

**ASOCIACIÓN SÍNDROME DE
DOWN DE NAVARRA
MEMORIA 2020- PROYECTO 2021**





ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
MISIÓN, VISIÓN Y VALORES	5
ORGANIGRAMA	6
ACTIVIDADES	8
SESIONES	9
RESULTADOS DE SATISFACCIÓN 2020	10
NUESTRO EQUIPO	11
PROGRAMAS	12
PROGRAMA GENERAL	12
ATENCIÓN FAMILIAR	15
APOYO PSICOPEDAGÓGICO	19
OCIO, TIEMPO LIBRE Y DEPORTE	25
ITACA SEPAP OCUPACIONAL	31
ITACA SEPAP EMPLEO	33
ITACA VIDA INDEPENDIENTE	36
VOLUNTARIADO	39
ARETUSA	40
BIZITZA OSOA	42
PLAN DE IGUALDAD	44
MEMORIA ECONÓMICA 2020	45
PROYECTO 2021	47
PRESUPUESTO 2021	48
COLABORADORES	50

INTRODUCCIÓN

Queridas familias,

Me alegra enormemente presentaros la memoria de 2020 y el proyecto del año 2021 de nuestra entidad. En ella se recogen las actividades llevadas a cabo, todas ellas dirigidas a mejorar la calidad de vida de las personas con síndrome de Down y lo proyectado para el 2021.

Esperando que la pandemia no os haya perjudicado mucho, volvemos a estar en marcha con ilusiones renovadas, dispuestos a seguir con nuestras actividades y proyectos, más preparados que nunca. Si algo tenemos que agradecer al COVID-19 es que ha abierto formas de trabajar diferentes, abriéndonos a nuevas metodologías que nos han permitido continuar ofreciendo los programas y servicios de la entidad.

Hablar de esfuerzo es importante, ya que el adaptarse a las medidas ha requerido grandes dosis de innovación. Y esto no hubiera sido posible sin el trabajo y dedicación de las 23 profesionales y 60 personas voluntarias; y la complicidad y confianza de las familias. La Junta Directiva ha estado todo este tiempo muy activa tomando decisiones, algunas difíciles, para que la parte económica de la entidad se viera mínimamente perjudicada.

Quiero reconocer a las instituciones públicas, entidades privadas y donaciones particulares por el apoyo constante y la confianza depositada en nuestra entidad. Y agradecer a todas las empresas que nos abren sus puertas, permitiendo la contratación o realización de prácticas de las personas con síndrome de Down. Con mis mejores deseos para el 2021 y deseando que esta situación tan excepcional acabe pronto.

Un abrazo

Pedro Santana Arriazu

Presidente

MISIÓN

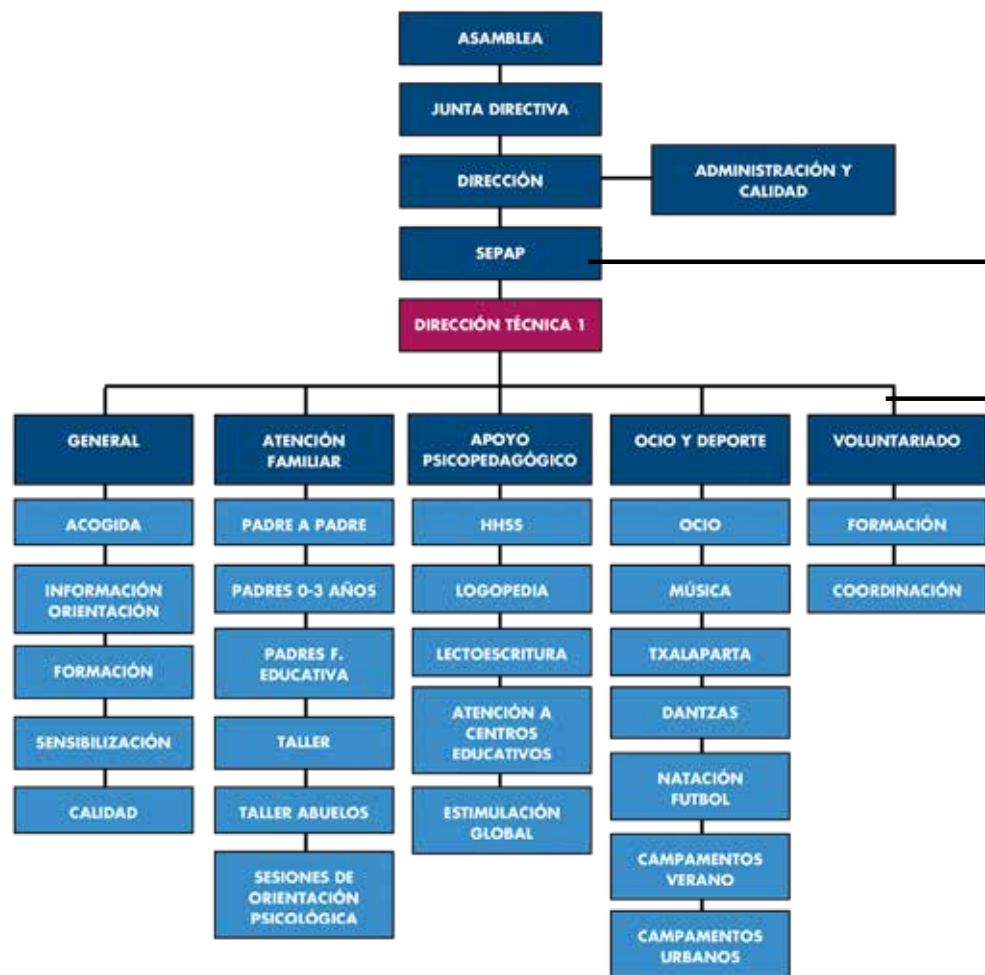
- Mejorar la calidad de vida de las personas con SD posibilitando su desarrollo integral, autonomía, igualdad de oportunidades, dignidad, respeto y su total inclusión social.
- Promover la atención global y los apoyos individuales que precise cada persona con SD para llevar a cabo su proyecto personal.
- Fomentar la defensa y promoción de los derechos de las personas con discapacidad en general y de las personas con SD en particular.
- Enfocar toda su actividad hacia la autonomía y normalización de las personas con SD.
- La asociación podrá atender otras discapacidades siempre que favorezca a sus fines.

