

MEMORIA

ACTIVIDADES

AFAEMO

2025

administracion@afaemo.org

www.afaemo.org

91.371.35.29 / 660.29.08.12

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

PRESENTACIÓN:

Recopilamos en esta Memoria 2025 todo el trabajo que realiza la asociación a lo largo del ejercicio, continuando en la misma línea de años anteriores, fortaleciendo y mejorando la oferta de actividades existente, e incluyendo otras nuevas, que han logrado dar mayor potencialidad a la consecución de objetivos de nuestra entidad.

El gran esfuerzo invertido para que entidades como AFAEMO, (pequeñas en sí mismas, pero grandes en esfuerzo, vitalidad y transparencia) sigan con sus puertas abiertas prestando tan importante servicio, requieren del compromiso, la implicación y mantenimiento por parte de las administraciones públicas, quienes tienen la imprescindible labor de hacer que los recursos de atención psicosocial en salud mental, que atienden a un elevado porcentaje de población, cada vez más en aumento, continúen sus buenas prácticas, entendiendo que se trata del cuidado de la comunidad en su conjunto.

AFAEMO a lo largo del año 2025 sostiene su compromiso en profesionalidad y calidad atencional, que sin el esfuerzo de todas las personas que forman parte del colectivo (población afectada en primera persona, profesionales, familias, allegados/as, personas voluntarias, etc.), no sería posible. Aun así, para el sostenimiento de la asociación, y la continuidad de programas de rehabilitación psicosocial, es necesario y obligatorio que la sociedad y los organismos directamente implicados en el bienestar psicológico y social de la población, escuchen y se responsabilicen, dado que las consecuencias que pueden derivarse de la desaparición de recursos como el nuestro, pueden ser nefastas para el futuro más próximo.

De igual manera, queremos resaltar como AFAEMO siendo una asociación comprometida en la defensa y promoción de los derechos de las personas con problemas de salud mental, específicamente con personas con trastornos mentales graves (TMG) y sus familiares, poniendo especial atención en su trabajo diario y continuo por la mejora de la calidad de vida de las mismas, destaca su compromiso explícito con la igualdad entre hombres y mujeres. Poniendo también el foco en la detección de necesidades específicas de las mujeres con problemas de salud mental (y las mujeres cuidadoras en salud mental), quienes hacen frente a situaciones de mayor riesgo, discriminación y desigualdad.

María Jacinta Mena de Rodrigo
Presidenta

INFORMACIÓN PRELIMINAR:

Como ya se introdujo en los ejercicios anteriores, además de recopilar los servicios que la entidad presta al colectivo destinatario y que la memoria sea un documento completo donde se recojan todos los aspectos que configuran y definen nuestra asociación, mantenemos el análisis de la evolución vivida en los diferentes aspectos que la componen: económico, asistencial y de infraestructura.

Con la presente memoria AFAEMO quiere acercar su labor cotidiana a la población, dar visibilidad al trabajo que diariamente realizamos, entendiendo que la salud mental es algo que nos afecta a la comunidad en su conjunto, siendo por ello parte responsable de que se pongan en marcha mecanismos que le den soporte, atención y comprensión desde una perspectiva social e integradora.

A DESTACAR EN EL 2025:

- ❖ Espacios grupales de rehabilitación psicosocial para personas con problemas de salud mental desarrollados:
 - Espacio del Café
 - Sensibilización
 - Gestión del ocio
 - Teatro
 - Psicoeducación
 - Arteterapia
 - Grupo de Apoyo Mutuo en primera persona
 - Escritura Creativa
 - Conectad@s
 - Autofinanciación
 - Grupo de empoderamiento para mujeres con problemas de salud mental
 - Grupo de nuevas masculinidades para hombres con problemas de salud mental
 - Jardín / Huerto Comunitario
 - Radio Comunitaria
 - Programa de ocio inclusivo
 - AVD. Cocina
 - Habilidades Cognitivas
- ❖ Espacios grupales para familiares o figuras de cuidados principales:
 - Grupo de Apoyo Mutuo
 - Escuela de Familias (psicoeducación) --- Corresponsabilidad en los cuidados
 - Grupo de respiro exclusivo para mujeres cuidadoras
- ❖ Cambios en la plantilla de profesionales:
 - Incorporación en el puesto de Educadora Arteterapeuta de ADRIANA VELASQUEZ SERVIA (contrato indefinido de 20 horas semanales).
 - Ampliación a jornada completa de la psicóloga PATRICIA ROSELLÓ MARTÍN.
 - Ampliación de la jornada laboral a 30 horas semanales de la psicóloga TERESA CASTEJÓN LÓPEZ.
- ❖ Se resalta el proyecto "Acercándonos a la Salud Mental", el cual ha tenido como objetivo promover la concienciación, prevención y sensibilización sobre la salud mental y la falta de esta en población infantojuvenil, a través de jornadas y charlas en centros educativos por parte tanto del personal profesional de la entidad como de personas voluntarias con experiencia propia en problemas de salud mental. Se ha sensibilizado a más de 200 alumnos/as.
- ❖ Se resalta el proyecto "Promoción y Formación de Voluntariado" con el fin de promover el voluntariado social en salud mental. Se han desarrollado durante los meses de enero a marzo tres sesiones formativas sobre salud mental y rehabilitación psicosocial para las personas voluntarias interesadas

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

contando tanto con el propio personal de la asociación como con profesionales externos de otros recursos de salud mental de la Comunidad de Madrid. Hemos contado con un total de 18 personas voluntarias (veteranos y de nueva incorporación) a lo largo del 2025 en diferentes espacios de la asociación.

- ❖ Hemos implantado la **certificación de sistema de gestión de la calidad** según la norma de referencia **UNE-EN ISO 9001:2015** con el número 015476, por medio de la empresa ADOK CERTIFICACION. Establecimiento como alcance de certificación la **“Asistencia en rehabilitación psicosocial a personas con problemas de salud mental (trastorno mental grave) y sus cuidadores, información y orientación en materia de salud mental”**
- ❖ Seguimos con el trabajo en sensibilización, donde este año hemos realizado y/o participado en acciones, charlas y jornadas destinadas a la información, formación, sensibilización y reflexión conjunta de las situaciones a las que se enfrenta el colectivo, por el hecho de padecer un diagnóstico en Salud Mental y, las numerosas discriminaciones múltiples que eso acompañan, visibilizando la mayor discriminación que sufren las mujeres.
Siguiendo en la línea de nuestro compromiso con la no discriminación en salud mental y la igualdad de género durante el 2025 se realizaron varios **MONOGRÁFICOS O ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN** donde destacamos:

ACCIONES SENSIBILIZACIÓN 2025		
1	Participación en el COMITÉ EN PRIMERA PERSONA de la Federación Salud Mental Madrid	Anual
2	COMISIÓN DE USUARIOS Y FAMILIARES. Instituto de Psiquiatría y Salud Mental del HGU Gregorio Marañón-IPSMarañón	Anual
3	Participación como entidad del distrito en el “PLAN COMUNITARIO DE MORATALAZ”. Tiene como objetivo la detección de las necesidades existente en el distrito con el fin de reducir las desigualdades existentes y garantizar el acceso a los recursos existentes.	Anual (reuniones mensuales)
4	Participación SPORTSAME. Proyecto deportivo Pro Salud Mental (instalaciones deportivas Canal de Isabel II)	Anual
5	Pertenecientes a la red de mujer y discapacidad de CERMI Madrid. Participación en la COMISIÓN DE MUJERES DEL CERMI	Anual
6	Proyecto comunitario Soledad no deseada. Comisión de salud y vivienda de Moratalaz.	Trimestral
7	GRUPOS DE FORMACIÓN EN PERSPECTIVA DE GÉNERO PARA MUJERES Y HOMBRES CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL. Colaboración con el Espacio de Igualdad María Telo.	Mensual
8	Participación activa en espacios comunitarios del distrito. RADIO COMUNITARIA MORATALAZ, HUERTO COMUNITARIO CUÑA VERDE, POLIDEPORTIVO MORATALAZ, E.S. LA SALAMANDRA, etc.	Anual
9	JORNADA PRIMEROS AUXILIOS. Cruz Roja	31/01/2025
10	MONOGRÁFICO 8M. Colaboración con el Espacio de Igualdad María Telo	13/03/2025
11	Jornada interna Sensibilización 8M. AFAEMO	07/03/2025

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

12	IX Ciclo de Conferencias Federación Salud Mental Madrid «Empleo y personas con problemas de salud mental»	05/03/2025
13	IX Ciclo de Conferencias Federación Salud Mental Madrid «Enfermería comunitaria en salud mental», estará a cargo de la jefa de Unidad de Enfermería del Servicio de Psiquiatría y Salud Mental de Zamora, Ana Castaño Villarroel.	11/06/2025
14	IX Ciclo de Conferencias Federación Salud Mental Madrid "Conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental 2025"	12/11/2025
15	MESA REDONDA "LOS DESAFÍOS DE LAS MUJERES CON DISCAPACIDAD". Organizada por la Comisión de Discapacidad de Amnistía Internacional y por el CERMI de Madrid.	26/02/2025
16	MONOGRÁFICO JURÍDICO: "LA REFORMA DEL SISTEMA DE INCAPACIDADES. DISCAPACIDAD Y MEDIDAS DE APOYO". Organizada por el Espacio de Igualdad de Moratalaz (María Telo).	19/02/2025
17	ENCUENTRO ANUAL DE LA FUNDACIÓN CERMI MUJERES CON LAS COMISIONES DE LA MUJER DE LOS CERMIS AUTONÓMICOS. Organizado por FUNDACIÓN CERMI MUJERES/ CERMI AUTONÓMICOS.	20/03/2025
18	CONFERENCIA INTERNACIONAL SOBRE CÓMO COMBATIR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD. Intercambio de buenas prácticas y lecciones aprendidas. (Madrid, España). Organizado por FUNDACIÓN CERMI MUJERES.	21/03/2025
19	ACTO DE PRESENTACIÓN DE LA OBRA "NO ESTÁS SOLA: 25 TESTIMONIOS DE VIDA DE MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD" / LECTURA PÚBLICA DEL MANIFIESTO CON MOTIVO DEL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER. Organizado por FUNDACIÓN CERMI MUJERES.	05/03/2025
20	JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE NOCIONES BÁSICAS DE LA COMUNIDAD LGTBIAQ+ (orientaciones e identidades disidentes). Con la colaboración de AET, Transexualia.	21/04/2025
21	PRESENTACIÓN LIBROS Y JORNADA TALLER CON LA ESCRITORA ROSALÍA PEDRAZA	30/04/2025
22	PROGRAMA DE RADIO: ESPECIAL CONTRA EL ESTIGMA "VOCES EN LA RADIO" CON LA COLABORACIÓN DE RADIO YANANA Y SU ESTIGMA FESTIVAL.	10/04/2025
23	JORNADA "DERECHO A LA SALUD. DERECHO A DECIDIR" organizada desde la plataforma comunitaria "Vicálvaro Se Cuida". Una jornada sobre el derecho a que se tengan en cuenta nuestra voluntad, deseos y preferencias en momentos vitales clave. Centro cultural Fuente de San Pedro – Valderrivas.	11/04/2025
24	PARTICIPACIÓN EN EL COMITÉ PRO SALUD MENTAL EN PRIMERA PERSONA - RED ESTATAL DE MUJERES SALUD MENTAL ESPAÑA.	Reuniones puntuales en 2025
25	PONENCIA EN PRIMERA PERSONA EN LA JORNADA SOBRE PLANIFICACIÓN ANTICIPADA DE DECISIONES (PAD) EN SALUD MENTAL, en el marco del	13/05/2025

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

	proyecto "Mi voz, mis decisiones" de la Federación Salud Mental Madrid.	
26	VISIONADO Y POSTERIOR DEBATE DEL DOCUMENTAL "RELATORAS DE VIDA" de la Confederación Salud Mental España (relatos y testimonios de varias mujeres con problemas de salud mental que viven en el ámbito rural. Enmarcado en el Proyecto HUB Genera, Faenando Futuro).	29/05/2025
27	PRESENTACIÓN LIBROS CARMEN URBIETA (<i>autora local y socia de AFAEMO</i>) - Biblioteca Francisco Ayala.	25/06/2025
28	PROGRAMA DE RADIO ESPECIAL: ENTREVISTA A ANA CASTAÑO (PSIQUIATRA Y JEFA DE LOS SERVICIOS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ-VICÁLVARO) en Radio Comunitaria Moratalaz.	03/07/2025
29	JORNADA PEDAGÓGICA SOBRE EMOCIONES E IDENTIDAD SEGÚN LA TFE (TERAPIA FOCALIZADA EN LA EMOCIÓN): LIBRO "LAS BUENAS HISTORIAS SIEMPRE ACABAN BIEN" . Autor: Marcos Morales Rodríguez.	18/07/2025
30	SEGUNDA PRESENTACIÓN LIBROS Y JORNADA TALLER CON LA ESCRITORA ROSALÍA PEDRAZA	01/10/2025
31	DMSM. Marcha Atocha-Cibeles	10/10/2025
32	VIII FORO SOCIAL MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD DE LA FCM. Valencia	24,25,26/11/2025
33	MONOGRÁFICO 25N. Colaboración con el Espacio de Igualdad María Telo	04/12/2025
34	FORMACIÓN EN SALUD MENTAL PARA PERSONAS INTERESADAS EN VOLUNTARIADO SOCIAL.	22/01/2025 18/02/2025 11/03/2025
35	JORNADAS DE SENSIBILIZACIÓN EN CENTROS EDUCATIVOS.	Anual

- ❖ Hemos realizado **1.215 atenciones directas** a personas con problemas de salud mental, sus familias y allegados/as desde el **Servicio de Información y Orientación (SIO)**, un 18% más que el año 2024, lo que muestra el constante aumento de atenciones en este servicio.
- ❖ Hemos tenido un total de 177 personas socias durante este año (casi un 3% más que el año 2024). Sin embargo, desde el **servicio de Convivencia Familiar y Social** se han atendido en nuestros programas y/o actividades a un total de **214 personas** a lo largo del 2025 (un 4,4% más que el año 2024). Terminamos el año con 176 personas socias.
- ❖ Entre el total de las actividades de sensibilización llevadas a cabo en el marco del Servicio de Información y Orientación, hacemos una estimación de alcance de unas 2.500 personas en el año 2025.
- ❖ Continuación con los grupos de trabajo en género en colaboración con las compañeras del **Espacio de Igualdad María Telo de Moratalaz**.
- ❖ Continuación de la colaboración con las compañeras del **Centro Medioambiental El Campillo** en nuestro proyecto de Huerto Comunitario.

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

- ❖ Un año más, en 2025, hemos participado en la comisión de mujer del **CERMI Madrid** y en diferentes propuestas impulsadas por la **Fundación CERMI Mujeres** como el “**VIII foro social de mujeres y niñas con discapacidad**” desarrollado este año en Valencia.
- ❖ **Subvenciones y financiación.** Se ha realizado de nuevo un arduo trabajo en la búsqueda de financiación obteniendo muy buenos resultados pese a la difícil situación. Hemos conseguido afianzar las subvenciones públicas que solemos recibir anualmente: Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid (convocatoria de mantenimiento de servicios y convocatoria de IRPF), Ayuntamiento de Madrid (convocatoria de apoyo a la discapacidad, convocatoria bianual para entidades del Tercero Sector y convocatoria de fomento del asociacionismo por parte de la junta municipal del distrito) y Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid (convocatoria ayuda mutua). En cuanto a financiación privada hemos contado con el apoyo y la concesión a través de la convocatoria de acción social de fundación LaCaixa y, de la convocatoria de proyectos de la Fundación ONCE en su convocatoria general de ayudas.
- ❖ En esta misma línea hemos conseguido poner en marcha por primera vez un **proyecto europeo** “Training towards social entrepreneurship and Desinstitutionalization for individuals at risk of social exclusion” junto a otras dos entidades, COPERSAM (Italia) y Sun For Everyone (Bulgaria). Siendo aprobado y financiado a través de la convocatoria de Fondos Europeos ERASMUS+. Dicho proyecto se desarrollará desde diciembre 2025 a mayo 2027 en los tres países, teniendo como objetivo general promover espacios de formación y pensamiento crítico entre personas en situación de vulnerabilidad social y profesionales de los sectores que permitan el desarrollo de emprendimiento social e iniciativas de inclusión efectiva, garantizando la no institucionalización, a través de la generación y transmisión de conocimiento a nivel local, nacional y europeo en Italia, España y Bulgaria.
- ❖ Seguimos con la representación por parte de Víctor Fernández Gómez (titular) y Adolfo Álvarez-Buylla Villegas como representantes de las personas usuarias de nuestra asociación en el “**COMITÉ MADRILEÑO PRO SALUD MENTAL EN PRIMERA PERSONA**” de la Federación Salud Mental Madrid.
- ❖ Seguimos potenciando la **presencia y participación de nuestra asociación en las iniciativas y proyectos comunitarios del distrito**, con el objetivo de crear red entre los diferentes recursos y dar visibilidad a la labor de la asociación con el fin de crear un trabajo en red que permita conocer y trabajar conjuntamente entre los diferentes recursos de Moratalaz. Continuamos con el uso de recursos municipales y comunitarios del distrito (cesión de pista deportiva en el Polideportivo de Moratalaz o el proyecto de Huerto Comunitario) y con nuestra asistencia de forma continuada a las reuniones y encuentros del “**Proceso Comunitario de Moratalaz**” y de “**Moratalaz-Vicálvaro Se Cuida**” iniciativa promovida por el Centro de Salud Comunitaria de Moratalaz-Vicálvaro.
- ❖ En relación al punto anterior formamos parte activa como entidad representante de mesa en la **Mesa de Proximidad de Políticas Sociales** de la Junta Municipal de Moratalaz por medio de nuestra secretaria, Esther Lagos Nieves.
- ❖ Seguimos manteniendo la **PARTICIPACIÓN ACTIVA Y CAPACIDAD DE AGENCIA PLENA DE LAS PERSONAS USUARIAS** con el fin de garantizar un método de intervención horizontal, consensuado y dialogado entre todas las personas pertenecientes. Por ejemplo, a través de las asambleas grupales donde tratamos entre todos y todas las cuestiones que se van dando a lo largo del año y, las revisiones y seguimientos de los planes individuales de atención (PIAs) entre profesionales y personas usuarias.
- ❖ El **viaje vacacional** de este año tuvo como destino Asturias en el mes de junio, en el que participaron un total de 17 usuarios/as + 3 monitoras.
- ❖ Hemos seguido garantizando las **prácticas** de varias universidades con las que tenemos convenio (Facultad de psicología de la **Universidad Europea**, Facultad de Psicología de la **Universidad Autónoma de Madrid**, Facultad de Psicología de la **Universitat Carlemany** y **Universidad**

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

Complutense de Madrid a través del máster de Arteterapia y Educación artística para la inclusión) y hemos dado la posibilidad a otros nuevos centros educativos para que su alumnado pudiera tener una aproximación a la práctica profesional en el ámbito de la rehabilitación psicosocial a través de nuevos convenios de prácticas como a la **Universidad de Comillas**.

