



**Actividades
de verano**
2020



Durante este verano Asindown ofrece actividades de ocio (campus urbano y campamento) para dar servicio a todas las personas adultas que forman parte de Asindown y que llevan tiempo en su domicilio recibiendo formación y atención on line.

Se trata de llevar a cabo a través del ocio y temáticas atrayentes las tareas que consideramos son necesarias para la reincorporación al curso 2020-2021, retomando de manera progresiva la calidad de vida y la normalidad del día a día.

Se pretende dar las herramientas necesarias para la autonomía, autogestión y desarrollo emocional, tal y como se viene trabajando en Asindown, pero desde un enfoque más lúdico y dinámico, trabajando de manera encubierta y transversal aquellas acciones que posteriormente describiremos.



PERFILES DESTINATARIOS

El programa está preparado para dar servicio a **dos tipos de perfiles**, por una parte, **uno de mayor autonomía** e independencia en las áreas motoras y cognitivas, con poca necesidad de apoyo en la realización de actividades, y por otra a **un grupo de más dependencia** y necesidad de apoyo en todas las áreas tanto motoras como cognitivas, mayor necesidad de adaptación de materiales, y acompañamiento en actividades.

Dependiendo de esta circunstancia se planifican las actividades diferenciadas, poniendo el peso más en unas áreas que en otras. Se tendrán en cuenta las preferencias de la persona asistente, de la familia y su profesional

de referencia, considerando la posibilidad de asistir como mínimo una semana y como máximo cinco semanas, con la posibilidad de compaginar las modalidades como convenga.



DÓNDE Y CUÁNDO

Asindown cuenta con diferentes espacios protegidos donde desarrollar las actividades de una forma segura y controlada dentro de las circunstancias sanitarias actuales.

- Centro de Apoyo a la Inclusión CAI
- Vivienda Asindown
- Fundación Asindown
- Piscina Xirivella
- Polideportivo Fuensanta
- Espacios amplios comunitarios.
- Instalación La Salle en LLiria.

El calendario de actividades se desarrollará durante los días señalados en rojo y azul:

Agosto

L	M	X	J	V	S	D
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

A continuación os presentamos las actividades y los turnos a los que podéis optar. Los modelos y estilos de atención cubren todas las franjas de edad de las personas con síndrome de Down u otras discapacidades y el material será adaptado a cada usuario/a.





Las actividades se estructuran en actividades de trabajo semanales que cubren todas las competencias y habilidades personales y sociales, para su afianzamiento en el tiempo o recuperación. Están previstas combinaciones de diferentes acciones adaptadas a los grupos formados y a los perfiles. El conjunto de todas es el siguiente:

- ACCIONES COGNITIVA:
 - Logopedia
 - lectoescritura
- ACCIONES MOTIVACIONALES:
 - Sesiones coaching
 - Descubrir nuestro yo
 - Trabajar empatía
 - Sentimiento de pertenencia al grupo
 - Dinámicas de grupo
- ACCIONES AUTOIMAGEN:
 - Cuidado y aseo personal
 - Busca tu estilo personal
 - Personal shopper
 - Orden y conocimiento de mis accesorios y prendas personales
 - Profesionales de la imagen y cuidado de nuestro cuerpo
- ACCIONES HH.SS:
 - Dinámicas de socialización
 - Teatro e interpretación
 - Crear situaciones reales de comunicación
- ACCIONES EMOCIONALES:
 - Interpretación
 - Gestión de emociones
- ACCIONES FORMATIVAS:
 - Intercambio de experiencias y perfiles laborales
- ACCIONES TIC'S:
 - uso de app para la gestión personal
 - uso de las app como modo de apje.
 - uso de word, power point, otros.
 - uso de app para compras on line.
 - uso de app cocina
 - Autoinstrucciones guiada por la tecnología
- ACCIONES SALUD:
 - Explicación actual covid 19.
 - Prevención Riesgos Laborales
 - Hábitos de salud
 - Nueva situación actual sobre covid 19.
 - Prevención de enfermedades
 - Control nutrición y salud
- ACCIONES FOL:
 - Atención al cliente
 - Cocina profesional
 - Atención en sala
- Camarero de piso
- Administración
- Jardinería
- Conserje
- Reponedor
- ACCIONES DISEÑA TU PROYECTO LABORAL:
 - Personalidad ajustada al puesto de trabajo
 - Perfil laboral ajustado
 - Creación curriculum
 - Videocurriculum presentación
- ACCIONES “PROYECTO MOVILIDAD”
 - Uso de app EMT
 - Obtener un billete para un viaje
 - Prácticas relacionadas con la movilidad
- ACCIONES ODS
 - Desarrollo 17 ODS
 - Participación de expertos
- ACCIONES ESTIMULATIVAS: (PSICOMOTRICIDAD)
 - Contacto con el entorno
 - Ejercicio físico
 - Actividades manipulativas

