



MEMORIA TÉCNICA DE ACTUACIÓN 2019



Asociación de Familiares de personas con Discapacidad Intelectual

“LAS CALZADAS”



1. JUSTIFICACIÓN

2. PERFIL DE LOS USUARIO/AS

3. HORARIO

4. PROGRAMAS

5. RECURSOS HUMANOS

6. EVALUACIÓN

7. CONCLUSION



JUSTIFICACIÓN

La Asociación Las Calzadas ha cumplido este año 40 años de andadura como entidad proveedora de servicios y atención a las Personas con Discapacidad Intelectual y sus familias.

Desde su comienzo hasta hoy hemos ido dando pasos para que las PDI, con la ayuda de las familias, los profesionales y el entramado social hayan ido tomando el poder y la decisión sobre sus propias vidas.

Algunos de los grandes hitos en esta evolución social han sido:

- En primer lugar, el cambio en la **propia definición de discapacidad**, lo que ha dado lugar a una mayor visibilidad de la persona con discapacidad intelectual. Es tiempo de mostrar sus capacidades y no sus limitaciones por lo que la sociedad actualmente tiene una imagen más positiva y enriquecedora en torno a las personas con discapacidad intelectual.

- En segundo lugar, destacar el papel fundamental que han tenido las **familias** en la transformación de los servicios, constituyéndose en un pilar fundamental de nuestra Asociación.

- Y, en tercer lugar, la propia concepción de las personas con discapacidad como personas de **pleno derecho**, defendiendo y conquistando sus derechos fundamentales.

Así pues, entre las actuales prioridades que contempla la Entidad están:

- profundizar en la defensa de los derechos de las personas con discapacidad intelectual y sus familias,
- apostar por los procesos de transformación de servicios centrados en las personas y en mejorar su calidad de vida
- conformar una visión ética en torno a la dignidad de las personas con discapacidad
- generar los recursos necesarios para que las PDI puedan desarrollar su propio proyecto de vida en condiciones de igualdad.





Con este compromiso de dar respuesta a nuevas demandas que las familias y personas con discapacidad intelectual solicitan, este año se ha podido dar respuesta a una necesidad prioritaria que se venía reclamando desde hace algún tiempo y que ha supuesto un proyecto de gran envergadura para la Asociación, como ha sido la apertura de un nuevo espacio residencial.

Con este proyecto **“Espacio de convivencia y autonomía”** hemos conseguido:

- Ofrecer a un número mayor de personas la posibilidad de desarrollar su propio proyecto de vida de modo independiente.
- Prevenir las necesidades derivadas de los propios procesos de envejecimiento.
- Apoyar a un mayor número de familias a través de programas y servicios de respiro familiar.

PERFIL DE LOS USUARIO/AS

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

Considerando que la edad media de nuestros usuarios va aumentando progresivamente debemos tener en cuenta este dato a la hora de planificar nuestros programas y satisfacer las nuevas necesidades que surgen por este envejecimiento progresivo.

De la misma manera las nuevas incorporaciones que se han realizado en estos últimos años constituyen población joven, pero con grandes necesidades de apoyo por lo que buscamos promocionar una vida independiente, pero proporcionando los apoyos necesarios e individuales para cada persona con el fin de que puedan incorporarse a una vida lo más autónoma posible.

Los deterioros más frecuentes que muestran son los referidos a la movilidad, dificultades en actividades de autocuidado, de evitación de situaciones de peligro, así como deterioros cognitivos.



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.

PROGRAMAS

A continuación, exponemos los programas que realiza la Asociación enmarcados en las diferentes dimensiones de Calidad de Vida, con el objetivo de realizar cuantas acciones sean necesarias para mejorar la calidad de vida de nuestros usuarios/as, personas con Discapacidad Intelectual y sus familias.

ACTUACIONES POR DIMENSIONES de CALIDAD DE VIDA

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 ya habiendo concluido la elaboración de los planes de vida de todos los usuarios de la Asociación, está en marcha el desarrollo de los mismos, su ejecución, su valoración, y sus posibles modificaciones. Con cada uno de los usuarios se revisan y se acuerdan los cambios que la persona junto con su facilitador sugiera y la forma de llevarlo a cabo.