- ❖ Mantenemos el impulso de la página web de la asociación y de nuestras redes sociales (Instagram y Facebook) con el objetivo de llegar a más gente y poder dar visibilidad a todos los asuntos relacionados. A día de hoy en Instagram contamos con un total de 1.063 seguidores/as y en Facebook con 730.
- ❖ Se han renovado los acuerdos entre la plantilla de trabajadores/as y la entidad con el fin de garantizar la conciliación familiar y laboral de los/as trabajadores/as.
- ❖ Finalmente destacar la **aprobación e inscripción de los nuevos estatutos** en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid. Destacando la modificación en nuestra razón social con el fin de hacer un uso más ajustado e inclusivo del lenguaje: "AFAEMO, Asociación de familiares, amistades y personas con experiencia propia en problemas de salud mental de Moratalaz".

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO ESPECÍFICO

- 1.1 Marco histórico
- 1.2 Colectivo beneficiario
- 1.3 Amenazas y oportunidades

2. ANÁLISIS INTERNO

- 2.1 Historia de la Entidad.

3. OBJETIVOS

- 3.1 Generales
- 3.2 Específicos

4. ESTRUCTURA

- 4.1 Asamblea General
- 4.2 Junta Directiva
- 4.3 Profesionales
- 4.4 Personas voluntarias
- 4.5 Estudiantes

5. COLECTIVO BENEFICIARIO

- 5.1 Descripción general
- 5.2 Descripción específica

6. METODOLOGÍA, ORGANIZACIÓN Y EVALUACIÓN

- 6.1 Protocolos de actuación
- 6.2 Reparto de responsabilidades
- 6.3 Coordinación interna
- 6.4 Comunicación interna y externa
- 6.5 Cauces de participación de las personas destinatarias

7. FINANCIACIÓN

8. SERVICIOS QUE OFRECEMOS

- 8.1 Cuadro resumen
- 8.2 Descripción detallada
 - 8.2.1 Servicio de Información y orientación
 - 8.2.2 Servicio de Atención domiciliaria
 - 8.2.3 Servicio de Convivencia familiar y social

INTRODUCCIÓN

A raíz de la reforma psiquiátrica, las personas con trastornos mentales dejan de ser aisladas en instituciones psiquiátricas y, se comienza a trabajar en pro de la rehabilitación en la comunidad. Es esta rehabilitación psicosocial la que desde entonces se ha consolidado como marco terapéutico de intervención en la integración comunitaria de las personas diagnosticadas de trastorno mental. Este tipo de intervenciones y apoyos tienen como objetivo acompañar a la persona afectada de sufrimiento psíquico en la superación y compensación de las dificultades psicológicas y sociales, en la potenciación de sus capacidades y habilidades y en el manejo del desarrollo de sus actividades de la vida diaria en la comunidad, del modo más autónomo posible, desde una perspectiva multidisciplinar, y aunando todos los modelos explicativos y todos los campos de conocimiento referentes a la Salud Mental.

Es un proceso cuyo objetivo general es apoyar a las personas con problemáticas de salud mental en su proceso de recuperación y en la consecución de su proyecto vital como ciudadanos/as de pleno derecho velando por una óptima integración en la comunidad. Incidiendo en esta, para que exista un conocimiento de la realidad del colectivo, promover una actitud más solidaria e inclusiva y un mayor apoyo y respuesta por parte de las administraciones.

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO ESPECÍFICO

1.1 Marco histórico

La Reforma Psiquiátrica en España se inició formalmente a raíz de la promulgación en 1986 de la Ley General de Sanidad, que reconoció la asistencia psiquiátrica como una prestación más del Sistema Sanitario y que marcaba las líneas generales para su adecuada inclusión en el mismo. Se proporcionó así un marco legislativo que permitiría el desarrollo de las recomendaciones formuladas poco tiempo antes (en 1985), en el informe de la Comisión Ministerial para la Reforma Psiquiátrica.

A raíz de esto puede mantenerse que uno de los logros más importantes es la integración desde entonces de la atención psiquiátrica y de la salud mental en el sistema sanitario global. Destacamos por ello como el efecto principal de esto es el reconocimiento del derecho de las personas con trastorno mental severo, por su condición de ciudadanos/as de pleno derecho, a acceder a los servicios de salud mental de carácter público, universal y gratuito existentes en la comunidad. Otro de los aspectos significativos entre los cambios producidos es la emergencia de una nueva cultura asistencial, caracterizada por el desplazamiento del centro de atención desde el hospital psiquiátrico a la comunidad.

La aprobación de esta Ley General de Sanidad de 1986 supuso uno de los mayores hitos en la atención a la salud mental en el Estado Español al equiparar por la tanto la atención de las personas con trastorno mental con la atención al resto de problemas de salud. Dicha Ley incorporó las líneas generales del Documento general y recomendaciones para la reforma psiquiátrica y la atención a la salud mental, del Plan para la Reforma de la Asistencia Psiquiátrica y de Salud Mental de 1985.

A pesar de la importante evolución que se ha ido produciendo en el modelo de atención a las personas con problemas de salud mental a lo largo de estos años, es urgente e imprescindible introducir una serie de principios que permitan evolucionar hacia un modelo en el que se ofrezca la posibilidad de seguir avanzando en inclusión social, así como la capacidad de disfrutar de un rol social pleno en el medio comunitario y los recursos necesarios para una coordinación efectiva entre el Sistema Nacional de Salud y los agentes sociales y comunitarios.

La experiencia demuestra que allí donde se han desarrollado redes asistenciales que incluyen desde los programas ambulatorios en los centros de salud mental hasta programas de hospitalización o programas de rehabilitación y apoyo comunitario, por citar algunos de los más significativos, la evolución clínica de las

personas con problemas de salud mental y la calidad de vida propia y de los/as familiares, es mejor que cuando eran atendidos/as siguiendo los modelos de atención centrada en la hospitalización a largo plazo.

1.2 Colectivo beneficiario

Personas con problemas de salud mental, con distintos niveles de autonomía y, que precisan de un apoyo psicosocial mantenido, en el distrito de Moratalaz y zonas cercanas. Familiares de personas con problemas de salud mental, con dificultades en el manejo de su comunicación, falta de conocimiento de la problemática concreta, herramientas para una mejor convivencia y necesidad de soporte social y apoyo mutuo.

En el año 2025 hemos tenido un total de 177 socios/as, siendo el número de personas beneficiarias del servicio de convivencia familiar y social de la asociación 214 personas. Esto se debe a que solo pagan cuota de socio/a las personas que se benefician de alguno de los servicios de la asociación de forma directa, siendo socios/as de pleno derecho. Sin embargo, realizamos otras actividades abiertas a la participación de todo el núcleo familiar o personas allegadas de las que se pueden beneficiar aún sin ser socios/as de la entidad.

Además, destacar que a través del servicio de información y orientación que ofrece la entidad sobre toda temática relacionada con el campo de la salud mental, a través de citas presenciales, atenciones telefónicas, atenciones telemáticas y eventos de sensibilización, información y visibilización, cada año se atiende y se llega a un número mucho mayor de la población, destacando la gran cantidad de atenciones desde este servicio que se han realizado este año a consecuencia del aumento de las necesidades de apoyo que se han dado en la población en general.

1.3 Amenazas y Oportunidades. Justificación de la necesidad.

Pese a los avances realizados desde la reforma psiquiátrica, el desarrollo de programas psicosociales de rehabilitación e integración en Salud Mental es aún insuficiente para cubrir las necesidades de este sector de la población. Las personas con trastorno mental y sus familiares requieren de planes de atención individualizados, encaminados a fortalecer sus necesidades básicas, facilitarles el conocimiento del trastorno, curso y manejo del mismo, apoyarles en su proceso hacia la autonomía personal y promover una rehabilitación psicosocial integral, que vaya dirigida tanto al núcleo familiar en su totalidad como a la comunidad general con quien convive.

En 2030, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los problemas de salud mental serán la principal causa de discapacidad en el mundo. Para esta misma organización, uno de los mayores retos a los que se enfrenta Europa en materia de salud pública lo constituyen los trastornos mentales. Y es que afectan a más de un tercio de la población europea cada año, siendo la depresión y la ansiedad los más comunes. Según Mental Health Europe (MHE), en la Unión Europea 1 de cada 6 personas ha tenido problemas de salud mental y 83 millones de personas sufren de una mala salud mental. En España, entre el 2,5% y el 3% de la población adulta tiene un trastorno mental grave: más de 1 millón de personas. Y hoy el 9% de la población tiene algún tipo de trastorno mental y el 15% de la población lo tendrá a lo largo de su vida. Lamentablemente, sobre todo en los momentos iniciales, solemos encontrar muchas resistencias a la hora de solicitar ayuda, lo que repercute de forma negativa en la evolución y desarrollo del problema. Haciendo más probable el deterioro de la persona en las diferentes áreas de la vida (personal, familiar, laboral, social, etc.) y aumentando el riesgo de exclusión social y aislamiento. En la Comunidad de Madrid se estima que entre 39.000 y 65.000 personas tienen un problema de salud mental grave, y que un 3% de la población puede presentar un trastorno psicótico en algún momento de su vida. Podemos estimar que el próximo año unas 650 personas tendrán un primer episodio psicótico en la Comunidad de Madrid (6.5 M habitantes), de las que unas 250 serán menores de 18 años. (Datos del Plan Estratégico de Salud Mental de la Comunidad de Madrid 2018-2020).

La última Encuesta Europea de Salud en España (EESE) se realizó en el año 2020 y los principales resultados que refleja en salud mental son:

- Entre los problemas de salud mental más frecuentes están la ansiedad y la depresión.
- El 5,84 % de la población de 15 o más años declara haber sido diagnosticado de ansiedad crónica, 3,50 % de los hombres y 8,06 % de las mujeres.

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

- El diagnóstico de depresión se refiere en el 5,28 %. Al igual que la ansiedad, la frecuencia de depresión en la población adulta es más del doble en mujeres 7,22 % que en hombres 3,23 %.
- La prevalencia de depresión es 3 veces más frecuente entre quienes se encuentran en situación de desempleo (7,62 %) que entre los que están trabajando (2,47 %) y alcanza el 23,71 % entre quienes están incapacitados para trabajar. Algo similar ocurre en el caso de la ansiedad crónica con un 8,52 %, 4,4 % y 24,44 %, respectivamente.
- El 10,86 % de la población de 15 o más años declara haber consumido medicamentos del tipo de los tranquilizantes, relajantes o pastillas para dormir en las últimas 2 semanas (14,19 % de las mujeres y 7,35 % de los hombres) y el 4,52 % antidepresivos o estimulantes (6,33 % de las mujeres y 2,6 % de los hombres).
- Un 4,77 % de la población de 15 o más años refiere haber acudido al psicólogo, psicoterapeuta o psiquiatra en los últimos 12 meses, 5,49 % de las mujeres y 4 % de los hombres.

Estas discapacidades o dificultades en el funcionamiento psicosocial generan problemas para el desempeño normalizado de roles sociales y en interacción con diferentes factores y barreras sociales (estigma, rechazo social, insuficiencia de recursos de atención y soporte social, etc.) originan un riesgo de desventaja social y marginación: aislamiento social, desempleo, pobreza, falta de vivienda, exclusión social. La prevalencia de los trastornos mentales, que es significativa y creciente, parece que lo seguirá siendo en el futuro, considerando el contexto social. El impacto sobre la calidad de vida de las personas afectadas y sus familiares es muy grande, lo que hace necesario un trabajo en salud mental e integración social de forma urgente.

La relación entre los procesos de exclusión social y los trastornos mentales es estrecha y bidireccional: el trastorno mental, particularmente si tiene un curso prolongado, puede actuar como factor desencadenante o reforzar un proceso de exclusión y viceversa. La combinación de situaciones permanentes de exclusión y enfermedad mental severa coloca a quienes las padecen en situaciones límite. Las personas diagnosticadas de trastornos mentales presentan problemas muy complejos que no se reducen a la sintomatología psicopatológica, sino que afectan a otros aspectos como el funcionamiento psicosocial y la integración en la comunidad. Por ello, existe la necesidad de fomentar la autonomía y la integración social de las personas con enfermedad mental, lo cual constituye una de las razones de ser de nuestra propia organización, siempre preocupada por encontrar oportunidades para ello.

No hay que olvidar la situación mundial de la salud mental tras la pandemia. A la hora de medir el impacto sobre la salud mental de la población son múltiples los estudios que apuntan a un impacto importante de la pandemia sobre la salud mental de la población. Una de cada cinco personas que han pasado la enfermedad, se ha enfrentado por primera vez a un diagnóstico de ansiedad, depresión o insomnio, y/o tiene además el doble de probabilidad de tenerlos que personas con otras patologías. Los pensamientos suicidas han aumentado entre un 8% y un 10%, especialmente en personas adultas jóvenes (donde la cifra asciende a entre un 12,5% y un 14%). Aun así, resulta complejo precisar el impacto real que ha tenido y tiene esta pandemia en la salud y bienestar de la población española. Ha empeorado la salud mental entre las personas que viven situaciones socioeconómicas más desfavorables y entre las personas con problemas de salud mental previos. Diversos estudios nacionales e internacionales han evidenciado el incremento de trastornos de ansiedad y depresivos y, en ocasiones, cuadros compatibles con el denominado trastorno de estrés postraumático y se ha comunicado el incremento de conductas autolíticas. De igual forma, se han incrementado trastornos por somatización y la descompensación de cuadros clínicos preexistentes, como los trastornos de la conducta alimentaria, descompensación de cuadros psicóticos y las conductas adictivas.

Todos estos datos muestran que la atención a la salud mental de la población es una necesidad de prioridad urgente. El incremento esperado en la prevalencia de problemas de salud mental durante una pandemia precisó de una respuesta adecuada, la cual se debe mantener y prolongar en el tiempo.

➔ Enlace directo: <https://www.consalmusaludmental.org/publicaciones/Salud-mental-pandemia-covid19.pdf>

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

(Este documento tiene como objetivo analizar los distintos mecanismos a través de los cuales la salud mental se ha visto afectada durante la pandemia del coronavirus, teniendo en cuenta determinantes sociales como el contexto económico, las desigualdades, el apoyo social y las características del entorno físico. En base a esta contextualización propone una serie de recomendaciones para intentar aliviar esta situación que vivimos y en similares que pudieran ocurrir en un futuro)

→ Enlace directo: <https://www.consalmudmental.org/publicaciones/Efectos-crisis-covid-personas-discapacidad.pdf>

(Este estudio analiza el impacto y las consecuencias en los cinco ámbitos siguientes que más están afectando a las personas con discapacidad durante la pandemia del COVID-19: empleo, educación, salud, servicios sociales y otros derechos básicos. El documento analiza y reflexiona sobre las líneas de actuación, retos de futuro y recomendaciones de cada uno de los ámbitos, así como sobre las consecuencias socioeconómicas de la crisis sanitaria entre las personas con discapacidad y poder anticiparse a otra posible pandemia en un futuro.)

Un estudio reciente sobre la situación de la salud mental en España, lo han realizado en el pasado año 2023, La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA y la Fundación Mutua Madrileña. Estos han llevado a cabo una investigación sobre la situación de la salud mental en España con el objetivo general de obtener una fotografía del estado de la salud mental de la población española, explorando asimismo su relación con el bienestar y detectando necesidades concretas y demandas al respecto.

Algunos de los resultados encontrados en el estudio indican que existe una impresión generalizada (74,7%) de que en los últimos años se ha producido un empeoramiento de la salud mental de la sociedad.

Se estima que un 22,8% de la población española de 18 años o más son personas con experiencia propia en problemas de salud mental, es decir, han sido diagnosticadas en alguna ocasión (17,4%) o autoevalúan su salud mental como mala o muy mala (10%) en la actualidad.

De esta investigación también se desprende que la soledad, la sensación de aislamiento y la incompreensión del entorno, caracterizan la vivencia de las personas con experiencia propia en salud mental, ante un problema que, a menudo, no se comparte y que con frecuencia lleva aparejado renuncias vitales. Así, un 11% de las personas diagnosticadas no ha compartido su diagnóstico con nadie. Y únicamente un 12,9% de las personas diagnosticadas ha compartido sus problemas con compañeros/as de trabajo, mostrando así su preocupación ante la desconfianza y recelo que se podría generar, y para evitar de ese modo ser 'etiquetados/as'.

En este sentido, más de la mitad de las personas diagnosticadas dice haber experimentado rechazo social (58,5%) o discriminación (55%), siendo el trabajo el lugar más habitual.

A través de los análisis de regresión logística, han detectado los perfiles más vulnerables y proclives a experimentar problemas de salud mental. Estos colectivos son los siguientes:

- Los/as jóvenes (18-34), con un efecto más acusado en el segmento más joven (18-24).
- Las mujeres.
- Las personas de clase baja y media-baja.
- Las personas LGTB.
- Las personas que cuentan con una incapacidad laboral.
- Aquellas personas que consumen drogas de forma habitual.
- Las personas que tienen dificultades económicas (manifiestan preocupación por no poder hacer frente al pago de sus facturas).

