



# MEMORIA DE ACTIVIDADES E ECONÓMICA 2023

## ASOCIACIÓN ELAS-PROIGUALDADE





## ÍNDICE

|                              |    |
|------------------------------|----|
| Presentación                 | 3  |
| 1-A Entidade                 | 4  |
| • Datos Xerais               |    |
| • Obxectivos                 |    |
| • Ámbito territorial         |    |
| 2-Organización               | 7  |
| • A Xunta Directiva          |    |
| • Voluntariado               |    |
| 3-Actividades Ano 2023       | 8  |
| 4-Agradecementos             | 21 |
| 5-Datos Económicos           | 22 |
| • Conta de Resultados 2023.  |    |
| • Balance de Situación 2023. |    |



## PRESENTACIÓN

A Asociación Elas naceu no ano 2005 co obxectivo de fomentar a integración da muller na vida social, cultural, económica e política a través da promoción dun valor fundamental como é o da Igualdade.

Tamén comprendemos, pola nosa experiencia, a importancia da participación coma base do activismo social. E tamén do traballo en rede.

Ao longo da nosa traxectoria, traballamos, pola muller e pola igualdade, tanto no noso Concello de Bergondo, como na nosa comarca, formando parte das entidades supramunicipales máis importantes: Reserva da Biosfera, GDR-23, GALP Golfo Ártabro Sur, etc.

A XUNTA DIRECTIVA

Decembro 2023



## 1- A ENTIDADE

### DATOS XERAIS

**Denominación:** Asociación Elas, pro-igualdade de dereitos da muller.

**Nº de socios/as a 31 de Decembro 2023:** 33

**CIF:** G70027750

**Data de constitución:** 6 de Xuño de 2005

**Inscripción no Rexistro Central de Santiago**  
**Núm:** 2005/008.980/1

**Inscripción no REMAV do Concello de Bergondo**  
**Núm:** 20

**Domicilio social**  
Lugar Carrio 54A-Bergondo- A Coruña

**Código postal:** 15165

**Teléfono:** 616 398 143

**E-mail:** [elasociacion@hotmail.com](mailto:elasociacion@hotmail.com)

**Web:** [www.mencargf.wix.com/elasociacion](http://www.mencargf.wix.com/elasociacion)

**Redes sociais:** [www.facebook.com/Elasociacion](https://www.facebook.com/Elasociacion)



## OBXECTIVOS

Son obxectivos principais da Asociación Elas: Realizar as accións e actividades necesarias para traballar a favor dos dereitos e intereses da muller.

Actividades para conseguir os obxectivos:

- a. Potenciar o benestar social e a calidade de vida das mulleres con actuacións en tódolos ámbitos posibles, fomentando a economía social, o voluntariado social e a acción social.
- b. Difundir os valores de igualdade entre as persoas sen discriminación por sexo e defender os dereitos e intereses das mulleres.
- c. Informar e instruír as mulleres en cuestións que afecten ó seu interese xeral.
- d. Realizar campañas de sensibilización da poboación sobre os problemas da muller.
- e. Combater as condutas discriminatorias contra a muller.
- f. Favorecer a integración social e laboral das mulleres en risco de exclusión social.
- g. Promover a presenza das mulleres nos ámbitos de participación políticos e sociais.
- h. Fomentar a comunicación, relación e intercambio con outras organizacións de mulleres e fomentar redes de apoio mútuo e autoestima.

## ÁMBITO TERRITORIAL

A pesares de que, pola súa fundación, a Asociación Elas está moi ligada ao territorio da comarca das Mariñas (A Coruña), onde procuramos ser activas, o seu ámbito territorial abarca enteiramente a Comunidade Autónoma de Galicia. Aínda que, nestes momentos, Bergondo é prioridade.





## 2- ORGANIZACIÓN

### ÓRGANO DE GOBERNO

A Xunta Directiva

#### Presidenta

Carmen García Fernández

#### Secretaria

Carmen Cantón Rodríguez

#### Tesoreira

M<sup>a</sup> Dolores Candal Fernández

#### Vocal

M<sup>a</sup> Josefa González Carrín

### VOLUNTARIADO

Tódalas compoñentes da Xunta Directiva traballan de forma voluntaria, sen recibir ningunha remuneración. Por isto, o voluntariado é unha figura esencial na nosa entidade. Desexamos seguir contando coa súa colaboración.



### 3-ACTIVIDADES

Durante todo o ano

#### Biblioteca

Elas foi creando unha Biblioteca con servizo de préstamo, con materiais procedentes de doazóns de varias Bibliotecas e Entidades, e tamén dos veciños e veciñas.

Damos prioridade a temas relacionados coa muller. Este material está a disposición do público. Tan só hai que cubrir una ficha de préstamo.



