

FITXA ENTITAT DEL CONSELL DE BENESTAR SOCIAL

1. NOM DE L'ENTITAT

REALMENT ALCOI (Asociación en apoyo a la salud mental de Alcoy y Comarca)

2. LOGO I DESCRIPCIÓ BREU DE L'ENTITAT



Somos una asociación comprometida con el bienestar mental de las personas y sus familias. Nuestra misión es crear un espacio seguro, accesible y lleno de confianza, donde usuarios, familiares y profesionales trabajen juntos para superar adversidades y mejorar la calidad de vida.

Nuestro equipo está formado por personas apasionadas, profesionales, usuarios y colaboradores comprometidos que comparten un mismo objetivo: acompañar, informar y ofrecer soluciones prácticas para construir una vida más plena y equilibrada.

Somos Realment, una asociación que escucha, actúa y acompaña.

3. OBJECTIUS, FUNCIONS I FINALITAT

OBJETIVOS

- Apoyar a personas y familias en temas de Salud Mental.
- Ofrecer un espacio seguro donde usuarios y familiares encuentren orientación, recursos y acompañamiento en su proceso.
- Promover la confianza y el bienestar.
- Crear un ambiente que transmita tranquilidad y seguridad de las personas usuarias, acompañando a alcanzar un estado de bienestar emocional.
- Establecer un impacto positivo en la comunidad.
- Impulsar talleres, charlas y actividades informativas para que las personas comprendan la importancia de cuidar la salud mental.
- Apoyar la reinserción laboral y social, facilitar herramientas y recursos para que las personas puedan recuperar su autonomía como terapias adaptadas y la gestión de viviendas tuteladas.
- Utilizar medios de comunicación, redes sociales y eventos para difundir nuestra labor y promover una visión más comprensiva de la salud mental.
- Actuar como puente entre las necesidades de las personas usuarias y los profesionales adecuados, facilitando que reciban la ayuda que necesitan.

FUNCIONES

- **Apoyo psicosocial** a personas y familias afectadas por la salud mental, ofreciendo orientación y acompañamiento en su proceso.
- **Crear y gestionar espacios seguros** donde los usuarios puedan compartir experiencias, recibir recursos y sentirse comprendidos.
- **Fomentar la confianza y el bienestar**, promoviendo el autocuidado y la salud mental en la comunidad.
- **Diseñar y desarrollar actividades y talleres** que ayuden a mejorar el bienestar emocional y la calidad de vida de los participantes.
- **Implementar estrategias de sensibilización** para reducir el estigma sobre la salud mental en la sociedad.
- **Facilitar la reinserción laboral y social**, proporcionando herramientas y recursos adaptados a cada persona.
- **Gestionar y coordinar viviendas tuteladas**, asegurando un entorno seguro y adecuado para los usuarios que lo necesiten.
- **Colaborar con profesionales de la salud mental**, sirviendo como enlace entre los usuarios y los especialistas que puedan brindar la mejor atención.
- **Difundir información y sensibilizar a la comunidad** mediante redes sociales, medios de comunicación y eventos sobre la importancia del cuidado de la salud mental.
- **Fortalecer la red de apoyo comunitaria**, estableciendo alianzas con instituciones, empresas y organizaciones para ampliar los recursos disponibles.

FINALIDAD

Contribuir al bienestar emocional y social de las personas afectadas por problemas de salud mental y sus familias, proporcionando apoyo, orientación y recursos para mejorar su calidad de vida. A través de espacios seguros, actividades formativas, sensibilización y acompañamiento personalizados, buscamos fomentar la autonomía, la inclusión y la comprensión social, reduciendo el estigma asociado a la salud mental y promoviendo una comunidad más empática y solidaria.