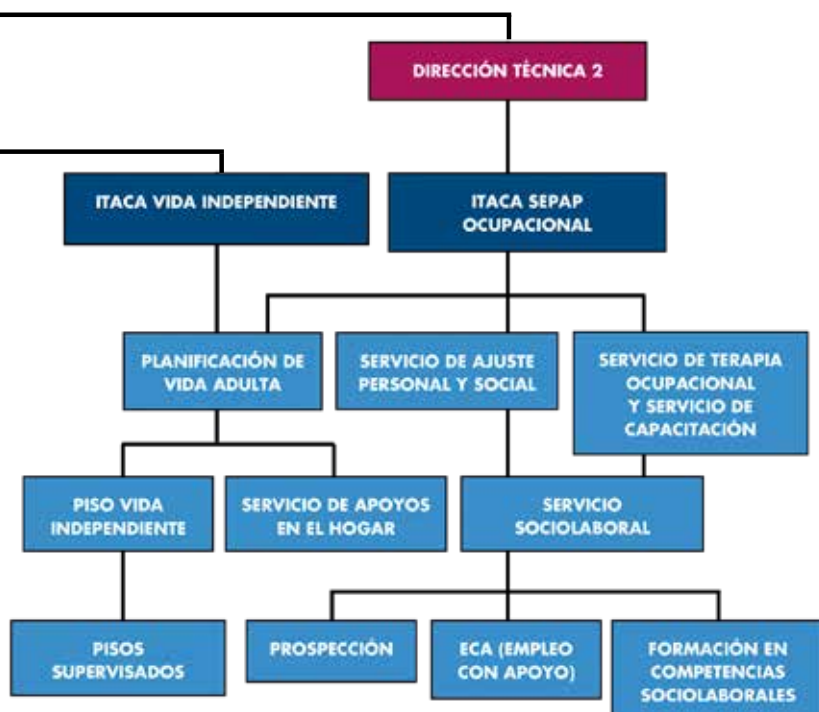
VISIÓN

- Ser referente en la aplicación y difusión de programas de calidad para las personas con síndrome de Down, trabajando para que alcancen el mayor grado de autonomía, autodeterminación y bienestar posibles con una proyección social y de futuro.
- Trabajar en la búsqueda de nuevos modelos de atención: psicológico, pedagógico y de mediación e integración laboral, de apoyo a la vida independiente y de atención al envejecimiento de las personas con DI.

VALORES

- Considerar a las personas con síndrome de Down como un valor en sí mismas.
- Conducta ética: profesionalidad, confidencialidad, lealtad y respeto a las personas.
- Competencia del equipo profesional.
- Potenciar la mejora de las prestaciones sociales.
- Fomentar la presencia de las personas con SD en la sociedad como sujetos activos.
- Calidad en los servicios.
- Experiencia a lo largo de todos estos años en servicios para la autonomía personal.
- Independencia y sentido de pertenencia.
- Ayuda mutua.
- Transparencia y austeridad.

