hacer un trámite administrativo, acudir al médico o incluso hacer la compra; pues hay socios que presentan una elevada ansiedad hacia tales acciones. El despliegue para llevarla a cabo se realizó en tres fases: recogida de voluntarios, ofrecimiento del servicio a los socios y puesta en contacto de las solicitudes a través del coordinador del GAM; sin embargo al llegar a la tercera fase tenemos constancia de socios que, necesitando del servicio, no se atreven a solicitarla al coordinador con lo que no se está produciendo una actividad significativa.

Cuestiones:

- ¿Cómo podemos hacer de este servicio a los socios una solución eficaz alentando as su funcionamiento? ¿Cómo se podría mejorar para activarla hacerla más solícita?

Posiciones de los coordinadores:

Lidia: *El papeleo resta a la parte más emocional de la ayuda, creo que sería distinto si el socio que lo necesitase lo expusiese al grupo directamente sin necesidad de usar un formulario.*

José Carlos: *La cuestión de hacer esta red mediante formularios y solicitudes lo hemos diseñado precisamente porque al socio le cuesta expresar de manera natural -¡Pues yo me apunto de voluntario!, y al que solicita la ayuda también le resulta complejo por su propia situación decir “pues yo necesitaría que alguien me acompañase a salir porque veo que me aísla en casa” o “me daría más seguridad salir si inicialmente lo hiciera acompañado”. Sería el coordinador el que una vez recibida la petición contactase con los voluntarios para ver cual estaría en posición de ayudar poniendo en contacto al voluntario con el solicitante para ultimar los detalles.*

Isabel: *Las veces que algún socio ha solicitado la red de ayuda no sé si llegó a funcionar, si que he llegado a poner en contacto alguna petición con un voluntario de manera puntual pero desconozco como se ha desarrollado. Quizás hay socios que simplemente necesitan compañía y ser escuchadas.*

Jesús: *Quizás si insistimos mucho en que los socios soliciten la ayuda puede ocasionar un efecto contrario, está bien publicarlo para que sepan de su existencia pero evitar forzar el uso de esta red. Sí veo conveniente que se vaya informando a los nuevos socios de la existencia de la Red de Ayuda para que puedan acogerse a ella si lo necesitan en algún momento como también tener la opción de hacerse voluntarios.*

Opiniones y aportaciones recogidas de los asistentes:

- 1. La complementariedad de una persona con agorafobia con una con fobia social puede ser muy positiva a la hora de establecer una ayuda mutua debido a que las primeras suelen ser más abiertas socialmente, algo que quizás se podría aprovechar.*
- 2. Creo que la idea no está bien realizada debido a que desde que se solicita hasta que se encuentra un voluntario disponible puede pasar una semana. El proceso se hace muy lento.*
- 3. Lo ideal es que se pudiese solicitar directamente al grupo, especialmente cuando se trata de algo inminente.*
- 4. Se hace lento porque cuando se trata de una gestión muy concreta un día y hora determinado el coordinador debe buscar un voluntario que disponga de ese momento concreto disponible, lo cual no siempre resulta sencillo ni rápido de efectuar.*
- 5. Quizás esta Red de Ayuda esté más pensada para situaciones recurrentes en el tiempo, como salir acompañar un determinado día cada semana para dar una vuelta, una gestión periódica como puede ser el acompañamiento hasta la consulta médica. En el fondo es acompañamiento y ayuda mutua.*
- 6. Quizás el que en una época es voluntario, en otra está de bajón y necesita que lo ayuden, acaba siendo un “quid pro quo”.*
- 7. Puede ser que el voluntario los días que haya especificado que está disponible le surja alguna situación que impida que pueda prestar esa ayuda.*
- 8. Una vez el coordinador asigna el voluntario que va a facilitar la ayuda todo va más rápido porque la comunicación se establece directamente entre éste y el socio solicitante; sin embargo en la primera ocasión puede ralentizarse hasta encontrar ese voluntario disponible y adecuado para la demanda que se ha realizado.*
- 9. Se habla poco del voluntariado, hay socios en el GAM que desconocen que hay una Red de Ayuda.*
- 10. Estaría bien que los coordinadores ofreciesen a los asistentes de los encuentros que pueden formar parte de esta red, bien ya sea como voluntarios o solicitantes de la ayuda.*
- 11. Posibilidad de hacer un directorio de voluntarios del GAM, si bien hay que respetar que haya algunos que prefieren permanecer en el anonimato.*
- 12. Que cualquiera pueda ser voluntario sin necesidad de una previa inscripción.*

