

PLAN DE ACTUACIÓN 2.021

INTRODUCCIÓN

Se presenta el Plan de Actuación correspondiente al año 2021. La labor del Plan de actividades de este año se plantea adaptada a la realidad provocada por la pandemia de COVID-19, y el ajuste a la nueva situación (acción presencial, acción telemática, cambios en las necesidades, nuevas demandas), tal y como se desarrolló la mayor parte de la actividad del año 2.020, por ese motivo, no se puede confirmar, a día de hoy, la realización de todas las actividades habituales de la entidad ni cuando darán comienzo nuevamente alguna de las actividades que se han visto suspendidas.

Las reuniones presenciales de todo tipo (órganos directivos, coordinación, relaciones externas, etc...) se han transformado en reuniones telemáticas y esta situación se mantendrá durante el tiempo que sea preciso. Se han aumentado los canales de coordinación y comunicación: ZOOM, grupos de WhatsApp, escritorios remotos y sistemas para compartir información variada. Esta nueva forma de trabajo ha pasado necesariamente por una inversión en material informático y en aplicaciones, como el nuevo sistema informático de registro horario del personal, que ya se está utilizando.

La transformación de los espacios de la entidad a las nuevas necesidades de limitación de aforos y medidas de seguridad es ya un hecho que ha necesitado reajustes en las actividades y en la forma de atender a las familias. Todas las modificaciones en los espacios y en la organización de las actividades, realizadas durante 2.020, se mantendrán durante el tiempo que sea necesario para garantizar la salud y el bienestar de usuarios/as y de sus familias.

PROGRAMA DE APOYO INDIVIDUALIZADO

OBJETIVO GENERAL:

El objetivo general del Programa de Atención Individualizada, de los Talleres de Habilidades Comprensivas y Conversacionales y de Apoyo a la Inclusión Escolar en Down Principado de Asturias es, **mantener las capacidades y mejorar las limitaciones a nivel: de lenguaje, habla, habilidades cognitivas, sociales y contenidos escolares.**

AREAS:

- Atención Individualizada; Se llevarán a cabo dos sesiones semanales de 45 minutos cada una (el número de sesiones puede ajustarse de acuerdo a las necesidades), durante el curso escolar. Contaremos con 5 profesionales para su desarrollo.
- Grupos de apoyo a la Inclusión Escolar: Se retomarán cuando la situación sanitaria lo haga posible. A partir de ese momento, se llevará a cabo una sesión semanal de 90 minutos, desde el inicio del curso escolar hasta finales de junio. Se formarán grupos con un mínimo de 3 personas, cada grupo será homogéneo en cuanto a edad y características generales.
- Grupos de Habilidades conversacionales: : Se retomarán cuando la situación sanitaria lo haga posible. A partir de ese momento, se llevará a cabo una sesión semanal de 90 minutos, desde el inicio del curso escolar hasta el 30 de junio. Se formarán grupos con un mínimo de 3 personas, cada grupo será homogéneo en cuanto a edad y características generales.
- Colonia lúdico-educativa: se desarrollarían a lo largo del mes de Julio si la situación sanitaria y las restricciones establecidas lo permiten. La metodología, en caso de su realización, se ajustaría a la situación actual y se establecería número máximo de participantes para cumplir con las medidas de seguridad necesarias. En el caso de no llevar a cabo esta actividad se sustituiría por sesiones de apoyo individualizado para aquellas personas que lo deseen.
- Tutorías: Se realizarán aquellas reuniones con padres que sean necesarias, bien a petición de la familia o del profesional. Cada logopeda tendrá marcada una hora semanal dedicada a esta actividad.
- Coordinación con centros escolares: se realizará una reunión trimestral con los profesionales del centro escolar que trabajan con cada usuario, a petición de los padres o de los profesionales del centro escolar, si la situación lo exige se podrán realizar más.
- Reunión de Equipo del PAI: se realizará una reunión semanal a la que asistirán todos los miembros del equipo.