→ Enlace directo: <https://consalmudmental.org/centro-documentacion/estudio-situacion-salud-mental/>

Al margen de la situación actual, las diferentes investigaciones realizadas en el campo de la salud mental comunitaria muestran como las personas con sufrimiento psíquico y sus familias se encuentran a día de hoy en una situación de vulneración con una importante falta de acceso y apoyo a sus necesidades para el desempeño de las actividades cotidianas que garanticen, por un lado, la consecución de una buena calidad de vida y, por

otro lado, el mantenimiento de la persona en el entorno en el que desarrolla su vida como ciudadanos/as de pleno derecho. Para que cualquier persona pueda disponer de una buena calidad de vida es necesario que se garanticen ciertos aspectos como por ejemplo el derecho de acceso a una atención integral que garantice los apoyos necesarios en los diferentes ámbitos cotidianos (salud, red y soporte social, integración en la comunidad, acceso libre, igualdad de oportunidades, etc.) con el mayor grado de autonomía posible, para que tanto la persona afectada por un problema de salud mental como las personas cuidadoras (normalmente las familias) puedan asegurarse unas condiciones buenas de vida (tanto personal, como social, familiar, etc.), potenciando siempre la consecución de estas condiciones en su propio territorio.

- ➔ Enlace directo: <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Derechos-Humanos-Discapacidad-2020.pdf>

(Esta publicación hace un completo análisis de las vulneraciones de los artículos de la "Convención Internacional sobre los derechos de las personas con discapacidad" en España. Para ello se describen casos reales y sentencias que testifican el cumplimiento o no de la legislación.)

- ➔ Enlace directo: <https://consaludmental.org/centro-documentacion/informe-derechos-humanos-salud-mental-2020/>

(Este documento es un recopilatorio anual del estado de los derechos de las personas con trastorno mental en España, incluyendo, además de vulneraciones, los logros, avances y recomendaciones en materia de salud mental. Recoge ejemplos concretos con alusiones específicas a los artículos incluidos en la Convención Internacional sobre los derechos de las personas con discapacidad, destacando los derechos de las mujeres a la igualdad y no discriminación, los derechos de niños y niñas, accesibilidad, a la vida, igual reconocimiento de como persona ante la ley, acceso a la justicia, libertad y seguridad de la persona, derecho a la vida independiente, derecho a la salud, a la vida independiente, derecho al trabajo, a la movilidad personal y protección contra la tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes.)

Es necesario además destacar la inexistente atención para familias o para aquellas personas con trastorno mental que no han asistido por primera vez al psiquiatra, no han sido derivadas, llevan tiempo sin asistir, carecen de información, etc. limitándose el poder beneficiarse o acceder a los recursos sanitarios y sociales existentes. De este modo, para poder trabajar con estas personas, asociaciones como la nuestra, son de los pocos recursos que dan cobertura a esos casos, sirviendo de enlace o vínculo en el establecimiento de estos enganches u orientaciones.

Además, las personas con sufrimiento psíquico y sus familias encuentran a día de hoy una importante falta de acceso y apoyo a sus necesidades de ocio y respiro para el desempeño de sus actividades cotidianas. Las primeras no tienen espacios donde poder fomentar sus relaciones sociales con actividades cotidianas y gratificantes de ocio saludable, principalmente por el deterioro que suelen presentar en esta esfera y por la dificultad de acceso o la situación de exclusión social y aislamiento a las que se enfrentan. Las segundas, sostienen una falta de atención a sus necesidades como cuidadoras donde se atiende no solamente lo relativo al saber cómo manejarse ante el trastorno de su familiar, sino a poder acceder a espacios que supongan un respiro en su situación cotidiana con la problemática.

- ➔ Enlace directo: <https://consaludmental.org/centro-documentacion/ocio-salud-mental/>

(Este estudio contextualiza el ocio de las personas con problemas de salud mental como un derecho recogido en amplia legislación a nivel europeo, español y vasco para conocer las prácticas de ocio, demandas, barreras percibidas, prioridades, opiniones, percepción y beneficios psicológicos y sociales para las personas que disfrutan de este programa. Como conclusión el documento finaliza con una serie de propuestas en bases a las necesidades, intereses, aficiones y gustos de las personas para ampliar las opciones de ocio y disponer de oportunidades para ampliar su red de vínculos y de relaciones significativas.)

Muchas de las familias de las personas con trastorno mental son las encargadas de su cuidado y apoyo. La convivencia diaria con las personas afectadas suele crear dificultades en el entorno familiar que conllevan una importante tensión y sobrecarga. Cuando la familia recibe información y orientación acerca de los trastornos mentales, acompañamiento, soporte y comprensión en el proceso que rodea al mismo, así como entrenamiento

en la resolución de conflictos se reduce notablemente la posibilidad de recaídas y contribuye a la estabilidad y rehabilitación de la persona afectada, logrando una mejora de su vida personal, familiar y social.

- ➔ Enlace directo: <https://consaludmental.org/centro-documentacion/consecuencias-psicoeducativas-emocionales-pandemia-educacion/>

(El objetivo de este estudio es conocer los efectos concretos a nivel psicoeducativo en las familias y poder paliarlos con estrategias de prevención e intervención en este contexto educativo, y revisar otros estudios y proyectos en las diferentes comunidades autónomas. Se recoge información aportada por las familias sobre la valoración que hacen de diferentes comportamientos y conductas observados en sus hijos/as. Se hace una revisión de estudios de investigación y proyectos realizados a la comunidad educativa y también se establecen las líneas generales de un Plan de apoyo que permita prevenir y paliar las consecuencias derivadas de esta situación.)

Es por ello que la realidad social que se trata de abordar desde AFAEMO, se encuentra determinada por un elevado número de personas que, contando con algún trastorno mental, presentan dificultades y/o un grave riesgo de padecerlas a corto o medio plazo, en diferentes aspectos básicos de la vida diaria (área personal, social, familiar, sanitaria, etc.), en su propio autocuidado, en la continuidad de la atención sociosanitaria, en el seguimiento de los tratamientos, en el acceso a los dispositivos y recursos para la integración social, en la participación en actividades de la comunidad para su efectiva inclusión, etc.

- ➔ Enlace directo: <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Informe-odismet-empleo-discapacidad-2021.pdf>

(Este documento, además de dar continuidad a la serie de informes en materia de empleo, proporciona una información veraz sobre la situación laboral de las personas con discapacidad, haciendo una comparativa con el resto de la población. En este informe se puede conocer el volumen de contrataciones, las condiciones de trabajo (incluyendo el salario bruto anual), estudios y trayectorias profesionales de las personas con diversidad funcional, y también ofrece información sobre las prestaciones sociales. La discapacidad psicosocial se encuentra reflejada en toda la investigación.)

- ➔ Enlace directo: <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Brecha-digital-social-derechos-humanos.pdf>

(Este estudio tiene como objetivos identificar las características de la falta de acceso a las nuevas tecnologías en la población en riesgo de exclusión e identificar las prioridades estratégicas para la transformación digital en el Tercer Sector. De este manera se pretende compilar las aportaciones de profesionales del Tercer Sector de Acción Social para identificar las claves de la brecha digital en colectivos en riesgo de exclusión, a la vez que avanza en el desarrollo de prioridades de trabajo conjunto del Tercer Sector en materia de Transformación Digital, para desarrollar mejor Carta de Derechos Digitales que está en proceso por parte del Gobierno de España. La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA ha participado en esta investigación a través del área de Organización y Calidad.)

Estas dificultades provocan situaciones de aislamiento o exclusión social para la persona que cuenta con algún problema de salud mental, por lo que precisando de una atención, apoyo y acompañamiento terapéutico se favorece la rehabilitación psicosocial de la persona afectada mejorando de esta forma su calidad de vida y la de sus familiares, así como se incide en la comunidad para que esta tenga un conocimiento real de los trastornos mentales y se alcance una sociedad más justa, accesible e inclusiva.

La atención a la salud mental debe girar, por ser coherente con una cuestión de derechos, hacia un enfoque de atención centrada en la persona, lo que implica dotar de protagonismo en su proceso de recuperación a la propia persona que ha experimentado problemas en su salud mental. Es imprescindible evitar percepciones de la persona con problemas de salud mental como solamente alguien que sufre, poniendo énfasis en todo momento en sus fortalezas, capacidades y recursos y situándola en el centro, en definitiva, asumiendo la atención centrada en la persona.

Y por último en cuanto a la perspectiva de género, destacar que se presta especial atención a la intervención igualitaria entre géneros, poniendo particular énfasis en la transversalidad de género en el funcionamiento diario

de la entidad y asumiendo un compromiso explícito por parte de toda la entidad en material de género e igualdad.

Esto es debido a que las mujeres con problemas de salud mental parten de una situación de múltiple discriminación. Por un lado, las discriminaciones vinculadas al mero hecho de ser mujer, el rol social y cultural que se les asigna. Por otro lado, tener una discapacidad y, por último, la imagen social estigmatizada de la salud mental con respecto a otras discapacidades físicas o intelectuales. Las mujeres con problemas de salud mental son especialmente vulnerables, en particular, sufren el riesgo de rechazo, aislamiento y exclusión social. Todas estas categorías diferentes de discriminación (mujer, discapacidad y estigma social) interactúan de manera simultánea (teniendo presente que pueden sumarse más tipos de discriminación en función de otros factores o condicionales sociales, culturales o personales de la persona como por ejemplo la orientación sexual). A este fenómeno se le denomina interseccionalidad.

Debemos tener presente los efectos concurrentes de todas estas discriminaciones sobre la persona en cuestión, ya que es esto lo que va a determinar de forma integral y ajustada las realidades diversas a abordar. Si sólo vemos y enumeramos las desigualdades de forma separada, nuestra comprensión de la situación de las personas sería parcial. Son muchas las mujeres con discapacidad que se cuestionan la etiqueta del género femenino ("blanca, heterosexual, joven, bella, ama de casa, maternidad como destino principal"), sintiendo que no tiene nada que ver con ellas y que además muchas de estas etiquetas femeninas se les niegan, lo que excluye a estas mujeres de la supuesta marcada normatividad. Esto demuestra que la situación de las mujeres con discapacidad no se puede abordar como si fuera una simple sumatoria de desigualdades.

Durante mucho tiempo, la dimensión de género ha estado excluida de las cuestiones relacionadas con la salud mental. Incluso en la actualidad, esta perspectiva está a menudo ausente en las investigaciones, una realidad que la Comisión de Derechos de la Mujer e Igualdad de Género del Parlamento Europeo puso de manifiesto a raíz de la publicación del Libro Verde elaborado por la Comisión Europea. Efectivamente, el citado documento considera que existe una clara dimensión de género en el campo de la salud mental, en particular en lo referente a los trastornos alimentarios, las enfermedades neurodegenerativas, la esquizofrenia, los trastornos del estado de ánimo, la ansiedad, el pánico y la depresión. No obstante, el Libro Verde puntualiza que no se ha tenido en cuenta suficientemente la dimensión de género. Partimos por lo tanto de que las mujeres con problemas de salud mental, no han sido tomadas en cuenta a la hora de luchar por los derechos de las mujeres y han quedado excluidas e invisibilizadas, resaltando aquí el "normalismo" como eje de discriminación (modelo hegemónico). Para el imaginario colectivo, las mujeres con discapacidad han sido consideradas durante años como objetos que debían ser atendidos, pero nunca como sujetos titulares de derechos y, por lo tanto, protagonistas de su propia historia.

El estigma social afecta a las mujeres con problemas de salud mental cada día, con implicaciones negativas en su calidad de vida. Los servicios y programas dirigidos directamente a personas con enfermedad mental atienden, de media, al doble de hombres que de mujeres. Las razones que se apuntan para este hecho son:

- El rol tradicional femenino, que las vincula al trabajo doméstico.
- El papel de las familias, que las sobreprotegen y las impulsan en mayor medida a quedarse en casa.
- El escaso nivel de empoderamiento de las mujeres con enfermedad mental, que les impide percibirse como sujeto de derechos.
- Los recursos suelen estar diseñados atendiendo a un patrón de necesidades masculino, centrado en el autocuidado básico, para el que las mujeres disponen de más herramientas, mientras que ignoran los requerimientos más sofisticados de cuidado femenino, centrados en lo emocional y en lo relacional.
- La posible existencia de diferentes sensibilidades hacia las mujeres y los hombres en los centros de derivación. La menor utilización de los recursos y servicios priva a las mujeres con enfermedad mental de oportunidades para la participación social, un ámbito en el presentan una clara desigualdad respecto a los hombres.
- El déficit de participación femenino se deja sentir especialmente en el ámbito del empleo, al que las mujeres acceden en una proporción que no llega al 30%.

- No existen recursos de apoyo para madres con enfermedad mental.
- No existen grupos de mujeres con enfermedad mental constituidos de forma estable.

En el estudio comentado con anterioridad sobre la situación de la salud mental en España, realizado en el año 2023, por La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA y la Fundación Mutua Madrileña, en relación a la situación de las mujeres con problemas de salud mental se ha visto que ser mujer aumenta la probabilidad de tener experiencia propia en salud mental: las mujeres califican en mayor medida el estado actual de su salud mental como malo o muy malo, y también han sido diagnosticadas en mayor medida que los hombres.

Del mismo modo es de vital importancia poner el foco sobre las situaciones de maltrato de las mujeres con TMG, ya que partimos de que las personas con TMG son especialmente vulnerables y esta vulnerabilidad se agrava cuando introducimos la variable género, lo que hace que las mujeres con TMG tengan mayor probabilidad de padecer violencia de género, que las mujeres sin un diagnóstico de TMG, aunque no todas la sufren.

En marzo del 2023, el CERMI Comunidad de Madrid, presentó por fin el primer estudio sobre la situación de la violencia de género contra las mujeres con discapacidad en la Comunidad de Madrid. Las principales conclusiones de este estudio confirman que las mujeres con discapacidad experimentan múltiples situaciones de desigualdad por el hecho de ser mujeres, pero también por su situación de discapacidad. Además, saca a la luz la violencia existente contra las mujeres con discapacidad residentes en la Comunidad de Madrid, además, de aportar datos a una situación aún oculta en la que escasea la producción de información.

- Un 82,2% de las mujeres con discapacidad encuestadas se han sentido discriminadas.

De las 101 mujeres que han participado, un 62,4% refieren haber vivido algún tipo de violencia de género en algún momento de la vida, en el ámbito de la pareja o expareja. Un 38,8% de mujeres han sido violadas en el contexto de su pareja. Pero las mujeres con discapacidad están expuestas a otras formas de violencia, más allá del contexto de pareja o expareja.

- El 73,3% de las mujeres con discapacidad ha estado expuesta alguna vez en su vida a situaciones de abuso y violencia.

Este estudio ha puesto de manifiesto como la violencia sigue siendo un problema de salud pública y que también tiene la consecuencia de contribuir a la aparición de una discapacidad entre las mujeres. En un 11,9%, la discapacidad es sobrevenida como consecuencia de la violencia de género.

- ➔ Enlace directo: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcaglgblefndmkaj/https://www.cermimadrid.org/wp-content/uploads/2023/05/estudio_cermi_madrid_violencia_genero_y_discapacidad-1.pdf

Algunas de las causas que provocan una mayor vulnerabilidad en las mujeres con TMG y, por tanto, de sufrir violencia de género son las siguientes:

- El estigma de la enfermedad mental provoca soledad y aislamiento.
- No disponer de red de apoyo o empleo: Tienen dependencia personal, asistencial y económica.
- No acceso a la información y recursos: Inadecuación de los servicios públicos a sus necesidades
- Discriminación y rechazo social: Lo que disminuye las posibilidades de detectar e intervenir ante situaciones de violencia de género.
- La menor credibilidad que se concede a su relato. El trastorno mental lleva implícito el estigma de poca credibilidad que invalida cualquier discurso posterior y, en algunos casos, se justifica incluso la actitud del maltratador.
- Baja autoestima.

- Mayores probabilidades de experimentar relaciones desiguales, por su dificultad para encontrar pareja, vinculadas al estigma.
- Sentimiento de no ser capaces de afrontar la vida en solitario.
- Mayor tendencia a justificar las relaciones abusivas hacia ellas debido al sentimiento de poca valía.

Muchos de estos factores tienen causas de origen social, por lo que se puede trabajar para minimizarlas, visibilizando y reconociendo estas desigualdades por parte de todas las personas miembro de nuestra entidad desde sus diferentes posiciones. Trabajar el empoderamiento de las mujeres (entendido este como la capacidad para incrementar su auto-confianza, poder y autoridad para decidir en todos los aspectos que afectan a su vida), trabajar en la identificación y modificación de los roles masculinos que ayudan a mantener estas desigualdades en pro de la adquisición de nuevas masculinidades, en la sensibilización en igualdad de la sociedad teniendo también presente los diferentes factores influyentes, etc.

- ➔ Enlace directo: <https://www.consaldmental.org/publicaciones/Guia-acceso-salud-atencion-sanitaria-mujer-discapacidad.pdf>

(Este documento ayuda a las mujeres con discapacidad a identificar situaciones de discriminación por su discapacidad y por género y define las barreras que se encuentran en el disfrute de su derecho a la salud. Posteriormente incluye información sobre los cuidados y pautas para el autocuidado en el hogar, en el trabajo, en el ocio, en la familia, el ejercicio físico, la alimentación, conocimiento de la salud, fomento de la autoestima, refuerzo de la autoimagen, la sexualidad como fuente de placer, salud y bienestar, las relaciones sanas e igualitarias, la maternidad y los cuidados a las personas cuidadoras. Por último concluye con una sección dirigida a profesionales de la salud y sobre la importancia del asociacionismo y la participación.)

- ➔ Enlace directo: <https://consaldmental.org/centro-documentacion/autocuidado-intervencion-social/>

(Esta guía está destinada al cuidado emocional de las personas que trabajan en intervención social con mujeres víctimas de violencias machistas, en su asesoramiento y asistencia. Los objetivos de este manual son analizar los diferentes procesos vitales y su influencia en el trabajo diario, identificar las formas personales de configuración del género a través del tiempo, mejorar las estrategias de autoconocimiento, identificar las diferentes situaciones de desgaste emocional en el desempeño de las labores de intervención, elaborar un mapa personal de las diferentes intersecciones para, desde él, poner en práctica herramientas de autocuidado emocional, detectar prácticas de autocuidado personal y colectivo en los espacios laborales y familiares, aprender estrategias de autocuidado personal y colectivo en el espacio de trabajo, estar en condiciones de proponer pautas de autocuidado grupales en los equipos en los que se integran.)

Se convierte, por lo tanto, en una necesidad urgente del momento el incorporar la perspectiva de género en la intervención por parte de los y las profesionales. A la vez que ponemos nuestro foco de forma prioritaria de igual modo en la NO discriminación del colectivo de personas con problemas de salud mental en general.

2. ANÁLISIS INTERNO

2.1 Historia de la Entidad.

AFAEMO es una asociación sin ánimo de lucro, que contribuye a la Rehabilitación Psicosocial de las personas con trastorno mental, mediante la realización de programas individualizados y grupales.