Conclusiones:

Se acuerda que los coordinadores informen a los socios actuales y futuros según se van inscribiendo que disponen de la posibilidad de hacerse voluntarios, y si alguna vez lo precisasen también de solicitar esta ayuda, ya sea de forma puntual o periódica. También se establece la posibilidad de que si el socio no tiene inconveniente, con fin de acelerar su prestación, pueda publicar su solicitud directamente en el grupo para que el que pueda ofrecerse se ponga directamente en contacto; en los demás casos se seguirá usando el modelo definido hasta la fecha. En los casos de que el solicitante publicase la petición en el grupo, es posible que no haga falta que el coordinador intervenga si un socio se ofrece, aun cuando éste no se hubiera registrado como voluntario anteriormente.

Temas adicionales aportados por los asistentes durante la mesa redonda.

Enrique toma la palabra para indicar que está pendiente la creación de una plataforma telemática que permita el contacto entre los terapeutas acreditados con los que AMTAES mantiene acuerdos de colaboración. Las propias entidades con las que colabora la asociación han mostrado su interés por participar y mantener un contacto estrecho. Tras un intercambio de impresiones por parte de los socios también informa sobre la posibilidad de que aquellos GAM que lo deseen soliciten un local para que, un terapeuta con el que la asociación tenga acuerdo de colaboración, pueda impartir talleres para los socios en dicho espacio.

Lidia propone la creación de un directorio de especialistas que tengan experiencia en trastornos de ansiedad basado en la experiencia de los propios socios con los profesionales que se hayan tratado como fuente de información. En las intervenciones posteriores se recomienda que en los datos del directorio aparezca el tipo de terapia que realizan. Del mismo modo se indica que la única terapia comprobada científicamente de su efecto positivo en los trastornos de ansiedad es la cognitivo-conductual; sin embargo se argumenta que quizás otras terapias no corroboradas pueden en algunos casos resultar efectivas. Finalmente, tras escuchar la experiencia de algunos socios, se acuerda preguntar a los expertos qué terapias pueden dar resultados positivos aún cuando no estén demostradas científicamente para así poder nombrarlas en el directorio.

Enrique recuerda, como presidente de la asociación, que los grupos de mensajería instantánea no pertenecen a la estructura orgánica de la asociación, sino que se crean de manera extraoficial, si bien la asociación anima a que los socios establezcan los medios que crean oportunos para comunicarse entre ellos y se aconseja que siempre haya un coordinador o socio en quien éste delegue, que se responsabilice de que los comunicadores de estos medios están inscritos como socios de AMTAES. También recuerda que debido a las características propias de los grupos de mensajería se facilita la generación de comentarios irreflexivos o contenido polémico que puede

generar conflictos entre los socios, por lo que en la medida de lo posible, se aconseja evitar estos enfrentamientos que sólo conducen a desavenencias que acaban afeando el ambiente de cordialidad y confianza del GAM. AMTAES se responsabiliza del contenido de los grupos que de manera oficial ha creado para el encuentro virtual de los socios, pero de ningún modo puede hacerlo de aquellos que escapan fuera de su control como es el caso de los grupos de mensajería instantánea; por todo ello tampoco puede implicarse en los conflictos que surjan. Se recomienda, por tanto, que si un GAM decide utilizar estos medios de comunicación extraoficiales lo haga con prudencia, asegurándose que todos sus miembros son socios, evitando aquellos temas que puedan ocasionar discrepancias y centrándolo en las finalidades propias como la de facilitar los encuentros presenciales.