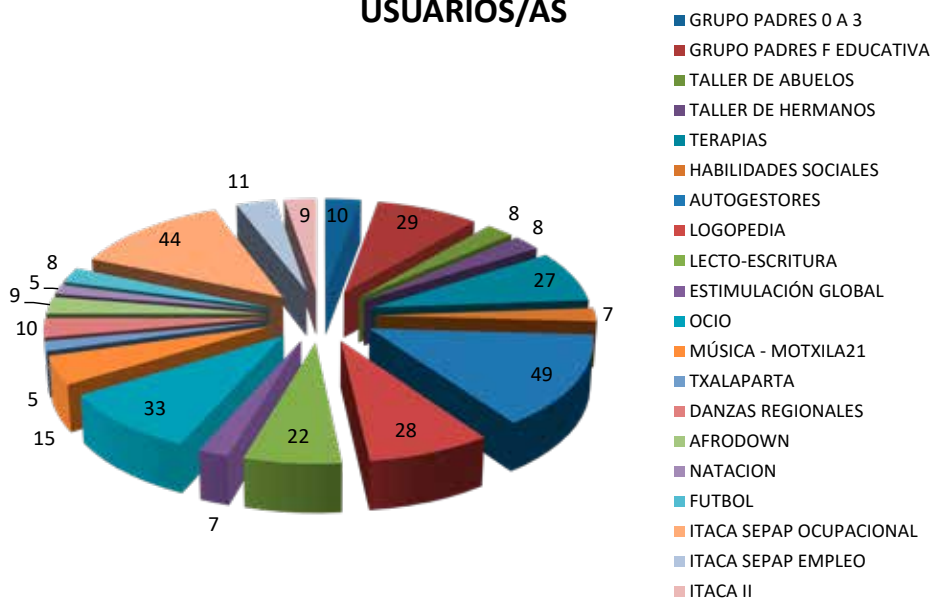




ACTIVIDADES

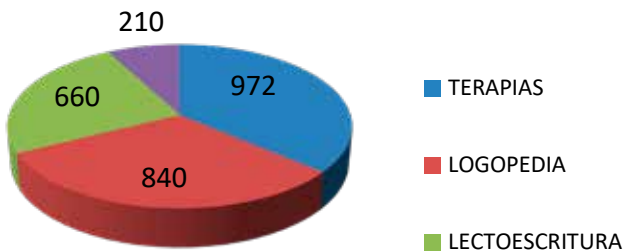
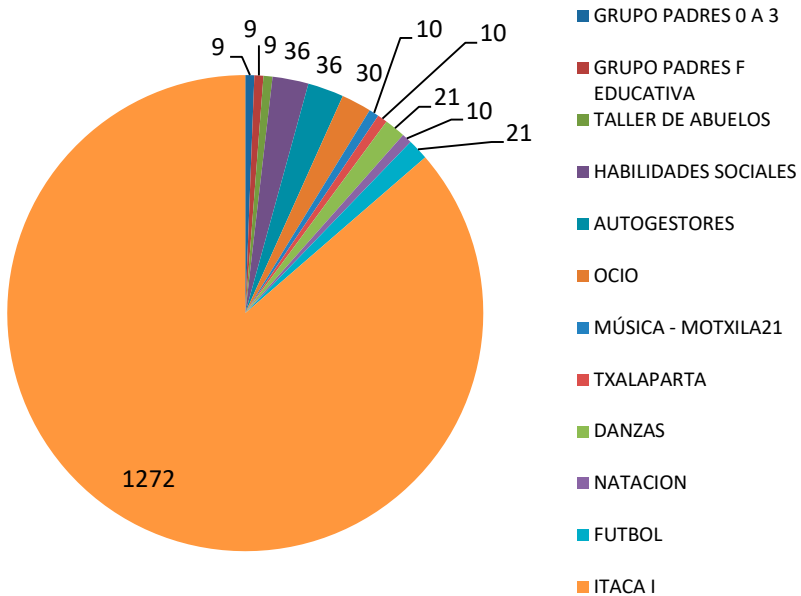
Número de personas participantes en las distintas actividades de la asociación durante el año 2020.

USUARIOS/AS



SESIONES

Número de sesiones realizadas en los distintos programas tanto individuales como grupales durante el año 2020.



RESULTADOS SATISFACCIÓN 2020

Satisfacción de los/as participantes en los distintos programas en el año 2020.

