Asociación de Personas con Diversidad Funcional PIERRES

PROGRAMA DE ACTIVIDADES ATENCIÓN INTEGRAL A PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y SUS FAMILIAS

2023

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

INDICE

1. PRESENTACIÓN Pág. 2
2. JUSTIFICACIÓN Pág. 4
3. FINALIDAD Y OBJETIVOS Pág. 7
4. POBLACION A LA QUE VA DIRIGIDA Pág. 10
5. ACTIVIDADES Pág. 11
6. TEMPORALIZACIÓN Pág. 16
7. METODOLOGÍA Pág. 17
8. RECURSOS NECESARIOS Y PRESUPUESTO Pág. 18
9. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN Pág. 22
10. ANEXOS Pág. 24

1. PRESENTACIÓN

La Asociación de Personas con Diversidad Funcional Pierres es una Asociación gestionada por personas con diversidad funcional, familiares y personas sensibilizadas que nace en 1992 y que en la actualidad desarrolla una importante labor de sensibilización, atención y apoyo integral a las personas con diversidad funcional y sus familias, principalmente en lo que se refiere al fomento de la autonomía y la mejora de la calidad de vida a nivel de salud física, emocional y relacional. También favorece la promoción de valores sociales y espacios de encuentro e inclusión, fomentados el cuidado, la cooperación y el apoyo mutuo.

A través de este proyecto seguimos desarrollando los servicios habituales en el área de fisioterapia, educación psicopedagógica, atención al cuidado/autocuidado emocional y relacional, orientación y acompañamiento… para que sigan disponiendo de la atención necesaria en éste, su entorno más cercano. A su vez favorecemos en estos espacios la corresponsabilidad en la salud física y emocional de las personas que participan, reforzando su protagonismo en dichos procesos.

Este año además, vamos a continuar expandiendo nuestra aportación comunitaria, con los espacios inclusivos y de sensibilización para niñ@s, jóvenes y adultos. En este sentido, se van a concretar acciones de interés general que se plasmarán en nuestro Plan de Responsabilidad Social Corporativa (en fase de elaboración en la actualidad) con un especial compromiso con la promoción de valores y la no discriminación entre los colectivos más jóvenes. Finalmente seguimos promoviendo a su vez valores de participación y solidaridad a través del ya presente Plan de Voluntariado.

Señalar que nuestro compromiso con la calidad y la transparencia en nuestro trabajo sigue en alza, obteniendo de nuevo el sello RSA Aragón y desarrollando las mejoras consensuadas en nuestro plan estratégico. En este sentido el presente programa también se refleja en la Planificación Operativa 2023, que están disponibles junto con el presente proyecto y otros documentos relevantes en los apartados correspondientes de la web de la asociación (www.asociacionpierres.org).

Agradeciendo de nuevo a todas aquellas entidades, colectivos y personas que apoyan y suman para que este Proyecto siga adelante.

Agradecer de nuevo a las entidades financiadoras en años anteriores (IRPF, Fundación “La Caixa”, Excmo. Ayuntamiento de Tarazona, Fundación Once, Obra Social Ibercaja), esperando que la calidad de este proyecto les invite a seguir depositando en nosotr@s su confianza.

2. JUSTIFICACIÓN

Como hemos aludido anteriormente la Asociación de personas con Diversidad Funcional Pierres viene dedicándose a las personas con discapacidad desde hace treinta años. La tarea de apoyo ha venido y viene respondiendo a su propia necesidad y demanda, considerando también las necesidades sociales como necesidades de primera línea. En este sentido, en nuestra actividad se refleja este tándem individuo-familia-comunidad/sociedad y aunque pongamos la energía esencial en lo primero, procuramos incidir en todo lo demás, tal y como se refleja a continuación en los siguientes bloques:

1. **Apoyo a las personas con discapacidad en todas las etapas de su vida**:

1.1 Primera infancia-etapa escolar. En nuestra ciudad existe servicio público de atención temprana hasta los seis años, a partir de esta edad los niñ@s se quedan sin recurso cuando todavía tienen necesidad; este espacio de apoyo y estimulación pasa a realizarse desde la Asociación. Igualmente se dan casos en que los menores necesitan refuerzo al trabajo realizado en Atención Temprana, por lo que apoyamos y nos coordinamos con l@s profesionales de este servicio para complementar la atención, lo cual se da principalmente a través del servicio de Equinoterapia. Otra necesidad importante a cubrir es reforzar y complementar el trabajo de la escuela con el alumnado con necesidades especiales, este trabajo es esencial para que el niñ@ vaya avanzando y ganando el máximo de autonomía posible. También hemos detectado la necesidad de ocio inclusivo para estos niñ@s ya que normalmente pasan el tiempo libre en familia, no disponiendo de grupo de iguales con los que realizar actividades y aprender habilidades de relación; este espacio pasaría a cubrirse a través de los diversos talleres y el campamento inclusivo en el que participamos en verano.

1.2 Adolescencia y juventud: aquí la necesidad detectada en un principio fue el observar que los adolescentes y jóvenes con necesidades especiales no disponían de espacios de ocio compartido fuera del ámbito escolar/ocupacional, limitándose prácticamente al ocio con sus familias. El club de ocio ha sido un espacio en el que aglutinar a estas jóvenes realizando actividades de su interés y promoviendo igualmente su autonomía de cara a gestionar tanto estas actividades como su propio tiempo libre. En este sentido y una vez cubierto este espacio, seguimos incidiendo también en la promoción de su autonomía y crecimiento personal, el desarrollo de la inteligencia emocional y la promoción del autocuidado, espacio que vemos esencial ya que se han detectado carencias en aspectos como son la de gestión de emociones, autoconcepto y autoestima. Se valora además la necesidad de realización de actividades de inclusión, especialmente con momentos de ocio los fines de semana.

En el otro grupo de adolescentes-jóvenes más jóvenes seguimos trabajando el déficit en habilidades sociales, por lo que seguimos desarrollando un taller específico que les

ayuda a integrar herramientas para enfrentarse al mundo, adquiriendo autonomía y seguridad en sí mism@s. Este es un taller a mantener en el tiempo estableciendo a su vez estrategias de inclusión ya que en esta etapa de la vida, las dificultades de inclusión entre iguales de adolescentes y jóvenes con diversidad funcional es amplia, y todavía perciben rechazo o falta de sensibilidad por parte de sus iguales. Desde la Asociación consideramos que esto es fruto del desconocimiento, sumado a veces a la falta de habilidades, momento vital también… por lo que es esencial promover estos espacios dentro de un contexto lúdico y experiencial motivante.

1.3 Edad adulta: si las personas sin discapacidad van acumulando tensiones y dolencias corporales a lo largo de su vida, las condiciones para las personas con discapacidad se agravan, disminuyendo en muchas ocasiones considerablemente su capacidad de autonomía. Dotar de un servicio de apoyo fisioterápico (atención, ejercicios, acompañamiento…) es esencial para su bienestar físico, prevenir el deterioro y favorecer un envejecimiento activo. En este sentido el servicio de fisioterapia es uno de los más demandados ya que cada vez hay más patologías que se cronifican y que necesitan atención permanente.

Igualmente en esta etapa, hay una demanda cada vez mayor de acompañamiento en los procesos emocionales (vivir la limitación, carencias en las relaciones sociales y familiares, aislamiento, depresión…) que vemos importantes atender en coordinación con otros profesionales del ámbito social y sanitario. Muchas de las actividades de encuentro y formación irían en esta línea, además de promover otras actividades como son los talleres de Mindfulness (Atención Plena) como espacios específicos de promoción del autocuidado y del bienestar emocional.

Finalmente otra necesidad ampliamente detectada es abordar la dificultad/limitación en el uso de nuevas tecnologías que viene abordándose con acompañamiento y tutorización en el espacio de atención al público o a través de talleres formativos destinados a tal fin.

1.4 Tercera edad: el camino a la limitación se agrava incuestionablemente con la edad, los procesos más duros en los que la limitación sobreviene de repente (ICTUS, caídas-accidentes…) o los agravados por problemas degenerativos neuronales (Alzheimer) son habituales. En estos espacios es donde más ha de reforzarse el tejido social cooperativo, ya que el nivel de dependencia y necesidad de la persona es muy alto y el nivel de cansancio y desgaste de los cuidadores suele también serlo; por ello es tan importante trabajar en los dos puntos siguientes.

2. **Apoyo y acompañamiento a familiares y cuidadores de personas con discapacidad**: trabajar con las familias es esencial cuando se trata de menores y de adultos con amplias limitaciones. La Asociación es un espacio de apoyo y encuentro para ellas. Coordinarnos, trabajar conjuntamente, no solo en los procesos con sus hij@s sino

como implicación responsable en la en la propia dinámica de la Asociación, es un proceso en el que estamos inmersos desde siempre. En un principio nos encontramos con necesidades relacionadas especialmente con la sobrecarga física y emocional; esta demanda de espacios de apoyo nos llevó a realizar talleres de formación (específica en diferentes áreas para favorecer la mejora de las competencias personales, el autocuidado…etc.), facilitar atención fisioterápica puntual, promoción de grupos de autoapoyo para familiares y cuidadores o disponer de una bolsa de cuidadores a los que recurrir en caso de necesidad. También en esta línea se han promocionado espacios de ocio y encuentro creativo. Consideramos que es importante seguir cultivando estos espacios ya que además de ser necesarios son ampliamente valorados. Este año seguimos complementando nuestra actuación con las acciones proyectadas en el Plan del Voluntariado, y que incluyen espacios de apoyo y respiro al cuidador en niñ@s y personas dependientes especialmente.

