



*Programa de orientación a la vida adulta.*

### ***Descripción de las principales actividades del proyecto***

Se contemplan dos tipos de Itinerarios, un itinerario con orientaciones a la vida laboral e independiente y un itinerario de apoyos al desarrollo personal individual:

#### **1. Itinerario Básico.**

Este itinerario constituye un espacio de tránsito a la vida adulta e independiente y se estructura en tres ámbitos de experiencia: 1.- **Aula de Comunicación.** Todos los participantes reciben un entrenamiento para la mejora de sus Habilidades Cognitivas. 2.- **Preparación, formación y orientación laboral.** Aprendizaje de técnicas para dirigir a los participantes a una inserción laboral 3.- **Integración social y vida independiente.** Entrenamiento para realizar por uno mismo todas aquellas actividades cotidianas que requiere la vida fuera del núcleo familiar. Además, se realizan una actividad transversal a los 3 ámbitos a modo de **Estancias Temporales en entorno normalizado**, consistente en que en fin de semana, (3) y durante el mes de Julio (1) se pondrán en práctica los aprendizajes adquiridos durante las sesiones formativas en los distintos ámbitos de experiencia.

#### **2. Itinerario de Apoyo al Desarrollo Individual:**

Esta parte del servicio estará constituida por programas diseñados para mejorar y desarrollar el funcionamiento individual de las personas con discapacidad a lo largo de su vida. Se requerirá, para acceder, haber finalizado el itinerario básico y se extenderá hasta las edades avanzadas. Está pensado para articular apoyos a lo largo de toda la vida activa de las personas con discapacidad. Los dispositivos de apoyo se establecen en torno a los que a continuación se recogen: **Programa de Fomento y Promoción de la Inclusión Social, Programa de Empleo con Apoyo y Programa de Vivienda Independiente.**

Actividades	Calendario
Aula de Comunicación	6 horas semanales, 264 anuales, durante 11 meses al año (De enero a julio y de septiembre a diciembre)
Aula de Preparación, formación y orientación laboral	6 horas semanales, 264 anuales, durante 11 meses al año (De enero a julio y de septiembre a diciembre)
Aula de Integración social y vida independiente	8 horas semanales, 352 anuales, durante 11 meses al año (De enero a julio y de septiembre a diciembre)
Actividades transversales: Estancias temporales en entornos normalizados. Estas estancias sirven de observatorio del grado de autonomía e independencia que los usuarios han adquirido durante la fase formativa. Además permitirá evaluar el grado de desenvolvimiento en un entorno comunitario y la capacidad de solucionar y enfrentarse a problemas de la vida cotidiana.	3 fines de semana a lo largo del periodo de formación (De enero a julio y de septiembre a diciembre). 1 semana en agosto.

### ***Localización del proyecto***

El ámbito de actuación es la provincia de La Coruña abarcando tanto la zona urbana como la rural. Las actuaciones contempladas y por criterio de proximidad se refieren fundamentalmente a La Coruña ciudad, y su área de influencia: Bergondo, Culleredo, Oleiros, Sada, Betanzos, Arteixo, Carballo, Cambre.

Los beneficiarios directos del proyecto son 15 personas con síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales, mayores de 18 años y que hayan agotado la etapa escolar en Centros Educativos Ordinarios o en Centros de Educación Especial.

Al tiempo que atendemos a las necesidades individuales de cada usuario, damos respuesta y ofrecemos los recursos apropiados a familias, instituciones, empresas, fundaciones y entidades; con el propósito de establecer una relación de coordinación/collaboración y lograr la plena integración social y laboral de nuestros usuarios.

### ***Objetivos***

1. Afianzar y desarrollar las capacidades de los participantes, en sus aspectos sociales, afectivos, cognitivos, comunicativos, morales, cívicos y de inserción social, promoviendo el mayor grado posible de autonomía e independencia y de integración social y laboral.
2. Desarrollar acciones de formación ocupacional y laboral que posibiliten el aprendizaje y desarrollo de habilidades y conocimientos que le faciliten su formación e integración laboral.
3. Fomentar la participación en todos aquellos contextos en los que se desenvuelve la edad adulta: La vida doméstica, utilización de servicios de la comunidad, disfrute del ocio y tiempo libre, entre otros.