- **Planificación por Adelantado (PPA).**

Los planes de vida de las personas en proceso de envejecimiento contienen el enfoque de la Planificación por adelantado puesto que incluye la etapa final de su vida, con el fin de que pueda ser vivida por la persona según su propia manera de entenderla.

Los profesionales encargados de llevar a cabo este proceso son el psicólogo y trabajadora social de la Entidad que, junto con otros profesionales de otras entidades pertenecientes a la Federación Plena Inclusión Castilla y León, conformaron un grupo de trabajo que está resultando ser pionero e innovador en la atención a las personas en proceso de envejecimiento.

- **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...

- **Grupo de autogestores:**

El grupo de autogestores está compuesto por 8 personas con discapacidad en situación de envejecimiento junto con otras personas de menor edad. La situación actual del grupo es que continúan reuniéndose cada dos meses aproximadamente, para tratar temas que les preocupan, necesidades e intereses que comparten. En particular, este año se han trabajado temas como el Derecho al voto, Accesibilidad cognitiva en colegios electorales, en transporte urbano, Acoso y abuso, Lectura Fácil....



- **Encuentro de Autogestores: Jornada de elecciones**

Se llevó a cabo en Valladolid; en los espacios de Plena Inclusión Castilla y León ya que se trata de una acción promovida por la Federación. Se informó y se pudo poner en práctica cómo hay que llevar a cabo el ejercicio de votar.



- **Reuniones de Coordinación regional de profesionales responsables del Programa de Ciudadanía Activa**
Organizado por Plena Inclusión Castilla y León.

- **Nº participantes:** 3 usuario/as.
- **Temporalización:** 20 de febrero y 2 de octubre 2019
- **Recursos humanos:** coordinador de grupo.
- **Recursos materiales:** Instalaciones de Plena Castilla y León en Valladolid.

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.

- **Reunión “La Política puede ser fácil”:**

De cara a las elecciones del pasado año 2019 junto con Plena Inclusión se llevaron a cabo actuaciones conjuntas para posibilitar que las PCDI puedan ejercer su derecho al voto de una manera

accesible. En esta reunión se trasladó a profesionales y usuarios/as la puesta en marcha de las diferentes actuaciones.

- **Nº participantes:** 12 usuarios
- **Temporalización:** 19 de marzo 2019
- **Recursos humanos:** personal del centro de día y personal de apoyo
- **Recursos materiales:** instalaciones de Aspanias

- **Jornada sobre el derecho al voto.**

Se llevó a cabo en Valladolid; en los espacios de Plena Inclusión Castilla y León ya que se trata de una acción promovida por la Federación. Se informó y se pudo poner en práctica cómo hay que llevar a cabo el ejercicio de votar.

- **Nº participantes:** 5 usuarios
- **Temporalización:** 28 de marzo 2019
- **Recursos humanos:** personal del centro de día y personal de apoyo
- **Recursos materiales:** instalaciones de Plena Inclusión Valladolid

- **Lectura del Manifiesto en el Día de las Personas con Discapacidad Intelectual:**

Lectura del Manifiesto en el Día de las Personas con Discapacidad Intelectual.

Tuvo lugar el día 3 de diciembre, reclamando y reivindicando los derechos que las personas con Discapacidad Intelectual tienen como personas plenas en la sociedad.

- **Reuniones del Foro de participación de PDI**

Foro de participación de Personas con Discapacidad Intelectual:

Un representante elegido por el grupo de autogestores, representó a la Entidad en el Foro creado para la defensa y reivindicación de la participación activa en los órganos de gobierno de Plena Inclusión.

Una de las acciones que lleva a cabo la representante de nuestra entidad es la recogida de las demandas y necesidades de las personas a quien representa para trasladar toda esta información en las reuniones regionales a los órganos competentes.