USUARIOS PREVISTOS:

	Oviedo	Gijón	Avilés	Sotrondio
Apoyo Individualizado	32	11	9	4
Grupos de A. Inclusión Escolar	12		5	
Grupos de H. conversacionales	5	5		
Colonia lúdico-educativa	12			

PROGRAMA DE EMPLEO CON APOYO

OBJETIVO GENERAL:

El objetivo de este programa es insertar laboralmente a personas con Síndrome de Down y/o discapacidad intelectual en empresas ordinarias, en un puesto de trabajo que se adecue a sus capacidades y creando los mecanismos de apoyo, dentro y fuera del ámbito laboral para conseguir la plena integración de la persona con Síndrome de Down y/o discapacidad intelectual en el puesto de trabajo y que esta sea satisfactoria tanto para ella como para la empresa.

Estos apoyos permanecerán durante toda la vida laboral de la persona. En la actualidad a través de este programa se atiende la integración laboral de 19 personas.

AREAS:

- Visitas semanales a cada trabajador/a en el puesto de trabajo. Se realizarán visitas a cada persona participante en el programa con un triple objetivo; evaluar la inserción y solucionar eventuales conflictos o dificultades, orientar al resto de trabajadores y asesorar e informar a los responsables y supervisores.
- Clases semanales de formación continua. Se adaptarán a cada puesto de trabajo, y en ellas se reforzarán las habilidades y destrezas necesarias para el adecuado desempeño de las funciones laborales.
- Gestión de prácticas de forma conjunta con el Centro de Apoyo a la Integración y el programa de formación prelaboral.
- Charlas informativas a empresas. Se realizarán previas a la incorporación laboral de un nuevo trabajador, y también a demanda de las empresas que ya participan en el programa. El objetivo es facilitar información general sobre el Síndrome de Down y la discapacidad intelectual y mostrar estrategias de actuación a responsables y compañeros.
- Grupos de padres y grupo ECA. Se realizarán reuniones periódicas en función de la necesidad y la temática a tratar.
- Tutorías. Se realizarán aquellas reuniones con familiares que sean necesarias, bien a petición de la familia o del profesional.
- Acciones con el sector empresarial asturiano y de sensibilización. Se realizarán acciones de prospección empresarial con el objetivo de captar ofertas de empleo y nuevas empresas para prácticas. Así mismo, se realizarán actividades de difusión del programa, como charlas en foros empresariales y profesionales.

USUARIOS PREVISTOS:

	Oviedo	Gijón	Avilés	P. de Lena	Grado	Mieres	Piedras Blancas
Programa ECA	11	4	1	1		2	

PROGRAMA OCIO Y TIEMPO LIBRE

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la calidad del Ocio y Tiempo Libre de las personas con Síndrome de Down, y sus familias. Este programa ha sido el más afectado por la situación sanitaria, siendo el único que no ha podido desarrollarse desde marzo de 2.020. La previsión es comenzar, adaptando su organización a las restricciones y medidas de prevención establecidas, en el mes de septiembre, aunque, si es posible, comenzarán a realizarse alguna de sus actividades antes de ese mes. Se contemplan las mismas actividades que en años anteriores, aunque comenzarán a realizarse de manera escalonada y adaptada a las exigencias que, en cada momento, se establezcan.

AREAS

- Taller de artes (manualidades y baile): en el centro de actividades de Villafría, para comenzar a realizar esta actividad tenemos que coordinarnos con los y las profesionales y usuarios/as del CAI y asegurar que se mantienen las medidas preventivas exigidas por el Principado de Asturias. Fecha previsible de inicio: septiembre de 2.021.
- Excursión mensual: Esta excursión tendrá lugar un sábado al mes si la situación lo permite. En todo caso, no está previsto su inicio antes del mes de septiembre.
- Colonias de fin de semana: Se realizará si la situación lo permite.
- Campamento: En estos momentos es muy difícil asegurar su realización, se irá valorando la evolución de la pandemia y la posibilidad de organizarlo.
- Salidas fin de semana: Se estima que será la primera actividad que se podrá retomar, adaptando la organización de los diferentes grupos al número de personas y horario que se permita por las autoridades sanitarias, aunque respetando la dinámica general de cada uno de los grupos.
- *Ocio grupo de auto-gestores 1:*
 - Este grupo gestionará sus propias actividades de ocio, reuniéndose los martes para organizar su salida.
 - El horario de estas salidas será todos los sábados de 17h a 20:30 h. aproximadamente.
- *Ocio grupo de adultos con necesidad de apoyos:*
 - Se realizará una programación provisional de esta actividad, pudiendo existir modificaciones dependiendo del número, características de los usuarios y el número de voluntarios con los que se cuente.

