nautae
SALUD MENTAL

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2021

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 ____ 6
- Financiación ____ 6

VALORACIÓN AÑO 2021 ____ 7

PROGRAMAS ____

- Programa de Grupos de Ayuda Mutua ____ 8
- Programa de Jóvenes ____ 9
- Programa de Salud mental comunitaria ____ 10
- Grupo Multifamiliar ____ 11
- Del pati al barri ____ 12
- Atenciones individualizadas ____ 13

ANEXOS ____

- Imágenes 2021 y documentos de difusión ____ 14

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 26-1º-2B, 46011. Valencia

Web: www.nautae.org

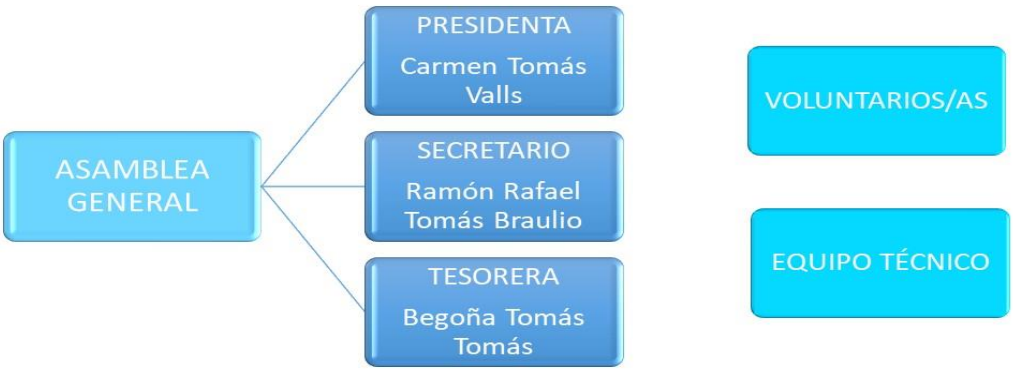
Email: info@nautae.org

RRSS: Facebook @nautaesaludmental – Instagram @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.

Acreditada y autorizada como **Servicio para la prestación de servicios de prevención de la situación de dependencia y promoción de la autonomía personal según Resolución de la Vicepresidencia y Consellería de Igualdad y Políticas Inclusivas de fecha 28 de septiembre de 2021** e inscrita a tal fin en el Registro General de los Titulares de Actividades, de Servicios y Centros de servicios sociales con el número 474.



Número de personas asociadas: 32

Número de personas voluntarias: 4

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.
- Xarxa Cuide.

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.

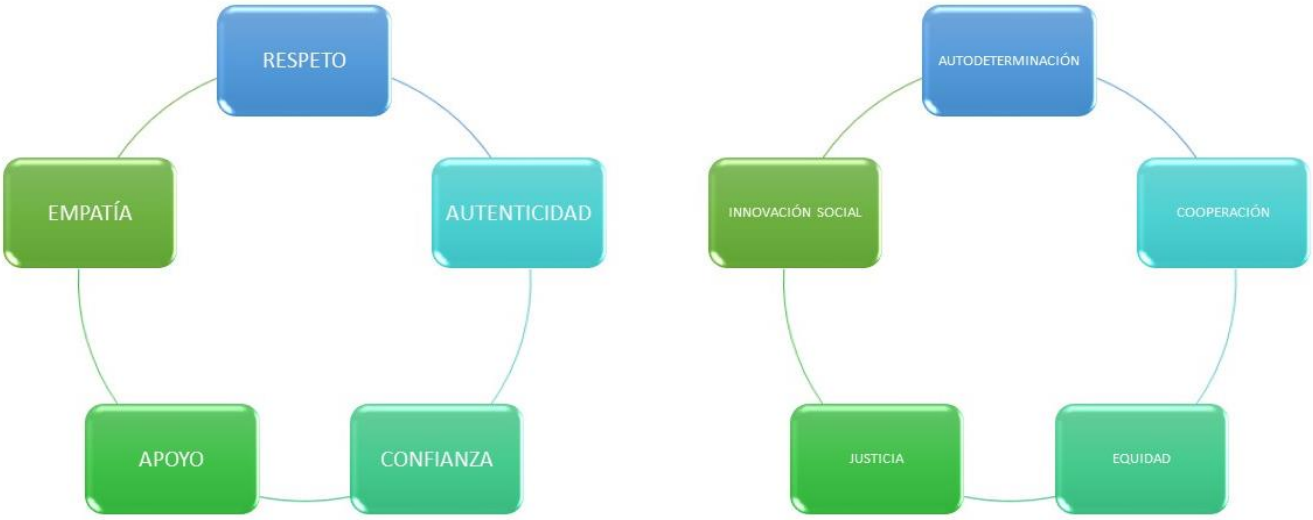
El acompañamiento se realiza desde un enfoque humanista, favoreciendo un vínculo terapéutico, y poniendo el énfasis en los potenciales de la persona; facilitando que la persona se empodere para actuar en su vida. Se trata de generar un entorno confiable donde las personas pueden sentirse parte de un grupo y un contexto de posibilidades donde cada persona pueda desarrollar la mejor versión de sí misma.