### ***Resultados esperados***

1. Que el 100% de participantes mejoren sus habilidades funcionales, tanto académicas como adaptativas, y que alcancen los objetivos curriculares planteados por el programa.
2. Colaborar con los recursos comunitarios que faciliten la integración de los participantes en circuitos normalizados de formación encaminada a la inserción laboral y con los servicios de empleo con apoyo para alcanzar con éxito los objetivos de inserción laboral previstos: Que el 100% de participantes que realicen cursos de formación normalizados reciban los apoyos necesarios y que los participantes que realicen prácticas laborales y los que alcancen contratos laborales en empresas ordinarias reciban los apoyos necesarios.
3. Que el 100% de los participantes realicen 3 actividades de entrenamiento de vida autónoma en contextos reales (3 Estancias temporales en vivienda compartida).

## **PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA**

La finalidad del programa era fomentar el desarrollo personal, social y laboral de las personas con SD y discapacidad intelectual, una vez finalizada su etapa de escolarización obligatoria con el objetivo de prevenir situaciones futuras de dependencia y potenciar el uso de instrumentos que faciliten el tránsito a la vida adulta de tal modo que mejoren sus posibilidades de acceso al mundo laboral y tengan una vida lo más autónoma posible.

Se trataba de proporcionar a personas con Síndrome de Down y discapacidad intelectual los recursos adecuados que permitiesen su participación de la forma más autónoma e independiente posible en la comunidad, mediante el fortalecimiento de sus recursos personales y el entrenamiento de la autonomía personal, de un lado, y su incorporación efectiva al empleo ordinario, y el aprendizaje para una vida autónoma e independiente, de otro.

Se ha hecho especial hincapié en el tratamiento individualizado de las personas con Síndrome de Down y discapacidad intelectual, fomentando en ellas prácticas y hábitos de autonomía personal y social, desde una concepción integral.

Partiendo de estas premisas, era necesario contemplar la intervención no solo como un itinerario que les facilite ser competentes en un área limitada (buenos trabajadores, por ejemplo), sino que además se les dotase de las estrategias y herramientas necesarias en el conjunto de su realidad como persona; y como una persona activa.

Con estas ideas, pretendimos establecer un itinerario global de inclusión, que tratase como tales a las medidas parciales, y las contextualizase, en un plan completo. Así, la persona con discapacidad ha ido transitando de una a otra acción, pero no de forma anárquica o desconectada, sino enlazando todas esas distintas fases en un objetivo último común.

## **OBJETIVO GENERAL**

Brindar los apoyos que cada usuario necesita para favorecer la autodeterminación, la no discriminación e igualdad de oportunidades, la integración y normalización y la participación social activa de las personas con Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales, previniendo, de este modo, posibles situaciones de dependencia.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS Y RESULTADOS ESPERADOS**

Objetivo 1: Afianzar y desarrollar las capacidades de los participantes, en sus aspectos sociales, afectivos, cognitivos, comunicativos, morales, cívicos y de inserción social, promoviendo el mayor grado posible de autonomía e independencia y de integración social y laboral.

Objetivo 2: Desarrollar acciones de apoyo a la formación ocupacional y laboral que posibiliten el aprendizaje y desarrollo de habilidades y conocimientos que le faciliten su formación e integración laboral.

Objetivo 3: Fomentar la participación en todos aquellos contextos en los que se desenvuelve la edad adulta, planteando actividades de entrenamiento de vida autónoma en contextos reales (Estancias temporales en vivienda compartida).

## **ACTUACIONES**

Se recogieron dos fases bien diferenciadas:

1<sup>a</sup> Fase. De valoración de los usuarios y de planificación.

2<sup>a</sup> Fase. Contenidos del Programa de Prevención de la Dependencia y Tránsito a la Vida adulta.