- El horario de estas salidas será todos los sábados (exceptuando el de la excursión) de 17 a 20:30 h. aproximadamente.
- *Ocio grupo de auto-gestores 2:*
 - Este grupo gestionará sus propias actividades de ocio, a través de una aplicación de móvil.
 - El horario de estas salidas será todos los sábados (exceptuando el de la excursión) de 17 a 20:30 h. aproximadamente.
- *Ocio grupo de adolescentes:*
 - Se realizará una programación provisional de esta actividad, pudiendo existir modificaciones dependiendo del número, características de los usuarios y el número de voluntarios con los que se cuente.
 - El horario de estas salidas será todos los sábados (exceptuando el de la excursión) de 17 a 20:30 h. aproximadamente.
- *Ocio grupo de Gijón adultos:*
 - Se realizará una programación provisional de esta actividad, pudiendo existir modificaciones dependiendo del número, características de los usuarios y el número de voluntarios con los que se cuente.
 - El horario de estas salidas será todos los sábados de 17:30h a 21h.
- *Ocio grupo infantil Gijón:*
 - Se realizará una programación provisional de esta actividad, pudiendo existir modificaciones dependiendo del número, características de los usuarios y el número de voluntarios con los que se cuente.
 - Estas salidas serán un sábado al mes.
- *Ocio grupo infantil Oviedo:*
 - Se realizará una programación provisional de esta actividad, pudiendo existir modificaciones dependiendo del número, características de los usuarios y el número de voluntarios con los que se cuente.
 - Estas salidas serán un sábado al mes.
- *Ocio grupo infantil Avilés:*
 - Se realizará una programación provisional de esta actividad, pudiendo existir modificaciones dependiendo del número, características de los usuarios y el número de voluntarios con los que se cuente. Este grupo ha comenzado en 2019 ha decidir su propio ocio.
 - Estas salidas serán un sábado al mes.

- Voluntariado: se realizarán acciones de promoción del voluntariado. Además, se impartirá formación al voluntariado de la asociación trimestralmente.

USUARIOS PREVISTOS

Taller de artes

Oviedo 13 personas.

Excursión mensual

Oviedo 20 personas.

Colonia de fin de semana

15 personas.

Salidas de fin de semana

Oviedo 37 personas.

Gijón 9 personas.

Ocio infantil

Oviedo 7 personas.

Avilés 5 personas.

Gijón 3 personas.

Voluntariado

Asturias 40 personas.

PROGRAMA DE ATENCIÓN A FAMILIAS

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la calidad de vida tanto de las personas usuarias como de sus familias.

AREAS

Con el objetivo de garantizar los apoyos específicos necesarios para la persona y/o su familia se realizan las siguientes actividades:

- Intervenciones individuales: Necesarias para mejorar y/o mantener el bienestar emocional de las personas usuarias y de sus familias. En los casos en los que hay una menor necesidad de realizar las intervenciones, se mantiene el contacto de forma telefónica para realizar el seguimiento adecuado.

Los objetivos establecidos son de carácter personal, e intransferible, por lo que los temas a tratar son de diferente índole.

- Intervenciones grupales: se celebran grupos tanto con los propios usuarios como con las familias. Específicamente se organizan para:
 - Prestar apoyo a socios que participan en otros programas de la entidad: empleo con apoyo, ocio, centro de apoyo a la integración, vamos para mayores....
 - Prestar atención psicológica a aquellas personas que no participan en otros programas

La temática sobre los que versan los grupos de intervención se adapta en función de las necesidades detectadas por familias y profesionales, pero también en base a las demandas de las propias personas usuarias.

Los grupos se reunirán telemáticamente hasta que se considere segura su realización presencial.

