



# CHIBARCELONA

Asociación sin ánimo de lucro

Memoria de las actividades 2024



31/07/2024

## CHIBARCELONA

Pasaje prunera, 08-10 int.3  
08004 Barcelona (Barcelona)

Tel.: 606598010

[qibarcelona@gmail.com](mailto:qibarcelona@gmail.com)

Asociación sin ánimo de lucro que cuenta con más de 200 socios

Registro de asociaciones C.I.F.: G01820521 en fecha de 02/2021

web: [chibarcelona.com](http://chibarcelona.com)

instagram: @chi.barcelona

facebook: [chibarcelona](https://www.facebook.com/chibarcelona)

## A - Visión general

Motivación e interés de mejorar el estado anímico, físico y mental con el fin de mantener y mejorar el estado de salud. Promocionar “Asistencia psicológica” y “reconexión con el cuerpo”.

## 1 - CARACTERÍSTICAS Y VALORES

Los valores que nos caracterizan:

1. la transparencia en nuestra gestión.
2. la familiaridad en el trato a los usuarios y sus familiares.
3. la participación de todos los que integran este proyecto.
4. la constante búsqueda de la máxima calidad.

## 2 - BREVE HISTORIA

Creado a raíz de la pandemia en 2021 por la poca o nula disponibilidad para relacionarse y mantener un ejercicio regular, en especial para las personas mayores.

Actualmente y gracias al arduo esfuerzo de todos, la asociación cuenta al día de hoy con más de 200 socios.

Su fin desde el inicio, es ayudar a mejorar la comunicación y promocionar actividades al aire libre (salidas culturales, caminatas, Tai Chi, chikung, abanico...)

En la última asamblea, se pidió focalizar más atención sobre proyectos

## 3 - ESTRATEGIA

Para empezar, aprovecharemos de la red social de la directora técnica.

## B - Colaboración con Proyectos Sociales

Nuestros proyectos fueron, desde un principio, atender a las diferentes necesidades que surgieron a raíz de la pandemia (en particular las personas mayores y/o enfermas). Manteniendo una relación de confianza con ellos y promoviendo salidas y encuentros, tanto a nivel cultural como deportivo.

A medida que las restricciones y las medidas del covid han ido evolucionando y relajándose, nuestro equipo ha podido mejorar y expandir los grupos para los proyectos, haciéndolos más accesibles y llevaderos. Conseguimos relaciones de compañerismo con diferentes entidades de atención a las personas en vía de exclusión, que ya estaban en funcionamiento. Y gracias a ellos, amplificamos nuestra gama de diferentes ámbitos y personas, dando fruto a mucho aprendizaje y risas.

### I. 1 -Proyecto en Sant Marti.

II.

C.C. de barri la Pau solo puede ceder un espacio 1 hora a la semana para los practicantes de taichi así que se pide una subvención al ayuntamiento de Sant Marti para poder atender a más personas con necesidades de movilidades

Fuerte asistencia y ganas de seguir la rutina de ejercicios y de la caminata trimestral.

Buena acogida en el espacio de la Generalitat desde febrero con una clase semanal (2h en julio) y aprobación de la subvención en agosto.



*Clases dirigidas a un colectivo de personas muy mayores a veces con discapacidad o enfermedad grave que tienen personas a cargo.*

### III. 2 - Casal de barri de Gornal con taichi

*Organización de un nuevo taller para crear un grupo de taichi y chi kung*



*Quedamos para ir los miércoles de 11h a 12h.*

*Verdadero éxito de asistencia.*

## IV. 3 - Taichi con el ACAF de Hospitalet Proyecto de atención a personas con Fibromialgia

La fibromialgia es una enfermedad caracterizada por dolor muscular difuso e intenso, rebelde al tratamiento y de causa desconocida. Por eso mismo, este taller sirve para ayudar a estas personas a intentar apaciguar el dolor.

