

DELEGACIONES **anasaps**

**PAMPLONA • IRUÑA**

C/ Río Alzania 20, trasera - 31006 Pamplona

**Tel.:** 948 248 630

**Fax:** 948 240 336

**e-mail:** anasaps@anasaps.org

**TUDELA • TUTERA**

C/ Hermanos Segura Golmayo 2, 3º Planta - 31500 Tudela

**Tel.:** 948 847 236

**Fax:** 948 847 236

**e-mail:** tudela@anasaps.org

**TAFALLA • TAFALLA**

C/ Tubal 19 - 31300 Tafalla

**Tel.:** 948 704 145

**Fax:** 948 704 145

**e-mail:** tafalla@anasaps.org

**ESTELLA • LIZARRA**

Plaza de Santiago 37 - 31200 Estella

**Tel.:** 948 554 006

**Fax:** 948 554 006

**e-mail:** estella@anasaps.org

**SANTESTEBAN • DONEZTEBE**

C/ Mercaderes 7 - 31740 Santesteban

**Tel.:** 948 451 443

**Fax:** 948 451 443

**e-mail:** dizdira@anasaps.org

ASOCIACIÓN NAVARRA PARA LA SALUD MENTAL

**www.anasaps.org**

Asociación Navarra para la Salud Mental

**anasaps**



GRUPOS Y ACTIVIDADES  
CURSO 2011 / 2012

GRUPOS Y ACTIVIDADES ANASAPS: Curso 2011 / 2012					INFORMACIÓN	PRECIO SOCIOS	PRECIO NO SOCIOS
→ CUOTA DE SOCIO DE ANASAPS					---	50 € / Año	---
→ ACTIVIDADES INTERNAS (en locales de ANASAPS)					La cuota del curso permite asistir a todas las actividades internas que se desee desde septiembre de 2011 hasta junio de 2012.	30 € / Curso	60 € / Curso
PAMPLONA	ESTELLA	TAFALLA	TUDELA				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajedrez</li> <li>• Asamblea</li> <li>• Café tertulia - Grupo Joven</li> <li>• Cifras y letras</li> <li>• Costura</li> <li>• Destreza y lógica</li> <li>• Documentales</li> <li>• Espacio abierto</li> <li>• Euskera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exposición</li> <li>• Expresarte</li> <li>• Geografía e Historia</li> <li>• Informática iniciación</li> <li>• Informática avanzada</li> <li>• Manualidades</li> <li>• Paseo</li> <li>• Pintura</li> <li>• Video-Forum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arte</li> <li>• Manualidades</li> <li>• Informática</li> <li>• Inglés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pintura</li> <li>• Radio</li> <li>• Senderismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autonomía actividades vida diaria</li> <li>• Cocina</li> <li>• Destreza y lógica</li> <li>• Foro Noticias</li> <li>• Gimnasia mantenimiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informática</li> <li>• Manualidades</li> <li>• Rincón literario</li> <li>• Taller cifras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bailes latinos</li> <li>• Café tertulia</li> <li>• Cine</li> <li>• Cocina</li> <li>• Destreza y lógica</li> <li>• Dibujo y pintura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio abierto</li> <li>• Informática</li> <li>• Lectura</li> <li>• Manualidades</li> <li>• Música</li> <li>• Yoga</li> </ul>
→ ACTIVIDADES COMUNITARIAS (en locales externos)					1 Actividad	49 € / 1 Act.	95 € / Act.
PAMPLONA	ESTELLA	TAFALLA	TUDELA		2 Actividades	60 € / 2 Act.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cocina</li> <li>• Futbito</li> <li>• Gimnasia mantenim.</li> <li>• Inglés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Natación</li> <li>• Pelota a mano</li> <li>• Talla de madera</li> <li>• Yoga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Natación</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gimnasia</li> <li>• Natación</li> </ul>	3 Actividades	95 € / 3 Act.	
→ ACTIVIDADES DE FIN DE SEMANA					La cuota es para todos los fines de semana del curso.	30 € / Curso	60 € / Curso
→ ACTIVIDADES EXTRAORDINARIAS					---	Precio a concretar en cada actividad.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balneario</li> <li>• Comidas / Cenas</li> <li>• Equitación</li> <li>• Excursiones</li> <li>• Fiestas Patronales</li> <li>• Vacaciones</li> <li>• Etc...</li> </ul>					---	Gratuito (único requisito: ser socio)	
→ ASESORAMIENTO JURÍDICO					---	Gratuito (único requisito: ser socio)	
→ TRANSPORTE TUDELA					Hasta 15 Km.	8 € / Mes	16 € / Mes
					De 15 a 25 Km.	10 € / Mes	20 € / Mes
					De 25 a 50 Km.	15 € / Mes	30 € / Mes
→ TRANSPORTE ESTELLA (Desplazamientos puntuales para actividades grupales)					---	Precio a concretar en cada actividad.	
→ GRUPOS Y TALLERES					COMIENZO	HORA	FRECUENCIA
PAMPLONA	Escuela de familiares				06 de septiembre, martes	18:30	Cada 3 semanas
	Escuela de familiares TP				13 de septiembre, martes	18:30	Cada 3 semanas
	GAMB (grupo de autoayuda para personas con trastorno bipolar)				28 de septiembre, miércoles	18:00	Quincenal
	Grupo de autoayuda para familiares				05 de octubre, miércoles	18:00	Quincenal
	Taller de habilidades sociales (para personas con enfermedad mental)				03 de octubre, lunes	18:00	Semanal
	Taller de actividades de la vida diaria (AVD) (para personas con enfermedad mental)				06 de septiembre, martes	10:00	Semanal
	Taller de habilidades psicosociales (para personas con trastorno de la personalidad)				18 de octubre, martes	17:00	Semanal
	Comisión de trabajo de trastornos de la personalidad				03 de octubre, lunes	17:00	Primer lunes de cada mes
	Taller prelaboral (para personas con enfermedad mental)				19 de septiembre, lunes	10:00	Semanal
TUDELA	Club de empleo (para personas con enfermedad mental)				22 de septiembre, jueves	09:00	Semanal
	Escuela de familiares				03 de octubre, lunes	(consultar)	(consultar)
TAFALLA	Talleres monográficos psicoeducativos (para personas con enfermedad mental)				03 de octubre, lunes	(consultar)	(consultar)
	Escuela de familiares				10 de octubre, lunes	16:30	Mensual
	Talleres monográficos psicoeducativos (para familiares)				17 de octubre, lunes	16:30	Mensual
ESTELLA	Talleres monográficos psicoeducativos (para personas con enfermedad mental)				24 de octubre, lunes	16:30	Mensual
	Escuela de familiares				04 de octubre, martes	16:00	Quincenal
DIZDIRA	Talleres monográficos psicoeducativos (para personas con enfermedad mental)				06 de octubre, jueves	16:00	Semanal
	Escuela de familiares				19 de octubre, miércoles	12:00	Mensual