### **1º. VALORACIÓN DE USUARIOS**

#### ***Entrevista Inicial***

El primer contacto se efectúa a través de una entrevista personal del interesado con el equipo técnico. A la misma asisten la persona con discapacidad y sus familiares con los que convive.

Fue importante la asistencia de todos para comprobar aspectos relacionales en la familia, dentro de un enfoque global.

#### ***Proceso de Evaluación***

Tras el primer contacto con el equipo técnico, se inició el proceso de evaluación, en el que se contemplaron las siguientes fases:

- Entrevista con el usuario.
- Entrevista con la familia.
- Aplicación de pruebas estandarizadas y no estandarizadas.
- Elaboración de Informe y Valoración del Equipo Técnico.
- Devolución de la información y toma de decisiones.

#### ***Evaluación del Usuario y elaboración del informe***

Las áreas e instrumentos utilizados en el proceso de evaluación se aplicaron en base a las características cognitivas y de desarrollo personal de las personas objeto de la evaluación, se seleccionaron entre las disponibles, aquellas que mejor se adaptaban a estas peculiaridades.

La información recopilada a través de las entrevistas y la aplicación de las pruebas fue recogida por el equipo técnico, quien se encargó de elaborar un Informe.

#### ***Valoración del Equipo Técnico***

Con la información recogida en el Informe, la Dirección Técnica valora cual es el itinerario de Preparación para la Vida Independiente más adecuado teniendo en cuenta la valoración final de cada usuario.

## 2<sup>a</sup> FASE. CONTENIDOS DEL PROGRAMA DE ORIENTACIÓN A LA VIDA ADULTA.

Se requería, para acceder a esta segunda fase, haber finalizado la escolarización obligatoria.

Esta fase constituyó un espacio de tránsito a la vida adulta e independiente y se estructuró en tres ámbitos de experiencia:

### 1. AULA DE COMUNICACIÓN

Todos los participantes recibieron un entrenamiento para la mejora de sus Habilidades Cognitivas que les permitió ser capaces de resolver diferentes situaciones, tomar decisiones y, en definitiva, responder a las demandas del entorno de manera eficaz.

Área I: Percepción, atención y memoria.

Área II: Estructuración espacial y temporal.

Área III: Habilidades Académicas Funcionales.

Área IV: Habilidades comunicativas- lenguaje.

Área V: Autogestión y solución de conflictos.

Área VI: Cultura general y Actualidad.



## 2. PREPARACIÓN, FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL

Estaba dirigido primordialmente, al aprendizaje de técnicas, ya sean de carácter específico o polivalente para dirigir a los participantes a una inserción laboral y dotarles de recursos para su participación en el mismo.

Área IV: Habilidades Laborales.

Área V: Motivación y Perfiles Profesionales.

Área VI: Orientación Laboral.

Área VII: Área: Formación específica.

Aula de Informática.

Área VIII: Área: Formación específica:  
Hostelería, Limpieza, Auxiliar administrativo, Técnico de archivo,  
Ayudante de comedor.



### **3. INTEGRACIÓN SOCIAL Y VIDA INDEPENDIENTE**

Destinado a complementar la formación y capacitación que se brindaba desde los otros dos ámbitos de experiencia.

El ámbito de vida independiente constituyó un espacio de aprendizaje y entrenamiento en las diversas tareas diarias que son necesarias para el cuidado de uno mismo y el mantenimiento del hogar: alimentación, orden y limpieza de la casa, cuidado de la ropa etc., así como de las distintas destrezas que son necesarias para alcanzar una solvencia en la realización de las mismas: preparar la comida, poner una lavadora, o pasar el aspirador entre otras.



Área I: Habilidades para la autonomía personal y social.

Área II: Habilidades de autonomía urbana.

Área III: Habilidades para la autonomía doméstica. Cuidado del hogar. Mantenimiento de un hogar

Área IV: Educación para la salud.

Área V: Seguridad y prevención de accidentes.

Área VI: Normas básicas de convivencia y actividades en la comunidad y conocimiento del entorno.