En el proceso de la enfermedad crónica, se recomiendan ejercicios regulares sobre :

- Técnicas de relajación.
- Una mejor consciencia de la respiración.
- Mejora de Expresión de sus sentimientos.
- Técnicas de coordinación y equilibrio.

La mejora de los reflejos permiten evitar caídas, evitando lesiones mayores. La concentración puede ayudar en el proceso de memoria, ya que la tensión física y mental baja- Así pueden evitarse dolores y entonces menos medicación...



Actividad financiada con los recursos financieros que aporta la Acaf a la asociacio Chi



## V. 4 - Proyecto Tallers Blancs con convenio de voluntariado



Tallers Blancs SCCL és una cooperativa d'iniciativa social i sense ànim de lucre constituïda a Barcelona l'any 1981 i dedicada a l'atenció a persones amb discapacitat intel·lectual. Està formada per mares, pares, tutors/es i professionals del Centre Ocupacional Tallers Blancs.

El Centre Ocupacional, degudament acreditat i inscrit en el Departament de Drets Socials de la Generalitat de Catalunya, atén a 32 persones amb discapacitat intel·lectual amb un grau de disminució igual o superior al 65 % que han finalitzat el període de formació. El centre té establert un conveni de col·laboració amb el Districte de l'Eixample de l'Ajuntament de Barcelona.

## VI. 5 - Taichi en silla en Sarria

*El Centro Natividad de Barcelona creado por las Hermanas Franciscanas Misioneras de la Natividad de Nuestra Señora (Darderas) es una residencia para ancianas autónomas o en situación de dependencia. Nos contactan por vía de nuestra web para atender a las personas residentes una vez a la semana.*

Es un espacio emblemático de historia. Creado en 1936, y actualmente mixto: dispone de hogar residencia, residencia asistida, centro de día y servicio de comedor. En abril del año 2012, nuestras hermanas mayores y enfermas pasaron a ocupar la segunda planta de la residencia, diseñada previamente para este servicio.

En día 12 de abril de 2021, en colaboración con la "Asociación Asís", se inicia el servicio social o Proyecto "La Violeta" para acoger a mujeres sin hogar, después de ceder, para este proyecto, casi la totalidad del edificio destinado a la comunidad.

Pactamos de dar una clase voluntaria a la semana



## VII. 6 - Taixi parques de Hospitalet

Vine a practicar Chi kung y Taitxi, aquesta activitat gratuïta en entorns tranquils i serens, com els parcs de la ciutat de hospitalet - zona de Barcelona. 1, 2, 3, 4 juliol, al parc de can Cluset, 8, 9, 10 i 11 juliol, al Parc de la Remunta, 15,16,17 18 juliol al Parc de Bellvitge, 22, 23, 24, 24, 25 juliol, al parc de l'Alhambra, 29, 30, 31 juliol i 1 d'agost al parc de les Planes



## VIII. 7 - Proyecto Fem salut subvencionado por la Caixa

Proyecto para ayudar a las familias necesitadas aportando un conocimiento complementario en catalán y ofreciendo meriendas y actividades gratuitas



## C Pluri-Actividades tocando el sector del deporte, de la cultura, y de la salud

Abrimos conocimientos tanto culturales, como físicos pero también promocionando el contacto social. El punto en común de todas nuestras actividades contienen beneficios en la salud

“

La música es para el alma, lo que la gimnasia para el cuerpo  
en “la republica” Libro III Platon

”

### 1 - Actividades de caminatas y salidas culturales

#### ❖ a - caminatas gratis

Conseguimos crear diferentes grupos de más o menos 10 personas en cada uno, dónde se re-establece la conexión con Barcelona y el movimiento de caminar, que tanto necesita nuestro cuerpo. Esto fue posible gracias al vínculo de amistad que se formó entre todos. Las actividades están comunicadas por vía oral o vía WhatsApp. Para que así, todos puedan estar al tanto de las salidas programadas. Pasos a seguir para montar cada caminata.

