



# Noemí

Asociación Natania



## MEMORIA 2022

## ESPACIO DACAPO-PROYECTO NOEMÍ

[natania.es](http://natania.es) // [Dacapozgza.es](http://Dacapozgza.es)

# ÍNDICE

<b>1. ESPACIO DACAPO-PROYECTO NOEMÍ</b>	<b>3</b>
<b>1.1 Estructura proyecto Noemí</b>	<b>4</b>
<b>2. OBJETIVOS DE ESPACIO DACAPO-PROYECTO NOEMÍ</b>	<b>5</b>
<b>3. PERSONAS PARTICIPANTES</b>	<b>6</b>
<b>4. SERVICIOS PRESTADOS Y PRINCIPALES RESULTADOS</b>	
<b>4.1 Primera acogida</b>	<b>7</b>
<b>4.2 Noemí Bienestres</b>	
Servicio de escucha y diálogo	8
Taller de Yoga	9
Buceando emociones	9
Senderismo	10
Quiromasaje	10
<b>4.3. Noemí Formación</b>	
Taller de guitarra	11
Taller de castellano	11
+QDebate	12
Mas autonomía, menos brecha digital.	12
<b>4.4 Otros servicios</b>	
Orientación a otros recursos	13
Acompañamientos	13
Consigna	13
Guardería	13
<b>5. ACCIONES DE SENSIBILIZACION</b>	<b>14</b>
<b>6. HITOS 2023</b>	<b>15</b>
<b>7. VOLUNTARIADO</b>	<b>16</b>
<b>8. DIFUSIÓN DEL PROYECTO A TRAVÉS DE LA RED</b>	<b>17</b>
<b>9. RECAUDACIÓN DE FONDOS</b>	<b>18</b>



# 1. ESPACIO DACAPO-PROYECTO NOEMÍ

**Espacio Dacapo-Proyecto Noemí es un proyecto de innovación social, animación comunitaria e integración dentro del barrio Delicias de Zaragoza.**

El estudio y formulación del proyecto lo realizó un equipo de voluntariado en 2018 constituido por dos trabajadoras sociales, una integradora social, una psicopedagoga, una voluntaria en un proyecto de mujer, una profesional del mundo de la hostelería y una participante de un proyecto de mujer en situación de vulnerabilidad social.

Para el estudio de la realidad se prepararon dos encuestas: una dirigida a mujeres en situación de vulnerabilidad y exclusión y otra a profesionales del ámbito de la mujer.

De estos inicios nace Espacio Dacapo-Proyecto Noemí el 24 de Febrero de 2019.



## **“Espacio Dacapo”, un consumo responsable y solidario**

Nuestra implicación en el barrio pasa por impulsar una mayor conciencia del consumo responsable y solidario.

A Través de una tienda de Comercio Justo, Ecológico y proximidad. Y de acciones de sensibilización.



## **“Proyecto Noemí”**

Desde el proyecto Noemí optamos por la salud integral y la formación de Mujeres en situación de vulnerabilidad y/o exclusión social.

## **“Tejiendo Redes”**

Actividades abiertas a la vecindad y a las participantes del proyecto Noemí, convirtiéndose en un espacio intergeneracional, intercultural y de integración.

**Un local versátil donde conviven una tienda de comercio Justo, el Proyecto Noemí y Tejiendo redes.**

**Y donde acogemos iniciativas de otras entidades o particulares.**



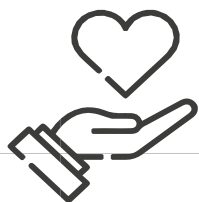
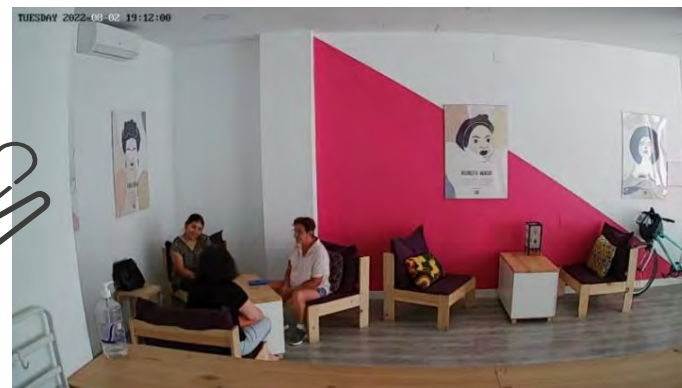
# 1.1 Proyecto Noemí

Durante el 2022 Proyecto Noemí se ha estructurado:



## Primera Acogida

La persona acude a Espacio Dacapo por primera vez, o bien derivada o bien por su propia iniciativa. Se le explica quiénes somos, y que ofrecemos, en un ambiente de cercanía, alrededor de un café. Decide si quiere quedarse como participante.