3. **Sensibilización, promoción del asociacionismo y la cooperación como formas de construcción sociales**. Consideramos que socialmente todavía siguen primando muchos estereotipos entorno a la discapacidad, por ello vemos esencial hacer campañas y trabajar para que las personas con diversidad funcional sean vistas como lo que son; personas con limitaciones pero a su vez con mucho potencial y mucho que aportar también socialmente. Estas campañas son especialmente importantes en el entorno escolar ya que muchos de l@s niñ@/adolescentes con diversidad funcional siguen teniendo amplias dificultades de relación con sus iguales, siendo además especialmente sensibles al rechazo social. En este sentido trabajamos por una inclusión plena y un reconocimiento mutuo.

Consideramos además que es esencial reforzar el tejido social de apoyo, coordinarnos entre los diferentes profesionales y entidades que trabajan con el colectivo para generar sinergias positivas y evitar duplicidades.

También vemos esencial crear espacios de colaboración, implicación y convivencia entre los propios soci@s; plasmando a su vez los valores de cooperación y responsabilidad social en nuestro entorno; lo cual se refuerza a través de las acciones planteadas en el Plan de Responsabilidad Social que se están elaborando en el presente.

3. MISIÓN Y OBJETIVOS

La finalidad última y misión de este programa sería "*favorecer la mejora de la calidad de vida de las personas con diversidad funcional, promoviendo su participación y su autonomía, así como su plena inclusión social".* Para ello nos enfocamos en los siguientes objetivos específicos:

1. Ofrecer un espacio de información, orientación y acompañamiento para personas con discapacidad y sus familias, incluyendo formación y apoyo en nuevas tecnologías.
2. Ofrecer un servicio de apoyo a niñ@s y adolescentes con necesidades especiales para el desarrollo integral de los mismos.
3. Desarrollar espacios de crecimiento personal, de convivencia positiva e inclusión para jóvenes y adolescentes con discapacidad.
4. Favorecer la promoción de la autonomía, prevenir el deterioro físico y contribuir a un envejecimiento activo en las personas con diversidad funcional.
5. Potenciar la corresponsabilidad, la gestión positiva de emociones y las relaciones afectivas saludables en las personas con discapacidad y su entorno más cercano.
6. Crear espacios de apoyo, formación y encuentro para familiares y cuidadores de personas con diversidad funcional.
7. Potenciar el asociacionismo, la coordinación y la creación de tejido social cooperativo.

El siguiente cuadro recogería los indicadores y los resultados esperados en cada una de las áreas que trabajamos, dichos resultados se valorarían a través de los procesos de evaluación continuada que se recogen en el apartado correspondiente.

OBJETIVOS	INDICADORES	RESULTADOS ESPERADOS
1. Ofrecer un espacio de información, orientación y acompañamiento para personas con discapacidad y sus familias, incluyendo formación y apoyo en nuevas tecnologías.	• Número de atenciones realizadas • Número de atenciones especializadas en nuevas tecnologías. • Grado de satisfacción del servicio	- Se realizan al menos 400 atenciones en toda la comarca a lo largo del año con al menos 100 usuarios diferentes -El grado de satisfacción por parte de los usuari@s/participantes es elevado (a partir de 7 en una escala de 10).
2. Ofrecer un servicio de apoyo a niñ@s y adolescentes con necesidades especiales para el desarrollo integral de los mismos.	• Numero de niñ@s con necesidades especiales que se benefician del servicio. • Numero de sesiones de apoyo para cada niño (individual o en pequeño grupo) • Grado de consecución de los objetivos individuales de trabajo propuestos	-Se cubren el 100% de las plazas destinadas a trabajo individual y en grupo. - El 90% de l@ niñ@s acuden motivad@s y valoran positivamente la actividad. - Se aprecian resultados visibles en el avance de cada uno de los niñ@s, ya sea a nivel motor (arrastre, gateo, equilibrio, salto, lateralidad…),

	• Nivel de adecuación de la actividad a las necesidades y objetivos propuestos para cada un@ de los niñ@s/adolescentes.	cognitivo (comprensión y expresión, asociación de procesos…) y/o emocional/relacional (comunicación, habilidades sociales, juego...)
3. Desarrollar espacios de crecimiento personal, de convivencia positiva e inclusión para jóvenes y adolescentes con discapacidad	• Número de participantes en los diferentes grupos y número de sesiones realizadas. • Grado de consecución de los objetivos propuestos (a nivel individual y grupal) • Número de participante sin diversidad funcional y grado de inclusión en las inclusivas. • Nivel de satisfacción, participación y autonomía • Adecuación de la actividad a las necesidades y objetivos propuestos.	-Un 80% de las actividades programadas las preparan y realizan ell@s. -Acuden el 90% de los miembros a las actividades y las valoran positivamente. - Se trabaja cooperativamente. Las dificultades y conflictos se resuelven en el grupo. - En los espacios inclusivos se da una interrelación enriquecedora. - Se aprecian avances visibles en el incremento de habilidades sociales: iniciar y mantener una conversación, expresión de deseos, estados de ánimo, solicitar ayuda, mediar…
4. Favorecer la promoción de la autonomía, prevenir el deterioro físico y contribuir a un envejecimiento activo en las personas con discapacidad.	• Número de personas atendidas y numero de sesiones realizadas • Grado de consecución de los objetivos de propuestos. Nivel de autonomía. • Corresponsabilidad o grado de implicación en la propia actividad/proceso. • Adecuación de la actividad a las necesidades y objetivos propuestos. • Nivel de satisfacción y valoración objetiva y subjetiva de la propia persona.	En atención individual: -Se establecen objetivos realistas de manera consensuada con los usuarios. - Se alcanzan al menos un 50% de los objetivos propuestos. - Se frena el impacto de procesos degenerativos manteniendo la calidad de vida de los participantes. En atención grupal: -Se cubren el 100% de las plazas de los cursos impartidos. - Los participantes acuden al menos a un 90% de las sesiones. - Los participantes valoran que los ejercicios contribuyen a mejorar su movilidad, reducir la sobrecarga y el dolor muscular.
5. Potenciar la corresponsabilidad, la gestión positiva de emociones y las relaciones afectivas saludables en las personas con discapacidad y su entorno más cercano.	• Número de personas atendidas y numero de sesiones realizadas • Grado de consecución de los objetivos de propuestos (individuales o grupales) • Nivel de implicación de l@s participantes • Nivel de satisfacción y valoración objetiva y subjetiva de la propia persona. • Adecuación de la actividad	- Se cubren el 100% de las plazas - Al menos el 80% de l@s participantes se implican de manera proactiva. -La persona avanza en la identificación/expresión/gestión de emociones, en sus relaciones personales, resolución de conflictos internos o externos… -La persona valora que el servicio contribuye a ampliar la conciencia de sí mism@ y su realidad y mejora su calidad vida.

6. Crear espacios de apoyo, formación y encuentro para familiares y cuidadores de personas con discapacidad	• Número de participantes • Número de sesiones realizadas • Grado de implicación en los procesos propuestos. • Consecución de los objetivos propuestos y grado de adaptación de la formación a las necesidades planteadas. • Nivel de satisfacción con la actividad y el servicio.	- Que al menos el 70% de los familiares y cuidadores recurren al servicio para solventar dudas y contar con apoyo material y/o emocional. -Se establecen relaciones de cooperación y apoyo mutuo -Los familiares y cuidadores reciben formación que favorece la mejora de las habilidades y competencias de cuidado y atención a las personas con discapacidad. -Los participantes valoran este espacio de socialización como enriquecedor y positivo
7. Potenciar el asociacionismo, la coordinación y la creación de tejido social cooperativo.	* Numero de sesiones de coordinación y número de actividades realizadas. * Numero de servicios y profesionales implicados. * Grado de satisfacción de los procesos comunes. * Número de actividades de sensibilización sobre la discapacidad, promoviéndose la participación. * Número de participantes en las actividades comunitarias. * Grado de consecución de los objetivos propuestos * Grado de participación y nivel de participación.	-Todos los profesionales se implican en el proceso y se mantiene una perspectiva global e integral de trabajo. -Se mantienen los espacios de coordinación comunes, con una valoración muy positiva de los objetivos y actividades comunes. -Los profesionales valoran enriquecedor y positivo el proceso de coordinación. -Se realizan al menos tres actividades de sensibilización al año con una alta participación. –La participación es alta y se valoran como enriquecedores estos encuentros.

