

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2020

Asociación Nautae para la
promoción de la salud integral



ÍNDICE

QUIÉNES SOMOS _____

- Presentación de la Entidad _____ 2
- Datos de interés de la Entidad _____ 2
- Valor, Misión y Valores _____ 4
- Objetivos Generales _____ 5
- Recursos _____ 5
- Financiación _____ 6

VALORACIÓN AÑO 2020 _____ 7

PROGRAMAS _____

- Programa de Grupos de Ayuda Mutua _____ 8
- Programa de Jóvenes _____ 9
- Programa de Salud mental comunitaria _____ 10
- Programa de Personas sin hogar _____ 11
- Programa de Grupo Ocupacional _____ 12
- Grupo Multifamiliar _____ 13
- Un pati per a totes: Inclusió en l'ámbit educatiu, social i laboral _____ 14
- Tejiendo Vínculos _____ 15

QUIÉNES SOMOS

PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

Somos una asociación formada por profesionales especialistas en salud mental que trabajamos con personas con trastorno mental grave desde un enfoque humanista y con el objetivo de acompañar en el desarrollo de los potenciales y del proyecto de vida de cada persona.

Nautae significa “navegantes” en latín. Nosotros creemos que cada persona puede elegir el rumbo de su vida.

Los diferentes profesionales trabajamos en equipo junto a la persona y la familia. Además, trabajamos en red con otros profesionales de los recursos existentes en la comunidad, con el fin de consensuar y optimizar las intervenciones.

En Nautae trabajamos con una visión humanista del proceso de recuperación. La visión de los potenciales de cada persona, la creación de ambientes enriquecedores, la relación terapéutica desde la autenticidad y la escucha empática son algunos de nuestros valores.

Utilizamos como paradigma el modelo de recuperación, el mismo que propone la estrategia autonómica de salud mental de la Comunidad Valenciana. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU afirma que “la recuperación en salud mental es un viaje de sanación y transformación que le permite, a una persona que sufre un problema de salud mental, vivir una vida significativa en la comunidad que elija, mientras se esfuerza por alcanzar su máximo potencial”.

Es un enfoque integral, individualizado y concentrado en la persona. Se basa en las fortalezas del individuo, en el respeto y en el apoyo en los pares. En él, la persona asume responsabilidad en su proceso y lo autodirige.

DATOS DE INTERÉS DE LA ENTIDAD

ASOCIACIÓN NAUTAE PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD INTEGRAL

CIF: G98974405

Razón social: C/Botánico Cabanilles 20 – 6, 46010. Valencia

Sede: C/Reina 26-1, 46011. Valencia

Web: www.nautae.org

Email: info@nautae.org

RRSS: Facebook [@nautaesaludmental](https://www.facebook.com/nautaesaludmental)

Registrada en:

- Registro de Asociaciones de la Comunitat Valenciana con el nº CV-01-058676-V de la Sección 1ª.
- Registro de Asociaciones de la Comunitat Valenciana como Entidad de Voluntariado con el nº CV-04-059361-V de la Sección 4ª.
- Registro General de los Titulares de Actividades, y de los Servicios y Centros de Acción Social de la Comunitat Valenciana con el número de inscripción 4707.
- Registro Municipal de Entidades Ciudadanas con el número de inscripción 1833.



Número de personas asociadas: 25

Número de personas voluntarias: 5

Número de puestos de trabajo: 9

Plataformas de trabajo colaborativo a las que pertenece Nautae:

- Red de salud mental del Marítimo.
- Red de salud mental del Hospital General.
- Red de entidades del barrio de Torrefiel.
- Plataforma de salud mental: Tejiendo Vínculos.
- Plataforma del Voluntariado de la Comunidad Valenciana.

MISIÓN, VISIÓN Y VALORES

MISIÓN

La misión de Nautae es acompañar a las personas con problemas de salud mental y sus familias en su proceso de recuperación; con metodologías innovadoras y comunitarias.

Nautae trabaja principalmente en la comunidad, en el entorno de la persona, en su barrio y en su domicilio; favoreciendo que se fortalezca su red de apoyo.