SERVICIOS	PUNTUACIÓN
Apoyo familiar. Programa Familia a Familia	9
Apoyo familiar. Grupo 0-3 años	8,5
Apoyo familiar. Grupo padres educación	8,62
Apoyo Familiar. Orientación psicológica indiv.	9
Apoyo Familiar. Talleres Abuelos/as	8,95
Apoyo Familiar. Talleres Hermanos/as	8,81
Lectoescritura	8,79
Logopedia	9,38
Habilidades sociales	8,87
Estimulación global	9,22
ITACA SEPAP Empleo	8,95
ITACA SEPAP Ocupacional	8,99
ITACA Vida Independiente. Piso de Promoción de la Autonomía	9,15
Piso Supervisado	8,6
ITACA Vida Independiente. Servicio de Apoyos en el entorno natural	9,69
Atención a Centros Educativos	9,7
Campamentos urbanos inclusivos	9,53
Ocio	8,79
Afrodawn	9,12
Danzas regionales	9,55
Natación	8,25
Fútbol	9,25
Motxila21	9,21
Txalaparta	9

NUESTRO EQUIPO

Profesionales

La plantilla de la asociación está formada por 23 personas, de las cuales **el 95,6% son mujeres y el 4,4% son hombres.**

PERSONAL SOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE NAVARRA 2020	
1	DIRECCIÓN
1	PSICÓLOGA DIRECCIÓN TÉCNICA PROGRAMAS
1	PEDAGOGA DIRECCIÓN TÉCNICA ITACA SEPAP OCUPACIONAL
2	PEDAGOGAS
2	LOGOPEDAS
1	PSICÓLOGA
10	TÉCNICOS INTEGRACIÓN SOCIAL
1	TÉCNICO GRADO MEDIO
1	TERAPEUTA OCUPACIONAL
1	TÉCNICA COMUNICACIÓN
1	ADMINISTRACIÓN
1	PERSONAL LIMPIEZA
23	TOTAL EMPLEADOS/AS

Voluntariado

Actualmente la asociación cuenta con **62 voluntarios/as en activo** que a lo largo del año participan en diversos programas entre los que destaca el de ocio y tiempo libre. Los voluntarios y voluntarias son muy importantes para nuestra entidad y por ello **queremos agradecerles su esfuerzo y dedicación**, sin los cuales sería muy difícil llevar a cabo las distintas actividades.

PROGRAMAS

PROGRAMA GENERAL

Acogida

Se continúa con el protocolo hospitalario con la red sanitaria navarra ante nacimientos de niños y niñas con SD. El objetivo fundamental es **proveer de información, apoyo psicológico y orientación a las familias**. En este momento son cuatro las madres que, en coordinación permanente con la psicóloga, llevan a cabo las visitas en el hospital cuando se demandan. **Durante 2020, se han atendido dos nuevos nacimientos**. Con una de estas familias se mantuvo una primera visita de asesoramiento con la psicóloga en la que se proporcionó toda la información relativa al SD, ayudas legales, aspectos de salud y revisiones con especialistas, tramitación del certificado de discapacidad, derivación a estimulación temprana, orientación y admisión en las escuelas infantiles, etc. y se les deriva al Grupo de Apoyo Emocional de familias con hijos/as entre 0-3 años. Con la otra familia se mantuvo contacto telefónico en el que la psicóloga aportó la información puntual que se requería en el momento, pero sin materializar una posterior entrevista por falta de interés. Las familias continúan mostrando y expresando una gran satisfacción con esta primera acogida y agradecen el apoyo y la información recibidos. **Durante el año 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 9 puntos sobre 10.**

Información y orientación

Da respuesta y asesora a toda persona que solicite información en relación a cualquier área de la asociación. Se realiza el asesoramiento bien presencial o vía correo electrónico, teléfono. Las profesionales responsables de cada servicio se encargan del asesoramiento según la demanda recibida. **El número de llamadas demandado información y orientación que han recibido una especial atención han sido 70. Durante el año 2020, el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 9,5 puntos sobre 10.**

Formación

Durante el año 2020 las profesionales han llevado a cabo un total de **95 acciones formativas** de manera on line y presencial correspondientes a 30 cursos, charlas y jornadas. Durante este año ha sido notable el aumento de la acción formativa debido a la situación de confinamiento y a las diversas necesidades detectadas para continuar prestando una atención de calidad a las personas usuarias. El principal objetivo de la formación ha sido realizar cuantas acciones fueran necesarias para poder mantener todos los programas existentes.

Destaca la formación recibida por el equipo profesional para el diseño e impartición de sesiones virtuales, elaboración de materiales digitales y fomento de metodologías activas ante posibles confinamientos y con el objetivo de adaptarnos a cualquier situación para que la formación se mantenga estable y no repercuta en el desarrollo de la persona con SD.