Se constituye en mayo del 2000 fundada por un grupo de familiares de personas afectadas de sufrimiento psíquico, ante la necesidad real percibida de crear espacios de encuentro y redes de apoyo mutuo. En la actualidad el colectivo humano que compone la entidad son familias, personas con problemas de Salud Mental, voluntarias, personas allegadas y profesionales, con una estructura lo más horizontal posible y, con un gran fomento de mecanismos de participación activa. La entidad se encuentra desde junio del año 2000 inscrita en el Registro de Asociaciones de Comunidad de Madrid (nº 21.770), Registro de entidades de Acción social y Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid (nº ES2035.4) y Registro Municipal de Asociaciones Vecinales del Ayuntamiento de Madrid (nº 1.308). Añadir que en 2017 la asociación fue declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid.

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

Los servicios dados de alta en el registro de entidades, centros y servicios de acción social de la Consejería de Familia, Juventud y Política Social de la Comunidad de Madrid son los siguientes:

- SERVICIO DE CONVIVENCIA FAMILIAR Y SOCIAL (CFS): **Nº registral: S3585**
- SERVICIO DE ATENCIÓN PERSONAL A DOMICILIO (SAD): **Nº registral: S3584**
- SERVICIO DE INFORMACION Y ORIENTACION (SIO): **Nº registral: S3583**

Desarrollamos nuestras atenciones y actividades en los locales cedidos por la Junta Municipal de Moratalaz, situados en:

- C/ Arroyo Fontarrón 369 Bajo Izda. (Sede Social)
- C/ Arroyo Fontarrón 369, Bajo Dcha.
- C/ Arroyo Fontarrón 371, Bajo Izda.

AFAEMO tiene como MISIÓN contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental, sus familias y amistades.

AFAEMO tiene como VISIÓN ser una asociación referente en el ámbito de la salud mental. Reconocida por dar apoyo y velar por los derechos de las personas con trastorno mental y sus familias.

3. VALORES Y FINES

3.1 Valores

AFAEMO hace propios los valores y principios recogidos en la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de 2006 (Preámbulo y principios del art.3).

Además, tiene definidos en su identidad los siguientes valores:

- Universalidad: promovemos una actitud abierta a todas las personas que conforman el entorno de la salud mental y trabajen sobre sus mismos valores.
- Participación: promovemos la colaboración de todas sus personas asociadas y grupos de interés para el cumplimiento de su misión y visión, impulsando acciones y actitudes que garanticen la participación.
- Democracia: la toma de decisiones se produce mediante el dialogo y el consenso como estrategia previa a la votación. En este sentido, tenemos un funcionamiento y actitud democráticos.
- Transparencia: aseguramos una información completa, clara y veraz en todas sus actuaciones internas y externas.
- Justicia: defendemos los derechos de las personas con problemas de salud mental y sus familias, exigiendo condiciones adecuadas para el ejercicio pleno de sus derechos y reconociendo necesidades y expectativas diversas, desde el respeto y la defensa de su individualidad.
- Eficacia: AFAEMO manifiesta su compromiso con su misión, generando todos los recursos necesarios para ello, a la vez que se asegura la mayor eficiencia en el uso de los mismos.
- Solidaridad: impulsamos el apoyo y aprendizaje mutuo. Para ello pone a la disposición de sus personas asociadas y grupos de interés, su información, conocimiento, buenas prácticas y logros, de manera que puedan ser útiles y provechosos para personas y entidades. Asimismo, fomenta la solidaridad promoviendo y promocionando el voluntariado social.
- Equidad: entendemos la equidad como el principio regulador que defiende la equiparación de los problemas de salud mental y sus consecuencias con el resto de dificultades de salud, para así superar la discriminación y el estigma. Será una prioridad para AFAEMO que el colectivo alcance una ciudadanía de pleno derecho.

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

- Coherencia: AFAEMO sitúa siempre a la persona en el centro y como protagonista de las diferentes actividades que desarrolla.
- Autodeterminación: apoyamos la capacidad de las personas para decidir sobre su vida, promoviendo la máxima autonomía y capacidad propia individual.
- Cercanía: En AFAEMO prima el trato humano y el apoyo mutuo, sin menoscabo de una asesoría y actuación profesional.
- Igualdad: somos una entidad comprometida con la igualdad entre mujeres y hombres. En cada intervención, se tienen en cuenta las particularidades de cada persona, apostando también por la construcción de una sociedad más justa e inclusiva.

3.2 Fines

Tenemos como finalidad genérica la adopción de todas las medidas que contribuyan a la mejora de la calidad de vida de las personas con trastorno mental y la de sus familias y personas allegadas, específicamente con los siguientes fines:

1. Dar apoyo y promover la recuperación de personas con enfermedad mental, discapacidad psicosocial y/o problemas de salud mental, consiguiendo la recuperación del máximo grado de autonomía personal y social.
2. Promover la integración en la comunidad y conseguir una mejora en el bienestar subjetivo de personas con trastorno mental grave.
3. Desarrollar programas y actividades que promuevan la salud y la rehabilitación psicosocial en Salud Mental, con un enfoque abierto, dialogado, de cercanía y horizontal, buscando la participación de la persona en la planificación y puesta en práctica de las mismas.
4. Favorecer la implicación de la persona con trastorno mental en su propio proceso de recuperación, promoviendo el bienestar, el pleno desarrollo y el derecho a una vida digna.
5. Dotar de herramientas a la persona en el conocimiento y la búsqueda de recursos existentes, favoreciendo la accesibilidad en la utilización de recursos sociales y sanitarios en la comunidad.
6. Interrelacionar a personas con problemas de salud mental para que se apoyen mutuamente. Ampliación de la red de soporte social.
7. Interrelacionar a familiares de personas con problemas de salud mental para que se apoyen mutuamente. Ampliación de la red de soporte social.
8. Ofrecer a las familias una mayor información sobre salud mental y los trastornos mentales graves para ajustar de la mejor manera posible la ayuda y comprensión a su familiar afectado/a.
9. Orientar e informar a las personas asociadas y a toda persona interesada en cuestiones relacionadas con salud mental.
10. Concienciar a las personas afectadas por un problema de salud mental y a las familias de la necesidad de buscar soluciones colectivas, potenciando su participación para la consecución de las mismas.
11. Promover la comprensión social y sensibilizar a la sociedad y a los poderes públicos en el ámbito de la salud mental para contribuir a la reducción del estigma y discriminación que sufren las personas con problemas de salud mental, procurando una sociedad más justa, equitativa e igualitaria. Promoción de la no discriminación en el ámbito de la salud mental.

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

12. Defender los derechos e intereses de las personas con problemas de salud mental, sus familias y amistades.
13. Conseguir de los poderes públicos la creación de recursos que den respuesta a toda la problemática que la enfermedad conlleva.
14. Colaborar en la prevención, tratando la rehabilitación y la reinserción de la persona afectada, con entidades públicas y privadas.
15. Establecer relaciones de colaboración y comunicaciones con otras asociaciones o recursos, tanto de salud mental como comunitarios en general, que garanticen una igualdad de oportunidades en cuanto al acceso y participación social en los mismos.
16. Organizar y promover actividades y servicios de tipo informativo, social, cultural, deportivo, recreativo, educativo y de previsión para las personas con trastorno mental y sus familias.
17. Promover y efectuar cuantas actividades sean precisas para la sensibilización, concienciación, investigación, estudio de la realidad de las personas que sufren problemas de salud mental. Dar a conocer y difundir tales propósitos, mediante actividades de información y formación a la colectividad ciudadana, a través de cualquier medio de difusión pública.
18. Promoción de la igualdad entre hombres y mujeres con un compromiso explícito por parte de la entidad en el trabajo transversal en perspectiva de género.
19. Llevar a cabo actuaciones dirigidas a favorecer la situación de las mujeres con problemas de salud mental.
20. Promover en el seno de la Asociación, la participación, la igualdad de género, el respeto al medio ambiente, el empoderamiento de las personas con problemas de salud mental y la defensa de sus derechos fundamentales.
21. Promover o fomentar las acciones de voluntariado social y corporativo, estimulando la normalización y la solidaridad hacia el colectivo de salud mental.
22. Impulsar y fomentar la investigación en materia de salud mental, así como su prevención y mejora.
23. Participar coordinadamente en actividades, grupos de trabajo y alianzas con otras organizaciones, públicas y/o privadas, que persigan y /o apoyen nuestros fines.
24. Apoyar las acciones que aseguren la participación y empoderamiento de las personas afectadas por problemas de salud mental.
25. Promocionar y colaborar en acciones de bienestar social, empleo, y fomento de la salud física y mental en la población general, y, especialmente en los colectivos más vulnerables: mujer, jóvenes, infancia, mayores, personas sin hogar, población reclusa, patología dual, diversidad sexual, víctimas de violencia de género.
26. Defender los derechos y atender a las necesidades de las personas con discapacidad psicosocial/diversidad funcional.
27. Exigir la implantación del modelo comunitario de atención a las personas con problemas de salud mental.
28. Promover el empoderamiento de las personas con problemas de salud mental, la autonomía y de vida independiente, la desinstitucionalización, y la asistencia personal.

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

Destacamos como la actividad de la Asociación no está restringida exclusivamente a beneficiar a sus asociadas/os sino abierta a cualquier otra/o posible beneficiaria/o que reúna las condiciones y caracteres exigidos por la índole de los propios fines de la Asociación.

4. ESTRUCTURA

4.1. Asamblea General.

Espacio formado por todas las personas asociadas, destinado a la toma de decisiones, comunicación y gestión de cuestiones internas y externas que afecten a la entidad y elección de órganos de gobierno de todas las personas asociadas de la entidad.

4.2 Junta Directiva

Representantes legales de la entidad ante la asamblea general. Encargada de la realización de tareas administrativas, de gestión, representación interna y externa de la asociación y toma de decisiones puntuales de los cambios y evoluciones que la entidad vaya adoptando.

La Junta Directiva está formada por las siguientes personas:

PRESIDENTA:	María Jacinta Mena de Rodrigo
VICEPRESIDENTE:	Dolores Ballesteros Mancheños
TESORERO:	Miguel Ángel Santos Izquierdo
SECRETARIA:	Esther Lagos Nieves
VOCALES:	María Begoña Martín Arroyo Adolfo Álvarez-Buylla Villegas Carmen Parrado Muñoz

DIRECTORA DEL SERVICIO: María Isabel Ayuso Tapias

4.3 Profesionales

Durante el ejercicio 2025 hemos contado con cuatro profesionales de psicología, una profesional educadora y arteterapeuta y una profesional encargada de las labores de limpieza y mantenimiento del centro.

- Lucía Ciudad Real Marlasca. Psicóloga coordinadora y responsable técnica de la entidad. Encargada del diseño, puesta en práctica y evaluación del programa general de actividades y proyectos de la entidad. Profesional de referencia en atenciones individuales para asesoramiento, información, apertura y seguimiento de casos (servicio de información y orientación). Profesional en coordinación con los recursos de rehabilitación psicosocial y de salud del área. Coordinadora de estudiantes en prácticas y personal voluntario.
- Patricia Roselló Martín. Psicóloga encargada del diseño, puesta en práctica y evaluación del programa de actividades y proyectos de la entidad (servicio de convivencia familiar y social). Profesional de referencia en atenciones individuales para soporte, acompañamiento, asesoramiento, apertura, evaluación y seguimiento de casos. Profesional en coordinación con los recursos de rehabilitación psicosocial y de salud del área. Supervisión de estudiantes en prácticas y personas voluntarias.
- Carlos Hernández Alonso. Psicólogo responsable de la intervención psicoeducativa con familiares y personas afectadas, atención domiciliaria y, puesta en marcha de las sesiones de grupales de la escuela de familias.
- Teresa Castejón López. Psicóloga encargada del diseño, puesta en práctica y evaluación del programa general de actividades y proyectos de la entidad (servicio de convivencia familiar y social). Profesional de referencia en atenciones individuales para soporte, acompañamiento, asesoramiento, apertura,

evaluación y seguimiento de casos. Profesional en coordinación con los recursos de rehabilitación psicosocial y de salud del área. Supervisión de estudiantes en prácticas y personas voluntarias.

- María Pavón López (hasta septiembre 2025) / Adriana Velásquez Servia (desde octubre 2025): Educadora y Arteterapeuta encargada del diseño, puesta en práctica y evaluación del programa de actividades y proyectos de la entidad (servicio de convivencia familiar y social). Profesional de referencia en soporte y acompañamientos en actividades de la vida diaria. Profesional en coordinación con los recursos de rehabilitación psicosocial y de salud del área. Supervisión de estudiantes en prácticas y personas voluntarias.
- Mireya Ontaneda Escaleras. Encargada de las labores de limpieza y mantenimiento del centro.

4.4. Personas voluntarias y estudiantes de prácticas

Hemos contado a lo largo de 2025 con 18 personas colaboradoras en tareas de apoyo en espacios grupales de formación e intervención como los talleres de rehabilitación psicosocial, moderación del grupo de ayuda mutua, programa de ocio y tiempo libre, gestiones administrativas y difusión de la entidad.

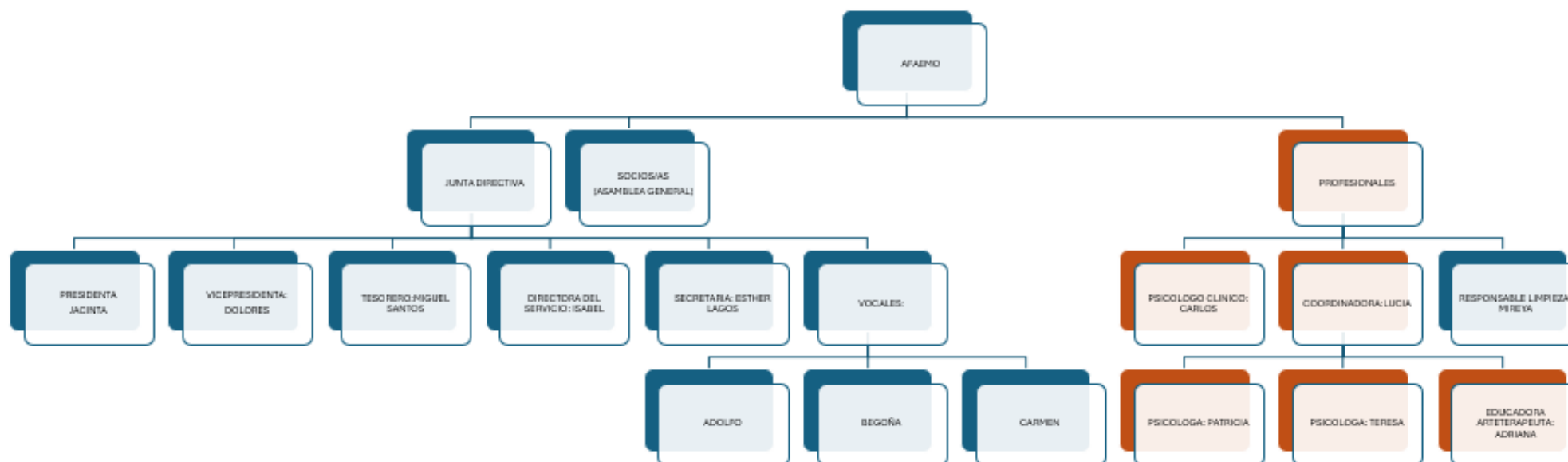
Mantenemos desde el año 2008 diferentes convenios de colaboración en prácticas universitarias, como la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid y el Máster de Arteterapia para la inclusión social que imparten las Universidades Autónoma y Complutense de Madrid. Desde el 2017 tenemos convenio con la Facultad de Psicología de la Universidad Europea de Madrid. Añadiendo nuevos convenios con la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR), la Universidad Villanueva y la Universitat Carlemany. Y en este 2025 hemos establecido un nuevo convenio con la Universidad de Comillas.

Los/as estudiantes son tutorizadas por las profesionales de la entidad en sus prácticas formativas y se supervisa su participación en los diferentes espacios.

Dentro de nuestro plan de voluntariado anual, en 2025 se han desarrollado 3 sesiones formativas con una duración de 3-4 horas aproximadamente cada una de ellas, sobre salud mental y asociacionismo. Esta formación ha tenido como objetivo ofrecer un conjunto de contenidos de carácter psicosocial especializado dirigido a personas con problemas de salud mental, y a sus familias y/o cuidadores/as, para la adquisición de conocimientos técnicos y de las habilidades adecuadas en el trabajo voluntario en la entidad.

- Enero: (3h): Introducción a la SALUD MENTAL (salud mental y rehabilitación psicosocial):
 - o "DESMONTANDO LA SALUD MENTAL: MITOS Y REALIDADES"
 - o Ponentes: 2 profesionales de la entidad responsables del programa de voluntariado
- Febrero (4h): Movimiento asociativo e intervención psicosocial (presentación asociacionismo y voluntariado; información general de la entidad y el movimiento asociativo; herramientas básicas de intervención)
 - o "REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL EN SALUD MENTAL DESDE LA ASOCIACIÓN AFAEMO Y EL MOVIMIENTO ASOCIATIVO"
 - o Ponentes: 2 profesionales de la entidad responsables del programa de voluntariado
- Marzo (4h): Otros recursos de atención a personas con problemas de salud mental
 - o "PRESENTACIÓN RECURSOS DE LA RED DE ATENCIÓN A PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID" (con la colaboración de profesionales externos)
 - o Ponentes: 1 profesional de la entidad responsable del programa de voluntariado + 3 profesionales externos de otros recursos de la red de atención a personas con enfermedad mental de la Comunidad de Madrid.

ORGANIGRAMA



CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

5. COLECTIVO BENEFICIARIO

5.1. Descripción General

Personas con problemas de Salud Mental y sus familias o personas allegadas.