El acompañamiento se realiza desde un enfoque humanista, favoreciendo un vínculo terapéutico, y poniendo el énfasis en los potenciales de la persona; facilitando que la persona se empodere para actuar en su vida.

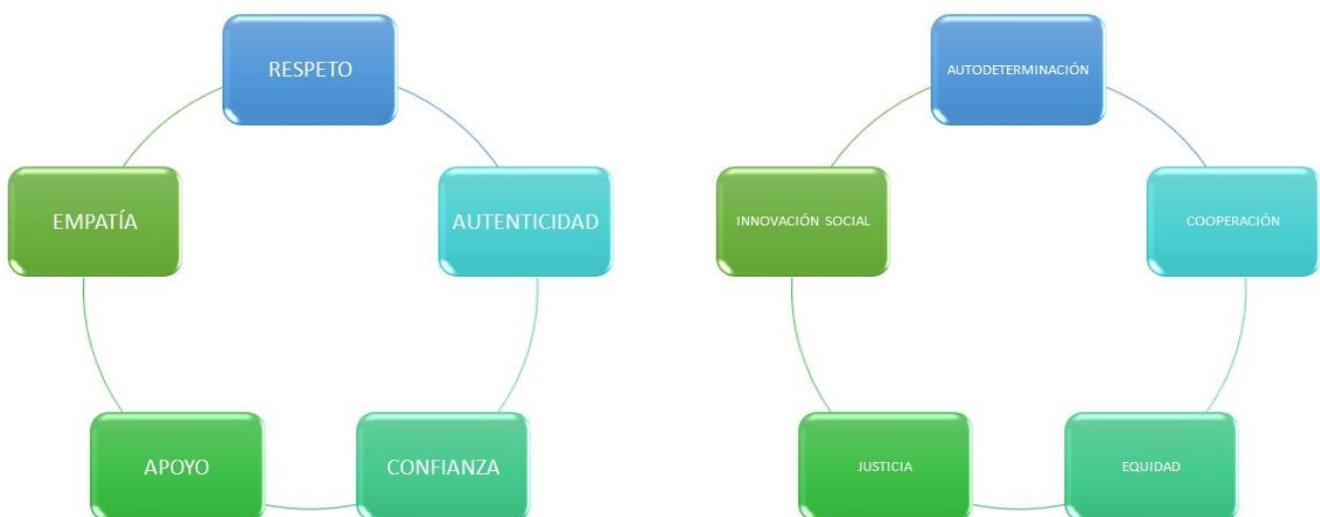
Se trata de generar un entorno confiable donde las personas pueden sentirse parte de un grupo y un contexto de posibilidades donde cada persona pueda desarrollar la mejor versión de si misma.

Además, Nautae nace con la misión de estar en continuo proceso de aprendizaje y mejora, innovando socialmente. El fin último de Nautae es favorecer un cambio social en el que las personas con problemas de salud mental tengan una real inclusión social y laboral.

VISIÓN

Nautae aspira a ser un referente en el mundo de la salud mental y sólo una etapa de la vida de las personas a las que acompaña, ya que consideramos que nuestra asociación no debe ser un fin sino un medio.

VALORES



OBJETIVOS GENERALES

- Promoción de la salud y prevención de la enfermedad mental en poblaciones de riesgo.
- Promover la calidad de vida de las personas con enfermedad mental.
- Favorecer la integración laboral y social de las personas con problemas de salud mental.
- Facilitar la creación de una red de apoyo para las personas con enfermedad mental.
- Aumentar la autonomía y potenciar las capacidades de personas con enfermedad mental.
- Acompañar en el proceso de recuperación a personas con enfermedad mental.
- Fomentar el empoderamiento de las personas con enfermedad mental.
- Reivindicar y promover la mejora y la creación de servicios en la salud mental.
- Promover la educación y la sensibilización de la sociedad para disminuir el estigma de la enfermedad mental.
- Favorecer el desarrollo de una ocupación significativa, con sus respectivos roles ocupacionales, en personas con algún tipo de enfermedad mental.
- Colaborar con instituciones públicas y privadas en la formación, en relación a temas de rehabilitación y reinserción psicosocial.