Biblioteca do local de Fiobre



## GDR-23 As Mariñas-Betanzos-Reserva da Biosfera As Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo

- Elas adheriuse ao Grupo de Desenvolvemento Rural-23, "As Mariñas-Betanzos" no ano 2008. Participou de forma activa na súa creación. A nosa asociación continua formando parte deste GDR. Tamén formamos parte da Reserva da Biosfera Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo.



### GALP "Golfo Ártabro Sur"

- **Elas participa no GALP "Golfo Ártabro Sur"**, para seguir traballando polo desenvolvemento da nosa Comarca na área de Muller. Formamos parte da **Mesa do Sector Social, sección Mulleres**. Tentamos de dar difusión ao traballo do Golfo Ártabro Sur, en canto aos temas relacionados coa perspectiva de xénero e o traballo da muller no sector do mar.





- O 7 de Marzo Elas lanza una pequena campaña, co nome “Achégate a Elas”, para difundir os medios de contacto coa nosa Asociación, e facilitar así que a comunidade poda achegarse a nós de forma fácil. Difundimos o cartel por tódolos medios posibles: Facebook de Elas, redes sociais persoais, listas de difusión de whatsapp, difusión a través do Concello de Bergondo, que tamén colaborou, etc.



- O 11 de Marzo, con motivo do 8 de Marzo, Día da Muller, Elas celebra un evento gratuito, asistimos 22 persoas, no Mesón Gou's de Bergondo. Difundimos o evento. Grabamos tamén un pequeno video, que pódese visualizar na nosa páxina de Facebook, en forma de reel. Aproveitamos tamén para facer captación de socias.

#### EVENTO 8M! DÍA INTERNACIONAL DA MULLER

Porque hai que reivindicar  
pero tamén celebrar!

*Estás convidada a tomar uns  
pinchos con nós. É gratuito!*

**SÁBADO 11 DE MARZO  
AS 19:00H  
NO MESÓN GOU'S  
BERGONDO**

**PRAZAS LIMITADAS  
INSCRÍBETE!  
Tel: 616398143**



Asociación Elas  
Pro-Igualdade  
Bergondo

- Tamén no mes de **Marzo**, **Elas** participa na actividade do **Concello de Bergondo** “**A igualdade ocupa a rúa**”, un obradoiro para **deseñar a decoración dun banco pola igualdade**, e **deseñar tamén as pancartas do Acto de inauguración do banco.**, que está situado ao carón do edificio de **Servizos Sociais do Concello**.



- O **23 Marzo**, participamos na reunión do “**Consello de Relacións Veciñais**”. Na que tratáronse os seguintes temas: **Novas entidades integrantes, convocatoria 2023 de subvencións municipais a entidades sen ánimo de lucro e necesidades de equipamentos, obras e infraestructuras en clubs, entidades e centros escolares** (plantexadas polas asociación). **Agradecidas** por esta oportunidade de participación.





- O 24 Marzo, asistimos á charla “Cómo cuidar la salud de los pies durante el proceso oncológico” de la Junta Local de la AACC de Bergondo. Fue impartida por Raquel Veiga Seijo na Senra. A raíz desta actividade, surdiu unha actividade posterior de Elas que realizaríamos meses despois, en colaboración con esta asociación.

**¿Cómo cuidar la salud de los pies durante el proceso oncológico?**

**Pasos saludables hacia un mayor bienestar**

Ponente: Raquel Veiga Seijo, Podóloga y enfermera. Doctoranda en Ciencias de la Salud.

Charla dirigida a personas con cáncer, familiares, amigos/as y ciudadanía en general

**24 de Marzo**  
19:00H

 Edificio Cultural A Senra  
(15165 Bergondo, A Coruña)

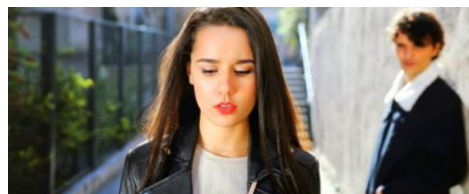


900 100 036  
asociacioncontraelcancer.es  
@contraelcancer.acoruna  
@ContraCancerAC

asociación española  
contra o cancro  
en Bergondo

- O 22 de Xuño, participamos no obradoiro, no Concello de Bergondo, “Planta Cara ao Acoso na Rúa”, impartido por Fundación Mujeres, no local social da Senra. Posteriormente, o día seguinte, 23 de Xuño, difundimos polas nosas redes sociais información importante recibida no obradoiro, de cómo actuar fronte o acoso na rúa. Así mesmo, colocamos esa información na nosa páxina web, no apartado “Recursos”, por considerar este tipo de violencia machista moi importante, moi habitual, e ao que non lle prestamos moita atención na sociedade.