Además, Nautae nace con la misión de estar en continúo 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
Profesionales: 1 psicólogo 2 terapeutas ocupacionales 1 trabajador social 1 integradora social 4 auxiliares de servicios generales *Voluntariado*: 4 personas voluntarias	1 moto 4 ordenadores Mobiliario Material fungible

FINANCIACION

La asociación se gestiona y mantiene gracias a:

a) Cuota anual de inscripción.

b) Financiación que se consigue a través de subvenciones públicas y privadas. Durante 2021 se ha recibido la siguiente financiación:

2021

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.	30.428,97
Conselleria de Igualdad y Políticas Inclusivas	Salud Mental Comunitaria	24.094,19
Conselleria de Participación, Transparencia, Cooperación y Calidad Democrática.	Un barri per a totes/Del pati al barri.	24.800,00
Fundación La Caixa	Programa de inclusión comunitaria para adultos jóvenes con problemas de salud mental.	16.000,00

c) Donaciones de personas o entidades que quieren colaborar con la misma.

d) Prestación de servicios.

VALORACIÓN AÑO 2021

Este año ha sido importante para nuestra asociación en muchos aspectos. Por un lado, ha sido un año en el que hemos consolidado aún más proyectos que veníamos desarrollando en años anteriores como el Programa de adulto joven, el de Salud Mental Comunitaria, el Grupo Multifamiliar o el Grupo de Ayuda Mutua. De hecho, los dos primeros han sido subvencionados lo que nos ha posibilitado su desarrollo y continuación, algo que como entidad nos satisface enormemente.

Asimismo, tanto el Grupo Multifamiliar como el Grupo de Apoyo Mutuo se han consolidado como actividades periódicas nutridas de participantes asiduos que, en el caso del GAM, ha conllevado un funcionamiento totalmente autogestionado.

Por otro lado, ha sido el año en el que el desarrollo del programa "Un pati per a totes" ha devenido en el surgimiento y ejecución de otro programa, "Del pati al barri" con grandes resultados e interés de diversos agentes sociales.

También, como circunstancia especialmente relevante en el año 2021, indicar que nuestra asociación se ha acreditado como Se**rvicio para la prestación de servicios de prevención de la situación de dependencia y promoción de la autonomía personal por la Vicepresidencia y Consellería de Igualdad y Políticas Inclusivas.**

Por último, hemos hecho una fuerte apuesta por formar un equipo técnico multidisciplinar incorporando a otra terapeuta ocupacional, a una integradora social y a un trabajador social con el fin de realizar una atención aún más integral.

Por todo esto, valoramos que 2021 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	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. 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. 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.	
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	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
	4	10
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	2 auxiliares de servicios generales	Sala con sillas
Actividades	Reuniones semanales de 90 minutos donde se desarrolla el grupo.	

<table>
<tr><th colspan="3">PROGRAMA DE INCLUSIÓN COMUNITARIA PARA ADULTOS JÓVENES
CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL</th></tr>
<tr><td>Descripción</td><td colspan="2">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.