4. POBLACIÓN A LA QUE VA DIRIGIDA EL PROGRAMA

Al encontrarnos en un área rural el perfil de los beneficiarios es de lo más diverso, trabajamos con personas con discapacidad y/o enfermedad crónico/degenerativa en todas las franjas de edad desde niñ@s a tercera edad, con gran variedad de dolencias y limitaciones: personas con discapacidad física y/ enfermedades crónico degenerativas (polio, paraplejia, síndrome Arnold Quiari, fibromialgia, Parkinson, síndromes de lo más diverso…), discapacidad intelectual y discapacidad sensorial, y personas con un perfil mixto (afecciones físicas e intelectuales): síndrome de Down, Xfrágil, Alzheimer, ictus…etc. El total de usuarios directos habituales es de 125 personas. Además, estarían aquellas personas que acuden demandando información, orientación y acompañamiento de manera más puntual.

Respecto al número de usuarios por franja de edad trabajamos con 17 niñ@s y adolescentes, 16 jóvenes y 92 adult@s, que reciben atención individual y/o participa en cursos, talleres y actividades grupales. Además también habría que incluir a las familias y el trabajo de sensibilización en el entorno comunitario con lo que el impacto del programa se multiplica, ya que un entorno acogedor y proactivo multiplica los beneficios del trabajo que realizamos individualmente.

5. ACTIVIDADES

Los servicios y actuaciones que engloban este programa y que se corresponderían con los objetivos del proyecto serían los siguientes:

Bloque I: Apoyo a las personas con discapacidad en todas las etapas de su vida:

- **Servicio de información, orientación y atención a personas con diversidad funcional y sus familias**: Este es un espacio de atención abierto al público en horario de 10 a 13h de lunes a viernes y los miércoles de 16 a 18h, a excepción del mes de agosto que la Asociación permanece cerrada.

  En este espacio se atiende vía presencial o telefónica cualquier cuestión que se plantee; estas cuestiones suelen estar relacionadas con los servicios que prestamos, aspectos legales, laborales y de salud (derechos y reclamaciones, tarjetas de movilidad, recursos profesionales y médicos…) y también más procesuales: cuestiones relacionadas con el cuidado y la atención, desahogo emocional ante situaciones que generan estrés…etc., así como solicitudes referentes a la bolsa de cuidadores (puesta en contacto entre personas que se quieren dedicar a las tareas de cuidado y familias). Además en este espacio realizamos de asesoramiento en nuevas tecnologías, facilitando y acompañando el aprendizaje en gestiones telemáticas como citas y otros trámites.

  Señalar que este es un espacio también de acogida de necesidades, propuestas y demandas que luego pretendemos canalizar a través de las diferentes actividades desarrolladas o puesta de contacto con otros servicios. Finalmente añadir que en este espacio se realiza el servicio de préstamo de Biblioteca de salud, con libros relacionados con la discapacidad y la salud en general, habilidades sociales, atención temprana y psicomotricidad, crecimiento personal… que a menudo nos sirven de apoyo para acompañar los procesos a los que hemos aludido anteriormente.

- **Atención a niñ@s, adolescentes y jóvenes**:

  ✓ Atención individual para niñ@s y adolescentes con necesidades especiales que necesitan apoyo y estimulación en el área pedagógica: motricidad fina, desarrollo de la atención-concentración, de la lectoescritura, de la organización y planificación, comprensión, de la capacidad expresiva, razonamiento matemático, habilidades sociales, aspectos motivacionales, habilidades para el estudio, desarrollo comunicativo…etc. Como objetivos específicos este año se van a seguir trabajando especialmente la adquisición/mejora de las habilidades de lectoescritura, la adquisición/mejora de las habilidades de cálculo matemático orientadas al manejo del dinero, avance en las habilidades de la vida diaria enfocadas al autocuidado, en habilidades de planificación y autonomía en tareas escolares y de vida cotidiana, y/o el fomento de relaciones sociales saludables inclusivas. Esto se realizarán a través de actividades como concursos de cuentos, prácticas reales de compra y venta, prácticas para vestirse, tender la ropa, hacer resúmenes, esquemas, utilizar agenda...etc. Además, con dos nuevos usuarios más pequeños trabajaremos la estimulación del lenguaje oral, utilizando para ello medios aumentativos de comunicación.

Esta atención individual se ve complementada con La Terapia asistida con caballos (Equinoterapia) que sigue siendo un medio especialmente motivador para trabajar todo tipo de objetivos, ya sean intelectuales, motrices, emocionales o de habilidades sociales. Esta actividad dado su volumen e importancia actual queda recogida en un proyecto aparte que se adjunta en el apartado de Anexos.

- ✓ Atención individual para niñ@s y adolescentes con necesidades especiales en el área de fisioterapia. Se favorecen procesos de mejora de las alteraciones o déficits que se detecten a diferentes niveles: neuromotor (desarrollo motor, movilidad, psicomotricidad, motricidad fina…) a nivel sensorial y de sensibilidad, de equilibrio y coordinación, a nivel respiratorio, nivel musculo- esquelético (patologías a nivel de los músculos, articulaciones, tendones…) y a nivel respiratorio. El tipo de tratamiento recoge un amplio abanico de intervenciones: masoterapia, punción seca, movilizaciones pasivas, estiramientos, juegos adaptados, circuitos psicomotores…etc. Que se realizan en la sala de fisioterapia de la Asociación, en las instalaciones de la piscina climatizada y en el centro ecuestre Campo Alegre. Además esta actividad se refuerza en pequeño grupo con la actividad de psicomotricidad en sala y suelen incluirse pautas a las familias para que puedan apoyar este trabajo en casa.

- ✓ Club de ocio: este es un espacio para jóvenes con discapacidad auto gestionado y con el apoyo de un educador/a. Los objetivos a desarrollar este año van a seguir estando relacionados con los espacios de ocio y tiempo libre saludables e inclusivos, el fomento del desarrollo personal y la autonomía, y la mejora de las relaciones afectivos-sexuales. La programación es bastante diversa: talleres teatro, de manualidades varias, salidas a cenar, baile, cine, paseos, masaje, juegos…. Entre las actividades de promoción de la autonomía cotidiana seguiremos enfocando especialmente en cocina, además retomaremos los talleres de crecimiento personal enfocados a profundizar en el trabajo de gestión emocional (a través de Mindfulness), y en el desarrollo de unas relaciones afectivo sexuales saludables. También este año incluimos formación en el manejo de la tecnología y redes sociales.

- ✓ Taller de habilidades sociales: En concreto hay dos grupos con los que trabajamos estas habilidades, uno de niñ@s (y adolescentes con un perfil más infantil) y otro de adolescentes y jóvenes. En el grupo de pequeños se va a trabajar especialmente el fomento de la creatividad a través de la expresión oral y escrita, la mejora de la autonomía en habilidades para la vida diaria, fomento de su autoestima y regulación emocional positiva, así como el favorecer relaciones sociales saludables entre iguales. Las actividades programadas para este año serían: presentación de temas de interés por parte de cada uno de ellos al resto del grupo, organización de fiestas temáticas (con planificación, preparación, desarrollo y recogida), aprendizaje en tareas domésticas (hacer la cama, tender la ropa, doblarla, poner la mesa…), rol-playing para comunicación y resolución de conflictos, y finalmente la participación en actividades inclusivas. Este año además vamos a comenzar con educación afectivo-sexual, enfocada al conocimiento del propio cuerpo.

En el grupo de adolescentes se va a seguir favoreciendo la expresión y comunicación verbal y no verbal y artística, la mejora de la autoestima y la regulación emocional (a través del mindfulness) y el fomento de relaciones sociales y afectivas saludables. Como actividades estarían la realización de dinámicas para trabajar el autoconocimiento, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos, el desarrollo de la empatía y el conocimiento del otro, así como talleres de fomento de relaciones afectivo-sexuales saludables.

- ✓ Actividades inclusivas: este año se van a seguir promoviendo actividades por grupos de edad (niñ@s, adolescentes y jóvenes-adult@s) con enfoques motivadores y creativos. Continuaremos realizando actividades de promoción de valores y contacto con la naturaleza: taller de astronomía, equinoterapia, salidas a entornos naturales cercanos… Promoveremos la creatividad en la cocina, cuentacuentos, taller de circo o talleres artísticos varios. Estas actividades tienen previsión de realizarse de cara a los meses de primavera, verano y otoño.

Dentro de este apartado se enmarcarían a su vez los Campamentos inclusivos, los cuales se desarrollan en el Centro Ecuestre Campo Alegre (ubicado en Novallas) durante el mes de julio, con resultados muy positivos a todos los niveles (ver memoria anual 2022). Esta actividad se incluye y desarrolla de manera más extensa dentro del Proyecto de Equinoterapia.

Atención a adult@s:

- ✓ Atención individual adultos con diversidad funcional y/o enfermedades crónicas o degenerativas incapacitantes en el área de fisioterapia**:** Se plantea un trabajo atendiendo a las necesidades específicas de cada persona y su discapacidad, así como los diferentes frentes afectados en los siguientes niveles: dolencias musculares, articulares, afectaciones respiratorias, neurológicas... a través de ejercicios pautados y otras técnicas de fisioterapia manuales como: masaje funcional, cyriax, punción seca con y sin electro estimulación…etc. Además se pautan pequeños ejercicios para que la persona pueda desarrollar desde casa, así como hábitos saludables para una mayor autonomía y una mejora de su calidad de vida.