**82%** DAS MULLERES SUFRIRON ACOSO  
ALGUNHA VEZ.  
**100%** DAS PERSOAS PODEMOS INTERVIR.

### PLANTA CARA AO ACOSO NA RÚA

Taller de prevención e concienciación para  
construír unha cultura onde o acoso na rúa  
se considera un comportamento  
inaceptable.

XOVES 22 DE XUÑO  
HORARIO: 10.30 HORAS  
EDIFICIO A SENRA

UNIDAS A MARCHAR POLOS  
NOSOS DEREITOS. QUE NINGUÉN  
APAGUE A NOSA LOITA NIN A  
NOSA VOZ



≡ **STANDUP**

Realiza la formación

Lo presenciamos, pero  
dirigimos nuestra mirada  
incómoda hacia otro lado.  
Sentimos la necesidad de  
hablar de ello, pero nos  
callamos por precaución.  
Queremos hacer algo al  
respecto, pero no sabemos el  
qué. O lo que es peor,  
terminamos por pensar que  
"no tiene importancia".

El acoso callejero siempre  
tiene importancia. Y ahora,  
tenemos lo que hace falta  
para intentar combatirlo.

- O 23 de Setembro é o Día Contra a Explotación Sexual e a Trata de Mulleres, nenas e nenos. A nosa campaña para esta data consistiu na elaboración e difusión dun cartel, ademáis da publicación dun post, con datos moi clarificadores sobre este terrible tema, na páxina de Facebook da nosa asociación.

**23 de Setembro de 2023**  
**Día Contra a Explotación Sexual  
e a Trata de Mulleres, nenas e nenos**

*Sen prostitución non hai Trata!*



Asociación Elas-Pro Igualdade  
Bergondo  
(A Coruña)

- O 19 de Outubro é o Día Mundial Contra o Cancro de Mama. Con motivo deste día, elaboramos e difundimos, por todos os nosos medios, un cartel para apoiar a tódalas mulleres que están na loita, e tamén as súas familias.



- O sábado 18 de Novembro, Elas realizou un obradoiro de coidado dos pés, "Cuidar de nuestros pies como base de salud y bienestar". Foi impartido por Raquel Veiga Seijo. Podóloga e enfermeira. Doutora en Ciencias da Saúde. Levouse a cabo no Ximnasio da Casa da Cultura do Concello de Bergondo. Participaron 16 persoas, case todas mulleres (houbo só un home).

**Taller**

**CUIDAR DE NUESTROS PIES  
COMO BASE DE SALUD Y  
BIENESTAR**



**¿Sobre qué aprenderemos?**

- Su importancia para nuestra salud
- Cómo cuidarlos
- Cómo mantenerlos activos

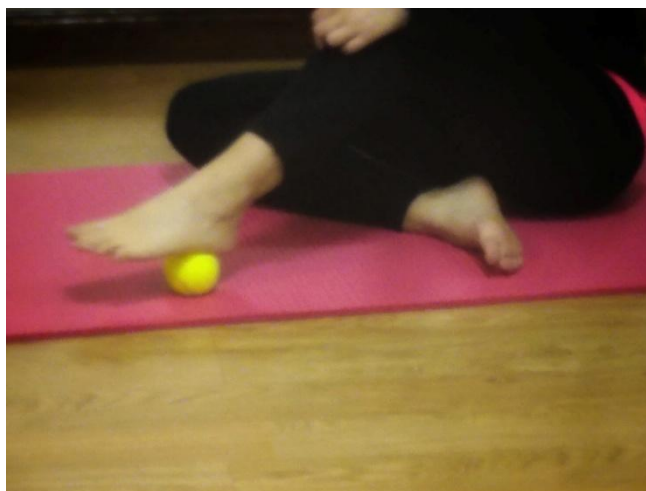
Impartido por **Raquel Veiga Seijo**  
Podóloga & Enfermera. Doctora en Ciencias de la Salud.

**Lugar:** Gimnasio de la Casa de la Cultura del Concello de Bergondo.  
**Día:** 18 de noviembre de 2023, de 12:15h a 13:45 h.  
**Inscripción previa y más información:** [elasociacion@hotmail.com](mailto:elasociacion@hotmail.com)







- O sábado 25 de Novembro, Día da Eliminación da Violencia Contra a Muller, celebrouse a X Andaina Contra a Violencia de Xénero do Consorcio das Mariñas. Aí estivemos! Desta volta foi en Abegondo, un roteiro circular, duns 8 Km aproximadamente. Compartimos a mañá coa veciñanza do Concello Bergondo, e coa do resto de Concellos da Comarca.