RECURSOS

Humanos	Materiales
<p><i>Profesionales:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> 1 psicólogo 1 terapeuta ocupacional 1 trabajadora social 1 cuidador 5 auxiliares de servicios generales <p><i>Voluntariado:</i> 5 personas voluntarias</p>	<ul style="list-style-type: none"> 1 moto 4 ordenadores Mobiliario Material fungible

FINANCIACION

La asociación se gestiona y mantiene gracias a:

- a) Cuota anual de socios.
- b) Financiación que se consigue a través de subvenciones públicas y privadas.

Durante 2020 se ha recibido la siguiente financiación:

ENTIDAD FINANCIADORA	PROGRAMA FINANCIADO	CANTIDAD
Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública de la Generalitat Valenciana	Programa de inclusión comunitaria para adultos jóvenes con problemas de salud mental.	20.763,38 €
Concejalía de Innovación y Gestión del conocimiento del Ayuntamiento de Valencia	Un pati per a totes: inclusió en l'àmbit educatiu, social i laboral.	47.904 €
Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Valencia	Salud Mental Comunitaria.	5.148 €
Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Valencia	Acompañamiento y apoyo a personas sin hogar: prevención del aislamiento y vinculación a recursos del barrio.	7.279 €
Fundación La Caixa	Programa de inclusión comunitaria para adultos jóvenes con problemas de salud mental.	24.000 €

- c) Donaciones de personas o entidades que quieren colaborar con la misma.
- d) Prestación de servicios

VALORACIÓN AÑO 2020

Debido a la crisis provocada por la COVID 19 el año 2020 ha sido todo un reto para el tercer sector, especialmente durante el periodo de confinamiento domiciliario en el que las intervenciones presenciales se vieron afectadas. No obstante, podemos afirmar que estamos orgullosas de la gestión que hemos realizado a nivel asociación, sin dejar de prestar atención a las personas usuarias y sus familias. Hemos sabido adaptarnos a la situación y hemos dado una atención de calidad a través de llamadas, videollamadas y atenciones presenciales cuando han sido imprescindibles. Así mismo, hemos realizado los grupos a través de plataformas on-line, teniendo una buena respuesta de participación. El trabajo en equipo tampoco se ha visto afectado, más bien al contrario, ha salido reforzado de esta situación y nos ha permitido ver el potencial de las personas con las que trabajamos, que han sabido adaptarse a la situación y sacar lo mejor de sí mismas.

Este año ha sido importante para nuestra asociación en muchos aspectos. Por un lado, ha sido un año en el que consolidar proyectos que veníamos desarrollando anteriormente como el Programa de adulto joven, el Grupo Multifamiliar o el Grupo de Ayuda Mutua. Nos satisface que el Grupo de Ayuda Mutua que el año anterior fue de la mano de la trabajadora social, este año se ha independizado de los profesionales y ya funciona de manera autogestionada.

Por otro lado, hemos puesto en marcha nuevos programas que consideramos fundamentales como “Salud mental comunitaria” y “Programa de apoyo a personas sin hogar”. Además, ha sido el año que hemos desarrollado el grueso del programa innovador “Un pati per a totes”, que actualmente está llegando a su fin con grandes resultados e interés de diversos agentes sociales.

Por último, hemos hecho una apuesta fuerte por el área laboral contratando en nuestros programas a cinco personas con problemas de salud mental y esperamos que estas experiencias laborales les sirvan de puente a otros trabajos.



Por todo esto, valoramos que 2020 ha sido un año intenso, de grandes retos y aprendizajes, pero también de grandes logros. Sabemos que nos queda mucho por hacer, pero tenemos energía e ilusión para muchos años de travesía.