- **Grupo de validación de lectura fácil:** se ha creado un grupo de 8 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:** 8 usuarios
 - **Temporalización:** a lo largo del año
 - **Recursos humanos:** logopeda y educador
 - **Recursos materiales:** aula del Centro de día

- **Formación y práctica de Validación de Entornos:**

El grupo de validación recibió una formación de “EVALUACIÓN DE ENTORNOS” por parte de un profesional especialista en accesibilidad cognitiva de Plena Inclusión. Seguidamente se realizó una práctica que tuvo como objetivo conocer las necesidades que las personas con discapacidad intelectual tienen a la hora de coger el transporte público en nuestra ciudad. Finalizó esta fase pudiéndolo presentar al Ayuntamiento de Burgos, más concretamente al Concejal de movilidad y a la gerente de Autobuses urbanos.

Otro entorno que se evaluó cognitivamente con el fin de que toda persona pudiera ejercer su derecho al voto fueron 2 colegios electorales de nuestra ciudad. Esta acción se realizó en colaboración con la Subdelegación del gobierno.

 - **Nº participantes:** 8 usuarios
 - **Temporalización:** 27 de Marzo 2019 hasta finalizar estudio.
 - **Recursos humanos:** profesional Plena Inclusión Castilla y León, logopeda, educador.
 - **Recursos materiales:** línea de autobuses y centro de día.

- **Rueda de Prensa: Jornada de elecciones**

Informar, defender los derechos de las PCDI y hacer visible la Accesibilidad cognitiva en las elecciones, ese es el cometido de dicha rueda de prensa. Tuvo lugar el día 28 de Marzo.



- **Entrevista para Diario de Burgos: Lectura fácil -accesibilidad cognitiva**

Dado que este año 2019 se han llevado a cabo muchas actuaciones de Accesibilidad cognitiva, quisimos compartir con la sociedad el gran impulso y el esfuerzo que “Las Calzadas” estaba realizando en dicha materia. A su vez dicha entrevista se realizó con el objetivo de defender los derechos de las personas con discapacidad intelectual y posibilitar más espacios accesibles cognitivamente en nuestra ciudad para lograr su inclusión. La entrevista tuvo lugar en los espacios de la Asociación el día 11 de abril 2019. Participaron dos profesionales de la entidad especializadas en Lectura Fácil y 8 usuarias formadas en validación.



- **Taller “Prevención de abuso y violencia”:**

Formación organizada por Plena Inclusión Castilla y León. Se trataron temas relacionados con la identificación de situaciones de



abuso y violencia y la manera de abordar de manera positiva estas situaciones. El taller ha constado de varias sesiones formativas que se han realizado a lo largo del año.

- **Nº participantes:** 15
- **Temporalización:** 3 de octubre y otras sesiones durante el año.
- **Recursos humanos:** profesional Plena Inclusión Castilla y León y personal de apoyo de la Asociación
- **Recursos materiales:** instalaciones Foro solidario

- **Encuentro Regional: “Mujer y Discapacidad”:**

Organizado por CERMI, se organizó este encuentro en Hontalvilla (Segovia) con el fin de compartir experiencias entre mujeres con algún tipo de discapacidad y dar visibilidad a los problemas con los que se encuentran en el día a día. Participaron 4 usuarias de nuestra Entidad.

- **Jornada sobre la Convención de Derechos de las personas con discapacidad:**

Jornada de análisis y reflexión de las personas con discapacidad intelectual tras 13 años de la Convención.

- **Nº participantes:** 22
- **Temporalización:** 5 de Noviembre
- **Recursos humanos:** Ponentes expertos en Educación e inclusión de la Facultad de Educación y de Plena Inclusión
- **Recursos materiales:** Salón de actos de la Facultad de Educación de la Universidad de Burgos.

- **Lectura del Manifiesto “Día de la Discapacidad”** Lectura del Manifiesto en el Día Internacional de las Personas con Discapacidad Intelectual. Tuvo lugar el día 3 de diciembre, reclamando y reivindicando los derechos que las personas con Discapacidad Intelectual tienen como personas plenas en la sociedad.



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.