## Noemí Bienestres

Optamos por la salud integral entendiéndola como estado de bienestar físico, mental y social, y en el plano psico-afectivo (autoestima, sociabilidad y creatividad). Por ello generamos con personas que tienen bajos recursos, acciones que cuidan de su bienestar con actividades y talleres que difícilmente podrían acceder de otra manera.

*Espacio de Escucha y Diálogo, Taller de Yoga, Biodanza, Mindfulness, senderismo, masajes, Taller de guitarra.*



## Noemí Formación

Nuestra formación nace de las mismas propuestas de las participantes en cada momento.

*Taller de castellano, taller más autonomía menos brecha digital, +QDebate,*



## Otros servicios

Son acciones que nacen por solicitud de las participantes.

*Orientación a otros recursos, Acompañamiento personal, Consigna, guardería,*



## 2. OBJETIVOS ESPACIO DACAPO- PROYECTO NOEMÍ



*Acogemos también a otras entidades e iniciativas, que tengan trasfondo social, ecológico, espiritual, cuidado de la persona o empoderamiento de la mujer. Buscando sinergias, realizando propuestas conjuntas o cediendo nuestro espacio.*

- ♥ Favorecer un espacio propio para mujeres, donde puedan reunirse, hablar de sus temas de interés, disfrutar del encuentro con otras mujeres en un ambiente distendido y de ocio, donde se generen estructuras de empoderamiento e inclusión.
- ♥ Potenciar el bienestar físico, mental y social a través de diferentes talleres, tomando consciencia de los estresantes que se viven a diario y su repercusión en la salud.
- ♥ Proponer instrumentos para potenciar el plano psico-afectivo (autoestima, sociabilidad y creatividad).
- ♥ Fortalecer la formación y la autonomía a través de talleres y actividades que les ayuden a romper barreras.
- ♥ Propiciar redes de apoyo y tejido social que promuevan el consumo responsable, la interculturalidad, lo intergeneracional, el respeto a la diversidad.





### 3. PERSONAS PARTICIPANTES

El “**proyecto Noemí**” es para mujeres a partir de 18 años, de cualquier nacionalidad que vivan situaciones de vulnerabilidad o exclusión social.

En caso de personas migrantes pueden estar en situación administrativa regular o irregular, algunas de ellas vienen acompañadas de sus hijos con los cuales también se realiza un servicio de guardería.

Respecto a las personas que participan en “**Tejiendo Redes**” podemos destacar personas del barrio que acuden al espacio como **lugar de encuentro, necesidad de ser escuchadas**, buscando un rato de ocio o de encontrarse con otras personas. Las edades están alrededor los 60-85 años.

Entidades que en 2022 hemos acogido o realizado alguna acción conjunta tenemos: **Afipar** (Asociación de ayuda para familias de internos en prisiones de Aragón) se reúnen semanalmente en **Espacio Dacapo**, una entidad que puntualmente realiza taller de risoterapia, taller de sexualidad y taller de baile; suelen reunirse también algunos grupos de amigos zaragoza para realizar debates o charlas, **Misevi** (Misioneros Seglares Vicencianos), personas particulares con actividades de chikung, espalda sana y de psicología.

Algunas características de las personas que acuden al proyecto:



- ♥ **Mujeres Migrantes.**
- ♥ **Con situación administrativa irregular, poco tiempo de estancia en España.**
- ♥ **En proceso de duelo migratorio. Algunas personas no conocen el español.**
- ♥ **Situaciones de soledad.**
- ♥ **Aislamiento, carencia de red familiar y social.**
- ♥ **Carencia o insuficiencia de recursos económicos.**
- ♥ **La mayoría de ellas se encuentran en situación de búsqueda de empleo.**

Respecto a la clientela de la tienda, **habrán pasado unos 200 clientes en el año para informarse o realizar alguna compra puntual**, por otro lado, tenemos unos **30 clientes fidelizados que realizan una media de una compra mensual.**

Memoria 2022.Espacio Dacapo-Proyecto Noemí.



## 4. SERVICIOS PRESTADOS Y PRINCIPALES RESULTADOS

A continuación, vamos a nombrar los distintos servicios que ha ofrecido **espacio Dacapo- Proyecto Noemí** durante el año 2022:

### 4.1 Primera acogida

La persona acude a Espacio Dacapo por primera vez. Se le explica quiénes somos, y que ofrece espacio Dacapo proyecto Noemí. A través de una entrevista no estructurada, en un ambiente de cercanía, alrededor de un café.

Si la persona muestra interés, se realiza con ella la documentación de inscripción.