Tras las conclusiones, se agradece a los coordinadores presentes su participación y a los asistentes por sus inestimables aportaciones e intervenciones, dando de esta manera por finalizada la mesa redonda.

Como resumen final, el presidente toma la palabra para recordar el concepto de **Grupo de Ayuda Mutua** basado en los siguientes atributos y beneficios:

Atributos de los GAM

Respeto mutuo: no se juzga, solo se dan opiniones

Confidencialidad: lo que se habla en el grupo no sale del grupo

Inclusión: todas las personas del grupo participan, aunque no están obligadas a ello.

Sin jerarquías: no hacen falta expertos, porque todos los son por propia experiencia.

Beneficios de los GAM

Aportan **esperanza**

Precisan de la **autodeterminación**

Ofrecen **apoyo entre iguales**

Promueven la **participación activa**

4. Otros asuntos a tratar

Se da lectura a propuestas y comentarios que algunos socios que no pudieron asistir enviaron por correo electrónico.

Pilar: en relación con el Boletín Metamorfosis comenta “me gustaría que hubiese más entrevistas a profesionales de la salud como médicos de cabecera, auxiliares, enfermeras e incluso a profesores de universidades o institutos o colegios, hablándonos sobre nuestro trastorno y, si lo conociesen, como lo viven en sus respectivos trabajos”. En su escrito, Pilar también anima a una mayor implicación de los socios en temas puntuales (entrevistas a medios de comunicación, participación en otros grupos de trabajo). Por otro lado, considera importante invitar y al mismo tiempo pedir ser incluidos en mesas de asociaciones afines a nosotros para ser más conocidos, aparte de ser escuchados, así como seguir participando y dejando participar a psicólogos y psiquiatras. Por último, propone se organice una convivencia de fin de semana rural para los socios.

Álvaro: opina que “lo más importante es hacer más visible esta asociación, hacer más publicidad, dándola a conocer a más gente, para aumentar el número de socios y a partir de ahí que se puedan hacer muchísimas más cosas”. Además, hace dos propuestas: 1) Participar en actos de calle (Día Mundial del Voluntariado, charlas en lugares públicos, etc.); 2) Colaborar con el Teléfono de la Esperanza en llamadas por teléfono, programas, talleres o cursos de formación afines, que tengan que ver con los trastornos de ansiedad o la soledad, si los hay, en la sede de cada provincia donde los imparta.

Todas estas propuestas son recibidas con agrado por los asistentes, estando todos de acuerdo en que la Asociación debe tenerlas muy en cuenta.

Se pregunta a los socios si quieren proponer algún asunto que no se haya comentado en la reunión. **Teo** pide la palabra para ofrecerse como coordinador del GAM de Madrid, sumándose a los dos coordinadores ya existentes, con el propósito de ampliar el abanico de actividades del grupo.

5. Agradecimiento y felicitación a todos los socios

El presidente agradece a los socios asistentes su presencia y aportaciones en esta reunión conmemorativa del tercer aniversario de la asociación. Felicita a todos los socios de AMTAES por su contribución, de una u otra manera, al desarrollo de las actividades y al crecimiento de la asociación durante estos tres años de vida.

Se felicita también al Comité Organizador Local por toda la labor preparatoria de la Reunión, así como por su preocupación constante para que los asistentes pudieran disfrutar de la bella ciudad de A Coruña, teniendo como excelente guía turística a nuestra amiga Lidia.

Se concluye la reunión recordando lo que es y lo que no es AMATES.

LO QUE SOMOS

Una asociación de ayuda mutua
Colaboramos entre todos y para todos
Acercamos a la sociedad este tipo de trastornos
Exigimos una atención psicológica eficaz

LO QUE NO SOMOS

Una red social de contactos
Un centro de terapias
Una secta de iluminados

En Coruña, a 7 de Julio de 2018.