ACCIONES TRANSVERSALES COMUNES A TODOS LOS PERFILES Y ESTILOS DE ATENCIÓN

- AUTONOMÍA:
 - Aseo personal
 - Orden y limpieza
 - Autoimagen
- ACTIVIDAD FÍSICA:
 - Piscina
 - Paseos
 - Estiramientos
- Yoga
- Aerobic
- Actividad física (gap, hit, cardio...)
- Activ. motoras
- juego psicomotriz
- colpbol, baloncesto, futbol sala...
- OCIO
 - Cine
 - Salidas
 - Videojuegos
 - Fiestas temáticas
 - scape room
 - gyncana
 - baile



Campus urbano

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00 - 9:30	LLEGADA Y RECEPCIÓN DISTRIBUCIÓN TAREAS				
09:30 - 11:00	ACTIVIDAD FÍSICA DIRIGIDA	ACTIVIDAD	ACTIVIDAD FÍSICA DIRIGIDA	ACTIVIDAD	ACTIVIDAD FÍSICA DIRIGIDA
11:00 - 11:45	AUTONOMÍA Y DESCANSO				
11:45 - 13:45	ACTIVIDAD	PISCINA	ACTIVIDAD	PISCINA	ACTIVIDAD
14:00 - 15:00	DESCANSO AUTONOMÍA/PREP.SALIDA/COMEDOR				
15:00 - 16:00	HIGIENE Y OCIO				
16:00 - 17:00	ACTIVIDAD SALIDA				
17:00 - 20:00	ESTANCIA VIVIENDA: AUTONOMÍA				
20:00 - 22:00	PREPARACIÓN Y CENA Y LIMPIEZA				
22:00 - 23:30	OCIO				
23:30 - 08:00	DORMIR				
8:00 - 09:00	DESAYUNO Y SALIDA CAI				

Campamento

	LUNES a DOMINGO
9:00 - 9:30	DESAYUO
10:30 - 11:45	ACTIVIDADES
12:00	PISCINA
14:30	COMIDA
16:00	DESCANSO
18:00	ACTIVIDADES
19:30	MERIENDA
20:00	DUCHA Y ASEO
21:00	CENA
22:00	ACTIVIDADES
23:00	DORMIR



INSCRIPCIONES

Las actividades están programadas para llevarse a cabo con un mínimo de usuarios y usuarias, si no se alcanza el número mínimo de inscripciones por semana Asindown no podrá llevar a cabo las actividades previstas.

Las actividades se modificarán si fuera necesario ajustándose a los protocolos vigentes de Sanidad por la COVID-19.

Los profesionales necesarios para las actividades se determinarán según la legislación y perfiles inscritos.

Para proceder a la inscripción, rellene los siguientes formularios y envíelos por correo electrónico con **fecha máxima 26 de junio** a:

verano2020@asindown.org

Si tiene alguna duda, puede contactar con el personal de la sede en el teléfono **963 834 298**.

Las plazas se asignan por riguroso orden de inscripción.

El pago se realizará del 1 al 10 de julio por el importe de la suma de los turnos a los que se desee asistir.



HOJA DE INSCRIPCIÓN

D./D^a

Como madre, padre /tutor o tutora de

Declara conocer las Actividades 2020 de la Fundación Asindown , está interesado/a en la contratación de las opciones que se señalan en el cuadro de turnos, y formaliza la inscripción aceptando las estipulaciones descritas en la documentación informativa.

