

MEMORIA DE ACTIVIDADES

Ejercicio

2025

1. DATOS DE LA ENTIDAD

1.1 Identificación de la entidad

Denominación	AVTOC - ASOCIACIÓN VALENCIANA DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO		
Régimen Jurídico	Constitución Española, Ley Orgánica 1/2002, de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación, y normativa aplicable en materia de asociaciones.		
Registro de Asociaciones	Registro de Asociaciones de la Comunitat Valenciana.		
Número de Inscripción	Fecha de Inscripción	CIF / NIF	
CV-01-062020-V	Valencia, 8 de abril de 2021	G05300470	

1.2 Domicilio de la entidad

Calle / Plaza	Número	Código Postal	Localidad / Municipio	Provincia
Calle Pintor Enric Ginesta	nº 3, pta 22	46020	Valencia	Valencia
Teléfono	Dirección de Correo Electrónico		Página web	
641 92 58 78	info@tocvalencia.org		tocvalencia.org	

1.3 Fines estatutarios

- Informar, orientar y asistir a personas afectadas por Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) y a sus familiares, posibilitando el bienestar personal y la integración social.
- Propiciar la aceptación del trastorno en las propias personas afectadas y en sus allegados.
- Luchar contra el estigma y los prejuicios asociados al TOC y a la salud mental, informando y sensibilizando a la opinión pública sobre su identificación, prevención y tratamiento.
- Promover y organizar grupos de ayuda mutua y autoayuda dirigidos a personas afectadas y familiares.
- Realizar cursos, actividades, talleres y acciones formativas que favorezcan una mejora en la calidad de vida de las personas con TOC y sus familiares.
- Fomentar la labor del voluntariado y favorecer la integración social y laboral de las personas con TOC.
- Mantener contacto con otras asociaciones de TOC de ámbito regional, nacional e internacional.
- Contribuir a la implementación y promoción de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) establecidos en la Agenda 2030, fomentando la equidad de género, la inclusión social y la no discriminación.

1.4 Número de socios

Número de personas físicas asociadas	Número de personas jurídicas asociadas	Número total de socios
97	0	97

2. ACTIVIDADES DESARROLLADAS, RESULTADOS Y BENEFICIARIOS

2.1 Identificación de la actividad

- **Denominación de la actividad:** Punto de encuentro, apoyo, orientación, sensibilización y participación para personas afectadas por TOC y sus allegados/as.
- **Servicios comprendidos en la actividad:** Servicio de acogida y orientación, Grupos de Ayuda Mutua (GAM) presenciales y online, talleres de psicoeducación y desarrollo personal, actividades de bienestar y ocio terapéutico, Punto de Encuentro informal, divulgación institucional y sensibilización comunitaria, y mantenimiento del podcast de interés general “Puto TOC” y la actividad de meditación “Medita con Paco”.
- **Breve descripción de la actividad:** Durante el ejercicio 2025, AVTOC ha dado continuidad a su labor integral de acompañamiento, orientación, apoyo y sensibilización social. La entidad ha consolidado canales de atención presenciales, telefónicos y virtuales, promoviendo espacios seguros para el intercambio de

experiencias mutuas, la formación psicoeducativa y actividades orientadas al bienestar psicológico de las personas con diagnóstico de TOC y sus familias, proyectando de forma paralela acciones de divulgación externa para combatir el estigma social.

2.2 Recursos humanos asignados a la actividad

Tipo de personal	Número
Personal asalariado	0
Personal con contrato de servicios	0
Personal voluntario / Junta Directiva	4

Nota aclaratoria: A diferencia del año anterior, durante el ejercicio 2025 la asociación no contó con personal laboral contratado. La totalidad de la gestión administrativa, coordinación de programas y soporte asociativo fue asumida de forma altruista por los 4 miembros de la Junta Directiva, recurriendo puntualmente a servicios profesionales independientes externos para cubrir necesidades específicas..