Los tratamientos suelen ser semanales o quincenales (dependiendo necesidad) en casi todos los adultos con una duración de 45 minutos. Los niñ@s acuden hasta dos veces a la semana con una duración de 60 minutos, ya que se prioriza su tratamiento. Además, procuramos uno o dos espacios "itinerantes" para personas con discapacidad con dolencias que requieren un tratamiento más puntual.

- ✓ Cursos de prevención del deterioro y envejecimiento activo: Espalda sana, gimnasia terapéutica y gimnasia terapéutica en el agua. En todos ellos se adaptan los ejercicios atendiendo a las necesidades de los participantes, combinando los diferentes ejercicios y estiramientos con espacios de relajación, higiene postural, ergonomía y pautas para la promoción de la salud en la vida cotidiana. Durante este año se va a seguir trabajando con 6 grupos diferentes (en horarios de mañana o tarde), los cuales están formados por 8/9 usuarios, lo cual garantiza una atención más cercana y adaptada a las necesidades de las personas que acuden. En estos cursos participan no sólo personas con discapacidad sino también personas con enfermedades crónicas o dolencias limitantes, promoviendo a su vez un talante inclusivo en la actividad.

- ✓ Talleres y sesiones de promoción de la salud y el bienestar psicoemocional: Realizamos talleres de autocuidado basados en Mindfulness, a través de ellos cultivamos una actitud atenta, cuidadosa, con dinámicas muy asequibles que favorecen estados emocionales saludables, así como calma y bienestar internos. Hoy en día son amplias las evidencias científicas (estudios de investigación) del beneficio de la práctica del Mindfullness a muchos niveles, en concreto este año vamos a desarrollar uno de los protocolos más extendidos como es el MBSR para la reducción el stress y trabajo con la ansiedad, desde una perspectiva inclusiva y comunitaria, informando y difundiendo en espacios esenciales con el Centro de Salud entre otros. Estos talleres se realizan en grupos reducido (15 personas) lo que permite también generar un espacio de confianza y una atención cercana.

Por otro lado acompañamos procesos personales de manera puntual ya que la mayoría de las personas que participan en la Asociación la sienten como un espacio de confianza, por ello se animan más fácilmente a expresar sus dificultades o situaciones personales conflictivas; en muchas ocasiones solo necesitan ser escuchad@s y acompañados en su propio proceso vital y este es un espacio disponible para ell@s. La coordinación con otros servicios (servicios sociales, salud mental…) nos permite derivar con confianza a aquell@s personas que lo necesitan.

Bloque II: Apoyo y acompañamiento a familiares y cuidadores de personas con diversidad funcional:

- ✓ Servicio de atención y asesoramiento: espacio de atención al público en el que las familias y cuidadores/as son escuchados en su demanda, orientación y atención de las mismas o derivación en caso de ser necesario.
- ✓ Apoyo, coordinación y seguimiento en los procesos que desarrollamos con sus hij@s, incluyendo acompañamiento/asesoramiento individualizado en la educación afectivo sexual de sus hijos/as.
- ✓ Talleres formativos: enfocados a incrementar/mejorar los recursos personales para afrontar situaciones habituales de dificultad y/o estrés. También se aportan herramientas de autocuidado y crecimiento personal. Este año está previsto realizar al menos dos talleres, uno para adquirir herramientas basadas en mindfulness y otro para favorecer la comunicación y la autonomía en niñ@s, adolescentes y jóvenes.
- ✓ Actividades de encuentro: en este espacio se englobarían los espacios de café tertulia y actividades lúdicas (como comidas amenizadas con juegos o excursiones) para favorecer el acercamiento y crear red de apoyos entre las participantes.
- ✓ Apoyo a familiares y cuidadores también en el área fisioterápica con pautas de ergonomía para el manejo cotidiano en las transferencias y movilizaciones, estimulación física diaria, contacto afectivo-terapéutico, recomendaciones para el autocuidado del cuidador y tratamiento individual de fisioterapia para cuidadores.
- ✓ Bolsa de cuidadores: intermediación entre familias que demandan cuidadores y personas que quieren dedicarse a las tareas de cuidado.

Bloque III: Promoción del asociacionismo, la participación y la cooperación.

✓ Coordinación con otras entidades, servicios y profesionales. Mantenemos un espacio de coordinación con Servicios sociales comunitarios, Atención Temprana, Centro de Salud, centros educativos y otras entidades sociales que trabajan en la zona. Impulsamos y participamos activamente en la Mesa Social, como espacio de coordinación, encuentro y promoción del tejido social comunitario; a través de esta mesa se realizan actividades como la Feria del Voluntariado, propuesta y reivindicación de mejoras comunitarias o propuestas para el desarrollo de proyectos conjuntos.

Además de la anterior también participamos en la mesa de Coordinación para la Inserción Sociolaboral, desde donde se van a impulsar este año las II Jornadas de sensibilización del mundo empresarial para la contratación de personas con discapacidad y/o enfermedad mental.

✓ Actividades de colaboración con otras entidades. En la actualidad mantenemos una colaboración con el Centro Psicosocial Moncayo para personas con enfermedad mental, con un taller mensual de Mindfulness para el autocuidado. Otra colaboración prevista serían la elaboración de un mapa/guía de servicios (hoteles, restaurantes, tiendas, parkings adaptados…) accesibles para incluir en la promoción turística de nuestra localidad; en apoyo a la Fundación Tarazona Monumental. Finalmente vamos a seguir colaborando con los módulos formativos de Técnicos en Atención a Personas en situación de dependencia desarrollados en las Comarcas de Tarazona y Borja.

✓ Promoción del asociacionismo, el voluntariado y la participación activa dentro de la asociación.

Queremos que los soci@s se sientan parte activa, protagonista y con mucho que aportar a la Asociación, no solo "estamos para ell@s", "hacemos para ell@s", sino que ell@s proponen, opinan, participan, desarrollan. En este espacio se incluyen actividades informativas como la Asamblea General, procesos participativos como la elaboración del Plan de Responsabilidad Social, actividades lúdicas de encuentro como las desarrolladas el día 3 de diciembre (Día Internacional de las personas con Discapacidad), o excursiones y salidas.

En cuando al voluntariado seguimos reforzando el apoyo en las siguientes actividades y servicios: actividades de sensibilización, actividades de inclusión, apoyo y respiro al cuidador y actividades de convivencia y encuentro. Señalar que este es un espacio en el que realizamos un especial seguimiento dando protagonismo, visibilidad y cuidando las tareas que estas personas realizan de manera solidaria y altruista.

✓ Actividades de visibilización y sensibilización social en materia de Discapacidad. Este año vamos a reforzar estos espacios especialmente en los centros educativos, en primaria a través de actividades de promoción de juegos deportivos adaptados como es la boccia. En los centros de secundaria se realizarán intervenciones con dinámicas para favorecer que la visión de la diversidad funcional sea cada vez más cercana y normalizadora.

6. TEMPORALIZACIÓN

Actividades	Fecha de Inicio	Fecha de Término	Duración
1. 6.- Espacio de atención al público. Información, apoyo y orientación a personas con discapacidad y sus familias.	03/01/2023	29/12/2023	De lunes a viernes de 10 a 13 h. Miércoles de 16 a 18h.
1.-.Atención a niñ@s con necesidades especiales (Educación especial y/o fisioterapia). Psicomotricidad y habilidades sociales.	09/01/2023	22/12/2023	Una o dos horas semanales (dependiendo la necesidad) durante el curso escolar
2.- Club de ocio. Promoción autonomía y espacio de crecimiento personal en jóvenes con diversidad intelectual.	12/01/2023	22/12/2023	Dos o más horas semanales dependiendo de las actividades extraordinarias de fin de semana. Duración curso escolar.
3.-Taller de habilidades para adolescentes y jóvenes con necesidades especiales	13/01/2023	17/12/2023	Dos horas semanales. Duración Curso escolar.
4. Actividades de ocio inclusivo	17/04/2023	30/11/2023	De dos a cinco horas semanales dependiendo de la actividad.
5.-Atención individual adultos. Atención fisioterápica. Atención procesos personales.	03/01/2023	22/12/2023	Una o dos horas semanales (dependiendo de la necesidad) .
6.-Cursos y actividades enfocadas a la prevención del deterioro, envejecimiento activo: Espalda sana, Gimnasia adaptada, Gimnasia terapéutica en el agua.	10/01/2023	21/12/2023	Una hora semanal cada curso. Duración Curso escolar.
7.- Talleres de Mindfulness y MBSR (Reducción de Estrés Basado en la Atención Plena).	02/03/2023 04/05/2023 28/09/202	27/04/2023 22/06/2023 30/11/2023	Dos/Tres horas semanales.
8.- Actividades para familia: talleres, cafés tertulias, bolsa de cuidadores, espacio de mediación…	21/02/2023	15/12/2023	Trimestralmente
9.- Coordinación con otras entidades/profesionales. Promoción del tejido social.	09/01/2023	21/12/2023	Las reuniones que se requieran en cada proceso.
10.- Sensibilización. Promoción del asociacionismo y de la participación activa.	20/03/2023	03/12/2023	Se realiza al menos tres actividades de difusión y sensibilización durante el año.