- Formación y asesoramiento: con el objetivo de fomentar el conocimiento del Síndrome de Down y/o de la discapacidad intelectual en contextos ordinarios. A través de:
 - Charlas a voluntarios y/o personas interesadas en la temática.
 - Reuniones de coordinación con otros servicios (colegios, asociaciones, etc.)
 - Empresas.
 - Familias.

Todas las actividades incluidas en este apartado se mantendrán por vía telemática el tiempo necesario y, en todo caso, hasta que la situación sanitaria revierta.

- Investigación: con el objetivo de aumentar el conocimiento sobre el Síndrome de Down y/o las necesidades de las familias. Aunque no es una de las funciones fundamentales, se procura dirigir y/o colaborar con diferentes líneas de investigación.

USUARIOS PREVISTOS

Asturias 178 personas y sus familias.

Otros profesionales

Asturias 29 personas.

PROGRAMA DE MAYORES

OBJETIVOS GENERALES

Los objetivos serán;

- Mejorar el conocimiento sobre el proceso de envejecimiento saludable, tanto cognitivo, como de evolución y adaptación social.
- Mejorar la calidad de vida de nuestros usuarios mayores de 30 años poniendo en marcha un Programa de Envejecimiento activo tendente a mejorar la esperanza de vida de los mismos.
- Prevenir y retrasar la aparición de los déficits propios de la edad, deteniendo el agravamiento de los que ya hayan aparecido mitigando los efectos de la falta de autonomía
- Elaborar una base de datos individual de las personas en proceso de envejecimiento

AREAS

- Actividades para la Asociación
 - Programar actividades de preparación a la etapa de adulto mayor.
 - Adaptar las actividades que se realizan en la Asociación a esta nueva realidad.
 - Preparar grupos de trabajo con los profesionales de la asociación para actualizar, cambiar y/o mejorar los protocolos y hacerlos más pertinentes al envejecimiento de la población adulta con Síndrome de Down.
- Actividades para las familias
 - Informar de la necesidad e importancia de adaptar el entorno físico familiar a los cambios que conlleva el envejecimiento de sus hijos.
 - Ofertar charlas de información sobre envejecimiento activo, para que las familias incorporen en su vida una actitud positiva ante la vejez.

Estas actividades, cuando se desarrollen en modalidad grupal, se realizarán por medios telemáticos durante el tiempo que esta medida sea necesaria para garantizar la salud y el bienestar de las personas participantes.

- Actividades para las personas con Síndrome de Down y/o discapacidad intelectual que envejecen

- Programas de estimulación cognitiva adecuados al envejecimiento, con especial incidencia en la activación de la memoria y en la mejora del lenguaje
- Elaborar línea base para cada persona, según interés individual de la familia.
- Establecer protocolos de diagnóstico precoz con las personas con Síndrome de Down a partir de los 30 años, para prevenir situaciones de dependencia y de envejecimiento precoz.
- Prestar asesoramiento y/o apoyo a otros recursos de atención.

USUARIOS PREVISTOS

Programa de estimulación cognitiva

Oviedo 8 personas.

Elaboración de línea base

Asturias 60 personas

TALLER DE FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN PRE-LABORAL

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar un programa de habilidades ocupacionales y pre-laborales que habiliten a las personas para poder iniciarse en el mundo laboral. Se desarrolla en Oviedo y en Gijón.

AREAS

- 1.- Habilidades para la autonomía: Se trabajarán diversas áreas fundamentales: desplazamientos, manejo del dinero, nuevas tecnologías, habilidades sociales etc.
- 2.- Formación pre-laboral: Se pretende fomentar el interés por el trabajo como actividad productiva regulada por unas normas y características determinadas y que requiere un esfuerzo a cambio de una serie de beneficios económicos, sociales y personales. Se trabajarán en este sentido aspectos básicos relacionados con el empleo como son la organización de la empresa, la prevención de riesgos laborales, etc.
- 3.- Actividades ocupacionales: Destinadas a desarrollar otra serie de habilidades y/o capacidades que pueden favorecer el acceso al mercado laboral en diversos sectores: manualidades, manipulación de piezas, bisutería, ...
- 4.- Prácticas pre-laborales en empresas.
- 5.- Voluntariado, en colaboración con la Fundación Alimerka, en el servicio de oncología del HUCA, en función de lo que se establezca al respecto por la Fundación y siempre que sea posible retomar esta actividad.