3. COSTE Y FINANCIACIÓN DE LA ACTIVIDAD

3.1 Coste de la actividad

COSTE	IMPORTE (€)
Aprovisionamientos	0,00
Gastos de personal	0,00
Otros gastos de la actividad	2.861,83
<i>a) Servicios exteriores (profesionales independientes)</i>	<i>2.729,75</i>
<i>b) Tributos (retenciones IRPF profesionales)</i>	<i>132,08</i>
Amortización de inmovilizado (ordenador portátil)	109,72
Adquisición de inmovilizado (nuevas compras)	0,00
COSTE TOTAL DE LA ACTIVIDAD	2.971,55

3.2 Financiación de la actividad

FINANCIACIÓN	IMPORTE (€)
Cuotas de asociados	3.265,52
Ingresos con origen en la Administración Pública (Subvención Ayuntamiento de València)	1.472,79
Otros ingresos del sector privado (Donativos)	339,50
Otros ingresos de la actividad (Reclasificación técnica de pasivo)	2.478,85
FINANCIACIÓN TOTAL DE LA ACTIVIDAD	7.556,66

4. BENEFICIARIOS/AS DE LA ACTIVIDAD

- **Número total de beneficiarios/as:** Durante el ejercicio 2025 se ha mantenido la masa social activa de la entidad. Han sido beneficiarios directos las personas asociadas afectadas por TOC y sus familiares directos o cuidadores que han asistido de forma recurrente a los Grupos de Ayuda Mutua, talleres de desarrollo personal y espacios de orientación personalizada. Asimismo, actúan como beneficiarios indirectos la población general, la comunidad digital usuaria de la web y redes de la asociación, y los oyentes del podcast divulgativo libre "Puto TOC".
- **Clases de beneficiarios/as:** Personas afectadas por el Trastorno Obsesivo Compulsivo, familiares, cuidadores o personas allegadas convivientes, profesionales del sector socio-sanitario interesados y ciudadanía general expuesta a las campañas de sensibilización comunitaria.
- **Requisitos exigidos para ostentar la condición de beneficiario/a:** Los servicios terapéuticos y de ayuda mutua especializados (GAM presenciales/online, Punto de Encuentro y talleres internos de gestión del TOC) están dirigidos con carácter prioritario a las personas socias de AVTOC y a sus familiares con el objeto de preservar metodologías y la privacidad de los espacios asistenciales. Por su parte, las actividades comunitarias de divulgación como el podcast y las sesiones abiertas de relajación y meditación son públicas y gratuitas para cualquier ciudadano sin requerimiento de afiliación previa.
- **Grado de atención que reciben los beneficiarios/as:** Las personas usuarias recibieron atención directa multicanal (presencial, telefónica y online). La contención y el apoyo psicoeducativo se articularon mediante sesiones grupales programadas

(quincenales y mensuales) coordinadas por la Junta Directiva , optimizando el uso de espacios municipales gratuitos y herramientas telemáticas compartidas.

- **Número total de beneficiarios/as:** Durante el ejercicio 2025 se ha mantenido la masa social activa de la entidad. Han sido beneficiarios directos las personas asociadas afectadas por TOC y sus familiares directos o cuidadores que han asistido de forma recurrente a los Grupos de Ayuda Mutua, talleres de desarrollo personal y espacios de orientación personalizada. Asimismo, actúan como beneficiarios indirectos la población general, la comunidad digital usuaria de la web y redes de la asociación, y los oyentes del podcast divulgativo libre “Puto TOC”.
- **Clases de beneficiarios/as:** Personas afectadas por el Trastorno Obsesivo Compulsivo, familiares, cuidadores o personas allegadas convivientes, profesionales del sector socio-sanitario interesados y ciudadanía general expuesta a las campañas de sensibilización comunitaria.
- **Requisitos exigidos para ostentar la condición de beneficiario/a:** Los servicios terapéuticos y de ayuda mutua especializados (GAM presenciales/online, Punto de Encuentro y talleres internos de gestión del TOC) están dirigidos con carácter prioritario a las personas socias de AVTOC y a sus familiares con el objeto de preservar metodologías y la privacidad de los espacios asistenciales. Por su parte, las actividades comunitarias de divulgación como el podcast y las sesiones abiertas de relajación y meditación son públicas y gratuitas para cualquier ciudadano sin requerimiento de afiliación previa.
- **Grado de atención que reciben los beneficiarios/as:** Las personas usuarias recibieron atención directa multicanal (presencial, telefónica y online). La contención y el apoyo psicoeducativo se articularon mediante sesiones grupales programadas (quincenales y mensuales) coordinadas por la Junta Directiva , optimizando el uso de espacios municipales gratuitos y herramientas telemáticas compartidas.