7. METOLOGÍA

La metodología de trabajo desarrollada desde la asociación responde a los siguientes principios:

- *Participativa*: tanto de las personas con discapacidad y sus familiares, como de los diferentes profesionales y agentes implicad@s. Entre tod@s realizamos los procesos. En este sentido señalar que promovemos la corresponsabilidad y el sentimiento de proyecto compartido.
- *Personalizada*: la atención a la diversidad es un valor, las diferentes actividades se adaptan a las necesidades de cada un@ de los participantes.
- *Respetuosa con los procesos*: cada persona decide cuánto y cómo comprometerse en los diferentes procesos, tanto propios como en los de carácter más general.
- *Desarrolla la autonomía*, el pensamiento crítico, actitudes colaborativas, destrezas profesionales y capacidad de autoevaluación.
- *Inclusiva*: tod@s cabemos, tod@s tenemos algo que aportar.
- *Horizontal*: la mayor parte de las decisiones se toman por consenso.
- *Sistemática e innovadora*: incluye procesos de evaluación continuada que permiten el feedback dentro de la propia actividad, introduciendo los ajustes y las mejoras oportunas en cada caso. En este sentido promovemos la innovación y la adaptabilidad a los procesos de cambio.
- *Favorecedora de la cooperación*, con perspectiva global y solidaria: somos conscientes de la sociedad que conformamos, y valoramos esencial generar sinergias que favorezcan el compromiso y solidaridad. Promovemos el tejido social asociativo, la coordinación con otras entidades y la construcción de iniciativas que favorezcan la creación de una sociedad más acogedora y amable.

8. RECURSOS NECESARIOS Y PRESUPUESTO

Recursos Humanos.

Como Recursos Humanos contamos primero con los once miembros de la Junta de la Asociación, personas comprometidas con que este proyecto siga adelante, cada vez con más estabilidad y calidad en el mismo.

Además para llevar a cabo el programa de actividades contamos con las siguientes profesionales contratad@s:

- Auxiliar administrativo se encarga de la coordinación básica dentro la entidad. Es una persona con diversidad funcional que desarrolla además las tareas administrativas básicas de la Asociación como es la contabilidad, difusión de actividades, actualización y mantenimiento de página web y redes sociales, atención al público o la tutorización y desarrollo de talleres de aprendizaje y uso de nuevas tecnologías.
- Trabajadora social: Acompañamiento de individuales y familiares, desarrollando los Talleres de bienestar personal y Mindfulness, seguimiento del Voluntariado y otras actividades que promueven la sensibilización, la participación y el compromiso comunitario. Desarrollo de planes de calidad, formulación de memorias y proyectos, seguimiento y garantía de que los procesos de trabajo se desarrollen con el mayor compromiso y calidad posible. También es responsable de las coordinaciones generales con otros profesionales y servicios.
- Profesora en educación especial se encarga del área de atención niñ@s, adolescentes y jóvenes con necesidades especiales, Equinoterapia, Club de ocio y taller de habilidades sociales. La profesional mantiene reuniones de coordinación con familias y profesionales principalmente del ámbito escolar.
- Fisioterapeuta: desarrolla todo el trabajo de atención física y motora a personas con discapacidad en todas las franjas de edad así como los cursos enfocados a la reducción de dolencias y envejecimiento activo. También asesora en su área a familiares y cuidadores y facilita la formación en cuestiones como movilización, ejercicios posturales, masajes de sensibilización…etc. Y realiza talleres de ergonomía y promoción de la salud en la vida cotidiana.
- Personal de servicios múltiples (persona con diversidad intelectual): apoyo en tareas de limpieza y mantenimiento de la sede.
- Monitora de Tiempo Libre con experiencia en el trabajo con personas con diversidad funcional para el desarrollo y apoyo de actividades de sensibilización, inclusión y motivación a la participación. Esta contratación es temporal, pero confiamos encontrar financiación para conseguir que esta contratación sea más estable en el tiempo

Señalar que el equipo de profesionales se coordina y reúne semanalmente para tratar aquellas cuestiones que son comunes. Igualmente y de manera habitual se da la favorece una comunicación constante y fluida en todos los casos.

Trimestralmente se realiza una reunión con la Junta para valorar los procesos y atender aquellos asuntos que conciernen a tod@s.

Recursos Materiales.

Los medios técnicos y materiales destinados a cada actividad serían los siguientes:

- Atención al público: material de oficina, mesas, sillas, ordenadores, archivadores impresoras, material de fungible variado (folios, bolígrafos, grapadora, tijeras, fundas plásticas, sobres…etc.).
- Atención a niñ@s y adolescentes: sillas, mesas, pizarra ordenador, cámara de vídeo y de fotos, proyector, plastificadora, espejo, programas informáticos (Ara Word, Ppic,..), material de juego simbólico, material manipulativo para desarrollar habilidades varias (juegos de lógica, puzles, encajables, instrumentos de música,...). Materiales de lectoescritura y lenguaje (tarjetas cuentos, enciclopedias, grabadoras, pictogramas…)
- Club de ocio. Taller de habilidades sociales: Materiales para trabajar habilidades de la vida diaria (cocina, herramientas...), para trabajar el manejo del dinero, para trabajar la comunicación y emociones (tarjetas, cuentos, ilustraciones...). Materiales para el desarrollo de la creatividad, expresión manual y expresión lingüística: (Pinturas, tijeras, lanas, papeles de varias texturas, películas, disfraces, maquillaje...)
- Atención individual fisioterápica (todas las franjas de edad) área de fisioterapia. Camilla adaptada, taburete clínico, paralelas, espalderas, bicicleta estática, colchonetas, teraband, agujas punción seca, pack frio calor, geles y cremas terapéuticos, protector camilla…etc.
- Cursos de Gimnasia en el agua, Pilates terapéutico, espalda sana: material de psicomotricidad y gimnasias adaptadas: colchonetas, aros y balones de Pilates, foam roller y fit ball, churros, canastas, pelotas, pesas acuáticas, tablas…etc
- Talleres de crecimiento personal e inteligencia emocional y mindfullness. Mesas, sillas, ordenador, proyector, altavoces, material fungible diverso (folios, pinturas, bolígrafos…), libros relacionados (Biblioteca de salud y crecimiento personal muy completa).

Incluimos aquí también infraestructura empleada:

- Espacios que disponemos en la sede: sala de fisioterapia, cocina y sala polivalente. Además disponemos de dos baños, uno de ellos totalmente adaptado.

- Otros espacios comunitarios: Piscina climatizada polideportivo municipal, centro de mayores, parques de la ciudad…etc.

Finalmente señalar como prioritario la necesidad de una furgoneta adaptada propia, necesidad que venimos detectando hace tiempo para los desplazamientos en actividades inclusivas, así como para la actividad de equinoterapia.

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

Recursos Materiales. PRESUPUESTO

CONCEPTO	HORAS	MESES	MENSUAL	S.S. EMPRESA	TOTAL ANUAL	TOTAL S.S	TOTAL
GASTOS DE							
CONTRATACION FISIOTERAPEUTA	32	11	1383,54	453,56	15219,00	4989,16	20.208,16
CONTRATACION TRABAJADORA SOCIAL	25	8 1/2	1149,45	363,12	9770,32	3086,56	12.856,88
CONTRATACION MAESTRA EDU. ESPECIAL	22	9 1/2	1011,52	319,56	9609,44	3035,82	12.645,26
CONTRATACION AUX. ADMINISTRATIVO	25	12	1229,43	40.78	14753,16	489.36	15.242,52
CONTRATACION MONITORA ACT.	25	4	968,18	305,85	3872,72	1223,40	5.096,12
CONTRATACION SERV. MULTIPLES	4	12	119,89	0	1438,68	0	1.438,68
					54663,32	12824,30	**67.487,62**
Gastos de mantenimiento local							
LUZ		12	114,583				1375
TELEFONO		12	24,66				296,00
AGUAY BASURA		4	77,5				310
COMUNIDAD DE PROPIETARIOS		4	80				250
EXTINTORES		1	32,7				35,70
IMPUESTO DE BIENES INMUEBLES		1	298,75				298,75
SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL		1	373,04				373,04
							2.938,49
Gastos de Actividades							
MATERIALES DE ACTIVIDADES Y DIFUSION							285,45
GASTOS DE VIAJE							495
MATERIAL DE OFICINA							827,53
TRATAMIENTOS DE RESIDUOS							150
CALENDARIOS							1475,53
DIFUSIÓN Y SENSIBILIZACIÓN							900
MATERIAL DE FISIOTERAPIA							350
MATERIAL FUNGIBLE							250
EQUINOTERAPIA			**Desglose en el proyecto de Equinoterapia**				
PAGINA WEB							236,58
							4.970,09
Gestión y Otros							
TARAZONA DE GESTIONES INTEGRADAS							1350
COMISIONES Y GASTOS BANCARIOS							356,81
CUOTA ASOMO							19
SEGURO CONVENIO TRABAJADORES							78,82
SSEGURO DE VOLUNTARIADO							130
FORMACIÓN TRABAJADORES							1000
							2.934,63
	TOTAL						**78.330,83**

9. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

Desde la asociación se valoramos esencial para la calidad de nuestro trabajo el mantener estrategias de evaluación simultánea o continuada; éstas nos permiten ir valorando el propio proceso de trabajo, detectando los posibles problemas o dificultades, reconociendo los aciertos y logros, y así de esta manera poder ir rectificando los puntos débiles y consolidando los fuertes.