Campus urbano

	HORARIO DE 9:00 A 14:00 h	HORARIO DE 9:00 A 17:00 h	HORARIO: LUNES a las 9:00 a VIERNES a las 14:00
	Incluye almuerzo saludable	Incluye almuerzo saludable y servicio de comedor en el CAI, servido por la empresa IRCO	Incluye comidas, atención y acompañamiento durante la estancia completa, pernoctando en la vivienda Asindown
semana del 3 al 7 de agosto	125 € <input type="checkbox"/>	250 € <input type="checkbox"/>	450 € <input type="checkbox"/>
semana del 10 al 14 de agosto	125 € <input type="checkbox"/>	250 € <input type="checkbox"/>	450 € <input type="checkbox"/>
semana del 17 al 21 de agosto	125 € <input type="checkbox"/>	250 € <input type="checkbox"/>	450 € <input type="checkbox"/>
semana del 24 al 28 de agosto	125 € <input type="checkbox"/>	250 € <input type="checkbox"/>	450 € <input type="checkbox"/>

Campamento

Incluye transporte, pensión completa, atención y acompañamiento durante la estancia en la instalación de La Salle, en Lliria. Desde las 9:00 h del lunes a las 13:00 horas del domingo.

	USUARIOS de ASINDOWN curso 2019/2020	NO USUARIOS de ASINDOWN curso 2019/20 RATIO 1/5	NO USUARIOS de ASINDOWN curso 2019/20 RATIO 1/3	NO USUARIOS de ASINDOWN curso 2019/20 RATIO 1/1
semana del 27 al 2 de agosto	550 € <input type="checkbox"/>	630 € <input type="checkbox"/>	724 € <input type="checkbox"/>	819 € <input type="checkbox"/>

Observaciones a reseñar respecto de lo/s turnos elegidos:

SE APLICARÁ UN 10% DE DESCUENTO A AQUELLAS PERSONAS INSCRITAS, BIEN A TRES O MÁS SEMANAS DE CAMPUS O BIEN LAS INSCRITAS AL CAMPAMENTO MÁS ALGUNA DE CAMPUS.

Asimismo, deja constancia del compromiso a abonar los recibos girados en las fechas previstas, independientemente de la asistencia del interesad@, sabiendo que, salvo por causa debidamente justificada (ingreso hospitalario del/de la participante u otra causa médica continuada de fuerza mayor), no se contemplará la exención de pago con reserva de plaza.

Firman en Valencia, a

de

de 2020, como prueba de conformidad

Vto. bueno de Padre/madre/tutor@

Alumno/a



FORMULARIO DE DATOS PERSONALES

Datos del usuario/a

Nombre y apellidos

DNI (con letra) Fecha de nacimiento

Dirección C.P. Población

Teléfono móvil Correo elect.

¿Posee orden judicial de incapacitación, curatela...? Sí No

Sois personas socias de Asindown Sí No

Tipo de discapacidad Síndrome de Down Otra:

Ha estado o está en otro servicio de Asindown:

Datos de la madre

Nombre y apellidos

DNI (con letra) Fecha de nacimiento

Dirección C.P. Población

Teléfono móvil Correo electrónico

Profesión

Datos del padre

Nombre y apellidos

DNI (con letra) Fecha de nacimiento

Dirección C.P. Población

Teléfono móvil Correo electrónico

Profesión



FORMULARIO DE DATOS DE INTERÉS

En ASINDOWN cuidamos mucho de las personas. Por este motivo necesitamos tener un poco más de información sobre su hij@ con el fin de adaptarnos a sus necesidades. Marca la casilla que mejor le describa, y si procede, una breve descripción en aquellas indicaciones o tareas que requieran una explicación.

Nombre y apellidos

Autorizo al personal responsable de Asindown para actuar en nombre de los padres o tutores en caso de accidente, enfermedad u otra situación (se entiende que antes se intentará informar a los padres o responsables legales del participante).

Firma TITULAR
Madre/tutora

Firma Padre/Tutor:

Firma:

Nadar

¿Sabe nadar?

No

Sí

¿Le gusta bañarse?

No

Sí

Es importante:

Datos médicos

¿Padece alguna enfermedad orgánica?

No

Sí:

¿Tiene un diagnóstico dual?

No

Sí:

Observaciones

¿Sigue algún tratamiento médico?

No

Sí.

Especifique médico especialista, medicación y dosis:

IMPORTANTE E INDISPENSABLE: Traer pastillero claramente enunciado. Jarabe o similar, con su caja y su nombre

¿Es alérgico a algún medicamento?