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.</td></tr>
<tr><td>Perfil usuarios/as</td><td colspan="2">Jóvenes (18-40 años) con diagnóstico en salud mental y sus familiares.</td></tr>
<tr><td>Objetivo general</td><td colspan="2">Ofrecer una inclusión social a los adultos jóvenes con problemas de salud mental.</td></tr>
<tr><td>Objetivos específicos</td><td colspan="2">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.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Usuarios/as atendidos/as</td><td>MUJERES</td><td>HOMBRES</td></tr>
<tr><td>8</td><td>16</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Recursos</td><td>HUMANOS</td><td>MATERIALES</td></tr>
<tr><td>1 psicólogo
1 trabajador social
1 terapeuta ocupacional
1 integradora social</td><td>Sala
Ordenadores
Material fungible</td></tr>
<tr><td>Actividades</td><td colspan="2">Sesiones de terapia ocupacional.

Sesiones de psicología.

Sesiones de integración social.

Sesiones familiares.

Actividades grupales.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="3">SALUD MENTAL COMUNITARIA</th></tr>
<tr><td>Descripción</td><td colspan="2">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.

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.</td></tr>
<tr><td>Perfil usuarios/as</td><td colspan="2">Personas con problemas de salud mental y sus familiares.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Usuarios/as atendidos/as</td><td>MUJERES</td><td>HOMBRES</td></tr>
<tr><td>11</td><td>22</td></tr>
<tr><td>Objetivo general</td><td colspan="2">Fomentar la recuperación y aumentar la integración social de las personas con enfermedad mental.</td></tr>
<tr><td>Objetivos específicos</td><td colspan="2">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.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Recursos</td><td>HUMANOS</td><td>MATERIALES</td></tr>
<tr><td>1 psicólogo
2 terapeutas ocupacionales
1 integradora social
2 personas voluntarias</td><td>Sala
Ordenadores
Material fungible</td></tr>
<tr><td>Actividades</td><td colspan="2">Acompañamiento terapéutico en el domicilio y entorno comunitario.
Sesiones individuales de terapia ocupacional y atención psicológica.
Sesiones familiares y actividades grupales.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="3">GRUPO MULTIFAMILIAR</th></tr>
<tr><td>Descripción</td><td colspan="2">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.</td></tr>
<tr><td>Perfil usuarios/as</td><td colspan="2">Familiares y personas con problemas de salud mental interesadas en esta actividad.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Usuarios/as atendidos/as</td><td>MUJERES</td><td>HOMBRES</td></tr>
<tr><td>7</td><td>8</td></tr>
<tr><td>Objetivo general</td><td colspan="2">Fomentar el diálogo terapéutico entre familias.</td></tr>
<tr><td>Objetivos específicos</td><td colspan="2">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.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Recursos</td><td>HUMANOS</td><td>MATERIALES</td></tr>
<tr><td>1 psicólogo
1 trabajador social
1 terapeuta ocupacional</td><td>Sala
Sillas</td></tr>
<tr><td>Actividades</td><td colspan="2">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.
La actividad se desarrolla de manera quincenal los lunes en horario 18hs a 19.30hs.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="3">DEL PATI AL BARRI</th></tr>
<tr><td>Descripción</td><td colspan="2">Propuesta de intervención que pretende aprovechar el uso comunitario de Zona Santiago para trabajar las dinámicas que habitualmente se establecen en las relaciones humanas, explorando la funcionalidad y liderazgo de las diversidades de manera que se contribuya a romper el estigma de colectivos vulnerabilizados y, por tanto, a potenciar las relaciones igualitarias y de proximidad.</td></tr>
<tr><td>Perfil usuarios/as</td><td colspan="2">Personas con problemas de salud mental que necesitan desarrollar algunas habilidades sociolaborales.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Personas alcanzadas</td><td>MUJERES</td><td>HOMBRES</td></tr>