Muchas de las actividades no enmarcadas en esta dimensión, por sí solas ya generan en los usuarios, bienestar emocional, por el mero hecho de sentirse parte de la ciudadanía y protagonistas de sus vidas, pero es importante resaltar aquellas acciones que de manera más específica promueven un Bienestar emocional, aportando a la persona las herramientas y las estrategias para que identifiquen y mejoren sus emociones.

- **Formación:” Transfórmate y mejora”:** Curso organizado por Plena Inclusión CyL, desarrollado 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.

Se han trabajado en las diferentes sesiones temas como: la comunicación, el autocontrol, además de las diferentes pautas prácticas para capacitar estos cambios en el día a día.

- **Participantes:** 15 usuario/as/as.
- **Temporalización:** 24 de mayo, 7 de Junio, 13 de Septiembre, 11 de Octubre y 15 de Noviembre.
- **Recursos humanos:** Ponente del curso en la primera sesión por parte de Plena Inclusión y personal de la Asociación.
- **Recursos materiales:** Instalaciones del Foro Solidario y Material aportado por la organización del curso.

- **Huerto urbano:** Se continúa con esta grata 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.

Este año ha supuesto un extra de motivación puesto que ha sido posible ver la evolución del proceso de crecimiento y recolección de la cosecha.





Hay que destacar también la formación y 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.
- **Jornada Equinoterapia:** actividad organizada por la Obra social La Caixa. En la que participó personal voluntario y usuarios de la Asociación. Resultó una actividad muy positiva para nuestros usuarios ya que este tipo de terapias aporta grandes beneficios a nivel cognitivo, de relaciones sociales, a nivel físico, de comportamiento, a nivel emocional...; todo ello en un entorno natural, emotivo y alegre.
 - **Participantes:** 10 usuario/as.
 - **Temporalización:** 24 de octubre 2019.
 - **Recursos humanos:** personal de apoyo Asociación, voluntarios Caixa y personal de las instalaciones
 - **Recursos materiales:** los aportados por la organización de la actividad.
 - **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.

- **DESFILE INCLUSIVO “Desfilando ilusiones”:** Se trata de un proyecto novedoso, creativo y de gran envergadura puesto que tuvimos que contar con el apoyo y coordinación de diferentes perfiles profesionales para que tal evento fuera un éxito: peluquería, estética, comercios de moda, accesorios, instalaciones.... Durante varios meses se estuvo organizando dicho desfile junto con alumnos del ciclo animación socio cultural del IES Enrique Flórez.

A su vez se contactó con muchos de los comercios burgaleses para confeccionar y vestir a las 33 personas con discapacidad y 20 alumnos del instituto que participaron.

Se trató de un evento de mucho sacrificio, por el trabajo que supuso y por la inexperiencia a la hora de realizar un desfile, pero podemos concluir que fue todo un éxito, siendo una experiencia enriquecedora para todos los participantes, en total más de 100 personas.



- **Participantes:** 110 personas entre modelos y colaboradores
- **Temporalización:** 17 de mayo 2019



- **Recursos humanos:** personal de la Asociación, del Instituto Enrique Flórez, de las diferentes ramas profesionales, establecimientos y comercios, personal voluntario ...
- **Recursos materiales:** Salón de actos de la Fundación Caja Círculo.

- **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 Melgar de Fernamental de Burgos.
 - **Participantes:** 12 usuario/as.
 - **Temporalización:** 6 de junio.
 - **Recursos humanos:** 1 persona de apoyo de la Asociación y 2 voluntarios/as.
 - **Recursos materiales:** los aportados por la organización de la actividad.
- **Feria de Entidades ciudadanas:** un año más participamos en la feria en la que se dan cita muchas de las Asociaciones del entramado social burgalés, con el fin entre otros, de dar a conocer las distintas actividades, programas y recursos del tejido asociativo de nuestra ciudad. Además, se llevaron a cabo diferentes actividades, lúdico-artísticas que dan pie a que los ciudadanos participen y se involucren en cada una de ellas, posibilitando así la Participación Ciudadana, promoviendo espacios de inclusión. 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
- **Temporalización:** 21 de septiembre 2019.