#### 4. ACTIVIDADES TRANSVERSALES

##### *Estancias temporales independientes.*

A lo largo del período de formación, en fin de semana (2), y durante el mes de Julio (1) se han realizado actividades en las que se pretendía poner en práctica los aprendizajes adquiridos durante las sesiones formativas en los distintos ámbitos de experiencia.

Esta actividades se realizaron en entornos normalizado (Apartamentos) con el objetivo de que sirviese de observatorio del grado de autonomía e independencia que los usuarios habían adquirido durante la fase formativa. Además permitió evaluar el grado de desenvolvimiento en un entorno comunitario y la capacidad de solucionar y enfrentarse a problemas de la vida cotidiana.

Las actividades fueron las siguientes:

Estancia de diciembre: tres noches y cuatro días y se realizaron bajo la supervisión de 2 profesionales especializados. Lugar: Vigo (Pontevedra), entre los días 13 y 16 de diciembre de 2010.



Estancia de mayo: tres noches y cuatro días y se realizaron bajo la supervisión de 2 profesionales especializados. Lugar: Sada (A Coruña), entre los días 13 y 16 de marzo de 2011.

Estancia de julio: seis noches y siete días, se realizó bajo la supervisión 2 de profesionales especializados. Lugar: Corcubión (A Coruña) entre los días 13 y 19 de julio de 2011.



### ***Programas complementarios***

En horario de tarde, de lunes a viernes, los usuarios tuvieron la posibilidad de participar en una serie de programas opcionales que complementaron su formación.

Estos programas fueron los siguientes:

- Programa de Ocio y Tiempo Libre.
- Programa de Afectividad.



## 5. ACTIVIDADES DE DIVULGACIÓN

La Entidad, junto con la Fundación María José Jove y Básquet Coruña organizaron las primeras Jornadas sobre Deporte e Integración, que tuvieron como objetivo favorecer la integración de personas con discapacidad, contribuir a la formación de profesionales que trabajan con personas con discapacidad, favorecer el desarrollo de buenas prácticas en el desarrollo profesional y difundir el conocimiento de los especialistas participantes en este ámbito.

Los destinatarios de las mismas fueron:

- Profesionales del ámbito de la discapacidad.
- Futuros profesionales, como estudiantes de Terapia Ocupacional, INEF, Fisioterapia, Ciencias de la Salud.
- Entidades deportivas, personas con discapacidad y familiares.

Estas jornadas se realizaron los días 6 y 7 de mayo de 2011 en la ciudad de A Coruña.

A continuación se presenta el programa de dichas jornadas.

**Programa**



**PRIMERA JORNADA: VIERNES 6**

Mañana:  
• 9:00 – 9:30 h. Recogida Documentación.

• 9:30 – 10 h. **Presentación:**  
**Deporte e inclusión:**  
José Rodríguez, Down Coruña  
Moderador: Marcos Fernández, FUNDACIÓN MARÍA JOSÉ JOVE

• 10:00 – 11:30 h. **Conferencia inaugural:**  
**Deporte, beneficios, educación y valores.**  
Antón Pau, INGENIERO Y MASTRÍA DE ORO  
OLÍMPICO EN RÍO 2008  
Moderador: Tito Carrera, REFERENTE DEPORTIVO

• 11:30 – 12:00 h. Inauguración oficial

• 12 h – 12:15 h. Pausa-Café

• 12:15 – 14:00 h. **Mesa Redonda:**  
**La importancia de los procesos de inclusión en la práctica deportiva:**  
MARGARITA BERRÍEZQUETA, FUNDADOR FEDEPS  
VICTORIA GONZÁLEZ, FUNDACIÓN TÁMBOR  
ANDRÉS VÍDAL, DOWN CORUÑA  
Marcos Fernández, REFERIDOR MARÍA JOSÉ JOVE  
Moderador: Tito Carrera, REFERENTE DEPORTIVO

Tarde:  
• 16:00 – 17 h. **Conferencia:**  
**Perfiles de la inclusión deportiva.**  
PABLO CHAMOISEAU, MELLINETTA PARALÍMPICO.  
Moderador: XAVIO ÁLVAREZ, BÁSQUET CORUÑA