4. RECURSOS AMB QUE COMPTA L'ENTITAT

- **Equipo multidisciplinario de profesionales:** psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales y terapeutas ocupacionales.
- **Instalaciones adecuadas:** espacios para terapias individuales y grupales, sala para talleres y actividades.
- **Programas de intervención:** talleres de habilidades sociales, programas de reinserción laboral y actividades de sensibilización.
- **Red de colaboración:** alianzas con otras entidades, instituciones y servicios de salud para derivaciones y apoyo complementario.
- **Recursos informativos:** material educativo, guías y acceso a bibliografía especializada en salud mental.
- **Plataformas de comunicación:** presencia en redes sociales, sitios web informativos y líneas de atención telefónica.

5. SERVEIS OFERTS (TALLERS, SUPORT D'ESPECIALISTES...)

- **Asesoramiento y orientación:** información a usuarios y familias sobre recursos y tratamientos disponibles.
- **Terapias individuales y grupales:** Sesiones con profesionales para abordar diversas problemáticas de salud mental.
- **Talleres y actividades formativas:** Programas educativos para desarrollar habilidades y estrategias de afrontamiento.
- **Programas de reinserción laboral y social:** Apoyo en la integración al entorno laboral y comunitario.
- **Grupos de apoyo mutuo:** Espacios donde los participantes comparten experiencias y se brindan apoyo entre sí.
- **Actividades de sensibilización y divulgación:** Campañas y eventos para concienciar sobre la importancia de la salud mental.

6. INSTAL·LACIONS

La sede está en el Centro de Mayores de la Zona Alta: Calle La Sardina Nº13 Planta 3
Donde cada Martes realizamos reuniones de la junta directiva y donde se trabaja por la mañana realizando las actividades que ofrecemos.

7. PROGRAMES- PROJECTES OFERTS I EN COL·LABORACIÓ. CAMPANYES

Los programas que tenemos en marcha a día de hoy son:

- Mindfulness.
- Expresión de emociones y estiramientos conscientes.
- Excursiones a la Vía Verde.
- Taller introducción a las nuevas tecnologías.
- Taller Expresión artística y creatividad.
- Risoterapia

Teniendo previsto ofrecer otras actividades a medida que vayamos avanzando con la organización de la asociación. Las que tenemos en mente para llevar a cabo son: musicoterapia, dibujo, baile, deporte, fotografía, teatro, etc...

En cuanto a campañas de sensibilización por y para la salud mental, tenemos en mente hacer: marchas, convivencias, testimonio, charlas en los colegios, exposiciones, actividades lúdicas y representativas para el mes de la salud mental y durante el año.

Asistir a todos los eventos a los que se nos invite para promover la labor de nuestra asociación.

8. ORGANIGRAMA
COORDINACIÓN : LUCÍA MARTÍNEZ SEGUÍ PRESIDENTA: RITA LUCÍA MONTANER MARTÍNEZ SECRETARIA: ISABEL BELLIDO GARCÍA TESORERA: XELO CASCANT PLÀ VOCAL 1: MARIA JESUS VERCET LOZANO VOCAL 2: LOURDES CORBI MOSCARDÓ VOCAL 3: MARÍA ROZAS FRANCO
9. TELÈFON D'INFORMACIÓ / DADES DE CONTACTE
Asociación: 633-035-370 Coordinadora: 687-256-623 (Lucía) Presidenta: 685-884-961 (Rita) Secretaria: 664-848-739 (Isabel) Tesorera: 605-673-443 (Xelo)
10. ADREÇA FÍSICA
C/ La Sardina,13, 03801 Alcoi, Alicante.
11. ADREÇA ELECTRÒNICA
Realmentalcoi@gmail.com
12. PÀGINA WEB
En creación.
13. XARXES SOCIALS
Instagram: @realmentalcoi https://www.instagram.com/realmentalcoi/ Facebook: Realment Alcoi https://www.facebook.com/RealMentAlcoi/?locale=es_ES
14. ALTRES INFORMACIONS D'INTERÈS
Todo el equipo técnico estamos preparando iniciativas de invitar a profesionales del ámbito de la salud mental para que realicen conferencias, cursos y talleres.