1. Informar de la caminata o de la actividad
2. Apuntar los socios interesados
3. Encontrar la persona encargada de hacer la salida
4. Reservar y buscar pago
5. Buscar la mejor ruta para llegar al destino
6. Enviar mensaje de punto de encuentro, información necesaria y equipo reglamentario.
7. Resolver incidencias.

Tiene la ventaja de unir el ejercicio físico a la promoción de la relación social

paseo por el Besos



## ❖ b - Actividades culturales

- Caixa forum visita exposición sobre las mujeres importantes a través de los siglos en la caixa forum

participación al taller digital

La plataforma de la Asociación tiene un seguro de responsabilidad civil obligatoria para asegurarnos de cubrir daños posibles de las personas a nuestro cargo.

Siendo una asociación sin ánimo de lucro, la mayoría de las actividades han sido organizadas con muy poco margen de beneficios (la mayoría sin beneficio).



- Sant Pere Templo emblematico de Barcelona Visita guiada iglesia a las \*11h\*.

Activitat per nens de 11h a 19h\* (no cal reserva) Pintar pedres, fer polseres, collarets de petxines, joc de cordes i pilotes... también " mercadillo solidario"



Plaza de Sant Pere

▯ Mercado médiéval paret del valles Actividad gratuita sin ánimo de lucro coste-beneficios = 0



## 2 - Actividades semanales

- ❖ a - Chi kung y Taichi en la playa y en los parques

➤ Taichi en la playa



*Ven con nosotros a practicar ejercicios en la playa*

Muchos beneficios de buena salud se adquieren respirando el aire salino. Además ejercitamos los músculos de la vista ya que podemos ver lejos

➤ Clases en Can Buxeres en Hospitalet de Taichi-chikung



*el grupo que llevaba muchos años en el centro de can Battlo se une al de can Buxeres*

➤ Taichi en can Miralletes, Taichi en Montjuïc,



*de coordinación,*

*o y armonía,*

*espíritu de grupo*



❖ **c - Yoga en el centro social de Sants**

Cada semana, nos encontramos para practicar posturas de athayoga

*Mantente en forma,  
Unete a nosotros y pasalo bien*



**3 - Actividad Puntual en relación con la relajación y el Arte**

*Otra visión, otro sonido al oído,*

Más allá de los cinco sentidos que todos conocemos (vista, oído, tacto, olfato y gusto), hay dos sentidos más que se relacionan con el cuerpo, su percepción y movimiento así que el sentido del calor: Movimiento, equilibrio vital, térmico, del yo ajeno, intelectual y verbal.

❖ **a - Sant Jordi a celebrar**

\*Puertas abiertas en Sant Jordi a edificios emblemáticos de Barcelona\* encuentro en el hospital Sant Pau



*Cada uno se lleva un libro*

❖ b - Carnaval



*A disfrazarse y alegrarse*

- ❖ c - Marato de taichi de España \*Plaza de la catedral BARCELONA\* y plaza Santa Madrona  
Nos unimos al evento proporcionando participacion y apoyo fotografico



*Unos días memorables*

- ❖ d - Terapias de medicina emocional en \*Casal de la Parroquia Crist Rei\*

❖ e - Fiesta solidaria por Yemen en Barcelona para dar apoyo y ayuda al país del Yemen Jardín de l'Antiga Estacio de la Magoria, C/Moianes

Fuimos unos cuantos a participar a este evento y pasar parte del día ahí. Muy buena música y excelente comida



f - Envejecimiento activo de las personas mayores. Evento en la Farga de Hospitalet celebra su 25 aniversario.



g - Fiestas de la Trinitat Vella con taichi en junio en colaboracion del centro de dia de la calle madruguera

Objetivo de promocionar el taller del centro civico de la Trinidad y mantener una relacion de amistad con el equipo del centro de dia.