ABEGONDO BERGONDO BETANZOS CAMBRE CARRAL CULLEREDO OLEIROS SADA

ANTE A VIOLENCIA DE XÉNERO #ASMARIÑASDINON

# X ANDAINA CONTRA A VIOLENCIA DE XÉNERO

**SÁBADO 25/11/2023**  
**ABEGONDO**

Saída: 10.30 h.  
Cidade Deportiva de Abegondo  
(roteiro circular)

Chegada prevista: 12.30 h.  
LECTURA DO MANIFESTO CONXUNTO  
Cidade Deportiva de Abegondo

ANTE A VIOLENCIA DE XÉNERO #ASMARIÑASDINON

ABEGONDO BERGONDO BETANZOS CAMBRE CARRAL CULLEREDO OLEIROS SADA





- Tamén con motivo do 25 de Novembro, Día da Eliminación da Violencia Contra a Muller, fixemos unha publicación na nosa páxina de Facebook, cun cartel e datos interesantes, aínda que preocupantes, sobre a violencia contra as mulleres na mocidade.



- O 14 de Decembro de 2023, levamos a cabo un Obradoiro, en colaboración con Fundación Mujeres, que foi quen o impartiu, de competencias dixitais básicas, "Móvil y redes sociales", gratuito e só para mulleres. Cunha duración de 3 h. Foi no Local Social do Edificio da Senra de Bergondo. Participamos 15 mulleres.



**Habilidades digitales básicas - Móvil y Redes Sociales**

14 DICIEMBRE 2023 10:00 a 13:00 horas

**CONTENIDOS**

- Manejo de correo electrónico en el móvil.
- Redes Sociales y otras aplicaciones.

**DIRIGIDO A**  
Mujeres que quieran mejorar sus competencias digitales

**INFORMACIÓN / INSCRIPCIONES**  
Teléfono: 616 39 81 43

**LUGAR:** Edificio Sociocultural A Senra (A Senra, 31 - Bergondo)

Logos: mujeres, elas, Bergondo, Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia, Financiado por la Unión Europea



- Este curso, continuamos coa nosa actividade de ioga, coma cada ano. Impartíuse, pola monitora Virginia Fernández Pardo, no local social "Filomena Dato" de Fiobre. Tivemos este ano, 8 persoas usuarias desta actividade.



## 4- AGRADECEMENTOS

A Asociación Elas quiere **agradecer o apoio**, durante estes anos, **das diferentes organizacións públicas e privadas** que permitíronnos conseguir os nosos obxectivos.



Concello de Bergondo

Club de taekwondo Han's Horang-I



ONG MESTURA



## 5- DATOS ECONÓMICOS

| CONTA DE RESULTADOS 2023    |                    |          |
|-----------------------------|--------------------|----------|
| GASTOS                      |                    |          |
| Nº CONTA                    | CONCEPTO           | IMPORTE  |
| 625.0                       | PRIMAS DE SEGURO   | 108,09 € |
| 626.0                       | SERVIZOS BANCARIOS | 143,98 € |
| 629.10                      | PROXECTOS          | 330'00 € |
| TOTAL GASTOS 2023           |                    | 582,07 € |
| INGRESOS                    |                    |          |
| Nº CONTA                    | CONCEPTO           | IMPORTE  |
| 720.0                       | COTAS DE SOCIOS    | 270,00 € |
| TOTAL INGRESOS 2023         |                    | 270,00 € |
| RESULTADO DO EXERCICIO 2023 |                    |          |
| GASTOS                      |                    | 582,07 € |
| INGRESOS                    |                    | 270,00 € |
| PERDA                       |                    | 312,07 € |

| BALANCE DE SITUACIÓN 2023 |                                      |               |
|---------------------------|--------------------------------------|---------------|
| ACTIVO                    |                                      |               |
| D) ACTIVO CIRCULANTE      |                                      |               |
| D VI) Tesorería           |                                      |               |
| 570                       | Caixa                                | 420,96 €      |
| 572                       | Bancos                               | 2.350,83 €    |
| TOTAL ACTIVO              |                                      | 2.771,79 €    |
| PASIVO                    |                                      |               |
| A) FONDOS PROPIOS         |                                      |               |
| A I) Fondo Social         |                                      |               |
| 101                       | Fondo social                         | 140,00 €      |
| 120                       | Excedentes. positivos<br>exerc. ant. | 8.414,26 €    |
| 121                       | Excedentes. negativos<br>exerc. ant. | - 10.240,41 € |
| 129                       | P y G (Perda)                        | - 312,07 €    |
| B) PASIVO NO CORRIENTE    |                                      |               |
| 410                       | Acreedores                           | 4.770,01 €    |
| TOTAL PASIVO              |                                      | 2.771,79 €    |