Asimismo, en las semanas de confinamiento se llevó a cabo una formación en Lectura Fácil y la adaptación de materiales para personas con dificultades en la comprensión. Por otra parte, **comenzamos a elaborar un Plan de Igualdad** propio de la entidad.



Sensibilización

Se han realizado 44 acciones de sensibilización a lo largo del año.

Dada la singularidad de este año debido al estado de alarma en la que nos encontrábamos por la pandemia, se anularon dos actos importantes: el Día Mundial del SD y los actos para la celebración del 30 aniversario.

El 21 de marzo de 2020 nuestra entidad se adaptó a la situación del momento y llevó a cabo un llamamiento a toda la población en redes sociales a través del hashtag #yomequedoencasa y #aupadown para que se unieran a un acto de reivindicación y aplausos en las ventanas para la visibilización y derechos de las personas con SD a las 12:00 y 20:00h con el objetivo de que ese día, a pesar de todo, las personas con SD fueran las protagonistas. Además, una persona de la entidad participó en Madrid en la grabación del spot publicitario de Down España para ese día con el lema #losverdaderosinfluencers.

Destaca también la labor de sensibilización y difusión llevadas a cabo durante las semanas de confinamiento. La asociación realizó diferentes publicaciones de la actividad y atención que se siguió llevando a cabo con las personas usuarias, así como el diseño y publicación de diferentes vídeos de agradecimiento a familias, personas usuarias y entidades colaboradoras. En colaboración con Cermi Navarra se publicitaron las acciones a través de hashtags como #downnavarranopara y #yomequedoencasa

Como colofón al año 2020 destaca que la Lista Forbes de “Las otras 100 fortunas de España” en el ámbito social nombró a nuestra entidad, junto a Motxila21, como una de las 100 mayores fortunas sociales del país.

Durante 2020 **el resultado de satisfacción de los programas de Formación y Sensibilización ha sido de 9,56 sobre 10.**

Orientación hacia una gestión de calidad

Desde el 25 de mayo de 2010 la asociación está certificada con la Norma de Calidad ISO 9001:2008 a través de Bureau Veritas.

El 21 de junio de 2018 la asociación se certificó en la norma ISO 9001:2015. El día 15 de octubre de 2020 se realiza la auditoría anual y se supera con éxito.

Se ha presentado la rendición de cuentas de acuerdo a la Ley de transparencia en el departamento de Derechos Sociales del Gobierno de Navarra.

ATENCIÓN FAMILIAR

Programa Familia a Familia

Programa que se dedica a la primera acogida a la familia a través de una visita hospitalaria en el momento del nacimiento. El jefe/a de pediatría, de enfermería, o en su caso el/la trabajador/a social de dicho hospital, se pone en contacto con la asociación. Desde nuestra entidad se da el aviso a una familia que está formada regularmente por la psicóloga y que realiza una visita hospitalaria a la nueva familia para informar, asesorar y apoyar emocionalmente en los primeros momentos. **Durante 2020 se llevaron a cabo dos visitas y el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 9 puntos sobre 10.**

Grupo de familias con hijos/as entre 0-3 años

Durante 2020 se han producido dos nuevos nacimientos. De estos nacimientos se ha incorporado una de las familias al grupo. La metodología de trabajo es de tipo humanista en el que la psicóloga actúa de facilitadora. **Durante 2020 han participado cinco familias.** Durante el periodo de confinamiento las familias siguieron atendidas por la psicóloga a través de las nuevas tecnologías, haciéndoles partícipes de las diversas acciones. **El resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 8,5 puntos sobre 10.**

Grupo de familias con hijos/as en formación educativa

Durante este curso se ha continuado con las sesiones dirigidas a familias de niños/as y jóvenes que se encuentran en etapa escolar para ir resolviendo todas aquellas dudas y necesidades que presentan. **Actualmente el grupo lo forman 29 personas, es decir 19 familias.**

Volvemos a realizar el estudio de la situación actual de las personas usuarias en los centros escolares mediante un cuestionario online en el que se les pregunta a las familias sobre aquellas ideas que les preocupan de sus centros educativos, nº de horas de apoyo, etc.

Durante el periodo de confinamiento el grupo sigue recibiendo formación a través de diversas plataformas online. A partir de septiembre se retoman las formaciones de manera presencial. Además, durante ese tiempo, dos familias de los dos grupos participan en la actividad de Voluntarios de "La Caixa" "Tú me das una palabra, yo te devuelvo una frase".