## h - Muestra de actividad de poble sec para promocionar el proyecto fem salut

Objetivo

aprovechar el espacio reservado a la parroquia (cancelado por falta de voluntarios) y hacer conocer el proyecto fem salut en el barrio

## I - Dia del socio en la sala grande del centro cívico del Surtidor

Objetivo: Conocernos mejor y divertirse

1. Mirar los videos realizados por los grupos
2. Se entregara un diploma de fin de curso .

Trae si quieres algo de comer para compartir (opcional)

3. Sorteo de loterpa (camisetas con nuestro logo, abanicos rojos y negros,..) Premios para todos los participantes.
4. Bailar y brindar con vuestro grupo de actividad



Nos encontramos una dificultad ya que la sala no tenia material en funcionamiento ni wifi



Cambio de planes y invitacion de una persona exterior al grupo para organizar actividades

j - Gent gran activa grabado por television española RTVE)  
“aprendemos clan cuando te haces mayor”



k - dia internacional del taichi



## l - dia mundial de la salud

Participacion del grupo de fibromalgia al dia mundial de la salud



m - Xerrada centro cultural Albareda en julio con 2 talleres para cuidar la salud con la alimentacion y por los sentidos

n - Paseo con gorros en la rambla de Barcelona



o - Caminata en Cornella



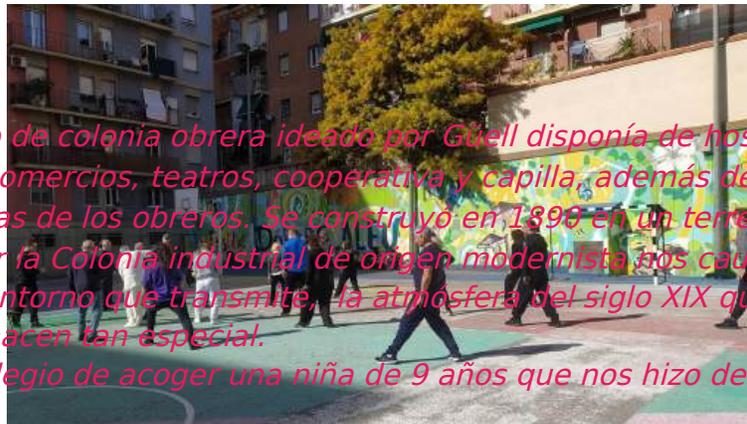
gratis para los usuarios  
organizado por el ayuntamiento de Cornella  
fotos de la salida a los huertos de Cornella



p - dia de la dona en el centu civic del prat



## q - clase teorica de Luis Pedrero sobre el taichi chi kung



*El proyecto de colonia obrera ideado por Güell disponía de hospital, fonda, escuelas, comercios, teatros, cooperativa y capilla, además de las fábricas y las viviendas de los obreros. Se construyó en 1890 en un terreno suyo.  
- El recorrido por la Colonia industrial de origen modernista nos cautivó, la tranquilidad del entorno que transmite, la atmósfera del siglo XIX que aún perdura en sus calles, la hacen tan especial.  
- Tuvimos el privilegio de acoger una niña de 9 años que nos hizo de guía con su mapa y autogvía.*

### ❖ 4- Propuesta de actividades puntuales 2024

El objetivo es mantener los proyectos actuales y organizar mas proyectos

### ❖ a - “abanicate” en ciudadela en septiembre - X

### ❖ b - taixi y yoga en el agua can Colom X

Caminata por la montaña hasta descubrir los restos del castillo y su iglesia

## ❖ c - Pilates en can Colom X



Para algunas personas, fue la primera vez.

Los diferentes espacios del SPA fueron para ellos un verdadero sueño.

## ❖ d - Visitar la torre de Girona y sus jardines -X

Entramos gratis con nuestra tarjeta de biblioteca.

Una caminata empieza con una buena subida pero en seguida baja por los jardines de Gaudi.