USUARIOS PREVISTOS

Oviedo	10 personas.
Gijón	8 personas.

CENTRO DE APOYO A LA INTEGRACIÓN

OBJETIVOS GENERALES

El objetivo del Centro es dotar a personas adultas con discapacidad, de conocimientos, instrumentos y destrezas que les permitan la obtención de mayores niveles de autonomía e independencia en los ámbitos familiar, social y laboral, a través de programas de atención integral, formativos y/o pre laborales, en función de las necesidades específicas que presente cada una de las personas que acuden al Centro de Apoyo a la Integración.

La actividad del Centro aspira a conciliar y equilibrar tres grandes objetivos:

1. La inclusión social.
2. La autonomía personal.
3. Mejorar la calidad de vida y bienestar de todas las personas que son usuarias de este recurso.

AREAS

El Centro ofrecerá actividades en cada una de las siguientes áreas:

Área formativo-ocupacional. El objetivo será trabajar la adquisición, el desarrollo y el mantenimiento de todas aquellas habilidades funcionales necesarias para interactuar, de forma adecuada y adaptativa, en las diferentes situaciones sociales y laborales. También se trabajará la formación para la inserción laboral, en la que se busca que se tome conciencia de lo que significa trabajar, de la responsabilidad y satisfacción que conlleva.

En esta área también están talleres como el de reciclado, la cooperativa, el de artes escénicas, de expresión corporal, de pintura creativa, el de cocina y el programa de tecnologías de la información y la comunicación.

Área de autonomía funcional y salud. Se buscará el desarrollo de la autonomía personal en la vida cotidiana; en las actividades básicas de la vida diaria y en la comunicación y lenguaje. También se incluyen talleres como los de psicomotricidad y relajación, el programa de estimulación cognitiva, el programa de estimulación sensorial, o el desarrollo de actividades deportivas.

Área de desarrollo personal y social. Se buscará trabajar la autodeterminación y la participación; a través de programas de educación para la salud, educación vial, educación

ambiental, talleres de autorregulación emocional, programas de habilidades cognitivas y programas de habilidades sociales.

Área de intervención en el entorno de la persona. Fundamentalmente se desarrollarán actividades de orientación y asesoramiento a las familias, a los usuarios y a los profesionales; se trabaja a demanda, y las intervenciones pueden ser individuales o en grupo. También se incluyen en este ámbito todas las acciones que desarrollamos hacia la comunidad, como las campañas de sensibilización y de promoción de una imagen positiva de las personas con discapacidad.

USUARIOS PREVISTOS

Mieres	1 persona
Oviedo	26 personas
Gijón	1 persona

PROYECTO DE DETECCIÓN DE NECESIDADES DE PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN EN EL ÁMBITO RURAL DE ASTURIAS

OBJETIVO GENERAL

El objetivo general del Estudio es realizar una investigación que permita conocer la población con discapacidad intelectual en las zonas rurales del Principado de Asturias y su acceso a los recursos existentes, así como diseñar un plan de intervención con estas personas centrado en la zona de arraigo.

Nuestro objetivo específico es conocer a toda la población con Síndrome de Down que reside en toda la zona rural del Principado de Asturias, realizando la valoración de su situación en el medio familiar, educativo, social, laboral, etc. Tener conocimiento de todos los recursos disponibles en el entorno donde viven.

AREAS

A lo largo del año se finalizará este estudio, que dio comienzo en 2019 y se interrumpió en 2020, recabando esta información y elaborando un mapa de la situación de las personas con Síndrome de Down en el área rural.

Los resultados de esta investigación se publicarán una vez haya finalizado.

PROGRAMA RESPIRO

OBJETIVOS GENERALES

Con este proyecto pretendemos contribuir a que las familias cuidadoras puedan conciliar su vida familiar con la laboral y social, y disponer de tiempo de respiro, a la vez que se garantiza el acceso y disfrute del ocio de las personas con más necesidades de apoyo.