La evaluación tendría lugar a varios niveles:

- Evaluación individual de procesos: En la intervención individual ya sea con niñ@s o con adultos se realiza una valoración inicial por parte de las profesionales para ver de dónde partimos, planteándose a su vez los objetivos a trabajar con cada persona y su temporalización.
  - Para las actividades de intervención en el área educacional además contamos con fichas de programación de las actividades en las que se va midiendo el avance en los diferentes ítems a desarrollar con cada niñ@.
  - En el área de fisioterapia los objetivos planteados suelen desarrollarse a medio-largo plazo por lo que se realiza un seguimiento trimestral de cada uno de los participantes, partiendo de la valoración inicial y en base a los objetivos trabajados.

  De esta evaluación es responsable el/la profesional encargad@ del área, que presenta el itinerario para consensuar con la persona beneficiaria. Una vez planteados los objetivos iniciales, estos se van midiendo en las fichas de actividad correspondientes y realizando el seguimiento (Ver instrumentos de registro en el apartado de Anexos). En el trabajo con menores, son l@s padres quienes acuerdan el proceso a desarrollar aunque a l@s niñ@s/adolescentes se les informa en todo momento de los objetivos que aspirábamos conseguir, motivándolos a ello y recogiendo igualmente sus impresiones.

- Evaluación de equipo: esta sería la realizada entre los diferentes profesionales semanalmente (lunes de 10 a 11h), este es un espacio para compartir los diferentes procesos de actividad y tratar cuestiones que afectan trasversalmente las diferentes parcelas de trabajo.

- Evaluación con la Junta de la Asociación: este es un espacio de información y supervisión, donde las profesionales exponen la marcha de las diferentes actividades y servicios. Estas reuniones tienen lugar una vez al trimestre, con horario flexible y acorde en este caso a los miembros de la Junta.

- Evaluación por cierre de actividad: en este apartado entrarían los diferentes cursos y talleres que realizamos en la Asociación. La valoración de los cursos se basaría en la propia percepción de la profesional, pero especialmente en base a lo recogido en las encuestas de evaluación pasadas a l@ participantes. Estas encuestas evaluarían el curso en sí, (contenidos, metodología, dinamización…) así como la propia percepción de los avances y el aprendizaje personal, promoviendo su realización vía telemática y

recogiéndose los modelos en el apartado de Anexos.

- Evaluación de actividades con seguimiento: en este apartado estarían los siguientes servicios/actividades:
  - Club de ocio. El club de ocio funciona mediante asambleas, en ellas l@s participantes realizan la programación mensual, realizándose un reparto de tareas y compromisos para el adecuado desarrollo de las mismas.
  - Taller de habilidades sociales. En este espacio también se realiza una valoración de cada un@ de los participantes, proponiendo ejercicios y actividades adaptados al grupo. Normalmente se comienza trabajando las habilidades sociales más básicas para pasar luego a las más complejas.

- Evaluación por coordinación: anualmente valoramos la colaboración conjunta con otros profesionales y servicios, tanto de resultados de trabajo con las personas como el propio nivel de coordinación.

- Evaluación anual, La evaluación anual tendría cubriría tres pasos:
  - Primero las profesionales recogerían toda la información proveniente de las actividades y servicios elaborando una Memoria anual de actividad (Valorando todos los aspectos: usuarios, objetivos e indicadores, grado de consecución, actividades, metodología, nivel de utilidad-eficacia-eficiencia…).
  - Se realizaría una presentación del documento a la Junta de la Asociación para que esta aportara su visión y enriqueciera el documento.
  - Presentación de la Memoria en la Asamblea General Ordinaria de la Asociación, esta presentación sería meramente informativa pero igualmente se pueden recoger aportaciones que se consideren valiosas e importantes.

ANEXOS

(Instrumentos de registro y valoración)

ANEXO I: FICHA DE ATENCIÓN AL PÚBLICO.

ANEXO II: FICHA DE VALORACIÓN INICIAL NIÑ@S- ÁREA EDUCACIÓN.

ANEXO III: FICHA DE VALORACIÓN INICIAL NIÑ@S- ÁREA FISIOTERAPIA.

ANEXO IV: FICHA DE PROGRAMACIÓN Y EVALUACIÓN ACTIVIDAD APOYO INDIVIDUAL NIÑ@S Y ADOLESCENTES.

ANEXO V: FICHAS DE VALORACIÓN ADULTOS FISIOTERAPIA (TRAUMA Y NEUROLÓGICA).

ANEXO VI: FICHAS VALORACIÓN CURSOS FISIOTERAPIA.

ANEXO VII: FICHA GENÉRICA DE VALORACIÓN DE ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN, ENCUENTRO E INCLUSIÓN

ANEXO VIII: CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN TALLERES ATENCIÓN PLENA (MINDFULNESS).

ANEXO IX: PROGRAMACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD Y LISTADO DE INDICADORES.

ANEXO X: FICHA DE PROGRAMACIÓN HABILIDADES SOCIALES Y CLUB DE OCIO.

ANEXO XI: ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN: ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN, ENCUENTRO E INCLUSIÓN

ANEXO I

FICHA DE ATENCIÓN HORARIO AL PÚBLICO

FICHA DE ATENCIÓN AL PUBLICO				
NOMBRE	SOCI@/NO SOCI@	DISCAPACIDAD, FAMILIAR, ECT.	MOTIVO DE LA CONSULTA	VALORACIÓN
ARRATE	NO	FAMILIAR	Apoyo a familias y cuidadores	ALTO

En la propia tabla hay unos desplegables con todas las opciones

Soci@/ No soci@: SI, NO

Discapacidad: DISCAPACIDAD, FAMILIAR, OTRO

Motivo de la consulta: ATENCION INDIVIDUALIZADA NIÑOS Y JOVENES, ATENCION INDIVIDUAL AREA FISIOTERAPIA, CURSOS DE FISIOTERAPIA, APOYO Y GESTIONES TELEMATICAS, INFORMACIÓN SOBRE DISCAPACIDAD, ACOMPAÑAMIENTO A NIVEL EMOCIONAL,TALLERES DE BIENESTAR PERSONAL, ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN, INCLUSIÓN Y VOLUNTARIADO, APOYO A FAMILIARES Y CUIDADORES.

Valoración: ALTO, MEDIO, BAJO

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

ANEXO II

FICHA DE VALORACIÓN INICIAL NIÑ@S (Área psicopedagógica)

FECHA:

NOMBRE DEL NIÑ@:

DESCRIPCIÓN DE SUS NECESIDADES ESPECIALES/LIMITACIONES/DISCAPACIDAD:

CARACTERÍSTICAS GENERALES:

NIVEL MOTOR

HABILIDADES SOCIALES, COMUNICACIÓN

PROCESOS COGNITIVOS (LECTO ESCRITURA, MEMORIA Y ATENCIÓN, CÁLCULO, PLANIFICACIÓN…):

VALORACIÓN DE SUS POTENCIALIDADES:

EXPRESIÓN Y GESTIÓN DE AFECTOS Y EMOCIONES:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS E ÍTEMS A TRABAJAR Y TEMPORALIZACIÓN:

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO III

FICHA DE VALORACIÓN INICIAL NIÑ@S (Área Fisioterápica)

VALORACIÓN INFANTO-JUVENIL	
FECHA	
Nombre y Apellidos	

Valoración musculo-esquelética

- **Ángulo progresión del pie**
- **Columna** (test de Adams, medición curva torácica)
- **Pelvis** (inclinación anterior, inclinación posterior, ángulo sacro, ángulo Harvey, oblicuidad pélvica, rotación pélvica)
- **Extremidad inferior** (longitud EEII, longitud por segmentos)
- **Cadera** (Test: Galeazzi, Ortolani, thomasiStaheli. Valoración de la abducción, adducción, rotación interna y externa
- **Fémur** (valoración torsion femoral, test de rotaciones, test de Ryder, coxa vara o valga con radiografía)
- **Rodilla** (Genu varo/valgo, flexión y extensión, posición rodilla en bipedestación, medición ángulo poplíteo, posición rótula, rotación tibioperoneal axial,
- **Tibia y peroné** (ángulo pie-muslo, torsión tibioperoneal, ángulo transmaleolar) **Tobillo y pie**
- (torsión astrágalo, flexión plantar-dorsal, test de Silverskiöld, varo/valgo/inversión/eversión calcáneo, arco longitudinal, distancia escafoides-suelo, test de rood, hiperactividad tibial posterior)

Función motoragruesa

- GMFCS (gross motor function classification system)

Valoración tono muscular (Suzan Campbell 1999)

- **Distonías:** BARRY (Albright dystonia scale)
- **Hipertonía:**Escala de Tardieu

Espasticidad

- Escala de Asworthmodificada

Parálisis cerebral (Cadera)

Versión femoral
- Inclinacióneje femoral
- Indiceacetabular
- Porcentaje de migración
- Test de Galeazzi
- Test Ortolani

Valoración marcha

- FMS (functional mobility scale)