5.2. Descripción específica

- Padecer dificultades asociadas a un problema de Salud Mental o ser familiar de personas afectadas
- Residir en la Comunidad de Madrid
- Ser mayor de edad
- Respetar la normativa interna de la asociación y sus valores

6. METODOLOGÍA, ORGANIZACIÓN Y EVALUACIÓN

6.1 Protocolos de actuación

Desde el momento del diagnóstico en salud mental la gran mayoría de las personas pierden su identidad social para pasar a adquirir el “rol de enfermo/a”, reduciendo las causas y justificando todos los eventos que surjan desde entonces en la vida de la persona al padecimiento de un trastorno mental grave. Debido a esta realidad, desde AFAEMO utilizamos como marco teórico de referencia el modelo de recuperación en salud mental, donde intentamos co-construir de forma dialogada entre todas las partes involucradas estos procesos de rehabilitación dándole prioridad absoluta al trabajo en el territorio. Este paradigma implica un proceso de cambio personal, al retomar la persona su proyecto de vida y recuperar al máximo sus propias capacidades como individuo y como ciudadano o ciudadana, independientemente de la evolución de sus síntomas o problemas.

Es decir, se da especial importancia a la promoción de la salud mental y al reconocimiento de los derechos humanos de las personas con problemas de salud mental buscando la equidad, la sostenibilidad y la calidad en la atención a las personas con problemas de salud mental, basándonos en el modelo de recuperación y en su entorno, incorporando la participación ciudadana y todo ello desde una perspectiva de género y de eliminación de las inequidades sociales en salud.

Este modelo se caracteriza por lo siguiente:

- Participación de la persona con problemas de salud mental y familiares. Colabora con el individuo (y su familia cuando sea apropiado) en la elaboración de su plan terapéutico
- La persona con problemas de salud mental como sujeto de derecho. Empodera a la persona a través de la narrativa de su experiencia, las narrativas favorecen la construcción de la propia historia de la persona. Diálogo y escucha activa.
- Enfoque multidisciplinar. Se trata de generar espacios terapéuticos donde no exista jerarquía, sino más bien atención centrada en la persona, donde cada disciplina aporte su grano de arena. Atención personalizada y segura. Continuidad asistencial y de cuidados.
- Recuperación personal. La recuperación es un proceso único e individual unido al desarrollo personal de cada individuo.
- Resolución de problemas y la promoción de la salud mental a través de la narración con base en intervenciones individuales y grupales: las experiencias de otros permiten apropiarse de elementos que propician el aprendizaje y constituyen un camino básico hacia el autoconocimiento; es a partir de este autoconocimiento que las personas logran centrar su atención en las circunstancias que rodean los problemas de salud mental que se les han presentado, así como factores que favorecen el bienestar, que se exteriorizan a través de las narrativas y pueden plasmarse en experiencias tanto de otros como de la misma persona.
- Enfoque de género.

La persona es el factor clave en su proceso de recuperación, el profesional es quien acompaña y ayuda a liberar el potencial suficiente para que la persona alcance este objetivo. La ayuda que le brinda el profesional de salud se expresa al mostrar a las personas una «curiosidad genuina», es decir, que realmente se puede aprender algo de la historia de la persona. Nos centramos en fomentar recursos en la persona que la ayudarán en su proceso de recuperación. Los profesionales son una guía que apoya a la persona en el camino hacia la recuperación de su salud mental.

➔ Enlace directo: <https://www.consaludmental.org/publicaciones/locura-revbelada.pdf>

(Este ensayo elabora una perspectiva crítica del modelo biomédico de atención a la salud mental a través de siete relatos de vida. De esta manera se pretende hacer pedagogía y compartir estrategias para la gestión y autogestión del malestar psíquico. La participación, el estigma, el activismo, la institucionalización, los tratamientos médicos y la afrontación del malestar son algunos de los temas que aparecen en este libro elaborado a través de experiencias reales en salud mental.)

6.2 Reparto de responsabilidades

La Coordinadora Técnica establece en coordinación con el resto del equipo profesional el reparto de tareas atendiendo a las demandas que los servicios requieren y siendo en todo momento supervisora y parte activa de las actividades que contiene. Dentro del proyecto participan en la consecución de algunas de las actividades personas voluntarias y estudiantes en prácticas, todas ellas bajo la supervisión y acompañamiento de las profesionales del centro.

Las tareas que complementan los programas (administración, difusión, coordinación con la red asociativa, representación externa y comunicación con las personas asociadas) es responsabilidad de la Junta Directiva, cuyos miembros tienen asignadas sus labores en función del cargo que ocupan en la misma.

6.3 Coordinación Interna

La entidad está a cargo de la Junta Directiva responsables de aspectos relacionados con la representación de la entidad y tareas administrativas. El equipo profesional, es responsable de los aspectos técnicos, procesos de intervención a llevar a cabo, la planificación y puesta en marcha de actividades, temporalización, evaluación y los mecanismos de consecución de objetivos planteados. Existe una constante coordinación entre la junta directiva y el equipo, estableciendo mecanismos de comunicación horizontales y transparentes. Se realizan reuniones mensuales de coordinación interna. El personal voluntario lo seleccionan en coordinación la Junta directiva y profesionales, siendo supervisados por estos últimos en toda la intervención. Los alumnos y alumnas en prácticas universitarias son tutorizados/as en coordinación entre la profesional de referencia y el centro de estudios.

6.4 Comunicación Interna y Externa

El equipo profesional y las personas responsables de la entidad son las personas encargadas del establecimiento de las comunicaciones. Los canales establecidos son:

- Página web (www.afaemo.org)
- Correo electrónico principal (administracion@afaemo.org)
 - * Además cada profesional cuenta con su propia dirección de correo electrónico, publicadas en la página web de la asociación.
- Redes sociales
 - o Instagram (https://www.instagram.com/asociacion_afaemo/?l=es)
 - o Facebook (<https://www.facebook.com/asociacionafaemo/>)
- Correo postal
- Llamadas telefónicas
- Reuniones telemáticas
- Asambleas de socios/as
- Coordinación con recursos afines

6.5 Cauces de participación de las personas destinatarias

El acceso a la entidad y la posterior intervención se realizan bajo un mismo protocolo de actuación.

- *Fase 1.* Se establece una primera fase de entrevistas individuales y coordinación (si la hubiera) con recursos compartidos, para establecer un proceso de intervención adecuado al caso.
- *Fase 2.* Intervención directa. Apertura del caso y análisis de necesidades para abrir un plan de intervención individualizado.
- *Fase 3.* Seguimientos individualizados a los que se suma la inclusión en actividades del centro con supervisión constante por parte de las profesionales. Los objetivos planteados con las personas destinatarias se analizan y revisan anualmente atendiendo a criterios de calidad en el proceso de rehabilitación psicosocial de las mismas, realizándolo de una manera consensuada y negociada por ambas partes. Mantenemos contactos regulares con los familiares, como medio de intercambio de información y apoyo al proceso terapéutico.
- *Fase 4.* Procedimiento de alta en los casos donde se hayan alcanzado los objetivos inicialmente planteados
- *Fase 5.* Seguimiento y supervisión del caso y reapertura del mismo en caso de necesidad

En cuanto a la participación de las personas usuarias de la entidad destacamos lo siguiente:

- La persona con problemas de salud mental como sujeto de derecho. Cada una de las personas beneficiarias son agentes activos en el proceso de rehabilitación que engloba el presente proyecto. Son los/as protagonistas, potenciando la toma de decisiones.
- Horizontalidad y transparencia. Formulación compartida entre profesionales y personas afectadas. Participación de la persona con problemas de salud mental y familiares
- Se cubren las necesidades que se van detectando y las demandas de las personas beneficiarias. Recuperación personal.
- Compromiso voluntario. No se trabaja desde las imposiciones. Atención personalizada y segura.
- Espacio de seguridad donde ser escuchadas y tenidas en cuenta. Diálogo y escucha activa
- Espacios también para familiares, quienes no encuentran otros espacios de ayuda mutua
- Igualdad de oportunidades para las personas participantes.
- Enfoque de género.

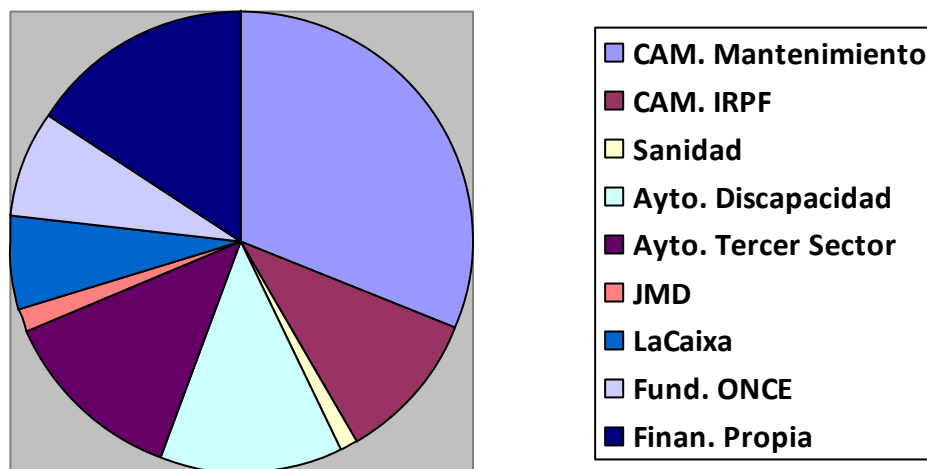
7. FINANCIACIÓN

Las actividades desarrolladas durante el ejercicio han estado cofinanciadas por:

- **Dirección General de Servicios Sociales y Atención a la Discapacidad del Área de Gobierno de Familias, Igualdad y Bienestar Social del Ayuntamiento de Madrid** (*convocatoria pública de subvenciones 2025 a entidades e instituciones de carácter social sin ánimo de lucro que desarrollen proyectos dirigidos al apoyo a la discapacidad y proyectos dirigidos a los/as adolescentes con discapacidad intelectual para la mejora del ocio y tiempo libre, que complementen las actuaciones de la Dirección General de Servicios Sociales y Atención a la Discapacidad.*).
- **Dirección General de Participación Ciudadana, del Área de Gobierno de Vicealcaldía, Portavoz, Seguridad y Emergencias del Ayuntamiento de Madrid** (*convocatoria pública de subvenciones para proyectos vinculados a la colaboración con entidades del tercer sector para las anualidades 2024 y 2025*)

- **Junta Municipal de Moratalaz** (convocatoria pública de Subvenciones de Fomento del Asociacionismo en la anualidad 2025)
- **Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid** (Convocatoria de subvenciones destinadas a la realización de programas de interés general considerados de interés social, con cargo a los presupuestos generales de la Comunidad de Madrid, al 0,7 por 100 del rendimiento de los impuestos sobre la Renta de las Personas Físicas y de Sociedades y al Plan Corresponsables, en el ámbito de la Comunidad de Madrid)
- **Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid** (subvenciones a entidades sin fin de lucro, en concepto de mantenimiento de centros y servicios, para la atención social especializada a personas con enfermedad mental grave y duradera)
- **Obra Social Fundación LaCaixa** (convocatoria de proyectos sociales de la Comunidad Madrid).
- **Fundación ONCE** (convocatoria de ayudas de la Fundación ONCE de 2025).
- **Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid** (convocatoria para el año 2025 de subvenciones a entidades sin ánimo de lucro de pacientes o familiares de pacientes para la realización de programas de ayuda mutua y autocuidados en salud para personas con enfermedad crónica, que se desarrollen
- **Financiación Propia.** Cuotas de las personas asociadas y donativos.

Ingresos Económicos 2025



8. SERVICIOS QUE OFRECEMOS

8.1 Cuadro Resumen

	Servicio Información y Orientación	Servicio de Ayuda a Domicilio	Servicio de Convivencia Familiar y Social
Lugar de realización	C/ Arroyo Fontarrón 369, Bajo Izda.	C/ Arroyo Fontarrón 369, Bajo Izda.	C/ Arroyo Fontarrón 369, Bajo Izda. y Dcha. C/ Arroyo Fontarrón 371, Bajo Izda.
Actividades	- Asistencia telefónica y telemática - Entrevistas/citas presenciales - Asesoría y orientación - Difusión y sensibilización - Coordinaciones	- Coordinación y planificación de intervenciones a domicilio	- Atenciones psicoeducativas - Talleres de rehabilitación psicosocial grupales - Apoyo, asesoramiento e intervención con familias - Acompañamientos - Difusión y visibilización - Programa de ocio y tiempo libre

8.2 Descripción detallada

SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN

Persigue ofrecer un servicio de información, asesoramiento y atención personalizada en torno al campo de la Salud Mental a personas afectadas por un trastorno mental, familiares/personas allegadas o la población general sobre todo lo relacionado con el campo de la Salud Mental. Ya sea lo relacionado con un carácter sanitario (como por ejemplo información sobre el trastorno, tratamiento, recuperación, asistencia sanitaria en salud mental, etc.) o información de ámbito social, respecto a servicios disponibles, recursos, información administrativa como ayudas, asesoramiento, trámites relacionados con la discapacidad, derechos y deberes, etc. También se ofrece información concreta sobre el funcionamiento y actividades de la asociación, o recursos similares, a todas aquellas personas que lo solicitan. Destacamos por ello la orientación y asesoramiento psicosocial relacionado con todo el campo de la Salud Mental y las coordinaciones entre diferentes recursos que se llevan a cabo para conseguir un trabajo coordinado en relación al tratamiento de la Salud Mental en nuestra Comunidad.

Este servicio está a disposición de todas las personas que lo soliciten, tanto para personas ajenas a la asociación como para las personas socias.

➤ Actividades:

- Asistencia telemática (e-mail, página web, redes sociales, plataformas online, etc.)
- Asistencia telefónica
- Entrevistas y citas presenciales y/o telemáticas
- Asesoría
- Orientación e información en salud mental
- Información institucional
- Promoción y formación en salud mental
- Acciones de sensibilización en Salud Mental y temas relacionados (charlas, conferencias, jornadas, campañas, mesas de información, etc.)
- Difusión. Redes sociales y página web

➤ **Objetivos:**

- Informar, orientar y detectar necesidades acerca de la Salud Mental en el territorio donde viven y conviven las personas que atendemos (Comunidad de Madrid) con el fin de conseguir un conocimiento útil y acorde a la realidad de las personas con sufrimiento psíquico.
- Proporcionar información sobre Salud Mental y sobre los servicios e intervenciones de nuestra entidad, así como de otras asociaciones o entidades.
- Actuaciones y apoyos necesarios para la mejora de la calidad de vida de las personas con sufrimiento psíquico y sus círculos más cercanos.
- Ofrecer a las personas que lo precisen una mayor información sobre el sufrimiento psíquico para mejorar el apoyo y entender mejor a la persona que lo padece.
- Aliviar sentimientos de angustia y culpabilidad de las personas que acuden al Servicio.
- Proporcionar a las personas recursos que hagan más llevaderas la resolución de problemas.
- Mejorar la convivencia familiar.
- Orientar e informar sobre los recursos existentes de Salud Mental y prestaciones de la red pública, así como de los servicios privados a los que pueden acceder. Los/as profesionales de la asociación están en coordinación con la red de atención de salud mental.
- Promover, informar y difundir la realidad en Salud Mental para conseguir una inclusión e integración social del colectivo en la Comunidad.
- Sensibilizar y formar a la sociedad para superar la marginación que sufren estas personas y para que colaboren en su reinserción social.
- Coordinar y colaborar en la prevención e intervención, tratando la rehabilitación y la reinserción de la persona afectada con entidades públicas y privadas.
- Informar y orientar sobre temas relacionados con la promoción de una buena salud mental.
- Garantizar el desarrollo de las atenciones del servicio ajustándolo a las necesidades de cada persona (atención presencial y/o telemática).
- Promocionar y fomentar el voluntariado social con la participación de la población general en el tejido asociativo de salud mental.

Estos objetivos se consiguen mediante:

- Contacto electrónico a través de nuestra página web o del correo electrónico donde abordamos las diferentes necesidades o demandas que nos llegan.
- Atención telefónica y telemática de las demandas recibidas

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

- Atención directa a través de citaciones o entrevistas presenciales con las personas que así lo demandan para poder informar u orientar a la persona interesada sobre todo aquello que requieran relacionado con Salud Mental en la Comunidad de Madrid.
- Reuniones de coordinación y establecimiento de redes de actuación comunes con los recursos cercanos y afines al colectivo

Este Servicio, además de atender e informar sobre el funcionamiento y actividades de la asociación a todas aquellas personas que han acudido por primera vez, también ha estado a disposición de todas las personas que así lo han solicitado, intentando solucionar y aclarar dudas de una forma clara y accesible.

Del mismo modo la profesional responsable ha ido realizando coordinaciones continuadas con diferentes recursos y centros con el fin de seguir trabajando en la misma línea en pro del bienestar de las personas que atendemos y la comunidad en general. Desde AFAEMO estamos en contacto continuo con diferentes recursos con quienes hemos organizado, participado y preparado diferentes acciones o jornadas presenciales/virtuales de sensibilización, tan necesarias y útiles sobre todo en los tiempos que atravesamos.

Es por ello que el Servicio de Información y Orientación se ha realizado durante el 2025 a través de espacios individuales y grupales. Individuales con citas presenciales/telemáticas y atenciones telefónicas de carácter individual ofreciendo un trato personalizado en función de las características del sujeto o de los temas que se plantean, y grupales con charlas informativas y demás actuaciones de sensibilización a la comunidad relacionadas con la Salud Mental.

Además, observamos como el porcentaje de mujeres con diagnóstico en salud mental que accede a recursos de rehabilitación, como nuestra asociación, sigue siendo inferior al porcentaje de hombres que lo hacen, esto es debido a las múltiples desigualdades/discriminaciones existentes en estas mujeres, lo que hace más difícil que puedan obtener apoyo, atención, ayuda, protección, etc. En cambio, el número de mujeres familiares (madres, hermanas, etc.) que lo hace es mayor que el de familiares hombres. Esto es debido a los diferentes roles que socialmente tienen asignadas las personas en función de su género. Por ello hacemos especial hincapié en difundir el tema de la perspectiva de género, la falta de corresponsabilidad en los cuidados, el desigual acceso a los recursos, la desigualdad en el disfrute de tiempo libre personal, la escasa participación, la menor derivación y el menor reconocimiento de la mujer, con el fin de informar, orientar y potenciar el empoderamiento de las mismas y conseguir del mismo modo influir en la visión que los hombres que participan en nuestra entidad tengan al respecto. Siempre trabajando a la vez la no discriminación del colectivo en general.

Todas las atenciones de información, sensibilización, formación, seguimiento, asesoramiento, orientación, apoyo psicosocial, difusión, asistencia, acompañamiento, mediación, propuestas de materiales diversos, actividades colectivas, intercambio de experiencias, etc. se han adaptado, siempre que ha sido necesario, a herramientas como Zoom, Skype, Google drive, Jitsi Meet, canal Youtube, página web de AFAEMO, blogs, WhatsApp, correo electrónico y llamadas telefónicas y/o similares (ej. Videollamadas).