Tanto en el grupo de familias con hijos/as entre 0-3 años como en el de formación educativa se ofrece servicio de guardería. **Durante el año 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 8,62 puntos sobre 10.**

Talleres de hermanos/as

En enero se inician los talleres en los que **se inscriben 11 hermanos/as** de personas con SD con edades comprendidas entre los 5 y 11 años por lo que es necesario dividir el grupo en dos. Estos talleres se paralizan a mediados de marzo debido a la pandemia y **se retoman en octubre con 8 hermanos/as**. Debido al protocolo de medidas de seguridad e higiene que mantiene la asociación, se divide en dos grupos de cuatro personas cada uno para cumplir adecuadamente con las medidas de distanciamiento social.

Durante el año 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 8,81 puntos sobre 10.

Grupo de abuelos y abuelas

Grupo estable de trabajo y de encuentro que se mantiene con una **asistencia de seis abuelas**. La entrada está abierta durante todo el curso y se emplea una metodología directa y experiencial en la que se trabajan diferentes temas que se demandan a lo largo del curso. Además se les provee de apoyo emocional que les facilite la relación con sus hijos/as y nietos/as.

Durante el periodo de confinamiento el grupo continúa atendido por las psicólogas a través de las nuevas tecnologías haciéndoles partícipes de las diversas acciones de difusión de la entidad. El grupo, al estar compuesto por personas de riesgo y como medida de prevención sanitaria, decide retomar la acción formativa en octubre vía online mediante plataformas como WhatsApp o Zoom.

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 8,95 puntos sobre 10.



Orientación psicológica individualizada

Durante 2020 se ha atendido regularmente a 27 personas en sesiones semanales con una duración de 45 minutos.

Este año, debido a la situación de confinamiento y desescalada a consecuencia de la pandemia, del 16 de marzo al 30 de junio las sesiones se llevaron a cabo través de una intervención telepsicológica. Durante ese tiempo y vista la necesidad de nuestras personas usuarias, la atención psicológica se realizó durante dos días a la semana acortando el tiempo de duración de las sesiones a 20-25 minutos. Durante este tiempo, se atendió a 3 personas más en el servicio con el objetivo de mantener un estado emocional y psicológico adecuados, siendo 30 el total de personas atendidas. Personas usuarias y familias valoraron dicha atención con mucha satisfacción, además de que indirectamente disminuyeron los altos niveles de ansiedad que muchas personas con SD padecieron durante esas semanas.

La intervención se llevó a cabo de manera sincrónica (en tiempo real, a través de teléfono, audios, videollamadas y mensajería instantánea) y asincrónica (enviando actividades y plantillas en diferido a través del email, vídeos y audios grabados).

En septiembre se retomó el servicio de manera presencial ofreciendo la modalidad online a las personas que, por motivos de salud, aislamiento o confinamiento, no les fuera posible acudir. Se mantuvo el trabajo con las técnicas de Biofeedback y Mindfulness iniciadas a finales de 2019. Unas técnicas innovadoras que facilitan un trabajo en autocontrol para una adaptación adecuada de la persona a los diferentes entornos en los que participa.

Por otra parte, se llevó a cabo una derivación a la red de salud mental de Navarra y se continuó con el seguimiento con el equipo de psiquiatras de seis personas usuarias con trastorno dual.

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 9 puntos sobre 10.

APOYO PSICOPEDAGÓGICO

Habilidades sociales

El programa de habilidades sociales tiene como objetivo **proporcionar a los jóvenes con SD los medios y las estrategias necesarias para que aprendan a desenvolverse de un modo autónomo y adecuado en situaciones reales de la vida cotidiana**. Aprender y desarrollar estas habilidades en uno/a mismo es fundamental para conseguir unas relaciones adecuadas con otras personas, ya sean de carácter social, familiar, laboral, etc.

Los/as jóvenes acuden al programa una vez a la semana para **trabajar objetivos en diferentes áreas de habilidades adaptativas**: habilidades de comunicación, autodirección, habilidades sociales, académicas, funcionales (las emociones y sentimientos, las horas, el manejo del euro, ubicación espacio-temporal, normas de educación, manejo del transporte urbano, etc).

- **Grupo de HHSS Básicas: formado por cuatro alumnos/as**. El principal objetivo es iniciarse en las habilidades sociales básicas (normas básicas de comportamiento y relación con otras personas) y en el trabajo en equipo. **Se hace especial hincapié en la cohesión grupal** con el objetivo de generar un clima adecuado y de confianza entre los propios integrantes del grupo. Además, se trabaja de manera directa e indirecta la importancia de mantener una conversación, por lo que la comunicación tiene un gran peso. Las sesiones se llevan a cabo en los locales de la entidad.
- **Grupo de HHSS Avanzadas: formado por siete alumnos/as**. Estas sesiones están orientadas a continuar con lo aprendido en las sesiones de habilidades sociales básicas con el fin de **potenciar una mayor autonomía personal y social**. Se trabaja la autonomía en desplazamientos de los/as jóvenes con la finalidad de que conozcan las calles de Pamplona, las reglas de tráfico y las normas cívicas, así como los distintos recorridos del transporte público de Pamplona por lo que las sesiones se llevan a cabo en los locales de la entidad y en el exterior.