Control postural

- Modelo de reflejos
- Modelo de sistemasdinámicos
- Escalaequilibrio Berg

Valoración enfermedades neuro-musculares

- valoración de la habilidad motora (Scott y Col 1982)
- Escala de Hammersith (atrofia espinal infantil)

Sistema de clasificación de la habilidad manual para niños con PC

- Escala MACS

Valoración respiratoria

- Dolor (intensidad, tipo, localización)
- Disnea (EVA disnea)
- Cianosis Tos
- Expectoración
- Rinorrea
- Secreciones (volumen, coloración, olor, viscosidad, filancia)
- Caja torácica Raquis
- torácico Musculatura
- respiratoria Patrón
- ventilatorio
- Flujos y volúmenes ventilatorios
- Intercambio gaseoso
- Ruidos respiratorios
- Fiebre, apetito

Valoración lactante

- Test de apgar
- Movimientos espontáneos del niño
- Mantenimiento de posturas
- Interacción con el entorno
- Cambios de postura
- Posibles alteraciones musculo-esqueléticas

- Escala AIMS (Alberta infant motor scale)
- Escala MAI (Movement assessment of intants)
- Escala TIMP (Test of infant motor performance)
- Escala NBAS (Escala de valoración de conducta neonatal)
- Escala GMFM
- Escala PDMS (Peabody development motor scales)
- Reacciones neuromotrices (suspension dorsal, suspension ventral, suspensión lateral, suspensión vertical, giro completo en suspensión, apoyo sobre una nalga, rotación de eje corporal y miembros inferiores, rotación de eje corporal en sedestación y miembros inferiores, rotación eje corporal en sedestación, respuestas en posición de cuclillas, pulltosit, enderezamiento con apoyo sobre miembro superior

Ayudas movilidad

- **. Escala FAC** (Functional Ambulatory Classification)
- **. Escala de ejecución de la deambulación con soporte andandor** (SWAPS)

ANEXO IV

FICHA DE PROGRAMACIÓN ACTIVIDAD NIÑ@

FECHA:

NOMBRE:

OBJETIVOS INDICADORES A TRABAJAR:

ACTIVIDAD, TEMPORALIZACIÓN, DESARROLLO:

MATERIALES:

OBSERVACIONES, ASPECTOS A TENER EN CUENTA:

FICHA DE EVALUACIÓN DIARIA:

VALORACIÓN DE OBJETOS:

INDICADORES	Nivel de consecución 1	2	3	4	5	OBSERVACIONES

VALORACIÓN GLOBAL DE LA ACTIVIDAD, ASPECTOS A TENER EN CUENTA PARA OTRAS OCASIONES.

ANEXO V

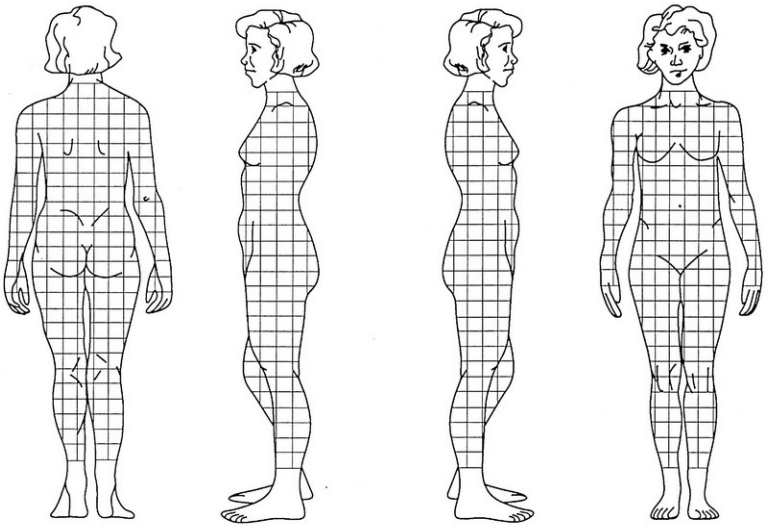
FICHA VALORACIÓN INDIVIDUAL FISIOTERAPIA (Trauma)

VALORACIÓN TRAUMATOLÓGICA	
FECHA	
Nombre y Apellidos	

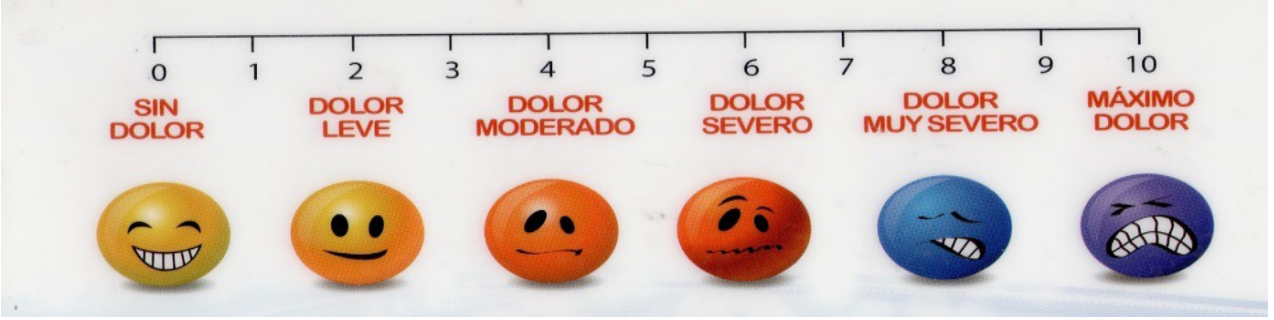
DIAGNÓSTICO MEDICO

DOLOR (EVA, tipo de dolor, localización, atribución)

- **¿Desde cuándo duele?**
- **Tipo de dolor**
- **Posible causa según paciente**
- **Factores agravantes**
- **Factores de alivio**
- **Localización**



- **Intensidad EVA**



SENSIBILIDAD (anestesia, hipoestesia, hiperestesia)

BALANCE POSTURAL

OBSERVACIONES GENERALES

-Piel:

-Cicatrices:

-Edemas:

-Hematomas:

-Adherencias:

PALPACIÓN

- **Contracturas:**

- **Puntos dolorosos:**

BALANCE ARTICULAR

ARTICULACIÓN	MOVIMIENTO	SANO	AFECTO

BALANCE MUSCULAR (0-5)

MÚSCULO	SANO	AFECTO

OBJETIVOS FISIOTERAPÉUTICOS

TRATAMIENTOS A APLICAR

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

FICHA INDIVIDUAL VALORACIÓN NEUROLÓGICA ADULTOS

VALORACIÓN NEUROLÓGICA	
FECHA	
NOMBRE Y APELLIDOS	

TIPO DE AFECTACIÓN

DESCRIPCIÓN POSTURAL ESTÁTICA

MOVILIDAD GLOBAL

EQUILIBRIO

- **Sedestación**
- **Bipedestación**
- **Test de Tinetti**
- **Test de alcance funcional**

Marcha

- **Descripción de patrón:**
- **Apoyos que utiliza:**
- **Desde donde prefiere ser asistido:**

Autonomía en AVD

- **Índice de Barthel**
- **Escala de Lawton y Brody**

MOVILIDAD ANALÍTICA de los grupos musculares más afectados

Rangos articulares

Balance muscular

Espasticidad muscular: escala de Asworth (0-4)

VALORACIÓN SENSORIAL

Sensibilidad táctil

- Localización táctil (localizar el área de la piel que está siendo tocada)
- Discriminación táctil (percibir similitudes y diferencias entre estímulos táctiles)
- Grafestesia (reconocimiento de trazos)
- Esterognosia (reconocimiento de objetos)
- Nocicepción (reconocer estímulo doloroso)
- Sensibilidad térmica (diferencia frio de caliente)

Sensibilidad propioceptiva: pedirle que cierre os ojos, moverle las articulaciones (primero las distales) y preguntarle

- En qué posición se encuentran los segmentos corporales)
- En qué dirección se mueven

Otras afectaciones sensoriales

- **Visual**
- **Auditiva**
- **Olfatoria**
- **Gustativa**
- **Otras**

ANEXO VI

FICHA EVALUACIÓN CURSOS FISIOTERAPIA

NOMBRE DEL CURSO:

NOMBRE DEL USUARIO:

Pilates terapéutico-Espalda sana- Gimnasia en el agua)

1. ¿A través de qué medio se ha enterado de este curso? *(Marque a la derecha con una X la opción escogida)*

- ☐ Carteles
- ☐ Correo electrónico
- ☐ Carta postal
- ☐ Otros

2. ¿Es la primera vez que hace este curso?*(Marque a la derecha con una X la opción escogida)*

- ☐ Sí
- ☐ No

3. Por favor, valore las siguientes afirmaciones a cerca del curso, siendo 1 pobre y 5 excelente:

	1	2	3	4	5
Facilidad de inscripción					
Información detallada acerca del curso					
Duración del curso					
Calidad de las instalaciones					
Material utilizado adecuado					
La monitora realiza las clases acorde del nivel de los alumnos					
La monitora explica los ejercicios de una forma entendible					
He obtenido ayuda por parte de la monitora cuando no conseguía hacer algún ejercicio					
Los ejercicios aprendidos me han servido para mejorar mi movilidad y autonomía					

4. ¿En general ha sido satisfactorio la realización de éste curso?(*Marque a la derecha con una X la opción escogida)*

- ☐ Sí
- ☐ No

5. ¿Se han cumplido las expectativas que tenía sobre el mismo?*(Marque a la derecha con una X la opción escogida)*

- ☐ Sí
- ☐ No

6. Según su opinión, ¿dónde cree que deberíamos mejorar?

7. Observaciones:

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO VII

FICHA DE PROGRAMACIÓN (GENÉRICA)

Fecha:

Actividad:

OBJETIVOS Indicadores a trabajar

ACTIVIDAD, TEMPORALIZACIÓN, DESARROLLO

MATERIALES

OBSERVACIONES, Aspectos a tener en cuenta

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

FICHA DE EVALUACIÓN

VALORACIÓN DE OBJETIVOS

INDICADORES	Nivel de consecución					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	

VALORACIÓN global de la Actividad, aspectos a tener en cuenta para otras ocasiones.

