

Qué es la Fundación Anna O.?

Es una entidad sin ánimo de lucro que desde 1993 presta apoyo a mujeres.

A través del programa de **Asistencia a Mujeres en Crisis o en Dificultad Social**, se ha brindado una escucha diferente a los problemas de sufrimiento femenino, promocionando un programa alternativo, efectivo y específico a su problemática.

En su amplia trayectoria **se han atendido más de 12.000 mujeres**, lo que convierte el **Programa Anna O.** en un recurso valioso para la recuperación y mejora de la educación emocional de las mujeres, motivo por el cual el **Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad**, brinda año tras año su apoyo y reconocimiento.

Síguenos en



¿Dónde estamos?



C/ Cañuelo San Bernardo nº3
cp. 29008 Málaga
Tlf: 952 21 29 33
info@fundacionanna.org
www.fundacionanna.org



FUNDACIÓN
NNA O
APOYO A MUJERES

CENTRO DE APOYO A MUJERES FUNDACIÓN ANNA O.

ABUSOS
HUMILLACIONES
PROBLEMAS
DE PAREJA
ANSIEDAD
ACOSO
BAJON
TRISTEZA
GRITOS
MIEDOS
AISLADA
AGOBIO
LLANTO
INSULTOS
AGRESIVIDAD
SOMBRIO

COMIENZA A VIVIR

MUCHOS
PROBLEMAS
DESORIENTADA
MALOS
TRATOS
DESESPERADA
PROBLEMAS
SIN RESOLVER
DEPENDENCIA
SENTIRSE
ESTANCADA
ANGUSTIA
ANSIEDAD
INSOMNIO
MIEDOS



www.fundacionanna.org

¿QUÉ ES EL CENTRO ANNA O. DE APOYO A MUJERES?

Es un espacio en el que te sentirás acompañada, donde podrás expresar libremente tus pensamientos, sentimientos o deseos, compartir tus vivencias con otras mujeres y reflexionar sobre tus problemas para encontrar salidas creativas y disfrutar la vida con plenitud.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

A todas las mujeres de 18 a 65 años que se encuentren en situación de crisis o en dificultad social, que tengan necesidad de ser escuchadas y que no tengan perturbada la facultad de hablar o de pensar.

¿CÓMO PUEDES PONERTE EN CONTACTO CON EL CENTRO ANNA O. DE APOYO A MUJERES?

Concertando una cita previa llamando al teléfono 952 21 29 33 de Lunes a Viernes de 9:30-13:30 y de 17:00-20:30 horas. También puedes contactar a través de nuestra web, email o redes sociales.

¿QUIÉNES FORMAMOS EL EQUIPO?

Trabajadoras sociales, terapéutas, educadoras, abogadas y voluntarias especializadas que se han formado en la Fundación Anna O. para poder ayudarte con eficacia y profesionalidad.

¿CUÁNDO DEBES ACUDIR AL PROGRAMA?

Haber recibido una buena educación emocional es imprescindible para saber dirigir la vida con eficacia. Los gritos, las humillaciones, las bofetadas, las descalificaciones, el desprecio, los abusos, el engaño, la mentira, la hipocresía, el falso amor y otras formas de domesticación humana son manifestaciones frecuentes de haber recibido una educación equivocada. En consecuencia, es posible que te encuentres en algunas de estas situaciones que comprometen tu bienestar personal, tu autoestima y las relaciones con tus semejantes:

- 1) Tu pareja, tu jefe, amigos o familiares te maltratan física o psíquicamente y te sientes humillada, avergonzada, culpable e inferior.
- 2) Tu vida no tiene sentido, te encuentras perdida en un callejón sin salida y no sabes qué hacer ni qué dirección tomar.
- 3) Tus relaciones de pareja son desastrosas, hace tiempo que os faltáis el respeto y no sabes cómo decirle que se acabó, pero cuando te has atrevido y has querido separarte, tu vida se ha convertido en un infierno.
- 4) En tu casa no te entiendes ni con tus padres ni con tus hijos, siempre estáis de mal humor, os dirigís la palabra a base de gritos, con malos modos e incluso llegáis hasta el insulto. La tensión es insostenible, estás desesperada y te causa tristeza, culpa y sufrimiento.
- 5) No sabes por qué pero hace tiempo que te sientes nerviosa, angustiada, en estado de pánico o ansiedad y no puedes dormir sin recurrir a los fármacos.
- 6) Los hombres con los que te relacionas te acosan o abusan de ti y tu no sabes cómo pararlos.
- 7) Tu pareja te ha abandonado o quizás estás sufriendo otras pérdidas insoportables y te vienen a la mente tentaciones y pensamientos dañinos que van contra ti misma.
- 8) A menudo te asaltan malos recuerdos de tu infancia que todavía siguen doliendo porque nunca pudiste contarlos a nadie o bien te obligaron a guardarlos en silencio.
- 9) Te avergüenzas de alguno de tus padres porque su vida no fue ejemplar y no sabes cómo superar la culpa y la vergüenza social que te dejó ese estigma.
- 10) Estas sufriendo otras situaciones dolorosas que no hemos reflejado en este listado pero igualmente, no sabes cómo darles solución.

¿CÓMO TRABAJAMOS?

Con grupos pequeños de mujeres donde te acogemos y escuchamos con serenidad, respeto y sin juzgar ningunos de tus actos. Te ayudamos a reflexionar sobre tu historia para encontrar juntas las claves de tu malestar actual a causa de una educación emocional equivocada.

¿DE QUIÉN DEPENDE EL CENTRO ANNA O. DE APOYO A MUJERES?

De la FUNDACION ANNA O., una entidad benéfico-asistencial dedicada a trabajar por el bienestar de las mujeres que han quedado marcadas por una violencia gratuita e innecesaria, como consecuencia de haber recibido en su infancia una deficitaria educación emocional.

¿CÓMO SE SOSTIENE ECONÓMICAMENTE EL CENTRO ANNA O. DE APOYO A MUJERES?

Con subvenciones públicas, con donaciones particulares y de empresas privadas, con actividades propuestas para ese fin, y con las cuotas de participación de las mujeres que se integran en los grupos terapéuticos de educación como forma de compromiso con su trabajo personal.