Hemos contado para el servicio de información y orientación con 1 psicóloga, quien se ocupa de la planificación, coordinación y desarrollo del mismo.

- o Lucía Ciudad Real Marlasca

Sus funciones concretas y detalles de intervención en el Servicio de Información y Orientación son:

- Desarrollo de las atenciones individuales y grupales que ofrece el servicio
- Coordinación con profesionales de salud mental
- Coordinación con agentes externos relacionados
- Coordinación con la Junta Directiva y resto del equipo profesional de la entidad
- Búsqueda y organización de acciones de sensibilización
- Coordinación en campañas de sensibilización
- Preparación de materiales para su difusión
- Seguimiento y actualización de las redes sociales y página web de la entidad

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

Contamos además con una trabajadora más en plantilla encargada de la limpieza y mantenimiento de los locales.
Mireya Ontaneda Escaleras.

RECuento ATENCIONES REALIZADAS DESDE EL SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN 2025

Desde el Servicio de Información y Orientación se han realizado un total de **1.215 atenciones** a lo largo del 2025 de forma directa. Puntualizamos que el alcance ha sido mucho mayor con motivo de las campañas de sensibilización que hemos realizado por ejemplo en las redes sociales o las jornadas, ponencias o acciones de sensibilización y visibilización organizadas o en las que hemos participado, donde nos es imposible poder contabilizar el alcance real y el número de personas asistentes o beneficiarias de estas informaciones.

ATENCIONES SIO 2025				
MES	FORMATO			TOTALES
	TELEFÓNICA (+ Videollamadas)	MENSAJES (correo electrónico / redes sociales)	CITAS PRESENCIALES	
ENERO	42	29	17	88
FEBRERO	61	33	20	114
MARZO	60	39	21	120
ABRIL	65	51	10	126
MAYO	41	21	16	78
JUNIO	37	37	9	83
JULIO	39	32	28	99
AGOSTO	17	8	1	26
SEPTIEMBRE	37	47	26	110
OCTUBRE	70	60	22	152
NOVIEMBRE	54	63	30	147
DICIEMBRE	14	37	21	72
TOTAL	537	457	221	1.215

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN Y VISIBILIZACIÓN EN SALUD MENTAL CONTRA LA DISCRIMINACIÓN

Acciones que hemos organizado, en las que hemos participado o a las que hemos asistido como oyentes, con el objetivo de generar o encontrar espacios grupales destinados a la información, formación y reflexión conjunta de las situaciones a las que se enfrenta el colectivo, por sufrir estos diagnósticos, situación que se ve agravada en el caso de las mujeres.

Con estas acciones intentamos por un lado generar a nivel interno entre las personas miembros de nuestra entidad una cultura organizacional basada en la igualdad de oportunidades y, por otro lado, llegar a la ciudadanía con el fin de impulsar espacios libres de discriminaciones a la diversidad y sesgos sexistas y, logrando una sociedad más equilibrada y cohesionada.

- ❖ Las acciones llevadas a cabo en 2025 han sido las siguientes:

ACCIONES SENSIBILIZACIÓN 2025		
1	Participación en el COMITÉ EN PRIMERA PERSONA de la Federación Salud Mental Madrid	Anual
2	COMISIÓN DE USUARIOS Y FAMILIARES. Instituto de Psiquiatría y Salud Mental del HGU Gregorio Marañón-IPSMarañón	Anual
3	Participación como entidad del distrito en el “PLAN COMUNITARIO DE MORATALAZ”. Tiene como objetivo la detección de las necesidades existente en el distrito con el fin de reducir las desigualdades existentes y garantizar el acceso a los recursos existentes.	Anual (reuniones mensuales)
4	Participación SPORTSAME. Proyecto deportivo Pro Salud Mental (instalaciones deportivas Canal de Isabel II)	Anual
5	Pertenecientes a la red de mujer y discapacidad de CERMI Madrid. Participación en la COMISIÓN DE MUJERES DEL CERMI	Anual
6	Proyecto comunitario Soledad no deseada. Comisión de salud y vivienda de Moratalaz.	Trimestral
7	GRUPOS DE FORMACIÓN EN PERSPECTIVA DE GÉNERO PARA MUJERES Y HOMBRES CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL. Colaboración con el Espacio de Igualdad María Telo.	Mensual
8	Participación activa en espacios comunitarios del distrito. RADIO COMUNITARIA MORATALAZ, HUERTO COMUNITARIO CUÑA VERDE, POLIDEPORTIVO MORATALAZ, E.S. LA SALAMANDRA, etc.	Anual
9	JORNADA PRIMEROS AUXILIOS. Cruz Roja	31/01/2025
10	MONOGRÁFICO 8M. Colaboración con el Espacio de Igualdad María Telo	13/03/2025
11	Jornada interna Sensibilización 8M. AFAEMO	07/03/2025
12	IX Ciclo de Conferencias Federación Salud Mental Madrid	05/03/2025

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

	«Empleo y personas con problemas de salud mental»	
13	IX Ciclo de Conferencias Federación Salud Mental Madrid «Enfermería comunitaria en salud mental», estará a cargo de la jefa de Unidad de Enfermería del Servicio de Psiquiatría y Salud Mental de Zamora, Ana Castaño Villarroel.	11/06/2025
14	IX Ciclo de Conferencias Federación Salud Mental Madrid "Conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental 2025"	12/11/2025
15	MESA REDONDA "LOS DESAFÍOS DE LAS MUJERES CON DISCAPACIDAD". Organizada por la Comisión de Discapacidad de Amnistía Internacional y por el CERMI de Madrid.	26/02/2025
16	MONOGRÁFICO JURÍDICO: "LA REFORMA DEL SISTEMA DE INCAPACIDADES. DISCAPACIDAD Y MEDIDAS DE APOYO". Organizada por el Espacio de Igualdad de Moratalaz (María Telo).	19/02/2025
17	ENCUENTRO ANUAL DE LA FUNDACIÓN CERMI MUJERES CON LAS COMISIONES DE LA MUJER DE LOS CERMIS AUTONÓMICOS. Organizado por FUNDACIÓN CERMI MUJERES/ CERMI AUTONÓMICOS.	20/03/2025
18	CONFERENCIA INTERNACIONAL SOBRE CÓMO COMBATIR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD. Intercambio de buenas prácticas y lecciones aprendidas. (Madrid, España). Organizado por FUNDACIÓN CERMI MUJERES.	21/03/2025
19	ACTO DE PRESENTACIÓN DE LA OBRA "NO ESTÁS SOLA: 25 TESTIMONIOS DE VIDA DE MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD" / LECTURA PÚBLICA DEL MANIFIESTO CON MOTIVO DEL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER. Organizado por FUNDACIÓN CERMI MUJERES.	05/03/2025
20	JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE NOCIONES BÁSICAS DE LA COMUNIDAD LGTBIAQ+ (orientaciones e identidades disidentes). Con la colaboración de AET, Transexualia.	21/04/2025
21	PRESENTACIÓN LIBROS Y JORNADA TALLER CON LA ESCRITORA ROSALÍA PEDRAZA	30/04/2025
22	PROGRAMA DE RADIO: ESPECIAL CONTRA EL ESTIGMA "VOCES EN LA RADIO" CON LA COLABORACIÓN DE RADIO YANANA Y SU ESTIGMA FESTIVAL.	10/04/2025
23	JORNADA "DERECHO A LA SALUD. DERECHO A DECIDIR" organizada desde la plataforma comunitaria "Vicálvaro Se Cuida". Una jornada sobre el derecho a que se tengan en cuenta nuestra voluntad, deseos y preferencias en momentos vitales clave. Centro cultural Fuente de San Pedro – Valderrivas.	11/04/2025
24	PARTICIPACIÓN EN EL COMITÉ PRO SALUD MENTAL EN PRIMERA PERSONA - RED ESTATAL DE MUJERES SALUD MENTAL ESPAÑA.	Reuniones puntuales en 2025

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

25	PONENCIA EN PRIMERA PERSONA EN LA JORNADA SOBRE PLANIFICACIÓN ANTICIPADA DE DECISIONES (PAD) EN SALUD MENTAL , en el marco del proyecto "Mi voz, mis decisiones" de la Federación Salud Mental Madrid.	13/05/2025
26	VISIONADO Y POSTERIOR DEBATE DEL DOCUMENTAL "RELATORAS DE VIDA" de la Confederación Salud Mental España (relatos y testimonios de varias mujeres con problemas de salud mental que viven en el ámbito rural. Enmarcado en el Proyecto HUB Genera, Faenando Futuro).	29/05/2025
27	PRESENTACIÓN LIBROS CARMEN URBIETA (<i>autora local y socia de AFAEMO</i>) - Biblioteca Francisco Ayala.	25/06/2025
28	PROGRAMA DE RADIO ESPECIAL: ENTREVISTA A ANA CASTAÑO (PSIQUIATRA Y JEFA DE LOS SERVICIOS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ-VICÁLVARO) en Radio Comunitaria Moratalaz.	03/07/2025
29	JORNADA PEDAGÓGICA SOBRE EMOCIONES E IDENTIDAD SEGÚN LA TFE (TERAPIA FOCALIZADA EN LA EMOCIÓN): LIBRO "LAS BUENAS HISTORIAS SIEMPRE ACABAN BIEN" . Autor: Marcos Morales Rodríguez.	18/07/2025
30	SEGUNDA PRESENTACIÓN LIBROS Y JORNADA TALLER CON LA ESCRITORA ROSALÍA PEDRAZA	01/10/2025
31	DMSM. Marcha Atocha-Cibeles	10/10/2025
32	VIII FORO SOCIAL MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD DE LA FCM. Valencia	24,25,26/11/2025
33	MONOGRÁFICO 25N. Colaboración con el Espacio de Igualdad María Telo	04/12/2025
34	FORMACIÓN EN SALUD MENTAL PARA PERSONAS INTERESADAS EN VOLUNTARIADO SOCIAL.	22/01/2025 18/02/2025 11/03/2025
35	JORNADAS DE SENSIBILIZACIÓN EN CENTROS EDUCATIVOS.	Anual

Son acciones abiertas a la participación, que hemos difundido lo máximo posible para llegar al mayor número de personas, intentando potenciar la participación de mujeres con discapacidad con el fin de conseguir una mayor participación y presencia de las mismas en espacios sociales y, un mayor acceso a recursos como la asociación, consiguiendo poco a poco esa igualdad de oportunidades en ambos géneros.

Se ha logrado una gran participación y asistencia en estas iniciativas, por ejemplo, en las charlas que organizamos en colaboración con el espacio de igualdad María Telo. Sin embargo, al tratarse de eventos abiertos a la participación nos es muy difícil saber el número exacto de personas participantes de las mismas.

Del mismo modo cada vez son más los centros educativos que nos contactan para realizar jornadas de información y orientación en salud mental entre su alumnado. Lo que indica un aumento de la importancia que se le va dando a la prevención y promoción de la salud mental. Durante el 2025 hemos informado y sensibilizado a más de 200 alumnos/as de diferentes centros educativos de la Comunidad de Madrid.

CIF: G-82710559

Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid con el nº 21770

Inscrita en el Registro de Entidades de Acción Social de la Comunidad de Madrid con el nº E-2035.4

Declarada de Utilidad Pública Municipal por Acuerdo del Pleno del Ayuntamiento de fecha 31 de mayo de 2005

Declarada de Utilidad Pública por la Comunidad de Madrid a fecha 17 de julio de 2017

CORREO ELECTRÓNICO, REDES SOCIALES Y PÁGINA WEB

Este servicio de información y orientación también da cobertura a través del correo electrónico de la entidad, a través del cual atendemos las peticiones de personas que nos plantean diferentes cuestiones relacionadas con la Salud Mental y/o planteamientos de casos particulares con el fin de obtener una orientación por nuestra parte.

Del mismo modo a través de nuestra página web y redes sociales publicamos diferentes campañas e informaciones relativas al ámbito de la salud mental y, temáticas relacionadas con el objetivo de que las personas que las visitan tengan información veraz y conocimiento de primera mano sobre estos trastornos, los recursos existentes, nuestra asociación, etc.

En todos estos casos, damos la opción de ampliar esta información a través de la atención telefónica o solicitando una cita previa.

Realizamos campañas de sensibilización y concienciación a través de nuestras sociales, como por ejemplo para promover el Voluntariado Social en Salud Mental, en el Día Mundial de la Salud Mental, durante el 25-N - Día de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, etc. Observamos cómo cada día vamos en aumento tanto de visitas como de seguidores/as. A día de hoy en Instagram contamos con un total de 1.063 seguidores/as y en Facebook con 730.

De esta forma intentamos llegar a la comunidad de la forma más amplia posible y de este modo ir informando sobre la realidad de la Salud Mental y todas las posibilidades que la rodean.

SERVICIO DE ATENCIÓN DOMICILIARIA

Dirigido a aquellas personas socias usuarias de la asociación que presentan mayores necesidades de apoyo o acompañamiento (en las citas sanitarias, abandono del tratamiento, dificultades en los transportes, etc.), y/o en situaciones de aislamiento social muy acusado.

Se acude a la vivienda de la persona afectada cuando se halla en situaciones en las que no es posible la realización de sus actividades habituales o en situaciones de conflicto familiar, con la finalidad de proporcionar herramientas de apoyo, acompañarle a su centro de salud de referencia o mediar para su incorporación a los recursos comunitarios, incluidos los que ofrece la asociación.

Los objetivos que se persiguen con este Servicio son:

- Mejorar la calidad de vida en el entorno privado.
- Potenciar la integración en la vida cotidiana, evitando reingresos y facilitando su reinserción social.
- Fomentar la autonomía de la persona afectada y una menor interdependencia con la familia.

En 2025 hemos contado con la prestación de servicios de 4 profesionales de psicología y 1 profesional educadora:

- Lucía Ciudad Real Marlasca
- Patricia Roselló Martín
- Carlos Hernández Alonso
- Teresa Castejón López
- María Pavón López/Adriana Velásquez Servia

SERVICIO DE CONVIVENCIA FAMILIAR Y SOCIAL

Tiene como objetivo principal la mejora en la calidad de vida de la persona afectada con malestar psíquico, potenciando su autonomía y restaurando su independencia para satisfacer sus necesidades fundamentales, manteniendo los vínculos familiares y sociales, con el fin de buscar la adecuada integración en el medio social. Ajustando en cada caso los apoyos necesarios que garanticen la permanencia de la persona en su propio territorio y, acompañando y velando por el cumplimiento del derecho universal al desarrollo de un proyecto de vida independiente.

➤ **Objetivos específicos**

- Asistencia personalizada a pacientes de salud mental, mediante la elaboración de planes de atención acordes a cada uno de los casos en cuestión.
- Apoyar, acompañar y asesorar a cada persona en función de las necesidades que vayan apareciendo entorno al transcurso del trastorno, con el objetivo de concienciarlas de la necesidad de buscar soluciones colectivas, potenciando su participación para la consecución de las mismas.
- Desarrollar actividades dirigidas a la rehabilitación psicosocial, con un enfoque abierto, dialogado, de cercanía y horizontal, buscando la participación de la persona en la planificación y puesta en práctica de los mismos.
- Dotar de herramientas a la persona en el conocimiento y la búsqueda de recursos existentes, favoreciendo la accesibilidad en la utilización de recursos sociales y sanitarios en la comunidad. Recuperación de aficiones y habilidades personales, potenciando la mejora de sus relaciones sociales, favoreciendo la vida independiente y el bienestar percibido. Ampliando su red de soporte social.
- Apoyar, acompañar y asesorar a cada familiar en función de las necesidades que vayan apareciendo entorno al transcurso del trastorno, que le permita mejorar su percepción de bienestar subjetivo, conseguir una mejor convivencia y, apoyar positivamente a su familiar afectado/a.
- Facilitar a las familias cuidadoras y a las personas con experiencia propia de un mayor respiro familiar.
- Empoderamiento de la persona afectada de malestar psíquico en su propio proceso de rehabilitación.
- Promoción de la igualdad entre hombres y mujeres en el campo de la Salud Mental.
- Mayor concienciación social y propia sobre la realidad de la Salud Mental a través de la participación u organización de acciones de sensibilización y formación en salud mental y temas relacionados.
- Visibilizar y sensibilizar a la población en general sobre la realidad de los problemas de salud mental con el objetivo de reducir el estigma existente en torno a estas problemáticas.
- Interrelacionar las familias para que se ayuden mutuamente en todas las dificultades que el trastorno conlleva.
- Garantizar el desarrollo de las atenciones del servicio ajustándolo a las necesidades (atención presencial y/o telemática).

En 2025 hemos contado con la prestación de servicios de tres profesionales de psicología y una educadora arteterapeuta:

- Patricia Roselló Martín (psicóloga)
- Carlos Hernández Alonso (psicólogo)
- Teresa Castejón López (psicóloga)
- María Pavón López / Adriana Velásquez Servia (educadoras)

Quienes se ocupan de la planificación, coordinación y puesta en práctica de todos los Servicios y Programas que la entidad ofrece. Sus funciones concretas y detalles de intervención en el Servicio de Convivencia Familiar y Social, son:

- Planificación, formulación y elaboración de los programas y actividades
- Coordinación con agentes externos y junta directiva
- Desarrollo, seguimiento y coordinación del trabajo interno de los talleres/actividades o espacios grupales
- Desarrollo y seguimiento de la formación en la escuela de familias
- Atención directa a familiares y personas con experiencia propia
- Acompañamientos
- Búsqueda de nuevos espacios comunitarios y nuevos programas a desarrollar

Contamos además con una trabajadora más en plantilla encargada de la limpieza y mantenimiento de los locales. Mireya Ontaneda Escaleras.

- Actividades que ofrece el Servicio

Atención Psicoeducativa

Lugar de realización: *Local Arroyo Fontarrón 369 Izda.*

Población destinataria: familiares y personas con trastorno mental grave

Descripción: Sesiones psicoeducativas que permiten a través del diálogo reducir el sufrimiento y los malestares de la persona afectada.

Entre los objetivos de estas sesiones se encuentra un mayor conocimiento del propio trastorno y/o dificultades presentes con el fin de potenciar el empoderamiento ante las diferentes vulneraciones o discriminaciones que podemos encontrar por presentar este tipo de diagnósticos, más aún en el caso de las mujeres.