El equipo de Nautae

PROGRAMAS

PROGRAMA DE GRUPO DE AYUDA MÚTUA (G.A.M)		
Descripción	<p>Compartir experiencias está dentro de nuestra manera de relacionarnos como seres humanos. Cuando ponemos en común situaciones que nos ocurren con los otros, nos sentimos escuchados, entendidos e incluso arropados. Tener un espacio donde poder comunicar experiencias, ilusiones y dificultades puede resultar de gran ayuda.</p> <p>Existen muchos Grupos de Ayuda Mutua según el colectivo al que vayan dirigidos. En este programa las personas con problemas de salud mental se encuentran semanalmente para dialogar y apoyarse en sus vivencias personales. El principio de horizontalidad es importante, no hay jerarquía y todas las opiniones tienen la misma validez. Es una actividad autogestionada en la que no intervienen profesionales.</p> <p>Este año se ha contratado a dos personas con problemas de salud mental para que sean los encargados de gestionar el espacio y coordinar el grupo.</p>	
Perfil usuarios/as	Personas con un diagnóstico en salud mental.	
Objetivo general	Fomentar el apoyo mutuo entre personas con un problema en salud mental.	
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Compartir experiencias acerca su vivencia con un diagnóstico en salud mental. 2) Expresar emociones. 3) Crear un grupo de apoyo donde se pueda desarrollar un vínculo afectivo. 	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	2	5
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	2 auxiliares de servicios generales	Sala con sillas
Actividades	Reuniones semanales de 90 minutos donde se desarrolla el grupo.	

PROGRAMA DE INCLUSIÓN COMUNITARIA PARA ADULTOS JÓVENES CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL		
Descripción	<p>Los jóvenes, aparte de tener el diagnóstico, están en una etapa importante para solucionar los conflictos internos. Además, por la etapa del desarrollo en la que se encuentran, tienen un mejor pronóstico y una amplia posibilidad de afrontar con nuevos recursos, motivación e ideas que esbozan la recuperación.</p> <p>Por todo esto, consideramos que es muy importante tener un programa específico que apoye a los jóvenes en la recuperación de su proyecto de vida.</p>	
Perfil usuarios/as	Jóvenes (18-40 años) con diagnóstico en salud mental y sus familiares.	
Objetivo general	Ofrecer una inclusión social a los adultos jóvenes con problemas de salud mental.	
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Adaptar los objetivos terapéuticos al momento vital en el que se encuentran. 2) Acompañar, apoyar y fomentar un desarrollo de la enfermedad positivo. 3) Fomentar las relaciones con otros jóvenes. 	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	2	11
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	Psicólogo Trabajadora social Terapeuta ocupacional	Sala Ordenadores Material fungible
Actividades	Sesiones de terapia ocupacional. Sesiones de psicología. Sesiones familiares. Actividades grupales.	

SALUD MENTAL COMUNITARIA	
Descripción	<p>El impacto que tiene una enfermedad mental sobre la persona que la padece y su entorno va más allá de los efectos puramente biológicos o médicos. Muchas veces las personas que padecen una enfermedad mental están clínicamente estables de los síntomas positivos, pero los síntomas negativos de la enfermedad atraviesan sus vidas, afectando las áreas social, ocupacional, psicológica y familiar de la persona.</p> <p>Es por ello que es importante realizar una intervención holística y en el entorno de la persona ya que en éste se puede llegar a personas que, por falta de conciencia de enfermedad o por baja motivación y/o aislamiento, no acuden por iniciativa propia a los recursos existentes en la comunidad.</p>
Perfil usuarios/as	Personas con problemas de salud mental y sus familiares.
Usuarios/as	MUJERES
atendidos/as	HOMBRES
	2
	1
Objetivo general	Fomentar la recuperación y aumentar la integración social de las personas con enfermedad mental.
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Reducir el impacto que tienen las dificultades asociadas al trastorno en la calidad de vida de la persona con enfermedad mental. 2) Aumentar la autonomía e independencia en la vida diaria de las personas participantes. 3) Desarrollar una ocupación significativa en su vida cotidiana. 4) Que la persona aumente (o cree) su red social de apoyo. 5) Que disminuya el impacto emocional negativo en los familiares de la persona con enfermedad mental. 6) Paliar las consecuencias psicológicas y el aislamiento social que la actual pandemia por COVID-19 está provocando a través de la creación de espacios de apoyo mutuo.
Recursos	HUMANOS
	MATERIALES
	1 psicólogo
	Sala
	1 terapeuta ocupacional
	Ordenadores
	2 personas voluntarias
	Material fungible
Actividades	<p>Acompañamiento terapéutico en el domicilio y entorno comunitario.</p> <p>Sesiones individuales de terapia ocupacional y atención psicológica.</p> <p>Sesiones familiares y Actividades grupales.</p>