5. RESULTADOS OBTENIDOS Y GRADO DE CUMPLIMIENTO

- **Resultados obtenidos con la realización de la actividad:** En 2025, AVTOC logró consolidar la regularidad de sus servicios de acogida y soporte continuado. Se sostuvieron los Grupos de Ayuda Mutua presenciales con carácter mensual y la modalidad online quincenal, facilitando la asistencia de personas de diversas ubicaciones geográficas. Los talleres formativos en formato digital profundizaron en la gestión emocional diaria del trastorno. En el plano exterior, el sostenimiento de los canales de comunicación y la difusión de contenidos digitales libres aseguraron un impacto preventivo e informativo continuo en la comunidad valenciana. Todo ello fue respaldado por la concesión de fondos públicos del Ayuntamiento de València.
- **Grado o nivel de cumplimiento de los fines estatutarios:** Elevado y plenamente satisfactorio. A pesar de no contar con estructura laboral interna asalariada este año , la optimización de los recursos materiales y el compromiso de la Junta Directiva permitieron cubrir las metas estatutarias clave: asistencia directa a afectados, visibilización del TOC, fomento de redes de apoyo mutuo eficaces, lucha activa contra el estigma en salud mental y cumplimiento del destino estatutario mínimo de ingresos.

6. INFORMACIÓN GENERAL SOBRE MEDIOS DE LA ASOCIACIÓN

6.1 Medios personales

- **Personal asalariado fijo:** 0
- **Personal asalariado no fijo:** 0 (*En 2025 no hubo contrataciones temporales*).
- **Profesionales con contrato de arrendamiento de servicios:** 0 (*La entidad contrató servicios profesionales externos puntuales de forma mercantil sin vinculación laboral estructural*).
- **Voluntariado / Junta Directiva:** 4 personas. Los integrantes del órgano de gobierno asumieron de forma directa, altruista y coordinada las tareas de acogida, moderación de los GAM, gestión económica, mantenimiento de soportes digitales, relaciones institucionales y administración general.

6.2 Medios materiales

- **Centros o establecimientos de la entidad:** 0. La asociación no posee locales en propiedad ni régimen de alquiler costoso. Para sus reuniones y talleres utiliza locales públicos cedidos (como el Centro Cívico de Ayora) y espacios verdes urbanos en la ciudad de València. El soporte telemático se canaliza mediante plataformas digitales de videoconferencia.
- **Equipamiento:** 1 Ordenador portátil de uso asociativo exclusivo (adquirido en el ejercicio 2024 por un importe de 552,40 €). A 31 de diciembre de 2025, presenta un valor contable neto de 442,68 €, tras aplicarse la amortización lineal correspondiente del ejercicio por valor de 109,72 €. No se dispone de vehículos.
- **Subvenciones públicas:**

Origen	Importe (€)	Aplicación
Ayuntamiento de València	1.472,79	Sostenimiento general de actividades asociativas de apoyo y orientación en salud mental.

7. RETRIBUCIONES DE LA JUNTA DIRECTIVA

7.1 En el desempeño de sus funciones

- **Importe:** 0,00 €. Los miembros de la Junta Directiva no perciben dieta, sueldo ni remuneración alguna por el ejercicio de sus funciones institucionales.

7.2 Por funciones distintas a las ejercidas como miembro de la Junta Directiva

- **Importe:** 0,00 €. No existen contratos laborales ni operaciones vinculadas con los miembros directivos de la entidad.

8. ORGANIZACIÓN DE LOS DISTINTOS SERVICIOS, CENTROS O FUNCIONES EN QUE SE DIVERSIFICA LA ACTIVIDAD DE LA ENTIDAD

La actividad operativa ordinaria de AVTOC se diversifica y auto-gestiona a través de las siguientes funciones coordinadas:

1. **Función Asistencial Directa:** Recepción de solicitudes, realización de entrevistas iniciales de acogida y orientación sobre recursos clínicos especializados (vía presencial, telefónica y online).
2. **Función de Soporte Mutuo:** Planificación y desarrollo del calendario de Grupos de Ayuda Mutua (GAM) presenciales para afectados y familiares de forma diferenciada, y del GAM Online de carácter quincenal.
3. **Función de Capacitación:** Programación de talleres psicoeducativos en línea orientados al aprendizaje de la Terapia de Exposición con Prevención de Respuesta (EPR), abordaje de comorbilidades y gestión del impacto del TOC en las esferas relacional y laboral.
4. **Función de Integración y Bienestar:** Gestión de los espacios informales del “Punto de Encuentro” para socios y de las jornadas grupales de relajación al aire libre “Medita con Paco”.
5. **Función de Comunicación y Sensibilización:** Mantenimiento de la plataforma web oficial (*tocvalencia.org*), producción y subida de episodios informativos en el podcast abierto “Puto TOC” y dinamización de perfiles en redes sociales para la concienciación ciudadana.

9. DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS EN 2025

9.1 Área de acogida y orientación

El servicio de primera acogida operó de forma continua a lo largo de todo el año , sirviendo de puerta de entrada para personas con sospecha inicial de TOC o con diagnósticos recientes en busca de un marco asociativo de referencia. Mediante llamadas, correos electrónicos y entrevistas personales, se les proporcionó información rigurosa sobre la naturaleza del trastorno, guía práctica sobre los recursos de salud mental existentes en la Comunitat Valenciana y asesoramiento sobre pautas de convivencia dentro del núcleo familiar.

9.2 Grupos de Ayuda Mutua (GAM)

Confirmados como el pilar operativo esencial de AVTOC , los GAM proporcionaron un entorno terapéutico informal libre de juicio social. Los grupos presenciales mensuales se estructuraron de manera específica para atender por separado las dinámicas propias de los afectados y las realidades de sus familias. El grupo virtual online mantuvo un ritmo quincenal ágil. Durante las sesiones se abordaron temáticas críticas del día a día de las personas asociadas, tales como:

- Estrategias individuales ante la Terapia de Exposición con Prevención de Respuesta (EPR).
- Aceptación del diagnóstico personal y manejo de la frustración familiar.
- Gestión de síntomas asociados como la soledad, el aislamiento voluntario, la rabia y los miedos obsesivos.
- Repercusiones del TOC en las relaciones afectivo-sexuales y de pareja.
- Adaptación y rendimiento en los entornos laborales y académicos habituales.

9.3 Programas de psicoeducación y desarrollo personal

Se realizaron talleres temáticos específicos mediante entornos digitales dirigidos al empoderamiento grupal. Las sesiones buscaron transformar al usuario de un rol pasivo a un agente conocedor de sus herramientas de afrontamiento. Se hizo especial hincapié en analizar las comorbilidades frecuentes del TOC y en ofrecer guías conceptuales para suavizar el impacto del trastorno en la vida laboral y sentimental cotidiana.

9.4 Actividades de bienestar y ocio terapéutico

Con el fin explícito de romper el aislamiento que suele cronificar el trastorno, se sostuvieron dos líneas de acción:

- **El Punto de Encuentro:** Reuniones informales mensuales de ocio para los asociados orientadas a socializar y tejer redes sólidas de amistad, sin presiones ni objetivos terapéuticos rígidos.
- **Medita con Paco:** Talleres libres de mindfulness y meditación guiada en zonas verdes de València, abiertos al público general bajo previa reserva, promoviendo hábitos saludables de relajación comunitaria.

9.5 Divulgación y sensibilización

AVTOC centró sus esfuerzos de interés general en el plano digital para maximizar el alcance con un coste estructural mínimo. Se mantuvo la actualización de contenidos científicos y de apoyo en tocvalencia.org. Adicionalmente, el podcast “**Puto TOC**” continuó disponible en las principales plataformas de audio , sirviendo como un altavoz abierto y accesible en el que, desde una perspectiva en primera persona y cercana, se desmitifican los estereotipos erróneos del TOC en la sociedad.

10. CONCLUSIÓN

El año 2025 ha representado para la **Asociación Valenciana del Trastorno Obsesivo Compulsivo (AVTOC)** un ejercicio de firme consolidación y madurez organizativa. Pese a la reducción presupuestaria y a la ausencia de personal laboral contratado respecto al año previo , la entidad ha demostrado una notable capacidad de resiliencia, optimizando sus recursos materiales y manteniendo intactos todos sus servicios clave de atención directa y apoyo especializado.

El respaldo financiero del Ayuntamiento de València y la dedicación del voluntariado directivo han permitido a la asociación seguir posicionada como la entidad de referencia

para el TOC en la Comunitat Valenciana , reafirmando su compromiso ineludible con la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas, la inclusión social y la normalización de la salud mental en nuestro entorno.

11. FIRMA DE LA MEMORIA POR LOS MIEMBROS DE LA JUNTA DIRECTIVA U ÓRGANO DE REPRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

Nombre y Apellidos	Cargo	Firma
Sandra Medina Garrido	Presidenta	
Miguel Ángel Tarancón Ruiz	Secretario	
Gloria Sempere Figueres	Tesorera	
Hnazand Ghukasyan	Vocal	