ANEXO VIII

Los contenidos del curso me han parecido:

- ○ Demasiados amplios
- ○ Adecuados
- ○ Escasos
- ○ Interesantes
- ○ otra

La metodología del curso me ha parecido

- ○ Adecuada a los contenidos del curso
- ○ Directiva
- ○ Participativa
- ○ Flexible
- ○ Otra

¿Que sesiones te han aportado más? ¿Porque?

Texto de respuesta larga

¿Que cambiarias/añadirias? ¿Porque?

Texto de respuesta larga

Valoración en general:

Puntúa del 1 al 10 la valoración global del curso

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Sugerencias y/o aportaciones

Texto de respuesta larg

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

Valoración del curso

¿Qué es lo que mas te ha gustado del curso?
Texto de respuesta larga

¿Qué aprendizajes me han resultado mas interesantes/aplicables/útiles?

- ○ Prácticas de atención a la respiración *y* estados internos
- ○ Trabajo con observación de pensamientos
- ○ Trabajo con emociones
- ○ Practicas de visualización *y* autocuidado
- ○ Otros

¿Cuales?

1e>cto de respuesta larga

¿Qué te ha gustado menos?
Texto de respuesta larga

¿Que mejorarias? Sugerencias para incluir en otras ocasiones
Texto de respuesta larga

Nivel de satisfacción general del curso

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

ANEXO IX

FICHA DE PROGRAMACIÓN PSICOMOTRICIDAD

FECHA

PARTICIPANTES

OBJETIVOS:

ACTIVIDADES, TEMPORALIZACIÓN, DESARROLLO:

MATERIALES:

OBSERVACIONES:

FICHA DE EVALUACIÓN DIARIA:

VALORACIÓN DE OBJETIVOS:

INDICADORES	Niñ@	Nivel de consecución					OBSERVACIONES
		1	2	3	4	5	

VALORACIÓN GLOBAL DE LA ACTIVIDAD, ASPECTOS A TENER EN CUENTA PARA OTRAS OCASIONES.

LISTADO DE INDICADORES MEDIBLES EN PSICOMOTRICIDAD

(este listado es abierto a incluir otros indicadores que valoremos necesarios en cada caso)

Indicadores motores y de conciencia corporal:

- Identifica y localiza las partes de su cuerpo y algunas de sus funciones
- Utiliza y explora sus posibilidades de movimiento en desplazamientos (se desplaza con las puntas de los pies, con una correcta coordinación de movimientos…)
- Dominio de la lateralidad.
- Equilibrio.
- Agilidad de movimientos: saltar, correr, marchar… posibles desequilibrios posturales en los movimientos.
- Demuestra con su cuerpo nociones temporales (rápido -lento…)
- Aplica la coordinación óculo manual necesaria para la manipulación de objetos, la realización de actividades cotidianas y formas de representación gráfica
- Aplica la coordinación óculo – podal al patear, al lanzar la pelota al arco, etc
- Demuestra autonomía en sus acciones y sus movimientos

Indicadores identidad, habilidades sociales y juego

- Construcción de la identidad y autonomía: distingue su propia imagen en el espejo, fotografí
- Identifica las semejanzas y diferencias respecto a los demás (color y largo de cabello, color de ojos…
- Acepta jugar, trabajar o compartir espacios y situaciones con otros niñ@s
- Asume y desarrolla diversos roles en el juego simbólico
- -Asume la comunicación en registro simbólico (capaz de diferenciar entre fantasía y realidad)
- Comunica sus gustos, sentimientos, temores, preferencias e intereses
- Sigue instrucciones, es capaz de contenerse cuando se le pide.

- -Explora con curiosidad y tranquilidad las situaciones nuevas. Capacidad de adaptación.
- -Acepta el contacto corporal. Es capaz de mostrar y recibir afecto.
- -Tiene iniciativa, propone actividades y/o juegos
- -Es creativo en su propuesta

ANEXO X

FICHA ACTIVIDAD HABILIDADES SOCIALES Y CLUB DE OCIO

FECHA:

PARTICIPANTES:

OBJETIVOS:

ACTIVIDADES, TEMPORALIZACIÓN, DESARROLLO:

MATERIALES (quien prepara…)

OBSERVACIONES:

FICHA DE EVALUACIÓN DIARIA:

FICHA DE EVALUACIÓN DIARIA:

PIERRES
Asociación de personas con diversidad funcional

VALORACIÓN DE OBJETIVOS:

VALORACIÓN. GRADO DE SATISFACCIÓN. PROPUESTAS A MEJORAR:

INDICADORES	Niñ@	Nivel de consecución					OBSERVACIONES
		1	2	3	4	5	

VALORACIÓN global de la Actividad, aspectos a tener en cuenta para otras ocasiones.

INDICADORES DE HABILIDADES SOCIALES

La siguiente división es orientativa, comenzando por habilidades de comunicación básicas para luego entrar en aspectos más complejos.

GRUPO I: Primeras habilidades sociales

- Escuchar. Iniciar una conversación. Mantener una conversación.
- Formular una pregunta. Dar las gracias. Presentarse.
- Presentar a otras personas. Hacer un cumplido.

GRUPO II. Habilidades sociales avanzadas

- Pedir ayuda. Participar. Dar instrucciones. Seguir instrucciones.
- Disculparse. Convencer a los demás.

GRUPO III. Habilidades relacionadas con los sentimientos

- Conocer los propios sentimientos.
- Expresar los sentimientos.
- Comprender los sentimientos de los demás.
- Enfrentarse con el enfado del otro.
- Expresar afecto. Resolver el miedo. Auto-recompensarse.

GRUPO IV. Habilidades alternativas a la agresión

- Pedir permiso. Compartir algo. Ayudar a los demás. Negociar.
- Emplear el autocontrol. Defender los propios derechos.
- Responder a las bromas...

GRUPO V. Habilidades para hacer frente al estrés

- Formular una queja. Responder a una queja.
- Resolver la vergüenza. Arreglárselas cuando le dejan de lado.

- Defender a un amigo. Responder a la persuasión. Responder al fracaso.
- Enfrentarse a los mensajes contradictorios. Responder a una acusación.
- Prepararse para una conversación difícil. Hacer frente a las presiones de grupo.

GRUPO VI. Habilidades de planificación

- Tomar iniciativas. Discernir sobre la causa de un problema.
- Establecer un objetivo. Resolver los problemas según su importancia.
- Tomar una decisión. Concentrarse en una tarea.

GRUPO VII: Habilidades de resolución de Conflictos

- Asumir que el hecho de tener problemas es una situación normal e inevitable.
- Identificar y reconocer las causas del problema.
- Inhibir respuestas anteriores que se ha demostrado que son poco útiles para solucionar conflictos
- Idear alternativas, valorarlas y tomar una decisión
- Aplicar la situación tomada, valorando la idoneidad en los resultados

ANEXO XI

CUESTIONARIO PARA LOS NIÑ@S QUE PARTICIPARON EN LAS ACTIVIDADES INCLUSIVAS

¿Has disfrutado participando en las actividades inclusivas?

☐Sí ☐No

¿Te gustaría seguir participando en actividades inclusivas?

☐Sí ☐No

¿Qué actividad o actividades te han gustado más?

¿Qué otras actividades inclusivas te gustaría hacer?

¿Has conocida algún niño o niña en la actividad inclusiva que no conocieras antes?

☐Sí ☐No

CUESTIONARIO PARA LAS PERSONAS QUE PARTICIPARON EN LAS ACTIVIDADES INCLUSIVAS

(ADOLESCENTES Y ADULTOS)

1.- ¿Has disfrutado participando en las **actividades inclusivas**?

☐Sí ☐No

2.- ¿Volverías a participar en **actividades inclusivas**?

☐Sí ☐No ☐No sé

3.- ¿Te has sentido comod@ participando en las **actividades inclusivas**?

☐Sí ☐No

¿Por qué?

4.- ¿Crees que deberían hacerse más **actividades inclusivas**?

☐Sí ☐No

5.- ¿Que te ha gustado más?

6.- ¿Que otras **actividades inclusivas** propondrías?

7.- ¿Has hecho algún amig@ nuev@?

Muchas gracias