De esta forma la persona consigue un mejor manejo de su sufrimiento, una mejor rehabilitación psicosocial y un mayor empoderamiento. En definitiva, se busca conseguir un mejor manejo de la propia vida.

Actividades:

- Apoyo y asesoramiento
- Psicoeducación
- Formación en habilidades de comunicación y manejo de la convivencia
- Entrenamiento en estrategias prácticas de resolución de problemas
- Empoderamiento en el ejercicio de derechos, igualdad de trato y no discriminación

Sesiones semanales en la gran mayoría de las personas, salvo alguna excepción de sesión quincenal acorde al proceso y necesidades de la intervención. En 2025 han sido beneficiarias de estas sesiones un total de 24 personas.

Formación Psicosocial para familiares

Lugar de realización: *Local Arroyo Fontarrón 369 Dcha.*

Población destinataria: familiares de personas con trastorno mental grave

Descripción: Muchas de las familias de las personas con trastorno mental son las encargadas de su cuidado y apoyo. La convivencia diaria con las personas afectadas suele crear numerosos conflictos y problemas en el entorno familiar que conllevan una importante tensión y sobrecarga entre sus diferentes miembros. Cuando la familia recibe información y orientación acerca del trastorno mental, acompañamiento y comprensión en el proceso que rodea a la misma, así como entrenamiento y experiencias en la resolución de conflictos basadas sobre todo en la importancia de la negociación y el diálogo, se reduce notablemente el malestar que experimentan muchas veces en soledad, obteniendo un mayor bienestar subjetivo. Consiguiendo reducir la probabilidad de recaídas y contribuyendo a la estabilidad y rehabilitación de la persona afectada, logrando una estabilización en las vidas personales, familiares y sociales.

Por ello, este es un espacio grupal que ha estado destinado a la formación teórico-práctica para las familias sobre la problemática de los trastornos mentales y todo lo que genera a su alrededor, así como, un espacio donde generar redes de apoyo mutuo entre las propias familias de la entidad. Tenemos como objetivo facilitar espacios donde se creen vínculos de cuidado y atención a las personas cuidadoras que cotidianamente se ocupan del apoyo de personas afectadas en primera persona de un problema de salud mental.

➤ Actividades:

ESCUELA DE FAMILIAS: Tiene un formato psicopedagógico orientado a la transmisión de conocimientos y habilidades en diferentes áreas, que permiten a las familias empoderarse y ser más competentes en el manejo de los problemas con los que se encuentran, y sirviendo de refuerzo en la rehabilitación de su familiar afectado.

La metodología se basa en formación grupal con un modelo psico-educativo, llevada a cabo mensualmente, con una duración de dos horas, mediante sesiones teórico-prácticas, en las que al comienzo de cada uno de los módulos se realiza una puesta en común, sintetizando los conocimientos que los familiares asistentes poseen sobre el tema a tratar, formando una línea base desde la que se comienza a impartir la parte teórica, tras la que se realizan esquemas conceptuales por parte del grupo sobre los conocimientos adquiridos.

Nos venimos centrando en el tema “CUIDANDO AL CUIDADOR” con el objetivo de facilitar herramientas a las personas cuidadoras y concienciarlas de la importancia que tiene también su propio cuidado, repercutiendo esto en la mejor capacidad de cuidado de su familiar, en la importancia de la conciliación, del conocimiento sobre salud mental, etc. Incluyendo la perspectiva de género de forma transversal trabajando la importancia de la corresponsabilidad en los cuidados.

GRUPO DE AYUDA MUTUA: Espacio para familias orientado a proporcionar soporte y comprensión para aquellas personas que comparten un mismo problema. Se trabaja en el desarrollo de conductas y actitudes positivas, en la oportunidad de aumentar las redes de apoyo social y en aumentar el nivel de participación ciudadana. Involucrando a toda la familia en el apoyo al familiar afectado/a, es decir dándole la importancia que tiene la corresponsabilidad en los cuidados de forma igualitaria. Se pone de manifiesto la sobrecarga que muchas veces existe sobre las mujeres en este sentido, quienes terminan no haciéndose cargo de su propio cuidado, del cuidado de otros vínculos y relaciones, etc. ya que de no ser así suelen aflorar sentimientos de culpabilidad por no cumplir con lo que se supone “deben hacer” o “se espera que hagan”.

La actividad está encaminada a ofrecer un espacio entre familias o allegados/as de personas con trastorno mental para que puedan tejer redes de apoyo y soporte social que les permitan a la par desarrollar habilidades y competencias adecuadas en el cuidado, apoyo y atención de las personas con sufrimiento psíquico que tienen cerca, contribuyendo de este modo al bienestar familiar y social, pero sin olvidarse del cuidado de uno/a mismo/a en todo este proceso.

Se trata de un espacio de compromiso solidario, donde las personas asistentes desean recibir y proporcionar soporte y comprensión a aquellas personas que comparten un mismo problema, ayudándoles a potenciar el desarrollo de conductas y actitudes positivas, aumentando las redes de apoyo social y el nivel de participación ciudadana.

Sesiones quincenales de 2 horas de duración durante 11 meses (excepción de agosto).
Han participado durante el 2025 un total de 29 personas.

ESPACIO PARA MUJERES CUIDADORAS: Espacio destinado a mujeres cuidadoras de familiares ya sean socias de AFAEMO como externas. Desde este lugar se ha querido atender el ser de cada participante más allá de su rol de cuidadora, ofrecer un espacio para ser una misma y poder desconectar de la tarea principal del cuidado. El espacio se ha desarrollado a través de un eje de intervención combinando Arteterapia, Respiro y Espacio del café. Con la siguiente estructura mensual:

- Sesión de Arteterapia
- Respiro
- Sesión de Arteterapia
- Espacio del café

Objetivos:

- Ampliar la conciencia del yo más allá del rol de cuidadora.
- Mejorar la capacidad de introspección e identificación emocional.
- Promover la interacción entre iguales.
- Entrenar:
 - o Capacidad creativa
 - o Capacidad de resolución de problemas.
 - o Autoconfianza
 - o Capacidad de expresar límites.
- Fomentar el autocuidado
- Generar recursos de regulación emocional.

Arteterapia: lugar de creación en el que desenvolvemos a través de la antropología personal, centradas en el recuerdo, el espacio seguro y la identidad.

En Arteterapia hemos querido centrarnos en la antropología personal y la sensorialidad para desarrollar nuestro proceso. Se ha partido de la creación individual hacia la colectiva para poder establecer vínculos y entrenar la interacción grupal.

Respiro: salidas a espacios tanto culturales como de naturaleza. Se han visitado espacios culturales y naturales en virtud de explorar nuevos lugares de respiro saludable. Se ha buscado romper con la rutina y conseguir espacios destinados a ellas mismas.

Espacio del café: destinado a hacer revisión del mes, analizar qué ha pasado, cómo ha ido y proyectar hacia adelante, qué quiero, hacia donde voy, cuáles son mis posibilidades.

Una vez al mes en un espacio de hostelería se ha juntado este grupo de cuidadoras para disfrutar de una sesión distendida para el análisis de lo ocurrido durante el mes y la disposición de objetivos para el siguiente.

Sesiones semanales durante 10 meses (excepción de julio y agosto). Han participado durante el 2025 un total de 7 mujeres cuidadoras.

Intervención Psicosocial para personas usuarias

Lugar de realización:

- Local Arroyo Fontarrón 369 Dcha./Izq.
- Local Arroyo Fontarrón 371 Izq.
- Espacios externos a la asociación

Población destinataria: Personas con problemas de salud mental

TALLERES OCUPACIONALES PARA LA REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL

Descripción: Actividades grupales de diversa temática dirigidas a fomentar la rehabilitación psicosocial, la igualdad y la inclusión de personas con trastorno mental, a través de actividades terapéuticas, que doten a las personas participantes de herramientas para alcanzar un alto nivel de autonomía, un buen nivel de autocuidados, una buena capacidad de defensa de sus derechos, en definitiva, una mejora subjetiva en su día a día y una buena integración social.

Trabajando en todos estos espacios desde un enfoque de interseccionalidad y transversalidad de género, ya que tenemos latente en nuestro día a día qué, este colectivo sufre un gran estigma social, el cual se ve acentuado en el caso de las mujeres, ya que, a la desigualdad asociada a la condición de ser mujer, se le suman otras discriminaciones añadidas, en este caso el tener una discapacidad y/u otras particulares. Además, recalcamos mucho el uso del lenguaje inclusivo en todos estos espacios, promocionando valores de igualdad.

➤ Actividades:

- Psicoeducación
- Radio
- AVD. Cocina
- Grupo de nuevas masculinidades para hombres con problemas de salud mental
- Grupo de empoderamiento para mujeres con problemas de salud mental
- Conectad@s
- Grupo de Apoyo Mutuo (GAM)
- Sensibilización
- Espacio del café
- Teatro
- Gestión de ocio
- Autofinanciación
- Jardín / Huerto comunitario
- Arteterapia
- Tertulia / Escritura creativa
- Habilidades cognitivas (HHCC)

PSICOEDUCACIÓN: Este programa ha tenido como fin proporcionar a las personas con trastorno mental grave y/o crónico información objetiva sobre las problemáticas de salud mental para poder afrontarla mejor. Como objetivos específicos:

- Intercambiar información, experiencias, solución de problemas, etc. para llegar a la comprensión de la problemática proporcionando así sentimiento de autocontrol del problema.
- Disminuir las posibles actitudes de rechazo hacia la enfermedad
- Facilitar la comprensión de los momentos de crisis, así como los síntomas y signos de la enfermedad mental y su tratamiento.

- Asesorar a las personas con problemas de salud mental para moverse de forma autónoma en la comunidad velando por el pleno respeto de sus derechos.
- Proporcionar a la persona afectada estrategias básicas de adherencia al tratamiento.
- Favorecer la adquisición de repertorios conductuales basados en los autocuidados y buenos hábitos para reducir el riesgo de recaídas.
- Favorecer el intercambio de opiniones a nivel grupal para prevenir de esta forma el aislamiento social de las personas con problemas de salud mental.
- Favorecer la autonomía de la persona con trastorno mental grave mediante estrategias conductuales, habilidades sociales, etc.
- Fomentar el empoderamiento de las personas con trastorno mental.

El programa de Psicoeducación tiene una temporalización de diez meses contemplados de enero a diciembre (con descanso en julio y agosto). Sesiones de 1 hora y media de duración cada una. Intervención grupal.

Se divide de la siguiente manera:

1. Módulo 1: Sesión Introductoria
2. Módulo 2: Introducción a la salud mental
3. Módulo 3: Estrategias de afrontamiento en salud mental
4. Módulo 4: Intervención bio-psico-social
5. Módulo 5: Red de recursos de apoyo social y sanitario
6. Módulo 6: Modelos familiares y género
7. Módulo 7: Habilidades de comunicación y clima familiar
8. Módulo 8: Cuestiones jurídicas: figuras de protección

Para abordar el contenido de las distintas sesiones, se ha utilizado material didáctico interno preparado por las profesionales responsables del programa como, material didáctico externo (ej. Manual psicoeducativo Confederación Salud Mental España) para el correcto aprendizaje y la correcta adquisición de lo visto en cada sesión. Del mismo modo que materiales e instrumentos como: transparencias de power point, películas de vídeo, pizarra, dosieres por escrito, registro de tareas, etc.

RADIO: Este espacio ha estado destinado a que las personas participantes tengan su propio programa de radio, "Voces en la Radio" donde trabajar la comunicación, la información, la igualdad y la no discriminación dentro del grupo y con la comunidad. Se han tratado temas de actualidad desde una perspectiva real y en primera persona con el fin de acabar con la violencia simbólica que se encuentra tan naturalizada y normalizada en torno a las problemáticas de salud mental.

En el programa de radio todas las personas asistentes han trabajado desde una estructura horizontal, con las mismas funciones, misma capacidad de toma de decisión, mismas oportunidades (técnica, locución, dinamización, acceso a las Tics, etc.). Con esto se ha conseguido utilizar la propia voz como vehículo de contacto con la comunidad, con el fin de incidir en los medios desde los medios, ya que es necesario trasladar a la ciudadanía un lenguaje y una imagen positiva y real de la Salud Mental.

Objetivos específicos:

Terapéutico:

- Usar la palabra como vía de enlace con las otras personas, produciendo de este modo un alivio y un sentimiento de ser y estar.
- Accesibilidad y participación social.
- Fomentar la autonomía.
- Aumentar las relaciones sociales.

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

- Empoderar a la persona y hacer que tome con total libertad las riendas de su propia vida, reconociéndose a sí misma y dotando de un sentido normalizado su vida cotidiana.
- Presencia e inclusión en el propio territorio.

Comunitaria:

- Dotar a la comunidad de un mayor conocimiento acerca de las personas que sufren algún tipo de enfermedad mental.
- Romper prejuicios hacia un colectivo estigmatizado.
- Fomentar la inclusión social y comunitaria de las personas con problemas de salud mental.
- Sensibilizar y proporcionar información real sobre salud mental que garantice los derechos del colectivo.
- Promover el derecho de las personas afectadas a ser tratadas en igualdad de condiciones.

Programa anual de 11 meses de duración (con descanso en agosto), donde se ha seguido una metodología donde de forma alterna cada semana, se ha ido preparando la escaleta del programa en la sede de la asociación y, al siguiente se ha grabado y emitido desde la sede de Radio Comunitaria Moratalaz.

COCINA Y AVD: Este taller ha tenido como fin la adquisición de autonomía de las personas usuarias en tareas básicas de la vida diaria. Los objetivos que se persiguen son el mantenimiento de hábitos de higiene saludables, el conocimiento de los alimentos y sus propiedades nutricionales, la capacitación y destreza en la realización de la compra diaria, la maestría y corresponsabilidad en las tareas domésticas (cocinar, hacer la compra, poner y quitar la mesa, fregar, etc.) y, el establecimiento de espacios de fomento de las relaciones sociales. Creando a la par un espacio de reflexión y sensibilización sobre la valoración del trabajo doméstico y la responsabilidad en los cuidados.

Objetivos específicos:

- Desarrollar y fomentar hábitos saludables alimentarios.
- Conocer los diferentes alimentos y los beneficios de una dieta equilibrada
- Aumentar la autonomía e independencia.
- Mejorar la autoestima.
- Afianzar hábitos de higiene y familiarizarse con ellos.
- Desarrollar la motivación, ya que los participantes tienen un grado de participación total.
- Desarrollar la destreza manual a través del uso de utensilios y la elaboración de los platos.
- Desarrollar la motricidad fina, así como el sentido del gusto y del olfato.
- Aumenta la capacidad de decisión y de iniciativa personal al ser ellos mismos los que proponen los platos a elaborar.
- Conocer y respetar normas de comportamiento en la mesa.
- No discriminar por razones de sexo en las tareas domésticas.
- Fomentar la sociabilización y la interacción social al trabajar en equipo.

Programa anual de 11 meses de duración (con descanso en agosto), donde las sesiones se han realizado de forma mensual en la sede de la asociación, con una duración de 4 horas. Ese día las personas usuarias se han quedado a comer en la asociación aumentando el tiempo de convivencia con el resto del grupo.

GRUPO DE NUEVAS MASCULINIDADES: Espacio grupal para hombres con problemas de salud mental que ha tenido como objetivo promover masculinidades alternativas respetuosas e igualitarias, donde se puedan identificar los valores de la masculinidad tradicional, conocer las diferentes masculinidades alternativas y sus valores, crear un espacio de reflexión sobre las ventajas y desventajas de ser hombre en nuestra sociedad, etc.

Objetivos específicos:

- Reflexionar acerca de cómo influye la socialización diferenciada en la construcción de la masculinidad.
- Revisar cómo se auto-perciben los hombres.
- Concienciar sobre el papel de la masculinidad tradicional sobre la represión emocional.
- Discernir sobre las consecuencias negativas para la autoestima de la masculinidad tóxica.
- Averiguar el efecto de la masculinidad hegemónica sobre el papel de los hombres en el hogar, la crianza y los cuidados.
- Favorecer cambios actitudinales corresponsables y más respetuosos.

Programa desarrollado de forma mensual en colaboración con las compañeras del Espacio de Igualdad de Moratalaz (María Telo).

GRUPO DE EMPODERAMIENTO PARA MUJERES: Espacio grupal para mujeres con problemas de salud mental que ha tenido como principal objetivo favorecer la promoción integral de las mujeres con discapacidad por un diagnóstico en salud mental, a través de la formación en materia de género, con el fin de potenciar su desarrollo personal, facilitar su participación sociocultural y promover la defensa de sus derechos y la igualdad de oportunidades.

Objetivos Específicos:

1. Proporcionar un espacio de empoderamiento donde las mujeres con discapacidad en salud mental puedan compartir experiencias, adquirir estrategias y ser agentes activas en la toma de decisiones que afectan sus vidas.
2. Realizar un análisis del impacto del género en la vida de las participantes, promoviendo la conciencia sobre la discriminación múltiple que enfrentan y brindando herramientas para el ejercicio efectivo de sus derechos.
3. Establecer un entorno seguro y de confianza que fomente la participación activa de las mujeres usuarias de la asociación, propiciando el intercambio de conocimientos y la creación de redes de apoyo entre pares.
4. Fortalecer habilidades, elevar la autoestima y fomentar la autonomía de las participantes en su vida diaria y en la defensa de sus intereses.

El espacio se ha desarrollado en colaboración con el Espacio de Igualdad María Telo. A su vez, en el espacio han participado mujeres de la asociación AFAEMO, del Equipo de Apoyo y CD de Moratalaz- Vicálvaro, fomentando la red entre recursos.

CONECTAD@S: Proyecto de capacitación digital dirigido a personas usuarias de la entidad que ha tenido como fin el acercarlas y conectarlas a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, superando la brecha digital que, por razones de edad, discapacidad, género o socioeconómicas presentan estas personas, las cuales han dificultado su acceso a estas nuevas herramientas cada vez más imprescindibles para comunicarse en la sociedad actual o para realizar las gestiones más básicas.

Objetivos Específicos:

- Generar y promover la autonomía e independencia de las personas con problemas de salud mental dotándolos de herramientas digitales accesibles.
- Acercar las nuevas tecnologías para que sean utilizadas como una alternativa al ocio, al tiempo libre y como medio de comunicación con los demás.