No

Sí:

¿Presenta alguna otra alergia?

No

Sí:

Observaciones

Los datos formulados por Vd. en este formulario serán tratados por FUNDACIÓN ASINDOWN, en calidad de responsable, para la finalidad indicada en esta documentación y sobre la base en lo dispuesto en el Reglamento General de Protección de Datos 2016/679 de la Unión Europea, Vd. podrá ejercitar los derechos de acceso, rectificación, supresión, y otros también citados en este Reglamento como se explica en la información adicional de protección de datos de carácter personal que puede consultar en la dirección web: asindown.org



Alimentación

Independiente Dependiente Con ayuda verbal Con ayuda física Con adaptación

¿Utiliza de manera autónoma los cubiertos?

¿Bebe de manera autónoma? ¿Hay que recordarle que beba agua?

¿Qué tipo de comida come? triturado, sólido, semisólido, etc? ¿Hay alguna textura que no tolera?

Aseo e higiene personal

Independiente Dependiente Con ayuda verbal Con ayuda física Con adaptación

¿Realiza toda la secuencia de ducha por el/ella sol@ (mojado, enjabonado, enjuagado, secado)? Si no es así ¿En cuál de éstas tareas necesita apoyo? ¿Qué tipo de apoyo (verbal o físico)? ¿ Regula la temperatura del agua?

En relación al cepillado del cabello, dientes y manos ¿Es necesario una ayuda física o verbal?

Si procede ¿Es capaz de cambiarse la compresa?

Vestido y desvestido

Independiente Dependiente Con ayuda verbal Con ayuda física Con adaptación

¿Tiene alguna dificultad específica en el vestido? Por favor, especifique cual (ponerse los zapatos, abrocharse cordones, quitarse los pantalones, se confunde con derecho y del revés...etc.). Indique también las pautas que sigue a la hora de trabajar dicha dificultad.

¿Tiene alguna rutina que debamos seguir? (orden de la ropa, elige el mismo la ropa...etc.)

Los datos formulados por Vd. en este formulario serán tratados por FUNDACIÓN ASINDOWN, en calidad de responsable, para la finalidad indicada en esta documentación y sobre la base en lo dispuesto en el Reglamento General de Protección de Datos 2016/679 de la Unión Europea, Vd. podrá ejercitar los derechos de acceso, rectificación, supresión, y otros también citados en este Reglamento como se explica en la información adicional de protección de datos de carácter personal que puede consultar en la dirección web: asindown.org



Continencia

Independiente Dependiente Con ayuda verbal Con ayuda física Con adaptación

¿Usa pañal? Especificar si únicamente lo usa solo de noche.

Identifica cuando tiene que usar el aseo? ¿Hay que recordarle los tiempos para ir al baño?

Movilidad funcional

Independiente Dependiente Con ayuda verbal Con ayuda física Con adaptación

¿Utiliza algún tipo de apoyo a la hora de andar? ¿Realiza las transferencias de manera autónoma (de la silla al wc, de la cama a la silla...etc)?

¿Es capaz de orientarse? ¿Necesita supervisión de un monitor?

Si Usted quiere hablarnos un poco más sobre su hij@, en este apartado podrá comentar todo aquello que no se ha reflejado en las preguntas anteriores. Toda información es útil para que la experiencia de su hij@ sea completa y satisfactoria.

Que el personal dependiente de la Fundación Asindown (laboral, en prácticas y voluntario) suministra la medicación a

siendo el profesional la persona responsable de su dosis.

Firman en Valencia, a de de 2020, como prueba de conformidad

Firma TITULAR
Madre/tutora

Firma Padre/Tutor:

Firma:

GRACIAS POR VUESTRA CONFIANZA

Los datos formulados por Vd. en este formulario serán tratados por FUNDACIÓN ASINDOWN, en calidad de responsable, para la finalidad indicada en esta documentación y sobre la base en lo dispuesto en el Reglamento General de Protección de Datos 2016/679 de la Unión Europea, Vd. podrá ejercitar los derechos de acceso, rectificación, supresión, y otros también citados en este Reglamento como se explica en la información adicional de protección de datos de carácter personal que puede consultar en la dirección web: asindown.org