El trabajo del grupo se paralizó en marzo debido a la pandemia y retomó su actividad en septiembre. Tras la valoración profesional de las habilidades adquiridas durante estos años respecto a las personas del primer grupo, se unificaron los dos grupos en un único grupo de habilidades sociales avanzadas.

Se retomó también el trabajo quincenal con la técnica del *Mindfulness* que tiene como objetivo proporcionar las habilidades y técnicas que les ayuden a relajarse, a fomentar la interacción social y a la importancia de tomar conciencia de su cuerpo y de la atención plena. **El grupo lo conforman en la actualidad siete personas.**

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 8,87 puntos sobre 10.

Programa de estimulación global para niños/as entre 3 y 12 años

Programa ya consolidado en la entidad que atiende a la población infantil de entre 3 y 12 años. El número de personas que ha asistido al programa durante el año 2020 ha sido de 7 niñas y niños. El objetivo es **ofrecer una estimulación completa para el desarrollo integral de la persona y su óptima adecuación al entorno.**



Las bases de este proyecto se asientan en la importancia que tiene garantizar los apoyos y servicios necesarios para potenciar las principales áreas del desarrollo de la persona como son el área cognitiva, motora y comunicativa, así como potenciar habilidades académicas y socio afectivas.

Los objetivos que se persiguen pasan por sensibilizar a la sociedad de la importancia de empezar a integrar una buena estimulación desde edades tempranas, para así favorecer una vida más autónoma e independiente de las personas con SD.

El Programa de Estimulación global ofrece los siguientes programas:

1. Programa de Estimulación Psicomotriz

2. Programa de Estimulación Cognitiva

3. Programa de Habilidades Sociales Básicas

Se lleva a cabo una coordinación continua con centros educativos y diaria y trimestral con familias. Al inicio de curso se realiza una valoración socio familiar para concretar la línea base del niño/a y el plan de intervención a llevar a cabo con objetivos generales, específicos y materiales a utilizar.

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido es de 9,22 puntos sobre 10.

Logopedia

La finalidad es **proporcionar a los usuarios/as un lenguaje lo más funcional posible** que les permita desarrollar una vida autónoma e independiente. Pretende dar respuesta a las diversas dificultades que niños y niñas, adolescentes y adultos con SD presentan en las áreas del habla, del lenguaje y de la comunicación. Las sesiones tienen como objetivo general mejorar el habla, el lenguaje y la comunicación de las personas con SD favoreciendo su desarrollo personal, así como su inclusión escolar, social y laboral. **Las personas con SD necesitan intervención logopédica desde edades tempranas**, por lo tanto, la estimulación logopédica debe ser sistemática y funcional.

El servicio se ofrece a partir de los tres años de edad en euskera y castellano y se realiza a través de sesiones individuales de 45 minutos de duración. **28 personas han acudido a las sesiones de logopedia en el año 2020.**

A lo largo del curso se mantiene contacto con los equipos profesionales que atienden al usuario/a en los diferentes ámbitos: educativos, ámbito privado, etc., con la finalidad de coordinar los objetivos y seguir la misma línea de intervención.

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 9,38 puntos sobre 10.

Lectoescritura

El programa de lectoescritura tiene como finalidad **proporcionar la adquisición y avance en las competencias de lectura y escritura** en función de las necesidades específicas de la persona y que sirva de base para el desarrollo de las competencias lingüísticas y comunicativas.

El objetivo general es proporcionar los medios y las estrategias para alcanzar un desarrollo integral a través de la construcción de significados por medio de la escritura y lectura comprensiva.



Las sesiones de intervención se realizan a través de sesiones individuales, en castellano o euskera, de 45 minutos de duración a partir de los cinco años de edad. **22 personas han participado en esta actividad en el año 2020.**

A lo largo del curso se mantiene contacto con los centros educativos de las personas que acuden a las sesiones de logopedia y lectoescritura con el fin de coordinarnos en los objetivos de trabajo, seguir la misma línea de intervención y reforzar los aprendizajes.

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 8,79 puntos sobre 10.