- **Recursos humanos:** personal de apoyo de la Asociación y voluntarios de la organización
- **Recursos materiales:** Instalaciones aportadas por la organización del evento.
- **Teatro a favor de la Asociación “Las Calzadas”:** enmarcado dentro del 40 Aniversario de la Entidad, el grupo de Teatro Repeine quiso en esta ocasión recaudar fondos para “Las Calzadas” con su obra de teatro “Un Cadáver a las 10”.
Tuvo lugar en el Centro Cívico Río Vena, el día 25 de octubre 2019 y acudió un gran número de personas, tanto familiares, usuarios, profesionales de la Asociación como ciudadanía.
- **Partido de Fútbol a favor de la Asociación “Las Calzadas”:** enmarcado también entre los eventos programados para celebrar el 40 Aniversario de la Entidad pudimos acudir al partido de fútbol del Burgos Club el día 27 de octubre 2019, permitiendo así espacios de inclusión, solidaridad, diversión en familia y visibilidad.



- **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...
- **Curso de Voluntariado:**
Se trata de una acción formativa consistente en aportar las herramientas y pautas necesarias para desarrollar de forma eficiente y satisfactoria acciones de voluntariado.
 - **Participantes:** 7 usuario/as
 - **Temporalización:** 20 de junio



- **Recursos humanos:** personal de apoyo de la Asociación y personal de la Junta de CYL encargado de impartir el curso formativo.
- **Recursos materiales:** Instalaciones Foro Solidario



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

Como cada año La Asociación participa en la Feria de Artesanía en la Plaza de San Agustín. Allí se exponen y se ofrecen a la venta los productos que durante el año se han elaborado en los talleres del Centro de Día.

- **Participantes:** 8 usuario/as.
- **Temporalización:** desde el 13 de junio hasta el 16.
- **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.

- **Participación en la campaña solidaria de recogida de alimentos organizado por el Banco de alimentos de Burgos.**

Tanto profesionales como usuarios, participaron como voluntarios en la campaña de recogida de alimentos organizada por el “Banco de alimentos de Burgos” en favor de los más necesitados. Se realizaron actividades de información, recogida y clasificación de los alimentos recogidos, así como el agradecimiento a la colaboración de los ciudadanos.

- **Participantes:** 12 usuario/as.
- **Temporalización:** 22 de noviembre



- **Recursos humanos:** Personal del centro
- **Recursos materiales:** material aportado por el Banco de Alimentos



- **Ocio inclusivo: “jueves de ocio”:**

La Asociación mantiene este programa de Ocio para que las personas con discapacidad tengan las mismas oportunidades de acceso al ocio que el resto de los ciudadanos.

Buscamos un ocio en la comunidad, puesto que entendemos que es un derecho de las personas el disfrutar de su tiempo libre de la manera que ellos decidan y más les agrade. Por ello los servicios y programas que se ofrecen en esta área están orientados hacia la normalización y la participación en la comunidad.

Se lleva a cabo todos los miércoles, jueves y fines de semana durante el año en pequeños grupos. Las personas con discapacidad intelectual disfrutan de su tiempo libre con su grupo de amigos, eligiendo las actividades de ocio que quieren desarrollar: juegos de mesa, dardos, bolos, billar etc.

Durante este último año 2019, se han llevado a cabo diversas actividades de ocio inclusivo compartiendo espacios y diversión con otros grupos culturales.



- **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 necesiten para cada ocasión: teléfono móvil, dinero, instalaciones de ocio...

- **Participación en el II Encuentro de Entidades de Salud y Discapacidad:** se dieron cita todas las asociaciones de Discapacidad y Salud con motivo de VIII Centenario de La Catedral. Además, se llevaron a cabo diferentes actividades, lúdico-artísticas con el fin de dar visibilidad a estos colectivos. Se llevó a cabo este encuentro los días 30 de noviembre.
- **Envolviendo ilusiones:** Es el segundo año que se organiza, junto con otras entidades relacionadas con la Discapacidad y la Gerencia de Servicios Sociales, esta actividad en el que las personas con algún tipo de discapacidad envuelven los regalos que de cara a la Navidad se compran en dos de los centros comerciales de nuestra ciudad: C.CC de la Plata y Carrefour. Usuarios y usuarias de “Las Calzadas” acudieron el día 18 de diciembre 2019.