ACOMPañAMIENTO Y APOYO A PERSONAS SIN HOGAR: PREVENCIÓN DEL AISLAMIENTO Y VINCULACIÓN A RECURSOS DEL BARRIO	
Descripción	Programa orientado a ofrecer a las personas sin hogar en fases iniciales apoyo, orientación y acompañamiento para prevenir el aislamiento y la cronificación de esta situación, dotándoles de herramientas para una mejor integración social y tratando de vincularlas con los diferentes recursos que se ofrecen tanto en el barrio como en otros puntos de la ciudad.
Perfil usuarios/as	Personas sin hogar que están en los "inicios" de esta problemática: que llevan poco tiempo en la calle (menos de 6 meses) o duermen en ella de forma irregular y por conflictos familiares o situaciones sobrevenidas.
Usuarios/as	MUJERES
atendidos/as	HOMBRES
	1
	2
Objetivo general	Prevenir la exclusión social, el aislamiento y la cronificación del sinhogarismo en aquellas personas que comienzan a dormir en la calle de forma intermitente o que llevan poco tiempo en ella.
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Que las personas participantes pernocten en la calle en menor medida. 2) Que tengan un mayor conocimiento de los recursos disponibles en su barrio como en otros puntos de la ciudad. 3) Que las personas usuarias hagan un mayor uso de los recursos disponibles. 4) Fortalecer la red de apoyo social con las personas participantes cuentan y establecer nuevas redes de apoyo. 5) Comenzar, en el caso de personas usuarias con un diagnóstico o problema de salud mental o una adicción, la vinculación con el recurso (USM o UCA) correspondiente.
Recursos	HUMANOS
	MATERIALES
	1 psicólogo
	Ordenadores
	1 terapeuta ocupacional
	Material fungible
	2 personas voluntarias
Actividades	<p>Presentación y difusión del programa.</p> <p>Taller de orientación y apoyo.</p> <p>Acompañamiento.</p> <p>Movilización de posibles participantes.</p> <p>Sesiones individuales de apoyo psicológico y ocupacional para una mejor integración social.</p>

GRUPO OCUPACIONAL		
Descripción	<p>El grupo ocupacional trata de generar un contexto de posibilidades donde cada persona utiliza las que necesita en cada momento. Cada participante aprende sobre sí mismo y el entorno a través del hacer, a través de su propia experiencia y va transitando las distintas fases del cambio ocupacional.</p> <p>La persona participante puede explorar y descubrir nuevas fuentes de significado, puede consolidar hábitos y ampliar su identidad ocupacional desde el prisma de una ocupación significativa entendida ésta como una ocupación que refleje los intereses, los valores y las capacidades de esa persona.</p>	
Perfil usuarios/as	Personas con problemas de salud mental interesadas en esta actividad	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	1	3
Objetivo general	Acompañar a las personas participantes, en la identificación y desarrollo de una ocupación significativa en sus vidas.	
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Aumentar la motivación interna para actuar en el mundo. 2) Desarrollar una identidad ocupacional positiva. 3) Aumentar el sentido de importancia personal y el sentido de capacidad. 4) Desarrollar un sentido de responsabilidad, en proyectos personales y colectivos. 5) Facilitar el desarrollo de su sentido de pertenencia social. 	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	1 terapeuta ocupacional 2 personas voluntarias	Ordenadores Material fungible Libros, instrumentos de música, juegos de mesa, televisión, etc.
Actividades	<p>Actividad grupal para exploración de intereses y desarrollo de hábitos.</p> <p>Acompañamientos individuales en la comunidad para extrapolar al entorno de la persona lo trabajado en grupo.</p>	