• 17:00 – 17:15 h. Pausa – Café

• 17:15 – 19:30 h. **Mesa Redonda:**  
**La intensidad de los apoyos en la inclusión deportiva: al papel de la ley y las mediadoras.**  
ROSA FRERAS, FUNDADOR ONCE  
CARMELES TAPIA, TECNICO DEL SERVICIO MUNICIPAL DE DEPORTES  
MARÍA FERNANDEZ, LOGOPEDA DE BÁSQUET CORUÑA  
Moderador: David Gál, TÉCNICO Y SECRETARIO NACIONAL DE ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL (TSDIB-2007)

**SEGUNDA JORNADA: SÁBADO 7**

Mañana:  
• 09:30 – 10:30 h. **Conferencia:**  
**Experiencias de inclusión deportiva 1:**  
"Programa Estrella".  
XAVIER CRUZ, FUNDACIÓN MARÍA JOSÉ JOVE  
SONIA EIRAL, USUARIO DEL PROGRAMA ESTRELLA  
Moderador: Aitoro Fernández, REFERENTE

• 10:30 – 11:30 h. **Conferencia:**  
**Experiencias de inclusión Deportiva 3:**  
"CARRERA ATÍPICA. UNA VÍA DE COMPETITIVA".  
MARÍA DURMIÓN, INTROVATIVA EQUIPO  
SANTIAGO AVILÓS  
CLARA MARTÍN, INTROVATIVA BEE CLUB DE GALICIA, ATLETA MARÍA JURADO  
Moderador: Aitoro Fernández, REFERENTE

• 11:30 – 11:45 h. Pausa – Café

• 11:45 – 12:45 h. **Conferencia:**  
**Experiencias de inclusión deportiva 2:**  
"Programa Baloncesto para todos".

Tarde:  
• 15:30 – 17:30 h.  
Taller deportivo 1: VILA, MARINA CORUÑA  
Taller deportivo 2: PRAGASERO, MARINA CORUÑA  
Taller deportivo 3: CIRACO, MARINA CORUÑA  
Taller deportivo 4: NAMOCO, RESIDENCIA RÍA BLA  
Taller deportivo 5: BÁSQUET, RESIDENCIA RÍA BLA  
Taller deportivo 6: TUSA, RESIDENCIA RÍA BLA  
Taller deportivo 7: ANEXACIÓN A LA GRANADA, RÍA BLA  
Taller deportivo 8: ESTABLAISKA DE COMBIMOCIÓN EXTERNA Y DESARROLLO DE HABILIDADES SEÑORABLES, sede de la fundación MARÍA JOSÉ JOVE  
Taller deportivo 9: HABILIDADES/TECNICAS DE COMUNICACIÓN Y PRIMACIA PARA LA PRÁCTICA. CERMIKA, sede de la fundación MARÍA JOSÉ JOVE

• 17:30 – 18 h. Regreso a la sede / Descanso

• 18:00 – 19 h. **Compliación de conclusiones y Entrega de Certificados**

Colaboradores:  

Solicitudes 1: enviar de-Mail configuración para establecer de la LOC y de la IEF para participar en esta actividad. Estas actualizaciones debe estar anexada.

## **TEMPORALIZACIÓN:**

El programa se ha desarrollado de lunes a viernes entre los meses de septiembre de 2010 y julio del año 2011.

El horario semanal fue de 20 horas repartidas como sigue:

- Aula de Comunicación (6 horas semanales).
- Preparación, formación y orientación laboral (6 horas semanales).
- Integración social y vida independiente (8 horas semanales).

## **LUGAR DE REALIZACIÓN**

Las actividades planteadas se desarrollaron en los locales de la Entidad, excepto las actividades planificadas en el exterior y las salidas, en las que se han aprovechado los recursos comunitarios.

## **NÚMERO DE PARTICIPANTES.**

15 personas con SD y otras discapacidades intelectuales, que han cumplido 18 años y que han agotado la etapa escolar en Centros Educativos Ordinarios o en Centros de Educación Especial.