- **Taller de animación lectora:** continuamos con esta actividad tan positiva para las 8 personas que participan en este taller. Les supone, además de trabajar la estimulación cognitiva y prevenir posibles deterioros, vemos beneficios en sus estados emocionales puesto que a través de las lecturas se plantean y comentan experiencias propias, emociones que afloran, sentimientos que se van abordando a lo largo de cada sesión.
 - **Participantes:** 8 usuarias
 - **Temporalización:** jueves
 - **Recursos humanos:** 2 personas voluntarias del Centro de mayores
 - **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:** 6 usuarias (2 por cuatrimestre) de la Asociación participan 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. junto con otras personas participantes en el taller.

DESARROLLO PERSONAL

Proporcionar el apoyo necesario para desarrollar las competencias y oportunidades y facilitar en el entorno el aprendizaje y la creatividad.

- **Club de lectura:** Continuamos con el Club de Lectura que se reúne semanalmente en la Biblioteca del Centro Cívico Río Vena para la lectura y comentario de un libro, habiendo elegido este año “El niño con el pijama de rayas”. Se escogen libros en formato de lectura fácil, ya que están especialmente indicados para personas que tienen dificultades lectoras y de comprensión.

La finalidad de esta actividad es mantener y mejorar el nivel de comprensión lectora, así como introducir a las personas con discapacidad en un mundo del que no han tenido la oportunidad de disfrutar, como es el mundo de la cultura puesto que siempre ha sido para ellas un mundo inaccesible.

- **Participantes:** 8 usuario/as.
- **Temporalización:** lunes de 10 a 11
- **Recursos humanos:** Logopeda y educador.
- **Recursos materiales:** libros de lectura y material específico.

- **Taller de lectura:** Con esta actividad pretendemos ayudar a mantener o mejorar el nivel de comprensión lectora, crear un espacio de relaciones personales y cohesión social y, en definitiva, proporcionar el gusto por la lectura.

- **Participantes:** 18 usuario/as.
- **Temporalización:** jueves de 12 a 13 h.
- **Recursos humanos:** Logopeda y educador.
- **Recursos materiales:** libros de lectura y material específico.

- **Destrezas en el contexto laboral:** Este programa tiene como fin el conseguir el máximo desarrollo de sus destrezas manipulativas, así como hábitos de trabajo y relaciones sociales.

A través de los 3 talleres en los que participan (Taller de tejeduría, Taller de cestería y Taller de manipulados), 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.

- **Participantes:** 20 usuario/as.
- **Temporalización:** diariamente en pequeños grupos
- **Recursos humanos:** responsable del área laboral y personal de apoyo.
- **Recursos materiales:** Instalaciones del centro y material específico de cada taller.

- **Taller de pintura:** busca potenciar la creatividad y estimular los sentidos de personas con Discapacidad Intelectual a través del arte. Se trata de una Actividad que se desarrolla en el Centro de Día “Las Calzadas”.

Se crea, bajo este modelo, un espacio para la creación promoviendo que toda persona que quiera pueda participar con/sin apoyos, bajo un mismo lema: disfrutar del tiempo de creación.

- **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.
- **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:** profesor de taller y personal de apoyo.
 - **Recursos materiales:** Instalaciones del centro y materiales específicos de cada taller



- **Nuevas tecnologías:** Las personas con discapacidad intelectual de mayor edad también muestran gran interés por las nuevas tecnologías. Estas se adaptan a sus capacidades e intereses y trabajan aspectos que les puedan ayudar en su día a día. Hay un amplio grupo que posee teléfono móvil y que realizan además un taller para el buen uso del mismo. Así conocen las posibilidades que este dispositivo puede aportarles para su inclusión en la sociedad.
 - **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.

- **“Actualidad”:** Lectura del diario. Para que las personas con discapacidad intelectual se sientan ciudadanos activos es necesario que conozcan el medio en el que viven y estén informados de todo lo que sucede a su alrededor.
 - **Participantes:** 13 usuario/as.
 - **Temporalización:** miércoles y viernes de 12,00 a 13,30 h.
 - **Recursos humanos:** Personal de la Asociación.
 - **Recursos materiales:** Instalaciones del centro de día.