## ❖ e - Los sentidos del canto de las Habaneras en Poble sec



## ❖ f - Marató TV3 con taichi



*Participación importante a la marató de TV3 en 2023*

*Objetivo Recoger dinero para financiar nuevos medicamentos. Este año están priorizadas las enfermedades sexuales*

- ❖ g - proyecto como aprovechar los refugios climaticos con actividades en agosto -X

## Objetivos y valoración cuantitativa

Constituido por colaboradores de mundos totalmente diferentes y de sectores complementarios, mediante relaciones estrechas con:



- Asociaciones de Barcelona en particular las del barrio de Poble Sec,
- Diversas parroquias
- Diferentes ayuntamientos

### Y mediante ayuda tecnológicas y humanas de sus miembros

El objetivo era mejorar los canales de información en Barcelona y promocionar sus actividades en particular las culturales y deportivas a través de nuestro grupo de whatsapp, web, instagram, facebook,...) ; Compartimos links de interés (CAP, Viu Montjuic, actividades ayuntamiento...)

### *Encuentros y debates en temas de organización y planificación*

Después de 2 años de funcionamiento, podemos contar con una participación satisfactoria y una organización sólida. Los recursos - coste = beneficios casi nulo. Contamos con algunos voluntarios con el deseo de cobrar su trabajo.

Se comenta de la poca rentabilidad y muchas veces perdidas en la contratación de los monitores

Formulario de encuesta de satisfacción de todas las actividades



<b>A) PATRIMONIO NETO.....</b>	
<b>2.579,05</b>	
A-I) FONDOS PROPIOS.....	2.579,05
<b>1. Capital</b> .....	0
Capital escriturado .....	0
<b>2. Capital no exigido</b> .....	0
11. Prima de emisión .....	0
111. Reservas .....	3.452,85
113 RESERVAS VOLUNTARIAS .....	3.452,85
IV. Acciones y participaciones en patrimonio propias...	0
V. Resultados de ejercicios anteriores .....	-930,33
<b>121 RESULTADOS NEGATIVOS DE EJERCICIOS ANTERIORES</b>	-930,33
VI. Otras aportaciones de socios .....	0
VII. Resultado del ejercicio .....	56,53
<b>6 COMPRAS Y GASTOS</b> .....	-11.007,56
<b>7 VENTAS E INGRESOS</b> .....	11.064,09
VIII. Dividendo a cuenta .....	0
A-2) SUBVENCIONES, DONACIONES Y LEGADOS RECIBIDOS	0
<b>B) PASIVO NO CORRIENTE.....</b>	
<b>0</b>	
1. Provisiones a largo plazo .....	0
11. Deudas a largo plazo .....	0
1. Deudas con entidades de crédito .....	0
2. Acreedores por arrendamiento financiero .....	0
3. Otras deudas a largo plazo .....	0
111. Deudas con empresas del grupo y asociadas a largo plazo	0
IV. Pasivos por impuesto diferido .....	0
Periodificaciones a largo plazo .....	0

## C) PASIVO CORRIENTE

.....	
305,49	
1. Provisiones a corto plazo .....	0
11. Deudas a corto plazo.....	0
1. Deudas con entidades de crédito .....	0
2. Acreedores por arrendamiento financiero .....	0
3. Otras deudas a corto plazo .....	0
111. Deudas con empresas del grupo y asociadas a corto plazo	0
IV. Acreedores comerciales y otras cuentas a pagar .....	305,49
1. Proveedores .....	0
2. Otros acreedores .....	305,49
475 HACIENDA PÚBLICA, ACREEDORA POR CONCEPTOS FISCALE	105,98
476 ORGANISMOS DE LA SEGURIDAD SOCIAL, ACREEDORES	
V. Periodificaciones a corto plazo .....	199,51

### **TOTAL PATRIMONIO NETO Y PASIVO (A+B+C)**

..... 2.884,54

## ACTIVO

<b>ACTIVO NO CORRIENTE</b> .....	0
I. Inmovilizado intangible .....	0
II. Inmovilizado material .....	0
III. Inversiones inmobiliarias I .....	0
V. Inversiones en empresas del grupo y asociadas largo plazo....	0
V. Inversiones financieras a largo plazo .....	0
VI Activos por impuesto diferido .....	0
<b>ACTIVO CORRIENTE</b> .....	2.884,54
1. Existencias .....	0
11. Deudores comerciales y otras cuentas a cobrar .....	301