<tr><td>100</td><td>100</td></tr>
<tr><td>Objetivo general</td><td colspan="2">Crear un espacio de convivencia barrial, autogestionado por vecinos y vecinas del barrio y coliderado por personas con problemas de salud mental.</td></tr>
<tr><td>Objetivos específicos</td><td colspan="2">1) Abrir espacios innovadores de experimentación comunitaria que contribuyan a mejorar la relación de los entornos escolares con el barrio.
2) Implementar espacios de diálogo donde trabajar las emociones fruto de la convivencia con el fin de fomentar una vivencia inclusiva del espacio público.
3) Indagar sobre posibles cambios conductuales que generen de manera agregada transformaciones beneficiosas para la comunidad y sus miembros.
4) Promover la cultura de la participación y reforzar el tejido social existente, favoreciendo su empoderamiento y su participación en la gestión de lo público.
5) Mejora de determinantes sociales de salud basados en la: renaturalización de los espacios, igualdad, deporte, movilidad y relaciones de proximidad.
6) Aumentar la diversidad de espacios de juego para atender la idiosincrasia de cada persona frente a dinámicas sociales imperantes, fomentando las relaciones más equitativas.
7) Estudiar y dar a conocer diversos modelos de gestión de equipamientos públicos.
8) Explorar la funcionalidad y el liderazgo de las diversidades disminuyendo el estigma de los colectivos vulnerabilizados, invirtiendo el rol habitual de receptores de servicios a proveedores de los mismos en la comunidad.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Recursos</td><td>HUMANOS</td><td>MATERIALES</td></tr>
<tr><td>1 psicólogo - 1 terapeuta ocupacional
1 integradora social
2 auxiliares de servicios generales</td><td>Espacio educativo
Material fungible</td></tr>
<tr><td>Actividades</td><td colspan="2">Programación y coordinación de actividades.
Sesiones de dinamización durante la apertura del espacio.
Grupos multifamiliares y tertulias dialógicas (gestión y dinamización).
Acompañamiento emocional y supervisión del equipo de trabajo.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="3">ATENCIONES INDIVIDUALIZADAS</th></tr>
<tr><td>Descripción</td><td colspan="2">Sesiones individuales de psicología, terapia ocupacional, integración sociolaboral y atenciones familiares.</td></tr>
<tr><td>Perfil usuarios/as</td><td colspan="2">Personas con problemas de salud mental y sus familias</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Usuarios/as atendidos/as</td><td>MUJERES</td><td>HOMBRES</td></tr>
<tr><td>15</td><td>19</td></tr>
<tr><td>Objetivo general</td><td colspan="2">Aumentar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y sus familias.</td></tr>
<tr><td>Objetivos específicos</td><td colspan="2">1) Aumentar la autonomía y el empoderamiento en la gestión de la propia vida.
2) Mejorar el bienestar psicológico y emocional.
3) Desarrollar una ocupación significativa en el ámbito formativo-laboral o de ocio.
4) Mejorar el clima familiar para favorecer la recuperación de la persona joven con problemas de salud mental grave.
5) Incrementar su participación en la comunidad.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Recursos</td><td>HUMANOS</td><td>MATERIALES</td></tr>
<tr><td>1 psicólogo
1 terapeuta ocupacional
1 integradora social</td><td>Sala
Ordenadores
Material fungible</td></tr>
<tr><td>Actividades</td><td colspan="2">Sesiones de psicología
Sesiones de terapia ocupacional
Sesiones de integración sociolaboral
Acompañamientos comunitarios y visitas domiciliarias
Atenciones familiares individualizadas</td></tr>
</table>

ANEXOS

GRUPO DE AYUDA MUTUA EN
NAUTAE
MIERCOLESDE 18H A
19,30H
CALLE LA REINA, 26 1* 2* B

GRUPO
MULTIFAMILIAR
un espacio donde las personas con problemas de salud mental y sus familias pueden compartir sus vivencias con otras personas que puedan tener una situación parecida
Si te interesa envía un WhatsApp al 623430242
las proximas fechas son:
25 de octubre 8 de noviembre y 22 de noviembre de 18 a 19.30
y el 13 de diciembre de 16 a 17.30.