- **Actividades culturales, educativas y recreativas:**
 - **Visita a la Catedral:** actividad enmarcada en la celebración del Centenario de la Catedral de Burgos, pudimos acceder a la Catedral y maravillarnos con cada una de las estancias. Supuso para los usuarios/as una actividad encaminada a su desarrollo personal a través de la cultura.
 - **Participantes:** 17 usuario/as
 - **Temporalización:** 29 de Noviembre
 - **Recursos humanos:** Guía turística y 2 apoyos de la asociación

 - **Las Edades del Arte:** Este año, dentro de las actividades que oferta el Instituto de cultura de nuestra ciudad, hemos participado en esta acción. El tema elegido fue Velázquez y las



Meninas ya que era la unidad didáctica que estábamos trabajando en el centro. Así se afianzaron conocimientos y se permitió que los usuario/as pudieran conocer las técnicas empleadas para la realización de una menina como tema principal.

○ **Visita teatralizada al Palacio de Castifalé:**

- **Participantes:** 8 usuario/as.
- **Temporalización:** 20 de Septiembre
- **Recursos humanos:** Guía turístico y personal de apoyo
- **Recursos materiales:** Palacio de Castifalé

● **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 10,30 a 12,00 h.
- **Recursos humanos:** Profesor de cocina y personal de apoyo de la Asociación.
- **Recursos materiales:** Instalaciones, equipamiento y material aportados por Interclub Caja Burgos.



RELACIONES INTERPERSONALES

Las relaciones sociales son algo esencial en la vida de toda persona. Proporcionar a las personas con discapacidad entornos socializadores que faciliten el desarrollo de las capacidades de comunicación y de relación.

- **Programa Vacaciones IMSERSO: Peñíscola**
 - **Participantes:** 15 usuario/as mayores de 45 años.
 - **Temporalización:** del 7 al 13 de mayo 2019.
 - **Recursos humanos:** 4 monitores, 1 voluntario y 1 coordinador.
 - **Recursos materiales:** Instalaciones y equipamientos aportados por los organizadores del viaje.

- **Programa Vacaciones: Benicassim**
 - **Participantes:** 22 usuario/as.
 - **Temporalización:** del 1 al 8 de julio 2019.
 - **Recursos humanos:** 8 monitores, 1 voluntario y 1 coordinador.
 - **Recursos materiales:** Instalaciones y equipamientos aportados por los organizadores del viaje.

- **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:** 20 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:** 66 invitados
 - **Temporalización:** 20 de diciembre.
 - **Recursos materiales:** Hotel Los Blasones en Burgos.

- **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 que 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.
- **Participación en los actos conmemorativos del Día de la Discapacidad.** Participación en los actos conmemorativos con motivo del “Día de la discapacidad”: Organización de actos, Rueda de prensa, Comida- Convivencia, Jornadas de Sensibilización, 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

Posibilitar espacios y los recursos necesarios para que la persona pueda vivir de una manera digna y teniendo lo necesario e importante para la persona. Se realizan acciones encaminadas a mejorar el bienestar material.

- **Realización de las compras personales:** Algunos usuarios/as realizan de manera autónoma o con apoyos necesarios, la compra de bienes personales, como productos de higiene, farmacia, alimentación, ropa... Siempre se tienen en cuenta sus proyectos de vida y sus personas de referencia.
- **Vida Doméstica:** Diariamente se desarrollan actividades relacionadas con las áreas de la vida diaria. En ellas se incluyen conductas para el

cuidado de su ropa, orden, limpieza y mantenimiento de su entorno y dependencias, seguridad en el hogar.... Siempre con supervisión y atención del personal de apoyo.

- **Taller “Manejo del dinero”:** Seguimos insistiendo en el refuerzo de estos aprendizajes puesto que los consideramos imprescindibles para poder llevar a cabo 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

Mantener y mejorar la salud y el bienestar físico de las personas con discapacidad intelectual como objetivo y como derecho de mantener una vida plena y en igualdad de condiciones. Tener competencias y oportunidades para mantener una vida saludable. Incluyendo 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:** Actividad encaminada a la conservación y mejora de la condición física 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.
 - **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.