1. Clientes por ventas y prestaciones de servicios .....	301
430 CLIENTES .....	301
2. Accionistas (socios) por desembolsos exigidos .....	0
3. Otros deudores .....	0
111. Inversiones en empresas del grupo y asociadas corto plazo	0
IV. Inversiones financieras a corto plazo .....	0
V. Periodificaciones a corto plazo .....	0
VI. Efectivo y otros activos liquidos equivalentes .....	2.583,54
57 TESORERA .....	2.583,54
TOTAL ACTIVO (A+B) .....	2.884,54
Importe neto de la Cifra de negocios .....	2.049,09
705 VENTAS DE .....	2.324,09
708 DEVOLUCIONES OE VENTAS Y OPERACIONES SIMILARES	275
Variación de existencias de productos terminados y en curso de fabricación	0
Trabajos realizados por la empresa para su activo .....	0
Aprovisionamientos .....	0
Otros ingresos de explotación .....	9.015,00
72 INGRESOS POR CUOTAS .....	9.015,00
Gastos de personal .....	-9.289,56
64 GASTOS DE PERSONAL .....	-9.289,56
Otros gastos de explotación .....	-1.718,00
62 SERVICIOS EXTERIORES .....	-1.706,85
631 OTROS TRIBUTOS .....	-11,15
Amortización del inmovilizado .....	0
Imputación de subvenciones de inmovilizado no financiero y otras .....	0
0. Excesos de provisiones .....	0
1. Deterioro y resultado por enajenaciones del inmovilizado .....	0
Otros resultados .....	0

## RESULTADO DE EXPLOTACIÓN (1+2+3+4+5+6+7+8+9+10+11)

56,53

2. Ingresos financieros .....	0
3. Gastos financieros .....	0
4. Variación de valor razonable en instrumentos financieros .....	0
15. Diferencias de cambio .....	0
16. Deterioro y resultado por enajenaciones de instrumentos financieros	0
B) RESULTADO FINANCIERO (12+13+14+15+16).....	0
C) RESULTADO ANTES DE IMPUESTOS (A+B) .....	56,53
17. Impuestos sobre beneficios .....	0

D) RESULTADO DEL EJERCICIO (C+17) 56,53

### **Firma de la Memoria por los miembros de la Junta directiva u órgano de representación de la entidad**

Nombre y Apellidos	Cargo	Firma
SUSANA CRESPO	Presidenta	
ABEL PÉREZ	Vicepresidente	
PILAR LLANAS	Secretaria	
PEPA SÁNCHEZ	Tesorera	
JOSEP VALERO	Vocal	

# ANEXO

*Cuando te despiertas por la mañana,  
lo primero que debes hacer es RESPIRAR conscientemente  
y agradecer las veinticuatro horas nuevas para vivir.  
Es un regalo de la vida.*

*Hemos compartido muchos momentos maravillosos, juntos gracias a la asociación  
Chibarcelona.*

*Vamos al cine, al teatro,...? Vamos!  
Vamos a hacer ejercicios? Vamos!  
Vamos a caminar? Vamos!  
Vamos? Vamos!*

*Gente así necesito en mi vida.  
Las fotos de recuerdo están en la web.*

*Esperemos que los Reyes Magos nos traigan...  
Sorpresas bonitas.*

*Feliz año nuevo 2023*



# VRAVA

CAMINATAS CON ESTIRAMIENTOS

— Por Barcelona y alrededores —

Martes y  
domingos  
10h a 12h

Para todos los  
públicos,  
de 22 a 102 años

MAS INFO  
[chibarcelona.com](http://chibarcelona.com)  
606598010