GRUPO MULTIFAMILIAR	
Descripción	Grupo de varias familias conformadas tanto por la persona con diagnóstico en enfermedad mental como por sus familiares. El grupo es conducido por un psicólogo y una terapeuta ocupacional formados en este ámbito. Es un espacio donde las familias encuentran soluciones escuchando a otras familias.
Perfil usuarios/as	Familiares y personas con problemas de salud mental interesadas en esta actividad.
Usuarios/as	MUJERES
atendidos/as	HOMBRES
	6
	8
Objetivo general	Fomentar el diálogo terapéutico entre familias.
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Facilitar la expresión de emociones. 2) Crear un espacio seguro y de entendimiento. 3) Compartir experiencias y dudas. 4) Crear un vínculo entre personas en la misma situación.
Recursos	HUMANOS
	MATERIALES
	1 psicólogo
	Sala
	1 trabajadora social
	Sillas
	1 terapeuta ocupacional
Actividades	<p>Reunión a la que están invitados todos los miembros de la familia y personas con problemas de salud mental. Se trata de crear un espacio de diálogo y aprendizaje conjunto realizando la terapia entre todos.</p> <p>La actividad se desarrolla de manera quincenal los miércoles en horario 18hs a 20hs.</p>

UN PATI PER A TOTES: INCLUSIÓ EN L'ÀMBIT EDUCATIU, SOCIAL I LABORAL		
Descripción	Proceso de intervención en el patio de un colegio, para generar un espacio más inclusivo. Se ha contado con la implicación de personas usuarias de Nautae que han sido contratadas para llevar a cabo algunas tareas. Se ha trabajado la desestigmatización del colectivo a través de la convivencia con el alumnado.	
Perfil usuarios/as	Personas con problemas de salud mental que necesitan desarrollar algunas habilidades sociolaborales.	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	1	2
Objetivo general	Creación de un entorno saludable dentro de la Comunidad de Aprendizaje.	
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Mejorar las condiciones físicas y naturales del espacio de recreo. 2) Aumentar la diversidad de juegos para atender la individualidad e idiosincrasia de cada persona. 3) Mejorar la convivencia y fomentar el establecimiento de relaciones más equitativas entre el alumnado. 4) Contribuir al cambio de percepción del colectivo con problemas de salud mental. 5) Favorecer el acercamiento e inserción al mundo laboral. 6) Desarrollar las habilidades sociolaborales. 7) Crear un espacio de conocimiento mutuo. 8) Promover la cultura de la participación desde la primera infancia. 	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	1 psicólogo 1 terapeuta ocupacional 3 auxiliares de servicios generales	Espacio educativo Material fungible Material de construcción y carpintería
Actividades	Actividades con la comunidad educativa para diseñar un patio más inclusivo a través de metodologías participativas. Actividad laboral de transformación de un solar en el patio de un colegio. Actividades de desestigmatización a través de la convivencia y el diálogo.	

TEJIENDO VÍNCULOS		
Descripción	Programa de encuentro con el colectivo de salud mental para visibilizar la situación del colectivo.	
Perfil usuarios/as	Personas con problemas de salud mental, así como familiares, amigos y toda aquella persona sensibilizada con la enfermedad mental.	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	3	5
Objetivo general	Visibilizar la situación del colectivo de salud mental a través de encuentros.	
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Sensibilizar a la sociedad respecto a este colectivo. 2) Favorecer la integración social. 3) Dar visibilidad a una realidad y reducir el estigma asociado. 4) Crear un espacio de convivencia. 5) Aumentar niveles de alegría y vitalidad de los participantes. 6) Fortalecer los vínculos y la red de apoyo. 	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	1 terapeuta ocupacional 1 voluntaria	No precisa
Actividades	Encuentros entre entidades con fines de sensibilización a la sociedad sobre la problemática de salud mental.	