## **CUADROS RESUMEN**

### *Cronograma de actuaciones*

ACTIVIDAD	PERIODO
Planificación actividades	Entre el 01/09/10 y el 15/09/10
Aula de Comunicación	Entre el 16/09/10 y el 31/07/11
Aula de Preparación, formación y Orientación Profesional	Entre el 16/09/10 y el 31/07/11
Aula de Integración Social y Vida Independiente	Entre el 16/09/10 y el 31/07/11
Estancia Temporal (1)	Del 13 al 16 de diciembre de 2010
Estancia Temporal (2)	Del 13 al 16 de marzo de 2011
Estancia Temporal (2)	Del 13 al 19 de julio de 2011
Programa Complementario 1: Afectividad	Entre el 16/09/10 y el 31/07/11
Programa Complementario 2: Ocio y Tiempo Libre	Entre el 16/09/10 y el 31/07/11

### **Indicadores de resultados 2010**

Nº de participantes que mejoran sustancialmente sus habilidades funcionales, tanto académicas como adaptativas.	*En avance
Nº de participantes que alcanzan los objetivos curriculares planteados por el programa.	*En avance
Nº de participantes que participan en cursos de formación ocupacional normalizados.	*En avance
Nº de estancias temporales realizadas.	3
Nº de participantes en estancias temporales.	15
Nº de personas participantes que realizan prácticas en empresas.	*En avance
Nº de participantes que alcanzan contratos laborales en empresas ordinarias.	*En avance
Nº de familias que participan en sesiones de apoyo.	15
Nº de intervenciones individuales de asesoramiento y apoyo a familias realizadas.	38
Nº de sesiones grupales de trabajo con familias realizadas.	4
Nº de acciones de divulgación realizadas	1

*\* El proyecto continua en ejecución a lo largo del curso 2011/2012 por lo que hasta la fecha de finalización del mismo no se contabilizarán los datos definitivos. A fecha de 31/07/2012, 6 usuarios han participado en cursos de formación ocupacional normalizados, 5 han realizado o están realizando prácticas en empresas y 4 usuarios han alcanzado contratos laborales en empresas ordinarias.*

### **SISTEMA DE EVALUACIÓN E INDICADORES**

1. Se establecen los indicadores de evaluación. 2. Fechas de revisión periódicas para aplicar, si es el caso, las pertinentes medidas correctoras que garanticen la consecución de los objetivos. Estas revisiones periódicas las realiza la Comisión de Seguimiento compuesta por el Coordinador del programa, Representantes de la Junta Directiva, Representantes de las Familias de los Usuarios y Representantes de los Usuarios y tendrán un carácter mensual. 3. La Comisión de Seguimiento, realiza tres evaluaciones cuatrimestrales y se extraen los resultados y conclusiones. La información obtenida al final nos ayuda a iniciar la planificación de la siguiente anualidad a poner en marcha.

#### **INDICADORES**

1. N° de participantes que mejoran sustancialmente sus habilidades funcionales, tanto cognitivas como adaptativas.
2. N° de participantes que alcanzan los objetivos curriculares planteados por el programa.
3. N° de participantes que participan en cursos de formación ocupacional normalizados.
4. N° de apoyos que se brindan a los participantes.

5. N° de estancias temporales realizadas.
6. N° de participantes en estancias temporales.
7. N° de actividades de divulgación realizadas

#### **RECURSOS:**

El equipo encargado de la Planificación, coordinación y ejecución del servicio ha estado formado por los siguientes profesionales:

- 1 coordinador del servicio.
- 1 encargada de los servicios administrativos.
- 1 educadora tutora encargada de la planificación y ejecución de las sesiones formativas.
- Expertos docentes especializados.

Cada ámbito de experiencia ha contado con una tutora y, además, para la impartición de materias concretas en módulos específicos de cada área, se ha contado con expertos docentes especialistas en la materia concreta (taller de cocina, reparaciones, etc.).

Para la ejecución de las jornadas de divulgación se ha contado además, con relatores y ponentes especialistas en la materia.