Se han realizado 150 acogidas a posibles participantes del proyecto Noemí, de las cuales 15 han quedado inscritas en el proyecto.

Pero el número de participantes durante todo el 2022 ha sido de 46, engloba las nuevas personas y las que ya vienen de años anteriores y continúan.

La permanencia en el proyecto permite hacer procesos de acompañamiento más profundos.







## 4.2 NOEMÍ BIENESTRES

### Servicio de escucha y diálogo

Una de las acciones principales del proyecto.

Pueden acceder cuando quieran dentro del horario de 10:00 a 14:00, 17:00 a 20:00, lunes a viernes, todo el año.

Los encuentros que se dan pueden ser individuales con la persona que acoge, o grupales donde se van uniendo otras mujeres al diálogo.

Partimos de la espontaneidad de lo que va surgiendo en cada momento.

Realizamos la intervención desde una escucha activa y una respuesta empática.

Si se detecta la necesidad de un recurso específico así como de realizar algún tipo de intervención social, se comunica a la Trabajadora Social que atiende en entrevista personal a la participante concreta.





## Taller de yoga

Los talleres se imparten de Enero a Junio; y de Septiembre a Diciembre. Se han realizado en cinco horarios distintos.

En cada sesión se trabaja respiración, posturas y ejercicios de estiramiento para mejorar la flexibilidad y la fuerza, ejercicios de meditación y relajación, tomando consciencia de su cuerpo, de la vida, y de lo que es importante para cada persona. Sesión de una sesión de hora semanal por persona.



## Buceando emociones

Durante los meses de enero a Junio; Septiembre a diciembre. A través de Biodanza y Mindfulness se potencia la consciencia grupal, donde el valor del grupo está por encima de lo individual. La finalidad del taller es desarrollar autoconocimiento personal, consciencia corporal, expresión de emociones, sensación de libertad. Promoviendo las situaciones de encuentro con el grupo se descubre el soporte de las propias capacidades, de ser parte de la comunidad encontrando así la holística de las propias emociones.



## Senderismo

Salidas a entornos naturales, donde poder practicar senderismo y disfrutar de la convivencia. Se realizan rutas en Zaragoza y fuera de la ciudad, se busca provocar un espacio de comunicación con el entorno natural que da pie a hablar en un espacio más íntimo.



## Quiromasaje

Sesiones de masaje individual para participantes con estrés, problemas de insomnio, fuertes tensiones, dolores de espalda, falta de circulación, en general lo que se promueve es el alivio de tensiones combatiendo la rigidez corporal. El masaje produce sentimientos de cuidado, comodidad, conexión interior y fomenta la autoestima. Hay una actitud de gratuidad, donde se aprende a recibir.

Priorizamos este taller porque nuestras participantes tienen pocos recursos, y no se pueden permitir esta actividad, es por ello que con ello damos el derecho a poder recibir este tratamiento terapéutico que sino no sería posible por motivos económicos.

Son sesiones de 30 minutos.

El número de sesiones por persona se valora según las circunstancias de la persona y posibilidades del proyecto. Se realiza durante todo el año dependiendo de los fondos económicos que se tengan.





## 4.3. NOEMÍ FORMACIÓN

### Taller de Guitarra

La música como terapia sabemos que mejora el bienestar de la persona, estimula la mente, ayuda a expresar emociones. Además, es un taller que se realiza en pequeño grupo donde el aprendizaje es muy personalizado y están motivadas por el mismo grupo.



### Taller de Castellano

Son grupos pequeños donde se fomenta la conversación. Se parte de sus intereses, se va adquiriendo un mejor nivel de español para desenvolverse en las actividades de la vida cotidiana, conocimiento del barrio, compra en el mercado, visita al Centro de Salud.

Se realizan dos sesiones semanales de dos horas. Jueves y viernes de 10:00 a 12:00. Este año han participado también dos hombres familiares de las participantes.



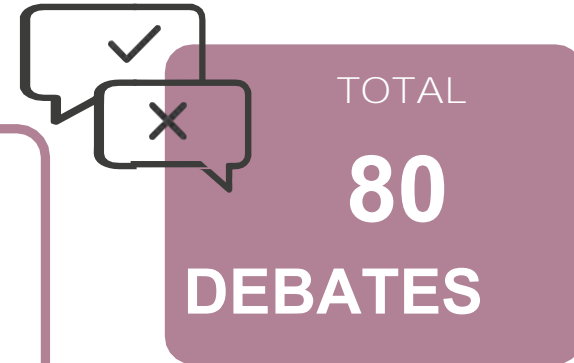
## + Q Debate

Espacio donde cada persona desarrolla argumentos, potencia el pensamiento crítico, aumentar la capacidad de expresión oral, expone opiniones en grupo sabiendo defender tus propios argumentos.

Es un Taller abierto a la ciudadanía.

Se tratan temas de salud, mujer, fenómenos paranormales, temas de actualidad.

Sesiones de dos horas.



## Más autonomía

### menos brecha digital

Taller personalizado donde nos adaptamos a las necesidades de cada mujer para realizar distintas gestiones informáticas.

Posibilidad de uso de wifi gratuita para búsqueda de empleo y comunicación con su familia.





## 4.4. OTROS SERVICIOS

**Orientación a otros recursos.**

**10**

MUJERES

**Acompañamientos personalizados**

**6**

MUJERES

**Consigna**

**2**

MUJERES

**Servicio de guardería**

**3**

MENORES



## 5. ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN

**13 de Marzo de 2022** participación en economía circular de Arropa2 por nuestra parte con la tienda de Comercio Justo y recogiendo firmas para la ILP regularización de personas migrantes de la campaña de Esenciales.

Espacio Dacapo ha sido **punto fijo** para la recogida de la ilp regularización de personas migrantes de la campaña de Esenciales

**14 de mayo 2022** participamos 5 personas en la XVII la Lonja del comercio justo. " Por la igualdad somos Comercio Justo".

**25 y 26 de junio 2022**, Mercadillo solidario en favor de proyecto Noemí, economía circular.

**18 de noviembre 2022** Centro Cívico de Santa Isabel fiesta Muévete contra la pobreza, participamos tres personas con la tienda de comercio justo y recogiendo firmas ilp esenciales.

**20 de noviembre 2022** tercera edición de la biblioteca humana, participamos como oyentes desde espacio Dacapo dos personas. En la próxima edición participaremos con un libro humano.

**18 de diciembre 2022** participamos en la jornada "mujeres emprendedoras" en el centro cívico de Santa Isabel. Tres personas con la tienda de Comercio Justo

**30 de diciembre** pincho solidario con la colaboración de tapas de la Asociación Gambaru y 5 personas del equipo de voluntariado Dacapo.





## 6. HITOS DE 2023

Nos hemos mantenido abiertas y con actividades durante todo el 2022.

Hemos mantenido el contrato de jornada completa que se hizo en septiembre del 2021 hasta febrero de 2022.

Hemos luchado contra la pobreza, cuidado del medioambiente, potenciado el consumo responsable y la economía solidaria con una **inversión de 7.185,72 euros** en comercio Justo, Ecológico y de cercanía.

Todo este proyecto ha sido posible con un gasto de **23.391,18**, unos ingresos de **29.870,23** de los cuales han sido por subvenciones 2.250 euros por parte del ayuntamiento, y 2.000 euros por parte de Fundación La Caixa.

El resto de ingresos han sido gracias a nuestras dos promotoras del proyecto, socios/as, donaciones, ventas y acciones de recaudación de fondos. Hemos rebajado nuestra deuda, actualmente está en 25.512,8 euros.





## 7. VOLUNTARIADO

El equipo de voluntariado que ha llevado a cabo durante el 2022 todas las tareas mencionadas ha estado formado por un total de 11 voluntarias/os de diferentes perfiles profesionales.





## 8. DIFUSIÓN DEL PROYECTO A TRAVÉS DE LA RED

Estamos presentes en la red a través de una página web donde se puede conocer espacio Dacapo y el proyecto Noemí, tenemos también un blog donde tenemos artículos de sensibilización, también a través de la página informamos sobre comercio justo, ecologico, los distintos sellos de identificación.

Nos puedes encontrar también en Facebook y de Instagram.

[Dacapozgza.es](http://Dacapozgza.es)



41 publicaciones  
en Facebook



18 publicaciones  
en Instagram



Actualización de la  
página web



## 9. ACCIONES DE RECAUDACIÓN DE FONDOS.

Ventas de la tienda de Comercio Justo, Ecológico y de proximidad

Mercadillo solidario en el mes de Junio.

Venta de lotería de Navidad, y rifas.

Hemos aumentado de 10 a 12 nuestros socios económicos.

Hemos tenido durante el 2022, diez personas que han realizado donaciones puntuales.

Recaudación de donativos a través de la plataforma de Teaming. Hemos tenido 6 Teamers. (microdonaciones de un euro al mes).





# Natania

ZARAGOZA

Avenida Madrid 15

[Dacapozgza.es](http://Dacapozgza.es) | [info@natania.es](mailto:info@natania.es) | 642602114



[@dacapozgza.es](https://www.facebook.com/dacapozgza.es)



[@dacapozgza.es](https://www.instagram.com/dacapozgza.es)