- **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:** martes de 16 a 17 h.
 - **Recursos humanos:** profesora de pilates
 - **Recursos materiales:** Gimnasio de centro de día.



- **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.

- **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:** quincenalmente los jueves de 11,00 a 12,00 h.
 - **Recursos humanos:** fisioterapeuta y personal formado en técnicas de hidroterapia y personal de apoyo
 - **Recursos materiales:** Instalaciones de Spa de Interclub Caja de Burgos.
- **Participación en eventos deportivos a nivel provincial, regional y nacional:**
 - Final de Campeonato regional de Natación 16 de Febrero 2019.
 - Campeonato regional de Natación el día 17 de noviembre en Palencia (8 participantes).
 - Campeonato nacional de Natación en Albacete desde el día 28 de noviembre al 1 de diciembre (8 participantes).
 - Campeonato regional de Bowling en Valladolid el día 24 de noviembre (8 participantes).
 - **Equipo baloncesto:** 4 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 fútbol 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.
- **Hábitos de aseo:** pretendemos conseguir el mantenimiento del máximo nivel de autonomía e independencia personal en los hábitos de aseo e higiene cotidianos, así como evitar el deterioro que, debido a su edad, presentan en estos ámbitos.
 - **Participantes:** 24 usuario/as.
 - **Temporalización:** todos los días.
 - **Recursos humanos:** 1 educador y 7 cuidadores.
 - **Recursos materiales:** Útiles de aseo personal, ropa y complementos personales, productos de higiene y aseo.
 - **Elaboración de menús semanales:** Semanalmente un grupo de usuarios, la mayor parte de ellos usuarios de residencia, 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.
 - **Revisiones médicas y acompañamiento:** Dentro del Servicio de salud de la Asociación, se realizan con los usuarios que así lo solicitan, 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 profesional responsable del área
 - **Recursos materiales:** instalaciones, máquinas y material específico





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.

- Dirección y coordinación de programas
- Psicólogo
- Trabajador Social
- Logopeda
- Fisioterapeuta
- Profesor de informática
- Profesor especialista de actividades físicas
- Educador
- Cuidadores
- Profesor de teatro, artes plásticas, pilates
- Voluntarios/as



EVALUACIÓN



La evaluación de dicho proyecto se ha ido realizando de manera continuada durante el año puesto que en el desarrollo del mismo se han ido valorando las acciones de manera específica por parte de usuarios/as, profesionales y familiares. Esto nos ha permitido comprobar de manera más fiable las actividades, corregir los problemas y reformular o replantear propuestas. A su vez, como ya hemos mencionado, la metodología llevada a cabo es centrada en la persona y desarrollada a través de los planes de vida en cada una de las dimensiones de calidad de vida. Esta intervención durante todo el proceso del proyecto facilita evaluar los objetivos con cada uno de los usuarios/as y las estrategias para lograr que cada persona pueda desarrollar su propio proyecto de vida.



CONCLUSIÓN

Continúa siendo esencial y clave proporcionar los apoyos necesarios para que las personas con discapacidad intelectual puedan realizar su propio proyecto de vida. Apoyando sus decisiones y aportando los recursos necesarios para que puedan llevar una vida lo más normalizada en nuestra comunidad. Centrarnos en la persona con discapacidad intelectual forma parte de nuestra misión, por tanto, tenemos que luchar para que puedan elegir la vida que quieren llevar y mejoren en su calidad de vida.



Seguimos con más fuerza que nunca, tras estos 40 años de andadura y convencidos, que esta es la línea de actuación clave a seguir, para que las persona con discapacidad intelectual y sus familias mejoren su calidad de vida.



Continuamos con el objetivo de seguir avanzando día a día para que la persona con discapacidad intelectual, sean ciudadanos de pleno derecho. En ese sentido, seguiremos luchando por una legislación y una sociedad que apoye y contemple la inclusión plena.

