



**ASSOCIACIÓ CATALANA D'AFECTATS PER LA
SÍNDROME DE FATIGA CRÒNICA O ENCEFALOMIELITIS MIÀLGICA
I ALTRES SÍNDROMES DE SENSIBILITZACIÓ CENTRAL: FM - SQM - EHS**

MEMÒRIA ANUAL

2021

Introducció

Aquest any 2021 ve marcat per la pandèmia de la Covid 19. La major part de les activitats s'han hagut de repensar per esdevenir-les de manera virtual, havent pogut realitzar molt poques activitats de manera presencial. D'una banda, per les limitacions que les administracions han decretat en quan a les reunions i interacció entre les persones, però també perquè el nostre col·lectiu d'associats estem afectats d'alguna o de diverses de les síndromes de sensibilització central, lo que ens fa terriblement vulnerables davant la possibilitat de contagi del virus.

Vam començar l'any amb la realització dels tallers telemàticament i en un canvi de junta per la dimissió, per assumptes personals, de la que va ser presidenta durant molts anys, plens d'encert i d'activitats positives, la Sra. Núria Pons.

Les sessions de conferències sobre temes de les nostres síndromes o de notícies relacionades amb els tràmits a seguir quan som diagnosticats, s'han fet també per webinar a través de la plataforma Zoom i han estat seguides per nombroses persones.

La represa dels contactes de la nostra Associació amb les administracions, després de l'aturada sobtada de l'any 2020, s'han fet en forma telemàtica, però molt tímidament i amb molt poca empenta, al nostre entendre. Hem fet palès que de les 18 unitats d'expertesa de tot Catalunya, no funcionen la gran majoria i ni tant sols hi ha el referent i en els que hi ha, no coneix les nostres patologies.

JUNTA DIRECTIVA

La Junta de l'Associació és la següent:

President: Aleix Datzira Reixach

Secretària: Meritxell Iglesias Cirac

Tresorera: Anna Solé Boada

Vocal : Joan Bravo Pijoan

Vocal: Anna Rubau Geli

Vocal: Josefina Mas Gay

ENTITATS QUE ENS DONEN SUPORT

Durant l'any 2021 l'ACSFCEM ha rebut el suport de:

Ajuntament de Barcelona



Diputació de Barcelona



La Caixa



CALENDARI D'ACTIVITATS

11/01/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
14/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
14/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
15/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
20/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM

21/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
22/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
22/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
27/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
27/01/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
28/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
29/01/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
03/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
04/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
05/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
05/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
10/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
10/02/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
11/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
12/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
12/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
17/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
17/02/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
18/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom

	Taller de Músicoteràpia
19/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
19/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
23/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
24/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
25/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
26/02/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
01/03/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
02/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
03/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
04/3/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
05/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
06/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
09/03/2021	Digitalització i democràcia a les associacions 1. Formació Telemàtica de Torre Jussana.
10/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
11/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
11/03/2021	Digitalització i democràcia a les associacions 2. Formació Telemàtica de Torre Jussana.
12/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia

15/03/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
16/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
17/03/2021	Participació per videoconferència en el Consell Sectorial de Salut del Districte de Les Corts
18/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
18/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
19/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
23/03/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
25/03/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
06/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
07/4/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
08/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
09/04/2021	Per Webinar per la plataforma Zoom Conferència de MIFAS, per Tamara González, Anna Brasas i Ester Acosta amb el tema: "La valoració de la discapacitat i la inserció laboral"
09/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
13/4/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
14/4/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
15/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
16/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia

20/4/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
20/04/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
21/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
22/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
23/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
27/4/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
28/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
29/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
30/04/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
4/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
05/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
05/05/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
06/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
07/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
11/05/2021	"Com exercir bons lideratges en temps de distància social i virtualitat?" Formació telemàtica de Torre Jussana
11/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
12/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
13/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia

14/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
17/05/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
19/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
20/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
21/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
25/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
26/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
26/05/2021	Participació digital: idees i eines per a fomentar-la . Formació telemàtica de Torre Jussana
27/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
27/05/2021	Per webinar per la plataforma Zoom Conferència a c'arrec dels psicòlegs Daniele Vasta i Yolanda Domènech amb el tema “El dol en malalties cròniques”
28/05/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
31/05/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
31/05/2021	Participació per medi de videoconferència en el Grup de Treball per la pàgina web del Departament de Salut de l'Ajuntament de Barcelona
31/05/2021	Participació digital: idees i eines per a fomentar-la 2. Formació telemàtica de Torre Jussana
01/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
02/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
03/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia

04/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
04/06/2021	Participació digital: idees i eines per a fomentar-la 3. Formació telemàtica de Torre Jussana
07/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Assemblea General Ordinària de Socis
08/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
09/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
10/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoteràpia
11/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
11/06/2021	Participació per videoconferència a la Taula de Síndromes de Sensibilització Central del Departament de l'Ajuntament de Barcelona
15/06/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
15/06/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
27/07/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
31/08/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
14/09/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
28/09/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Portes obertes: Taller de Microgimnàstica
28/09/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
28 i 29/09/2021	Participació en el XPatient Barcelona Congres 2021
29/09/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
30/09/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Portes obertes: Taller de Músicoteràpia
01/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Portes obertes: Taller de Sofrologia

01/10/2021	II JORNADA ÚLTIMOS AVANCES EN LA INVESTIGACIÓN FIBROMIALGIA, SFC/EM, SQM Y EHS de la CONFESQ. 1a sessió
05/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
06/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
07/10/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas Taller de Músicoteràpia
07/10/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
08/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
09/10/2021	Assistència de l'ACSFCM a la Fira Saludable programada per l'Ajuntament de Les Corts.
09/10/2021	Participació en un stand a la Fira Saludable promoguda per l'Ajuntament de Barcelona, Districte de Les Corts i organitzada pel Barcelona Superconsulting Center.
13/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
14/10/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas Taller de Músicoteràpia
14/10/2021	II JORNADA ÚLTIMOS AVANCES EN LA INVESTIGACIÓN FIBROMIALGIA, SFC/EM, SQM Y EHS de la CONFESQ. 2a sessió
15/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
19/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
19/10/2021	Participació per medi de videoconferència en el Consell Sectorial de Salut del Districte de Les Corts
20/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
20/10/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
21/10/2021	Reunió Comissió de Seguiment del Pla Operatiu SSC. Departament de Salut.
21/10/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas

	Taller de Músicoterapia
22/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
22/10/2021	Conferència a través de la plataforma Zoom en format Webinar impartida per Enric Molina amb el títol “La Incapacitat permanent en les Síndromes de Sensibilització Central”
26/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
27/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
28/10/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas Taller de Músicoterapia
29/10/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
31/10/2021	II JORNADA ÚLTIMOS AVANCES EN LA INVESTIGACIÓN FIBROMIALGIA, SFC/EM, SQM Y EHS de la CONFESQ. 3a sessió
02/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
03/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
04/11/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas Taller de Músicoterapia
04/11/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
05/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
09/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
10/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
11/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Músicoterapia
12/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
16/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom

	Taller de Microgimnàstica
17/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
18/11/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas Taller de Músicoteràpia
19/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
23/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
23/11/2021	Conferència a través de la Plataforma Zoom en format Webinar, impartida per la Dra. Laura Isabel Arranz sobre el tema: " La dieta antiinflamatòria pel dolor i la fatiga ".
24/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
25/11/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas Taller de Músicoteràpia
26/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
29/11/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
30/11/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica
01/12/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Teràpia Grup d'Ajuda Mútua GAM
02/12/2021	Presencial al Centre Cívic Tomasa Cuevas Taller de Músicoteràpia
03/12/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Sofrologia
13/12/2021	Reunió de Junta Directiva per videoconferència per plataforma Zoom
14/12/2021	Per medi de videoconferència per plataforma Zoom Taller de Microgimnàstica

**ASSOCIACIÓ CATALANA D'AFECTATS PER LA
SÍNDROME DE FATIGA CRÒNICA / ENCEFALOMIELITIS MIALGICA**

i altres **Síndromes de Sensibilització Central:**
Fibromiàlgia, Sensibilitat Química Múltiple, Electrohipersensibilitat

Plaça Comas, 13-14, baixos - Telèfon 93 321 46 54 - 08028 Barcelona - <http://www.acsfcem.org> - acsfcem@acsfcem.org