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES, AMISTADES Y PERSONAS
CON EXPERIENCIA PROPIA EN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DE MORATALAZ**

G/82710559

C/ ARROYO FONTARRÓN, 369 Bajo Izq. 28030 MADRID

TEL.: 913713529

MÓVIL: 657955682 / 660290812

administracion@afaemo.org

- Garantizar la accesibilidad en igualdad de condiciones de las personas con problemas de salud mental a los diferentes recursos que van apareciendo.
- Combatir la soledad no deseada.
- Interacción con otras personas para el intercambio de conocimientos y experiencias.

Sesiones semanales en la sede de la asociación, con una duración de 1 hora y media. Se ha utilizado material de soporte como transparencias de power point y los equipos informáticos disponibles en la propia sede, a parte de los propios dispositivos personales de las personas beneficiarias. Desarrollado en colaboración con personal de la Fundación Cibervoluntarios.

GAM: Espacio grupal que ha tenido como objetivo principal facilitar un espacio seguro y de apoyo mutuo para personas con problemas de salud mental, promoviendo la creación de redes de apoyo, el desahogo emocional y el fortalecimiento de habilidades sociales.

Objetivos Específicos:

1. Generar un ambiente inclusivo y empático donde los participantes puedan compartir sus experiencias y sentirse escuchados y comprendidos.
2. Fomentar la creación de lazos de apoyo entre los miembros del grupo, promoviendo la empatía y la cohesión grupal.
3. Potenciar el desarrollo de habilidades sociales mediante la interacción con otros participantes, facilitando la expresión emocional y la comunicación efectiva.
4. Proporcionar recursos y herramientas para afrontar los desafíos asociados a los problemas de salud mental, fomentando la resiliencia y la autoaceptación.

Han sido las propias personas del grupo las que han ido decidiendo los temas que más les interesaba hablar y quienes han dinamizado el espacio tras un buen modelado por parte de una profesional de la gestión de turnos de palabras. La profesional ha tenido una participación muy limitada en el espacio favoreciendo así que las propias personas tomaran un rol activo y se conectaran entre ellas, no esperando siempre una respuesta de la profesional.

SENSIBILIZACIÓN: Espacio grupal que ha tenido como objetivo general promover la concienciación y sensibilización sobre la salud mental y la falta de esta, prevenir la exclusión de las personas con problemas de salud mental, educar a la población para corregir las falsas creencias que rodean a esta y promover la participación activa de las personas con un problema de salud mental a través del desarrollo de material educativo por parte de las personas con un problema de salud mental y la interacción directa de estos con la población general, con el fin de reducir el estigma y empoderar a las personas con problemas de salud mental.

Objetivos Específicos:

1. Diseñar material de sensibilización que aborde de manera informativa y constructiva los temas relacionados con la salud mental, destacando la importancia de la prevención, el tratamiento y la integración social.
2. Sensibilizar a la población general sobre los estigmas y prejuicios asociados a las enfermedades mentales, promoviendo la empatía, la comprensión y la aceptación.
3. Brindar a las personas con problemas de salud mental la oportunidad de compartir sus experiencias y conocimientos, promoviendo la auto representación y el empoderamiento personal.
4. Impulsar el desarrollo de habilidades sociales y ejecutivas en los participantes, al asumir un rol activo en la planificación, ejecución y evaluación del taller de sensibilización, fortaleciendo su autoestima y confianza en sí mismos.

ESPACIO DEL CAFÉ: espacio de distensión y encuentro para personas con problemas de salud mental, donde se ha promovido la autogestión en la preparación de un desayuno, la compra de los alimentos, y la interacción social, contribuyendo al fortalecimiento de habilidades de organización en equipo, desarrollo de actividades de la vida cotidiana y habilidades sociales, así como a la creación de una red de apoyo entre pares.

Objetivos Específicos:

1. Permitir a los participantes la oportunidad de participar activamente en la organización y preparación de un desayuno, fomentando la colaboración, la responsabilidad compartida y la toma de decisiones en equipo.
2. Facilitar el aprendizaje y la práctica de habilidades relacionadas con la organización de tareas cotidianas, como la realización de la compra de alimentos, el manejo de presupuestos y la planificación logística.
3. Proporcionar herramientas y estrategias para mejorar la autonomía y la eficacia en la realización de actividades de la vida diaria, a través del modelado, la práctica y la supervisión.
4. Promover el desarrollo de habilidades sociales, como la comunicación efectiva, la empatía y la resolución de conflictos, en un entorno informal y de confianza, favoreciendo la interacción entre los participantes.
5. Estimular la formación de una red de apoyo mutuo entre los asistentes, creando lazos de solidaridad, comprensión y acompañamiento emocional entre iguales, que contribuyan al bienestar emocional y social de cada miembro del grupo.

TEATRO: se ha creado un espacio seguro, creativo y de desarrollo personal, donde los participantes han podido trabajar tanto a nivel corporal como psicológico, desde la espontaneidad, la creatividad y la imaginación. A través de diversas dinámicas teatrales, se ha fomentado la expresión emocional, mejorado la comunicación y trabajado la autoestima. En muchos casos, la medicación, el aislamiento social y la larga duración de los trastornos, agravan la sintomatología, lo que genera dificultades para relacionarse en un entorno social a largo plazo. En este sentido se buscado que los avances logrados dentro del espacio teatral puedan ser generalizados a otros contextos de la vida cotidiana de los participantes, promoviendo así su autonomía e integración social, y mejorando con ello su calidad de vida.

Desde este espacio se ha ofrecido una vía terapéutica para trabajar las dificultades cognitivas, emocionales y sociales desde un enfoque lúdico, creativo y adaptable, que no solo permitiese a los participantes trabajar sobre sus capacidades personales y relacionales, sino también proporcionarles un entorno seguro en el que explorar y enfrentar sus propios límites, mejorando su bienestar personal y grupal.

GESTIÓN DEL OCIO: El espacio de autogestión del ocio ha tenido como objetivo capacitar a los participantes para identificar y organizar actividades de ocio, así como desarrollar las habilidades necesarias para gestionar estas actividades de forma independiente en su tiempo libre. Se ha pretendido así, promover la autonomía y las habilidades de gestión del tiempo libre de las personas participantes, facilitando su capacidad para planificar y llevar a cabo actividades recreativas.

AUTOFINANCIACIÓN: A través de la realización de eventos y actividades, los participantes se han involucrado en la planificación y ejecución de iniciativas a través de las cuales solicitar apoyo económico para la entidad a cambio de productos o servicios elaborados por ellos mismos (por ejemplo, elaboración de mercadillo o desayunos solidarios). A través de estas acciones se han fomentado la autonomía, la colaboración y el desarrollo de habilidades organizativas en los participantes. Quienes se han sentido parte activa y comprometida con la organización de la que forman parte (fomentar la responsabilidad y el sentido de pertenencia en las personas con problemas de salud mental que participan de forma directa en el día a día de la asociación).

HUERTO Y JARDÍN: espacios destinados al aprendizaje de la agricultura y la jardinería creativa. A través de estos talleres, se ha ampliado la visión del cuidado y del autocuidado generando nuevas estrategias de observación, planificación, gestión y reparto de roles. Tanto el jardín como el huerto de los que disponemos son lugares en los que hemos podido ser y estar de una forma diferente a la habitual en nuestras rutinas. De este modo, se ha explorado desde otros lugares nuestras sensaciones y emociones. Han sido espacios vivos, que requieren de cuidados y atenciones específicas, lo que ha permitido entrenar nuestras habilidades de atención y resolución.

Se ha desarrollado de igual forma un sentimiento de pertenencia al habitar espacios comunitarios del propio distrito.

ARTETERAPIA: Ha estado dirigido al movimiento y el reconocimiento de las emociones a través del cuerpo: orientado a la identificación, regulación y gestión de las propias emociones mediante la metodología mixta de creación a través del movimiento y los materiales plásticos (grupo mixto).

El hilo conductor de las sesiones ha sido *alzar la voz propia*, cuyo tema ha sido tratado a través de la puesta en común de artistas con búsquedas similares como detonante y el uso de técnicas expresivas como medio de intervención.

Objetivos generales:

- Poder ser: el espacio se abre para la aceptación y convivencia con la carga histórica personal del presente de cada usuario y del otro.
- Identificar emociones y sensaciones en el cuerpo: Estableciendo el foco en las sensaciones de momento y su canalización a través de técnicas expresivas.
- Conectar con la salud

ARTETERAPIA COMUNITARIA: Espacio que ha estado dirigido a las personas tanto de la entidad como externas, con interés tanto en establecer nuevos vínculos como en desarrollar su creatividad. Desde este lugar se ha atendido al ser genuino que es cada persona sin juicio y dando valor a la autenticidad. Ha sido un espacio donde a través de las sesiones se ha filosofado sobre el espacio interior propio y a qué necesidades, placeres, inspiraciones, se está sujeto. A su vez, se ha trabajado como nos relacionamos con el espacio y cómo podemos establecer conexiones y 'hacer barrio' construyéndolo, combinando nuestras obras.

TERTULIA- ESCRITURA CREATIVA: desarrollo de un espacio de expresión y creación personal, donde se ha ofrecido un taller basado en la metodología arteterapéutica que atiende desde dos áreas. Una primera parte educativa artística que ha ofrecido recursos y herramientas para la propia creación artística, tales como técnicas y desarrollo del símbolo y, una segunda parte que ha permitido la aplicación de lo aprendido y la apertura de la autorrealización a través de la construcción de la obra y la voz propia (grupo mixto).

HABILIDADES COGNITIVAS (HHCC): En este taller se ha trabajado el desarrollo de las capacidades cognitivas mediante la puesta en marcha de actividades variadas, las cuales han tenido como fin conseguir una estimulación de las capacidades cognitivas del colectivo, consiguiendo de este modo una mejora en la memoria, la atención, la percepción, la concentración, el lenguaje, la orientación, etc. De este modo hemos trabajado en el fomento de la agilidad mental, en conseguir un mayor grado de autonomía y con ello una mejora en el día a día.

Estos espacios grupales se han venido desarrollando de forma diaria durante todo el año 2025. Con una participación de 33 personas.

PROGRAMA CULTURAL DE OCIO Y TIEMPO LIBRE INCLUSIVO

Lugar de realización: *Esta actividad se realiza fuera de los locales de la asociación*

Población destinataria: Personas con problemas de salud mental, familiares y población general en las salidas comunitarias

➤ Actividades:

- Salidas de ocio y tiempo libre para personas con problemas de salud mental
 - Exposiciones
 - Visitas culturales
 - Recorridos por Madrid
 - Rutas de senderismo por los alrededores de Madrid
 - Salidas de ocio y respiro exclusivas para mujeres
- Club del auto-ocio / Proyecto ¿Quedamos?
- Ocio comunitario e interfamiliar (fiestas de convivencia y ocio especial)
- Viaje vacacional

Salidas de ocio y tiempo libre para personas con problemas de salud mental

Actividad que tiene como objetivo ofrecer recursos, apoyos y alternativas dentro del ocio y el tiempo libre saludables, que ayuden a minimizar los malestares desde la posibilidad de acceso y participación con una mejora de la propia autonomía y una mayor integración social en la comunidad. A nivel concreto en cuanto a perspectiva de género, reflejamos en el grupo la situación desigual que existe entre hombres y mujeres en este aspecto, ya que ellas suelen tener menos tiempo libre disponible, por tener mayores cargas en relación al trabajo doméstico o por ser consideradas más vulnerables, dependientes o incapaces de desenvolverse por sí mismas. Por lo que con este programa de ocio también ponemos como objetivo conseguir que las mujeres que acuden tengan las mismas oportunidades de ocupar su tiempo libre y disfrutar de él gustosamente, poniendo especial interés en conocer sus intereses. Para ello también se han desarrollado salidas de forma mensual exclusivas para mujeres.

Club del auto-ocio y Proyecto ¿Quedamos?

Del mismo modo se ha potenciado el disfrute de ocio autónomo los fines de semana desde el "Club del Auto-ocio AFAEMO". El cual es un proyecto que nace de los intereses manifestados por varias personas sobre ocio los fines de semana. En ocasiones la falta de redes sociales, la sobreprotección, la mayor dificultad de acceso o participación que sufren algunas personas con diagnóstico en Salud Mental, etc., dificulta el desarrollo de un ocio independiente y autónomo en sus tiempos libres, los cuales suelen ser por lo general bastante abundantes. Por ello se planean de forma asamblearia posibles planes a realizar en los fines de semana, en los que el grupo de personas interesadas funcionan de forma independiente entre ellos/as con sus propios acuerdos a desarrollar durante ese día.

En esta misma línea, desde la Federación Salud Mental se desarrolla el proyecto ¿Quedamos? con el fin de fomentar el tejido asociativo ofreciendo a todas las personas pertenecientes a alguna de las entidades de la Federación planes de ocio y tiempo libre los fines de semana.

Viaje vacacional

Descripción: Viaje vacacional que se realiza todos los años con el objetivo de potenciar este disfrute y mejora en la calidad de vida de las personas asistentes, y garantizar un periodo de respiro familiar por ambas partes. En 2025 el destino fue Asturias en el mes de junio.

Ocio comunitario e interfamiliar.

- Fiestas de Convivencia Familiar y Social: Espacios de ocio compartido, abiertos a todas las personas que participan en la entidad y a los/as vecinos/as del barrio, cuyo objetivo es fomentar encuentros y

fortalecer el tejido social del colectivo. De esta forma, familiares, vecinos/as, amigos/as y personas afectadas aprovechan actividades distendidas que repercuten de forma muy positiva en su conocimiento y apoyo mutuo, en la mejora de las relaciones sociales e intra familiares y consiguen un mayor compromiso con la entidad. Son espacios de aprendizaje y conocimiento donde conseguimos romper y acabar con las discriminaciones que sufre el colectivo en su diversidad. Por ejemplo, celebramos "La Torrijada de AFAEMO", "La Chulapada", "Comida de Navidad", etc.

- Programa de ocio interfamiliar/comunitario: salidas especiales abiertas a la participación de familiares, amigos/as, personas allegadas, vecinos, vecinas, etc. con alquiler de transporte de autobús privado para poder abordar desplazamientos más lejanos. Por ejemplo, destinos como Fundación ONCE- perros guía, excursión a Rascafría y el Monasterio del Paular, excursión al pueblo de Jadraque. etc.

ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN Y VISIBILIZACIÓN EN SALUD MENTAL CONTRA LA DISCRIMINACIÓN

Acciones que hemos organizado, en las que hemos participado o a las que hemos asistido como oyentes, con el objetivo de generar o encontrar espacios grupales destinados a la información, formación y reflexión conjunta de las situaciones a las que se enfrenta el colectivo, por sufrir estos diagnósticos, situación que se ve agravada en el caso de las mujeres.

Con estas acciones intentamos por un lado generar a nivel interno entre las personas miembros de nuestra entidad una cultura organizacional basada en la igualdad de oportunidades y, por otro lado, llegar a la ciudadanía con el fin de impulsar espacios libres de discriminaciones a la diversidad y sesgos sexistas y, logrando una sociedad más equilibrada y cohesionada.

Son acciones abiertas a la participación, que hemos difundido lo máximo posible para llegar al mayor número de personas, intentando potenciar la participación de mujeres con discapacidad con el fin de conseguir una mayor participación de las mismas en espacios sociales y un mayor acceso a recursos como la asociación, consiguiendo poco a poco esa igualdad de oportunidades en ambos géneros. Del mismo modo que hemos ido adaptando el formato de las mismas a lo presencial o telemático en función de las necesidades acontecidas por la pandemia.

Hemos conseguido una gran participación y asistencia en estas iniciativas, por ejemplo, en los monográficos que organizamos en colaboración con el espacio de igualdad María Telo. Sin embargo, al tratarse de eventos abiertos a la participación nos es muy difícil saber el número exacto de personas participantes de las mismas.

OTRAS ACCIONES REALIZADAS

Acompañamientos

- Este servicio tiene como objetivo dar cobertura, apoyar y acompañar a la persona afectada que así lo ha precisado ante dificultades en las diferentes áreas existentes como puede ser en el seguimiento de sus citas médicas, servicios sociales, dificultades con el transporte, ayuda con la medicación, acceso a recursos comunitarios, etc.

Intervención familiar

- Objetivos: 1. promover la incorporación de la familia a programas específicos de formación, que potencien el aprendizaje y el conocimiento en Salud Mental, la necesidad de los tratamientos integrales y unas pautas de comunicación y relación adecuadas basadas mucho en la escucha del otro. 2. Fomentar la accesibilidad de la familia a los recursos comunitarios, su red de apoyo social y las habilidades necesarias para el abordaje eficaz

de situaciones conflictivas. 3. Proporcionar apoyo emocional y detectar nuevas necesidades o carencias en el ámbito familiar.

Asesoramiento y apoyo psicosocial

- Servicio dirigido a personas con problemas de salud mental y familiares miembros de la entidad quienes necesitan en un momento determinado algún tipo de apoyo o intervención familiar y personal para la mejora de la convivencia, mediación, acompañamiento, resolución de conflictos, seguimientos, apoyo o asesoramiento, ayuda en la realización de algún trámite, etc.

Intervención comunitaria

- Objetivo: identificar recursos y apoyar el acceso de la persona con trastorno mental a los recursos económicos, sanitarios, sociales, culturales, laborales y educativos disponibles en la comunidad para su recuperación y autonomía.

Intervención institucional

- Objetivo: dar a conocer el programa a recursos sociosanitarios, asociaciones vecinales, etc., para identificar nuevos beneficiarios/as potenciales, coordinarse con otros centros y recursos de la comunidad optimizando la eficacia de los servicios.

Búsqueda de nuevos/as socios/as.

- Descripción: Actividades destinadas a difundir la labor y objetivos con los que trabajamos en nuestra entidad con el fin de buscar nuevos/as socios que puedan acceder y beneficiarse de los mismos. Para ello utilizamos y repartimos material informativo sobre la entidad en puntos estratégicos del distrito como pueden ser los centros de salud, la Junta Municipal, centros culturales, servicios sociales, redes sociales, etc. Además, nos coordinamos con los recursos y área de Salud Mental quienes nos derivan personas interesadas y, por último, realizamos entrevistas y citas presenciales con las personas interesadas (además de atención telefónica si primeramente así lo requieren).

CON LA COLABORACIÓN DE:

