

MEMORIA TÉCNICA DE ACTUACIÓN 2018



ASOCIACIÓN LAS CALZADAS



1. JUSTIFICACIÓN

2. OBJETIVOS

3. PERFIL DE LOS USUARIO/AS

4. HORARIO

5. ACTUACIONES POR DIMENSIONES DE CALIDAD DE VIDA

6. OTRAS ACTUACIONES

- **FORMACIÓN DE TRABAJADORES**
- **GRUPOS DE TRABAJO**
- **VOLUNTARIADO**
- **PRACTICAS**

7. PROGRAMA DE APOYO A FAMILIAS

8. RECURSOS HUMANOS

9. EVALUACIÓN

10. CONCLUSION



11. JUSTIFICACIÓN

Presentamos la memoria de La Asociación Las Calzadas dando a conocer las principales actividades realizadas en el año 2018, todas ellas centradas en las personas con discapacidad intelectual y sus familias.

La Asociación Las Calzadas ejerce un papel comprometido con la sociedad, promoviendo servicios de calidad y reivindicando derechos para el conjunto de personas con discapacidad intelectual (PCDI).

En la prestación de estos servicios, buscamos dar las mejores respuestas a las nuevas necesidades y retos que presenta la acción social en un contexto cada vez más exigente, complejo y amplio reflejando nuestro compromiso con los procesos de mejora y satisfacción de las personas que atendemos.

Trabajamos desde la Planificación Centrada en la Persona; siendo este el principal enfoque en el apoyo a personas con discapacidad intelectual, ya que ofrece estrategias, basadas en valores y en el empoderamiento de las personas, para ayudarlas a construir su propio proyecto de vida plena.

Estas son las señas de identidad de nuestra Entidad y a lo que hemos dedicado los esfuerzos en el presente ejercicio, además de multitud de acciones más concretas que se reflejan en las páginas siguientes.

Logros que alcanzamos con el empuje extraordinario de un plantel de profesionales, voluntarios, colaboradores y otros agentes que con su entusiasmo y lucha hacen suyos los objetivos y la misión de la Entidad, colaborando en mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y en construir una sociedad inclusiva, accesible y sensible con sectores de población que más lo necesitan.



OBJETIVOS



Nuestros compromisos son:

- Orientar nuestras acciones a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y a sus familias para que tenga impacto en su vida real.
- Contribuir y favorecer la construcción de entornos comunitarios, más accesibles, inclusivos y solidarios.
- Potenciar la lucha activa de defensa de los derechos de las personas con discapacidad (conseguir plena ciudadanía).
- Promover la calidad Plena inclusión en nuestros servicios.
- Promover procesos de innovación y aprendizaje permanente.

PERFIL DE LOS USUARIO/AS



La *Asociación ofrece servicios y recursos a un total de 40 usuarios, beneficiarios directos.*

El 50% de nuestros usuarios presentan Síndrome de Down, un 13% sufre Parálisis Cerebral y un 37% presentan diagnósticos variados.

El 32% tiene un grado de dependencia moderado y el 68% Grado I y II, con deterioros cognitivos, sensoriales y/o motrices que agravan su dependencia por lo que necesitan apoyos extensos y generalizados para el mantenimiento de su autonomía personal y para su atención en las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria.

Presentan además limitaciones en sus destrezas comunicativas y motrices, precisando un cuidado y una atención constante.

Todos los usuarios participan en mayor o menor grado de los

programas que la Asociación ofrece siempre en función de sus capacidades y destrezas teniendo muy en cuenta sus gustos y preferencias. En cuanto a la evolución de estos hay que decir que las necesidades y demandas van cambiando de acuerdo con los procesos naturales que acompañan al desarrollo vital de cada persona.

La edad media del grupo gira en torno a los 45 años.

HORARIO

El horario, tanto de Centro de Día como de Residencia se mantiene como en años anteriores: de 9.00 h. a 18.00 h. de lunes a viernes en centro de día, a partir del cual comienza el horario de servicio de residencia.

De este modo los programas y servicios están cubiertos, así como el servicio de transporte y comedor.

Este amplio horario cubre todas las demandas posibles que se nos puedan presentar los 365 días del año.



ACTUACIONES POR DIMENSIONES



AUTODETERMINACION

Decidir por sí mismo y tener oportunidad de elegir las cosas que quiere, cómo desea que sea su vida, su trabajo, su tiempo libre, el lugar donde vivir, las personas con las que quiere estar. Expresar lo que desea y lo que le interesa. Sentir que tiene algo que ver en lo que le ocurre. Saber y reconocer que junto con las limitaciones también existen puntos fuertes en cada persona.

- **Planes de Vida (PV).**

Este año ha concluido la elaboración de los planes de vida de todos los usuarios de la Asociación. Ahora está en marcha el desarrollo de los mismos, su ejecución y su valoración. Todo ello con la colaboración de su grupo de apoyo y la persona facilitadora responsable de que su plan de vida se desarrolle de manera óptima.

- La **PPA (Planificación por Adelantado)** es un enfoque más de Planificación Centrada en la Persona, que se distingue por su aportación específica de incluir **la etapa final de la vida**, con el fin de que pueda ser vivida por la persona según su propia manera de entenderla.

La edad y la enfermedad son circunstancias a las que todas las personas, antes o después, deberemos enfrentarnos. Por difíciles que sean esas circunstancias, siempre preferiremos vivirlas según nuestra manera de entender la vida y esperamos de los demás que nos respeten y nos apoyen.

Tras un proceso de formación del equipo encargado de introducir y plantear la realización de la PPA, se seleccionó, de manera experimental, a dos usuarias mayores de 60, con las cuales poder realizar el PPA. La realización de la PPA implica la intervención activa de un grupo de apoyo formado por la usuaria, familia, amigos/as de la usuaria, facilitador y profesionales de apoyo. Este



equipo es el encargado de establecer los objetivos y metas de la PPA, así como su realización y seguimiento.

El objetivo a medio plazo es que todos nuestros usuarios/as cuenten finalmente con una PPA.

- **Grupo de autogestores:** Este año se ha dedicado a la evaluación y valoración de los indicadores de cumplimiento de los derechos de las personas con discapacidad que se plantearon en la carta de Derechos elaborada por el grupo de trabajo.
 - Nº participantes:** 8
 - Temporalización:** 2 reuniones
 - Recursos humanos:** 1 coordinador de grupo.
 - Recursos materiales:** sala de reuniones del centro de día, pantalla táctil...

- **Taller “Dedícate un momento”:** taller enmarcado en la formación de Plena Inclusión.
 - Nº participantes:** 8
 - Temporalización:** 28 de Mayo y 4 de Junio.
 - Recursos humanos:** Personal de la organización del curso.
 - Recursos materiales:** Instalaciones Foro Solidario.

- **Planificación y evaluación personal anual de sus actividades.** Como ya es habitual y teniendo en cuenta las líneas directrices que marcan nuestro quehacer diario en las que la persona debe ser el centro y gestor de su propia vida, igualmente deber ser ella la que proponga, planifique y organice su programa de actividades al inicio del año, así como al finalizar realice la evaluación del mismo, analizando sus logros, sus posibles modificaciones, adaptaciones...

- **Jornada de trabajo: “Reunión Coordinación regional de profesionales responsables Programa de Ciudadanía Activa”** Organizado por Plena Inclusión Castilla y León.
 - Nº participantes:** 3 usuario/as.
 - Temporalización:** 28 de Febrero.
 - Recursos humanos:** coordinador de grupo.
 - Recursos materiales:** Instalaciones de FEAPS Castilla y León en Valladolid.



- **Taller formativo: “Vida independiente”.** Organizado por Plena Inclusión.

Participantes: 15 usuarios.

Temporalización: 24 de Mayo

Recursos humanos: Profesional de la organización y de apoyo.

Recursos materiales: Instalaciones Foro Solidario

DERECHOS

Saber cuáles son los derechos y deberes que corresponden, tener apoyo y oportunidades para ejercer los derechos y para cumplir con los deberes. Reivindicar sus derechos y defensa de los mismos.

- **Jornada Asociativa de formación y convivencia:** La jornada, en la que estaban invitados usuarios, familiares, profesionales y voluntarios de la Asociación, estuvo compuesta por varias actividades: una de ellas fue la participación de usuarios miembros del Grupo de Trabajo de la elaboración de la Carta de Derechos quienes realizaron la evaluación de los mismos, así como las respuestas que la Asociación ha asumido para defender su cumplimiento.

Finalizó la Jornada con un aperitivo fomentando así la convivencia y buenas relaciones entre todos los miembros pertenecientes a la Asociación.

Nº participantes: 75 usuarios, familiares, profesionales, voluntarios..

Temporalización: 27 de Octubre

Recursos materiales: Hotel Los Blasones

- **Lectura del Manifiesto en el Día de las Personas con Discapacidad Intelectual.**
- **Taller formativo “ Autodeterminación como motor de nuestras vidas”.** Organizado por Plena Inclusión Catilla y León.

Participantes: 10 usuario/as/as.

Temporalización: 9 sesiones desde 7 de Junio hasta 19 de Diciembre.

Recursos humanos: Personal del curso y personal de apoyo

Recursos materiales: Instalaciones del Foro Solidario y Material aportado por la organización del curso, y Centro de día...



- **I Encuentro del Foro de participación de Personas con Discapacidad Intelectual:** 1 representante elegido por el grupo de autogestores, representará a la Entidad en el Foro creado para la defensa y reivindicación de la participación activa en los órganos de gobierno de Plena Inclusión.

Nº participantes: 1 usuario

Temporalización: 21 de Noviembre

Recursos humanos: 1 persona de apoyo

Recursos materiales: Instalaciones Plena Inclusión CyLValladolid

- **Jornada de sensibilización “Músicos con valor”.** El Foro Solidario nos invitó a un concierto solidario en favor de las personas con discapacidad intelectual. Tuvo lugar el día 30 de Noviembre.

- **Acción conjunta en Bibliotecas Municipales para la reivindicación de la Accesibilidad Cognitiva:** usuarios de la asociación, junto con otras personas con discapacidad intelectual de otras entidades, leyeron en diferentes bibliotecas de nuestra ciudad y ante autoridades de Burgos y medios de comunicación, un manifiesto a través del cual demandaban mayor Accesibilidad cognitiva a la cultura a través de libros y textos en lectura fácil.

Nº participantes: 15 usuarios y miembros de la Junta directiva

Temporalización: 20 Abril

Recursos humanos: personal de apoyo

Recursos materiales: Biblioteca San Juan y Centro Cívico Río Vena

- **Grupo de validación de lectura fácil:** se ha creado un grupo de 7 personas para validar textos en lectura fácil tanto de nueva creación como adaptaciones de otros ya existentes. De esta manera, todos los textos, cartas y documentos dirigidos a familias y usuarios son accesibles a todos.

Nº participantes: 7 usuarios

Temporalización: a lo largo del año

Recursos humanos: logopeda y educador

Recursos materiales: aula del Centro de día

BIENESTAR EMOCIONAL

Estar informado de lo que va a pasar de una manera comprensible, estar razonablemente libre de estrés. Estar contento y

feliz, estar bien, disfrutar de la vida, tener un concepto positivo de sí mismo.



- **Formación: "Actívate para la buena vida":**

Curso organizado por Plena Inclusión CyL con el fin de que las personas con discapacidad en proceso de envejecimiento mejoren su Bienestar personal y Emocional identificando los distintos tipos de emociones con el objetivo de trabajarlas y gestionarlas.

Participantes: 15 usuario/as/as.

Temporalización: 7, 14 y 21 de junio

Recursos humanos: Ponente del curso y personal de apoyo

Recursos materiales: Instalaciones del Foro Solidario y Material aportado por la organización del curso...

- **Taller Meditación-Yoga:** Se desarrolló en el InterClub Caja de Burgos .

Participantes: 8 usuario/as/as.

Temporalización: 11 de Mayo y 8 de Junio

Recursos humanos: monitora de yoga

Recursos materiales: Instalaciones del Foro Solidario

- **Huerto urbano:** Hemos comenzado esta nueva y estimulante actividad con el fin de que los aprendizajes de contenidos, habilidades y actitudes sean adquiridos de manera natural a través de la interacción activa con su entorno inmediato. Es una experiencia en la que lo más importante no será obtener un producto final, sino la propia acción terapéutica para el desarrollo emocional de las personas con discapacidad intelectual.

Los Objetivos serán, por lo tanto:

1. Recuperar el entorno inmediato que constituye el huerto y el jardín y fomentar actitudes de respeto y cuidado hacia el medio ambiente.
2. Acercar la naturaleza como medio estimulante multisensorial y potenciador de situaciones que favorezcan la comunicación e intercambio social.
3. Conseguir que las actividades desarrolladas en el huerto sean agradables y motivadoras como punto de partida para alcanzar el equilibrio emocional y del bienestar personal y para la adquisición de hábitos de vida saludable.





Destacar también la colaboración del personal del Programa Municipal “Huertos urbanos” de los que recibimos asesoramiento y formación.

Participantes: 15 usuario/as/as.

Temporalización: Todo el año

Recursos humanos: Responsable de la actividad y personal de apoyo.

Recursos materiales: Jardín y huerto de Interclub Caja de Burgos. Herramientas, plantas, semillas y material necesario.

- **Grupo de apoyo emocional:** Periódicamente este grupo se reúne con el psicólogo para tratar diversos temas sobre su salud mental y emocional: el duelo, gestión de emociones, resolución de conflictos.. Se pretende que adquieran habilidades y destrezas para el control y canalización de sus emociones.

Participantes: 18 usuario/as en 2 grupos

Temporalización: fechas sin determinar una por trimestre y a demanda de los participantes

Recursos humanos: Psicólogo

Recursos materiales: Centro de día

INCLUSIÓN SOCIAL

Sentirse miembro de la sociedad, sentirse integrado. Sentirse parte activa en sus relaciones y en sus actividades, ser respetado de forma que realmente se sienta dentro del grupo y valorado.

- **Feria de Participación ciudadana:** se dieron cita todas las asociaciones para dar conocer las distintas actividades, programas y recursos del tejido asociativo de nuestra ciudad. Además, se llevan a cabo diferentes actividades, lúdico-artísticas que dan pie a que los ciudadanos participen y se involucren en cada una de ellas, posibilitando así Participación Ciudadana. Como todos los años nuestra Asociación participó en la misma siendo los propios usuarios los encargados de dar a conocer los programas y servicios que la Asociación desarrolla.





Participantes: 10 usuario/as en 2 grupos en jornada de mañana y tarde.

Temporalización: 22 de Septiembre.

Recursos humanos: personal de apoyo de la Asociación y voluntarios de la organización

Recursos materiales: Instalaciones aportadas por la organización del evento

- **Utilización de recursos comunitarios:** Continuamos trabajando diversas habilidades y destrezas dirigidas a incrementar la competencia social y adaptación al medio: uso de transporte público, utilización de comedor comunitario, instalaciones deportivas, centros cívicos, centros comerciales, instalaciones recreativas....

En la medida de lo posible, siempre hemos pretendido que su desenvolvimiento en el medio se realizara de forma autónoma, pero, en ocasiones resulta imposible, por lo que se facilita todos los apoyos y medios necesarios tanto materiales como humanos.

- **Participación en la Campaña Solidaria promovida por el Banco de Alimentos:** Usuarios y profesionales de la Entidad participaron como voluntarios en la recogida de alimentos en dos establecimientos de nuestra ciudad. Se realizó el día 30 de Noviembre.



- **Taller de animación lectora:** Hay 8 usuarias de este grupo que, por sus capacidades cognitivas y de comunicación participan en el Taller de estimulación lectora que se lleva a cabo con 2 personas voluntarias del Centro de Mayores Río Vena. La actividad consiste en la lectura y comprensión de unos textos cuyos temas tienen relación con alguna emoción o sentimiento. A continuación se comentan dichas lecturas, se comparan con experiencias propias, se buscan soluciones alternativas...

La actividad es muy beneficiosa para las personas con discapacidad puesto que repercute en la mejora de muchas de las dimensiones de calidad de vida que, en definitiva, es a lo que aspiramos: emocional, desarrollo personal, relaciones interpersonales, inclusión social, autodeterminación...

Participantes: 8 usuarias

Temporalización: jueves

Recursos humanos: 2 personas voluntarias

Recursos materiales: libros de lectura e instalaciones del Centro de mayores Río Vena

- **Taller de Informática:** Colaboración en el Programa AVIN de informática con el Centro de la 3ª Edad patrocinado por la Fundación La Caixa en el que voluntarios/as del programa apoyan a nuestros usuario/as/as para mejorar sus destrezas informáticas.

Participantes: 16 usuario/as.

Temporalización: miércoles de 10,30 a 11,30 h.

Recursos humanos: 10 personas voluntarias de la Tercera Edad.

Recursos materiales: Instalaciones y equipamiento informático Hogar Río Vena.





- **Taller de abalorios:** 2 usuarias de la Asociación decidieron participar en un taller de abalorios que se lleva a cabo en el Centro de Mayores Río Vena. Se desarrolla los jueves de 10 a 11,30 h.

- **Participación en los actos conmemorativos del XV aniversario de la Unidad de Atención a la Diversidad. De la Universidad de Burgos.**

Desarrollo de diferentes actividades entre las que se encuentran una exposición de obras artísticas realizadas por personas con algún tipo de discapacidad, ponencias, experiencias vitales, representación de obra de teatro...

Participantes: 16 usuario/as.

Temporalización: 13 de Marzo.

Recursos humanos: Personal de la Asociación y 2 voluntarios/as.

Recursos materiales: Instalaciones de la Universidad

- **Participación en la Feria de Mimbres de San Agustín:**

Participantes: 8 usuario/as.

Temporalización: 31 -4 de Junio.

Recursos humanos: Personal de la Asociación y familias.

Recursos materiales: Instalaciones aportadas por la Organización de la Feria y productos elaborados por nuestros usuario/as.

- **Campeonato de pesca:** Participación en el Campeonato-convivencia de pesca organizado por la Gerencia de Servicios Sociales para personas mayores y personas con discapacidad intelectual en la localidad de Llanillo de Valdelucio de Burgos.

Participantes: 14 usuario/as.

Temporalización: 14 de Junio.

Recursos humanos: 1 personal de la Asociación y 2 voluntarios/as.

Recursos materiales: los aportados por la organización de la actividad.

- **Jornada Medioambiente:**

Desde la Fundación para el fomento del Desarrollo e Integración dependiente de la empresa Iberdrola, se organizó una jornada de Medio Ambiente con el fin de colaborar con voluntarios de la empresa y usuarios de nuestra Asociación en la limpieza y cuidado del Parque de Fuentes Blancas. Jornada de sensibilización, respeto y compromiso con la conservación del medio ambiente.





Participantes: 11 usuario/as.

Temporalización: 29 de Septiembre.

Recursos humanos: voluntarios de la Fundación y 2 personas de la Asociación

Recursos materiales: material necesario aportado por la Fundación

- **Proyecto “Envolviendo ilusiones”:** Actividad incluida dentro de las organizadas por la Gerencia de Servicios sociales y Asociaciones de Discapacidad de Burgos con el fin de dar visibilidad al colectivo y de potenciar su inclusión en la comunidad a través de una actividad tan ilusionante como es envolver los regalos navideños de la población de nuestra ciudad.

Se seleccionaron dos grandes centros comerciales que nos aportaron sus espacios y su disponibilidad.

Participantes: 8 usuario/as.

Temporalización: del 19 y 20 de Diciembre

Recursos humanos: 4 Personas de apoyo de la Asociación

Recursos materiales: Instalaciones y equipamientos aportados por los centros comerciales. Material necesario (papel de regalo, cello, adornos de empaquetado...)

- **Ocio inclusivo: “jueves de ocio”:** El objetivo es ofrecer a los usuarios los recursos y apoyos necesarios para que puedan ejercitar su derecho a un ocio individual y compartido en igualdad de condiciones que el resto de la comunidad.

Participantes: 11 usuario/as.

Temporalización: jueves de 18,00 h a 20,00 h

Recursos humanos: coordinador de ocio.

Recursos materiales: los que los participantes necesitan para cada ocasión: teléfono móvil, dinero, etc.



DESARROLLO PERSONAL

Teniendo el apoyo necesario para desarrollar las competencias y teniendo oportunidades y facilidades en el entorno para el aprendizaje y la creatividad.

- **Club de lectura:** Continuamos con el Club de Lectura que se reúne periódicamente para leer y comentar un libro, contando con la dinamización de un logopeda y un educador. Este año se escogió el libro “Don Juan Tenorio” en formato de lectura fácil, ya que está especialmente indicado para personas que tienen dificultades lectoras y de comprensión.

Con esta actividad pretendemos:

- Ayudar a mantener o mejorar el nivel de comprensión lectora.
- Crear un espacio de relaciones personales y cohesión social.
- Proporcionar el gusto por la lectura.
- Introducir a los lectores en el mundo de la cultura ya que no han tenido la oportunidad de adquirirlo previamente.
- Abrir la biblioteca a un público que no la frecuenta.

Participantes: 8 usuario/as.

Temporalización: lunes de 10 a 11

Recursos humanos: Logopeda y educador.

Recursos materiales: libros de lectura y material específico.

- **Estimulación cognitiva:** Con este programa se pretende estimular aquellas áreas cognitivas que aún están preservadas y evitar, en lo posible, el deterioro de las capacidades cognitivas. Cada año se realizan las consiguientes evaluaciones que nos permiten identificar las áreas que presentan mayor pérdida de facultades, realizándose las oportunas modificaciones o refuerzos.

Participantes: 21 usuario/as en grupos de 4 y 5 personas.

Temporalización: lunes, martes, miércoles y jueves de 15,30 a 17,00

Recursos humanos: Psicólogo y terapeuta ocupacional.

Recursos materiales: Instalaciones y equipamiento de la propia Asociación.

- **Estimulación sensorial:** dadas las características del grupo al que va destinado este programa, sus necesidades y demandas, éste se plantea como un servicio para mejorar las condiciones de vida de las



personas con discapacidad, a través de la relajación y de la estimulación multisensorial.

Participantes: 11 usuario/as de forma individual

Temporalización: durante el año en sesiones de 20 minutos

Recursos humanos: Psicólogo y profesional de apoyo.

Recursos materiales: Sala multisensorial con equipamiento y material específico del programa.

- **Logopedia:** En sesiones individuales se trabaja la rehabilitación del lenguaje en los casos en los que sea necesario atendiendo necesidades individuales y específicas.

- **Talleres creativos y manipulativos:** Taller de pintura, de manualidades, collages, pintura en tela, adornos navideños, decoración del centro con diversos materiales,...Cada usuario ha podido elegir el taller que más le ha interesado.

Participantes: 20 usuario/as

Temporalización: miércoles y jueves de 15,30 a 17,00 h.

Recursos humanos: profesores de diferentes talleres y personal de apoyo.

Recursos materiales: Instalaciones del centro y materiales específicos de cada taller

- **Nuevas tecnologías:** Las personas con discapacidad intelectual muestran gran interés por el tema de las nuevas tecnologías. La gran mayoría ha participado en un curso de buen uso del móvil, ordenador y redes sociales.

Participantes: 24 usuario/as en pequeños grupos de 3 ó 4 personas.

Temporalización: martes, miércoles, jueves y viernes de 15:30 a 17:00

Recursos humanos: Profesor especialista en nuevas tecnologías.

Recursos materiales: Instalaciones y equipos informáticos de la Asociación.

- **Actividades culturales, educativas y recreativas:** Exposiciones, obras teatrales, talleres...
 - Visita a la Antigua Estación de Ferrocarril. Espacio de ocio juvenil y nuevas tecnologías. Día 8 de Febrero.15 participantes.





- Concierto didáctico” La música en tu voz” Oferta cultural del Ayuntamiento. Día 22 de Marzo. Teatro Principal. (15 participantes).
- Musical “Hoy no me puedo levantar” organizado por la Parroquia Sagrada Familia el Salón Cultural de Caja Burgos. 12 participantes, día 14 de Abril.
- Visita Exposición “Las edades del Hombre”. Día 21 de Junio en La localidad de Aguilar de Campoo. (38 participantes).
- Actividad cultural “Aprendiendo a investigar en el archivo” Oferta educativa Ayuntamiento, día 13 de Diciembre. (10 Participantes).
- Visita al Salón del libro infantil y juvenil. Día 21 de Diciembre en el Monasterio San Juan.



- **Destrezas en el contexto laboral:** Este programa tiene como fin el procurar la integración de las personas con discapacidad intelectual, mediante la realización de talleres ocupacionales, dotándoles de las habilidades necesarias para conseguir una vida más independiente.

Con este tipo de actividades buscamos conseguir el máximo de destreza manipulativa, así como hábitos de trabajo y relaciones sociales. Se pretende **aumentar su grado de autoestima y de desarrollo personal**, haciendo consciente a la persona de la importancia de su trabajo y aportándoles la posibilidad de descubrir la satisfacción que reporta el saberse capacitado y competente en la realización de este tipo de tareas.

Este programa se desarrolla mediante tres talleres ya afianzados en el tiempo, lo que conlleva que sean realizados con soltura y destreza,

confiriéndoles gran confianza en sí mismos y un elevado grado de satisfacción personal.

Estos son:

- Taller de tejeduría.
- Taller de cestería.
- Taller de manipulados.

Participantes: 20 usuario/as.

Temporalización: todos los días rotando por los diferentes talleres.

Recursos humanos: responsable del área laboral y personal de apoyo.

Recursos materiales: Instalaciones del centro y material específico de cada taller.

- **“Actualidad”: Lectura del periódico:** Con la lectura del diario pretendemos que conozcan lo que ocurre a su alrededor, en su barrio, su ciudad, su país y en el resto del mundo y desarrollen su capacidad lectora y de comprensión. Se trata de leer las noticias relevantes del día, explicarles algunos conceptos que desconocen, debatir entre todos y hacer preguntas para estimular su comprensión, así como generalizar los aprendizajes adquiridos a otros contextos.

Participantes: 11 usuario/as.

Temporalización: miércoles y viernes de 12 a 13,30 h.

Recursos humanos: Personal de la Asociación.

Recursos materiales: Instalaciones del centro.

- **Semana del libro:** Con motivo del día Internacional del libro, que se celebra el 23 de Abril, en la Asociación programamos una serie de actividades en torno al mundo de la lectura y los libros a lo largo de toda la semana:
 - Lectura de fragmentos de diferentes estilos literarios
 - Recital de poesía
 - Recogida de libros para ampliar nuestra biblioteca y que tengan un significado especial para cada persona que lo entregue
 - Talleres sobre emociones, y sentimientos a través de lecturas
 - Visita al Centro de María de la Fuente, escritora e ilustradora de un sencillo libro de cocina, que realizó un taller explicativo de su actividad.
 - Participación en una acción conjunta de sensibilización en toda España sobre la importancia de que los libros estén adaptados



a lectura fácil, para que las personas con discapacidad intelectual ejerciten su derecho de acceso a la cultura.

- El escritor burgalés Roberto Llorente, acudió al Centro para responder a preguntas y relatar experiencias de su vida como escritor y a presentar su nueva novela.



- **Taller de teatro:**
Participantes: 14 usuario/as.
Temporalización: martes y jueves de 10,00 a 11,30 h.
Recursos humanos: Profesor de teatro.
Recursos materiales: Instalaciones del Centro Cívico Río Vena.
- **Taller de pintura:**
Participantes: 16 usuario/as en grupos 8 personas.
Temporalización: miércoles y jueves de 15,30 a 17,00 h.
Recursos humanos: Profesor de pintura.
Recursos materiales: Instalaciones del Centro de día.
- **Nuestro diccionario callejero:** A través de la elección de diferentes centros de interés elegidos por los usuario/as: naturaleza urbana, salud y alimentación, salud y deporte, estética e imagen personal, hostelería, transportes, monumentos..., se realizan salidas por el entorno, donde se recoge material, tanto escrito como fotográfico. Con todo ello se realiza un diccionario de palabras relacionadas con el tema escogido y que los usuarios/as habrán anotado en sus respectivos cuadernos de campo.
 Se trabajan las palabras y sus significados, sinónimos, antónimos, frases, situaciones, imágenes.... Todo ello con el fin de mejorar su capacidad lingüística.
Participantes: 15 usuario/as.



Temporalización: viernes de 10 a 11,30 h quincenalmente.

Recursos humanos: logopeda y educador.

Recursos materiales: folletos, mapas y material específico de cada ruta.

RELACIONES INTERPERSONALES

Las relaciones sociales son algo esencial en la vida de toda persona. Todos valoramos tener cerca personas que nos quieran, y personas a las que queremos. Para ello las personas tienen que tener apoyo para desarrollar sus competencias, pero el entorno ha de proporcionar oportunidades para que las personas puedan relacionarse con los demás ya sean familia u otras personas con o sin discapacidad.

- **Programa Vacaciones IMSERSO: Benidorm (Alicante)**

Participantes: 10 usuario/as mayores de 45 años.

Temporalización: del 2 al 8 de Mayo.

Recursos humanos: 2 monitores personal de la Asociación, 1 voluntario y 1 coordinador.

Recursos materiales: Instalaciones y equipamientos aportados por los organizadores del viaje.

- **Vacaciones de verano en La Manga (Murcia).**

Participantes: 21 usuario/as

Temporalización: del 1 al 8 de Julio.

Recursos humanos: 4 trabajadores y 2 voluntario/as.

Recursos materiales: Todo lo necesario para el buen desarrollo de la actividad.





- **Excursión Aguilar de Campo:** se visitó las Edades del Hombre y posterior visita a la localidad.
Participantes: 36 usuario/as
Temporalización: 21 de Junio.
Recursos humanos: 18 trabajadores y 5 voluntario/as.
Recursos materiales: Todo lo necesario para la planificación de la actividad.
- **Comida-convivencia:** Para celebrar el inicio del curso se organizó una barbacoa en La Sociedad Rincón de Castilla, en la que todos colaboraron en la organización, preparación, y posterior degustación.
Participantes: 36 usuario/as
Temporalización: 21 de Septiembre.
Recursos humanos: 18 trabajadores y 5 voluntario/as.
Recursos materiales: Instalaciones de la Sociedad.
- **Comida de empresa de Navidad:** todos los años y con motivo de las fiestas navideñas celebramos una comida a la que están invitados todos los usuarios, profesionales, voluntarios y colaboradores de la Asociación.
Participantes: 70 invitados
Temporalización: 21 de diciembre.
Recursos materiales: Hotel Rice.
- **Ocio y tiempo libre:** Se les ofrece todos los apoyos que necesiten para que puedan ejercitar su derecho a un ocio individual y compartido, en igualdad de condiciones con el resto de la comunidad.





Las actividades que se han desarrollado han sido de diversión y disfrute personal en cafeterías o lugares de ocio.

Participantes: 17 usuario/as.

Temporalización: miércoles y jueves de 18 a 20 h. y fines de semana en pequeños grupos.

Recursos humanos: personal de la Asociación y 1 voluntario/a.

Recursos materiales: Específicos de cada actividad de ocio.

- **Jornada convivencia de Personas con Discapacidad:** Se celebró el día 2 de Junio en las instalaciones del Centro de menores de Burgos. Acto organizado por la Gerencia de Servicios sociales en el que se dieron cita personas con discapacidad de las Asociaciones de nuestra provincia. Se organizaron actividades lúdicas, deportivas, comida, concursos y baile. Participaron 12 usuarios, 3 profesionales y 2 familiares.
- **Participación en los actos conmemorativos del Día de la Discapacidad.** Participación en los actos conmemorativos con motivo del "Día del discapacitado": Organización de actos, Rueda de prensa, Comida, Jornadas de Sensibilización y participación en la Muestra de Artes Escénicas que se celebra con tal motivo, lectura del Manifiesto de las Personas con Discapacidad.

Participantes: 25 usuario/as.

Temporalización: del 26 de Noviembre al 3 de Diciembre.

Recursos humanos: Personal de la Asociación y de la propia Gerencia de SS.

Recursos materiales: Instalaciones y equipamientos aportados por los organizadores de los diferentes actos.

BIENESTAR MATERIAL

Tener cosas que son importantes para la persona, conseguir un estado en cuanto a pertenencias similar al del resto de las personas de su edad y de su entorno sociocultural.

- **Realización de las compras personales:** Teniendo que cuenta sus proyectos de vida, algunos usuarios realizan sus propias compras de ropa, farmacia y otras necesidades con apoyo y supervisión de los diferentes profesionales y sus personas de referencia.





- **Programa de Habilidades Domésticas:** tiene como meta global la consecución del máximo nivel de autonomía e independencia personal en los hábitos cotidianos del hogar. Pretendemos preparar a nuestros usuarios/as para vivir lo más autosuficientemente posible, tanto en el servicio residencial como en la vivienda familiar, participando en las actividades cotidianas.

Las habilidades entrenadas en este programa se agrupan en dos conjuntos distintos:

Por un lado, incluimos el aprendizaje de conductas para cuidado de la ropa: limpiar zapatos, lavar la ropa según sus características, planchar, así como ponerse la ropa adecuada al clima y situación.

Por otro lado, incluimos las conductas de limpiar, ordenar y mantener su entorno y las distintas dependencias de su hogar: hacer la cama, utilizar distintos útiles de limpieza, limpiar el polvo,...

- **Curso de cocina:** Se desarrolla con el fin principal de acercar los hábitos de la vida diaria y a la vez saludable e integrar a la vida activa a personas con discapacidad en proceso de envejecimiento. Objetivos generales que perseguimos:

- Fomentar el desarrollo de la autoestima, motivación, autonomía y seguridad en sí mismos.
- Acercar los hábitos de vida saludables.
- Estimular los sentidos: gusto, tacto y olfato, principalmente.
- Favorecer un ambiente agradable y de disfrute continuo.



Participantes: 16 usuario/as en 2 grupos.

Temporalización: martes de 11,00 a 12,30 h.

Recursos humanos: Profesor de cocina y personal de la Asociación de apoyo.

Recursos materiales: Instalaciones, equipamiento y material aportados por Interclub Caja Burgos.

- **Taller “Manejo del dinero”:** No podemos dejar de insistir en este tema puesto que es fundamental para que puedan desarrollar sus planes de

vida con un mínimo grado de autonomía e independencia. Ante las dificultades que el uso y manejo del dinero supone a las personas con discapacidad, es necesario continuar y reforzar estos conceptos ya que son imprescindibles de cara a mantener una vida independiente.

Participantes: 12 usuario/as.

Temporalización: 1 viernes al mes de 12 a 13 h.

Recursos humanos: educador.

Recursos materiales: aula y material específico del tema.

BIENESTAR FISICO

Tener competencias y oportunidades para mantener una vida saludable. Incluye el acceso a servicios de salud, los cuidados básicos para la vida (alimentación, higiene...) y un modo saludable de vida (ejercicio, ocio...)

- **Actividades físico-.deportivas:**

- **Gimnasia de mantenimiento:** Programa dirigido por un profesional, basado en un conjunto de actividades encaminadas a la conservación y mejora de la condición física, alcanzando un estado físico óptimo mediante el desarrollo de ejercicios físicos de mantenimiento, tonificación y coordinación de forma general.

Participantes: 24 usuario/as.

Temporalización: miércoles y viernes de 10,00 a 11,00 h.

Recursos humanos: dinamizador-profesional de Educación física y personal de apoyo.

Recursos materiales: Polideportivo Río Vena. Material lúdico deportivo.

- **Actividades acuáticas adaptadas. Spa-hidroterapia:** Esta actividad ofrece, sin lugar a dudas, enormes ventajas para este grupo de personas de edad avanzada de cara a mejorar y rehabilitar su estado físico, favoreciendo su estado emocional y psicológico por la reducción del estrés y del dolor, y mejorando su equilibrio y coordinación.

Participantes: 14 usuario/as en pequeños grupos de 5 ó 6 personas.

Temporalización: jueves de 11,00 a 12,00 h.

Recursos humanos: fisioterapeuta y personal de apoyo formado en técnicas de hidroterapia.



Recursos materiales: Instalaciones de Spa de Interclub Caja de Burgos.

○ **Curso de natación:**

Participantes: 22 usuario/as.

Temporalización: lunes de 12,00 a 12,50 h.

Recursos humanos: monitores de natación asignados, 3 trabajadores del centro y 2 voluntario/as.

Recursos materiales: Piscinas Municipales de Capiscol.

○ **Participación en eventos deportivos:**

- ✓ 2ª Jornada Liga regional de natación en Palencia organizado por FECLEDMI, el día 21 de Enero (10 participantes)
- ✓ 3ª Jornada Liga regional de natación en Valladolid organizado por FECLEDMI, el día 17 de Febrero (3 participantes)
- ✓ Campeonato de natación en Burgos organizado por FECLEDMI el día 17 de Noviembre (8 participantes).
- ✓ Liga regional de baloncesto
- ✓ Campeonato regional de Petanca el día 16 de Junio en Palencia. (8 participantes)
- ✓ Campeonato regional de Bowling en Valladolid el día 24 de Noviembre (8 participantes)

○ **Equipo baloncesto:** 6 participantes integrados en el club Deportivo Sonrisas, participan durante toda la temporada deportiva en la Liga Regional de baloncesto.

Realizan entrenamientos todos los viernes de 18,00 a 20,00 h. en el Polideportivo del Colegio Concepcionistas. El hecho de integrarse en un equipo deportivo les sirve para adquirir normas y disciplina, así como valores de compañerismo y solidaridad y, además, disfrutar de un deporte.

○ Asistencia a **eventos deportivos** de los equipos de futbol Burgos C. F. y San Pablo Burgos de baloncesto de nuestra ciudad.

○ **Fisioterapia:** El objetivo de este servicio es tanto frenar el deterioro físico asociado al proceso de envejecimiento, como incidir en la rehabilitación de las molestias y/o lesiones osteomusculares de nuestros usuario/as.





La particularidad de cada persona nos ha encaminado hacia unos programas específicos, diseñados de forma personalizada: intervención terapéutica y preventiva de las actitudes posturales, molestias musculoesqueléticas, mantenimiento y mejora de la flexibilidad muscular, prevenir la rigidez articular, permanencia del esquema corporal,...

Participantes: 24 usuario/as.

Temporalización: tardes de 15:30 a 17,00 h. Sesiones personalizadas según necesidad.

Recursos humanos: fisioterapeuta y personal de apoyo.

Recursos materiales: Gimnasio de centro de día.

- **Pilates:** Esta actividad está pensada como método para combatir los dolores de espalda, el exceso de estrés, las malas posturas o la falta de flexibilidad que presentan la gran mayoría de nuestros usuario/as, principalmente el grupo de usuarios/as de edad más avanzada.

Participantes: 12 usuario/as en 2 grupos.

Temporalización: jueves de 15,30 a 17 h.

Recursos humanos: profesora de pilates

Recursos materiales: Gimnasio de centro de día.



- **Programa “Andar es salud”:** Se programan distintas rutas diseñadas y planificadas dentro de la ciudad de Burgos.

Participantes: 15 usuario/as.

Temporalización: viernes de 10 a 12 quincenalmente

Recursos humanos: educador y personal de apoyo.





- **Participación en la campaña “SOS respira”:** En esta jornada se pretendió que adquiriesen conocimientos sobre las maniobras básicas que deben realizarse en caso de producirse un atragantamiento.

Participantes: 12 usuario/as.

Temporalización: 12 de Junio

Recursos humanos: Personal de la Campaña

Recursos materiales: Centro de día

- **Hábitos de aseo:** Este programa es fundamental no sólo porque favorece que las personas con discapacidad gocen de un estado de salud favorable, sino porque es imprescindible para lograr la mejora de la aceptación social y la disminución de actitudes e impresiones negativas y, por panto, su inclusión en la sociedad.

En él se incluyen las capacidades y habilidades relacionadas con el aseo (peinarse, afeitarse, lavarse, etc.), la comida, el vestido, la higiene y la apariencia personal.

La residencia o la vivienda familiar, donde desarrollan su vida, es el lugar propicio para el desarrollo de habilidades de autocuidado que aumente su autonomía y permita una mejora de la autoestima.

Participantes: 16 usuario/as.

Temporalización: todos los días.

Recursos humanos: 1 educador y 2 cuidadores.

Recursos materiales: Útiles de aseo personal, ropa y complementos personales, productos de higiene y aseo...

- **Revisiones médicas y acompañamiento:** Dentro del Servicio de salud de la Asociación, se realizan con los usuarios que así lo reclaman, acompañamientos a consultas médicas, así como un seguimiento de su salud en cada una de las especialidades, incluido el servicio de podología. Esta área se ampliará a otras especialidades.

Participantes: 24 usuario/as.

Temporalización: a lo largo del año

Recursos humanos: servicio de salud de la Asociación y profesional responsable del área

Recursos materiales: instalaciones, máquinas y material específico

- **Elaboración de menús semanales:** Semanalmente un grupo de usuarios elabora junto con la persona encargada del Programa de



salud los menús diarios de comidas y cenas procurando que estos sean lo más sanos y equilibrados posibles. Posteriormente estos menús se entregan a la empresa encargada de suministrar las comidas y cenas.

OTRAS ACTUACIONES

➤ FORMACIÓN TRABAJADORES

• CURSOS:

Todos los trabajadores de la Asociación asisten a cursos de formación organizados por diversas entidades (Plena Inclusión Castilla y León, Universidad de Burgos, Foro solidario, Cruz Roja, Fundación MAPFRE, etc...

• INTERCAMBIOS:

Se trata de experiencias formativas a través de intercambios y de cooperaciones de buenas prácticas entre los profesionales de las distintas entidades de atención a la discapacidad de la comunidad autónoma.

➤ GRUPOS DE TRABAJO

Nos certificamos en la etapa de compromiso de **Calidad Plena Inclusión**, en este momento estamos trabajando en la implantación de la siguiente etapa de nuestro Plan de Calidad. Se ha realizado el informe de seguimiento del Plan de Mejora establecido para la evaluación.

➤ VOLUNTARIADO

Contamos con personal voluntario de distinta procedencia (Oficina del Voluntariado, programas de voluntariado de otras Entidades, personas vinculadas a nuestra asociación, etc.) que nos apoyan en la realización de diversas actividades, principalmente deportivas y de ocio.





➤ PRACTICAS

Nuestra Asociación tiene firmados Convenios para la realización de prácticas de distintas titulaciones académicas.

- Atención Sociosanitaria. Instituto Padre Flórez.
- Atención Sociosanitaria. FOREMCYL
- Dinamización de Actividades de Tiempo Libre. FOREMCYL
- Educación Social. Universidad de Burgos.
- Educación Especial. Universidad de Burgos.



PROGRAMA DE APOYO A FAMILIAS

Servicio que ofrece a las familias actividades relacionadas con la orientación, información y formación sobre su papel en el proceso de atención, educación y desarrollo de sus hijos con discapacidad intelectual, y que favorezcan la mejora de la calidad de vida tanto de la familia en su conjunto, como de sus distintos miembros.

➤ INFORMACIÓN y FORMACIÓN

- Asesoría jurídico-económico
- Consulta psicológica
- Consulta trabajadora social
- Asesoramiento y orientación familiar
- Cursos formativos para directivos y miembros de la Junta Directiva organizados por Plena Inclusión.
- Encuentros formativos y de convivencia de familias pertenecientes a Entidades de Plena Inclusión.

➤ PARTICIPACIÓN ASOCIATIVA

- **Participación en la Feria de Mimbre de San Agustín:** en el desarrollo de esta actividad con carácter inclusivo y comunitario, contamos con la participación de las familias.
- **Jornada Asociativa de formación y convivencia:** Jornada, en la que participan usuarios, familiares, profesionales de la Asociación, colaboradores y voluntarios.
- **III Encuentro de experiencias positivas. Familias y dinamización asociativa. Valladolid**
- **Participación en los actos conmemorativos del Día de la Discapacidad.**



➤ RESPIRO FAMILIAR:

La Asociación cuenta con el servicio de respiro familiar que ha sido utilizado puntualmente por las familias que lo han solicitado por diversos motivos: viajes familiares, enfermedad, etc.



RECURSOS HUMANOS

Para llevar a cabo estos programas la Asociación cuenta con los perfiles profesionales necesarios para que su desarrollo sea lo más óptimo posible y cubra todas y cada una de las necesidades de la persona.

- Responsable de gestión y administración
- Dirección de programas
- Psicólogo
- Trabajadora social
- Logopeda
- Fisioterapeuta
- Profesor de informática
- Terapeuta ocupacional
- Profesor especialista de actividades físicas
- Educadores
- Cuidadores
- Profesor de yoga y pilates
- Profesor de teatro
- Profesor de artes plásticas
- Profesor de manualidades
- Voluntario/as



EVALUACIÓN

La evaluación debe ser constante puesto que es el proyecto de vida de cada persona el que estamos valorando y, por lo tanto, debe realizarse de una forma periódica con el fin de ver claramente el avance y determinar nuevas y mejores estrategias a través de acciones concretas como las que venimos detallando a lo largo de esta memoria. Este análisis constante es esencial ya que ayuda a concentrarse en las prioridades, tener una mejor visualización del progreso, e incluir modificaciones de acuerdo a las circunstancias que se vayan presentando en la vida.

El determinar las estrategias y herramientas a utilizar, como encuestas de satisfacción, reuniones periódicas con la persona y su grupo de referencia, listado de actividades de interés...permite ganar motivación para seguir adelante y contribuir al desarrollo de una vida autónoma y activa de cada persona, plenamente incluida en la sociedad.



CONCLUSIÓN

Como ya hemos venido definiendo en estos últimos años, nuestro modelo de servicio viene apostando por las capacidades de las personas, por sus demandas y por los apoyos que pueda requerir para desarrollarse con la máxima autonomía en el logro de su proyecto de vida.

Además de implicar a las personas con discapacidad en la planificación e incluso en la colaboración en los programas, reconocemos el derecho de una participación aún más activa y de su protagonismo en los procesos de toma de decisiones de todos aquellos aspectos que tienen relación con su propio proyecto de vida, así como en la evaluación del mismo.

Nuestro trabajo consiste en formar en autodeterminación. Esto supone el autoconocimiento, la toma de decisiones, la capacidad de defender los propios intereses y necesidades, el mostrar capacidad de independencia en la realización de distintas actividades, etc.,

Por ello nuestros programas van encaminados a que adquieran habilidades para escoger, tomar decisiones, resolver problemas, correr riesgos, hablar por uno mismo y defender los propios derechos, en definitiva, tomar el control de sus propias vidas.

La dedicación y el esfuerzo de la Asociación Las Calzadas debe ser un ejemplo de compromiso y de logro, debe ser parte activa en la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad, pero debe también ser motor de cambio en nuestra sociedad y buscar su compromiso con las personas más vulnerables