Se había previsto el inicio de este programa en abril de 2.020, aunque finalmente la declaración de la emergencia sanitaria lo impidió. Se espera que este año pueda dar comienzo y se valorará la posibilidad de sustituir el campamento de verano por esta otra modalidad, ya que se organizaría con menor número de participantes.

AREAS

Facilitar a la familia servicios de atención temporal para las personas con discapacidad intelectual.

Favorecer y mejorar las relaciones familiares y sociales.

Prevenir y/o paliar situaciones de crisis personal y/o familiar.

Favorecer la permanencia en el entorno familiar de la persona con discapacidad intelectual.

TERAPIA OCUPACIONAL

OBJETIVOS GENERALES

Este programa tiene como objetivo general mejorar la autonomía e independencia de las personas con Síndrome de Down y/o discapacidad intelectual a través del entrenamiento en todas las actividades de la vida diaria que puedan repercutir positivamente en el desempeño de las mismas, reduciendo de manera significativa la necesidad de intervención de una tercera persona.

AREAS

Siempre con el objetivo de potenciar la autonomía e independencia de las personas con Síndrome de Down y/o discapacidad intelectual se realizarán las siguientes actividades básicas:

Autonomía en la alimentación; Uso de todos los utensilios necesarios para llevar a cabo la actividad de la alimentación de forma independiente. Manejo de cubiertos necesarios, partir los alimentos, uso de productos de apoyo, tiempo de transcurso de la actividad.

Autonomía en el vestido: Elección de las prendas y complemento con adecuación a hora del día, tiempo y ocasión. Vestirse y desvestirse con la secuencia adecuada. Ajustarse la ropa, los zapatos. Cuidado y uso de dispositivos personales como p.ej gafas, audífonos, aparatos bucales.

Higiene y cuidado personal: Higiene personal, rutina de baño o ducha. Higiene bucal. Utilización adecuada del WC. Peinado. Arreglo de uñas. Higiene de oídos. Eliminación de vello corporal, afeitado o depilación. Uso de cosméticos.

En la medida en que los/as usuarios/as vayan alcanzando los objetivos iniciales establecidos, y de acuerdo con su edad, se irían incorporando otras habilidades más complejas, denominadas instrumentales que aumentarían el nivel de autonomía e independencia de la persona: Independencia en la comunicación, Movilidad en el entorno, Gestión financiera (manejo del dinero).

OTRAS ACTIVIDADES

A lo largo del año se realizarán otras actividades que involucren a varios programas o a toda la asociación, por este motivo se recogen en otro apartado. En estos momentos solo podemos confirmar las siguientes actividades, cuya organización depende, principalmente, de la asociación y que pueden organizarse, en caso necesario, con actividades virtuales:

- Celebración del Día Mundial del Síndrome de Down, con actos reivindicativos en el ámbito educativo a través de distintos colegios asturianos, una campaña de concienciación en redes sociales y la organización de actividades online de animación sociocultural.
- Calendario Solidario 2022 cuya temática está por determinar.
- Celebración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad.
- Celebración del Día del Voluntariado.

No se puede confirmar, en estos momentos, que se vayan a realizar otras actividades, habituales en nuestra entidad, que requieren de la participación de otras entidades y/o empresas y que deben celebrarse, en todo caso, de manera presencial. En este apartado quedamos a expensas de la evolución de la situación y de las decisiones que adopten las distintas colaboraciones. Entre esas actividades estarían:

- Organización de diversas actividades con el Programa de Voluntariado Corporativo de La Caixa (coloquios-café, encuentros deportivos, excursiones, ...)
- IV jornada, "Conozco a tu familia". Encuentro lúdico de familias, trabajadores y voluntariado de la asociación.
- VII Campeonato Barista Down Principado de Asturias organizado por Cafento.
- XXIX Torneo de Golf en el Real Club de Golf La Barganiza
- VII Edición del desfile de moda Integración y Pasarela en el Centro Comercial Los Prados de Oviedo.