Atención a centros educativos

El programa de colaboración con centros educativos pretende ser:

- Un instrumento de ayuda práctica para todos aquellos profesionales que trabajan con alumnos/as con SD en las diferentes etapas educativas.
- Un instrumento de cambio en la manera de concebir el proceso de enseñanza/aprendizaje no solo en el profesorado, sino también en la sociedad y en la administración educativa.
- Un instrumento que promueva una educación inclusiva de calidad.

El Programa de Colaboración con Centros Educativos ha recibido durante el año 2020 las siguientes demandas de asesoramiento y sensibilización:

Familias:

- Coordinación con los centros educativos.
- Orientación sobre diferentes modalidades de escolarización en educación.
- Orientaciones sobre las UCEs.
- Orientación sobre UTEs.
- Orientación sobre aulas alternativas en E.S.O.
- Aplicaciones didácticas para Android e Ipad.

- Actividades psicopedagógicas de la asociación.
- Demanda de asesoramientos para trabajar el tema del SD en casa.

Centros educativos:

- Charlas formativas al profesorado.
- Charlas formativas al alumnado.
- Aplicaciones didácticas para Android e Ipad.
- Orientaciones sobre metodología inclusivas.
- Intervención sobre conductas.
- Difusión de guías y charlas de Down España.
- Información sobre los programas de la asociación.
- Información y pautas sobre el desarrollo del lenguaje en personas con SD.
- Apoyo a las profesionales en la adaptación curricular del alumnado con SD.
- Intervención en situaciones de bullying.
- Asesoramiento sobre materiales educativos.
- Formación consensuada con el CAP al profesorado.
- Demanda de asesoramiento para trabajar la diversidad.
- Asesoramiento para trabajar la sexualidad.

Se han atendido 22 demandas de centros escolares a lo largo del año de los siguientes centros: Mendialdea II, Vedruna, Jesuitinas, IES Cizur, Regina Pacis, Amaiur, El Lago de Mendillorri, Colegio Escolapios, Miravalles, San Ignacio, San Miguel de Orcoien, Joakin Lizarraga, Hegoalde, Auzperri eskola, Esclavas, Arangoiti, San Miguel de Noáin, Larraona, La presentación, Catalina de Foix y Luis Amigó.

En 2020 el resultado de satisfacción ha sido de 9,7 puntos sobre 10.

OCIO, TIEMPO LIBRE Y DEPORTE

Ocio

La finalidad de este programa es que nuestros jóvenes puedan **salir y relacionarse como cualquier joven de su edad** y puedan decidir cómo aprovechar y autogestionar su ocio y tiempo libre. Actualmente la entidad cuenta con **cuatro grupos de Ocio y tiempo libre**. La actividad se lleva a cabo los sábados entre las 17 y las 21 horas aproximadamente, con una duración de tres horas por grupo.

Estos grupos están formados teniendo en cuenta edad y sexo, heterogeneidad, nivel de autonomía social y personal y respetando los grupos de amigos/as con quienes realizar actividades propias de su edad y características. **Están formados por jóvenes con edades comprendidas entre los 12-45 años. Este año ha habido una asistencia de 23 personas.**

La actividad se paralizó en marzo debido al estado de alarma. Desde la entidad se valoró como imprescindible retomarla una vez pasado este tiempo por los beneficios que aporta a las personas usuarias el recuperar las relaciones con su grupo de amigos/as y retomar actividades de ocio. Por esta razón, el ocio se reinicia en julio, meses de verano en los que generalmente la actividad se paralizaba. 17 personas se interesaron por la actividad durante el verano por lo que se mantuvieron 3 de los 4 grupos que salen una tarde entre semana. Ya en septiembre y con el inicio del curso, se retomaron los sábados como día de ocio y los 4 grupos habituales.

Durante el año 2020 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad ha sido de 8,79 puntos sobre 10.

Campamento de verano

Con motivo de la situación sanitaria este año no ha sido posible realizar el campamento de verano habitual.

Campamentos urbanos inclusivos

Los campamentos urbanos inclusivos son un conjunto organizado y planificado de actividades lúdico-educativas que se desarrollan en las instalaciones de la asociación durante el periodo vacacional de verano en horario de mañana. Tras el confinamiento se atiende la demanda de personas usuarias y familias de poder organizar campamentos urbanos inclusivos en junio y julio que pudieran aportar por un lado, un tiempo de disfrute y relación social que no había tenido lugar los meses anteriores, y por otro, un respiro a las familias que deben retomar sus empleos y jornadas y compatibilizar el cuidado de sus hijos/as.

Se realizaron diversas actividades y talleres enfocados al ocio y disfrute de los/as niños/as y jóvenes que participaron al mismo tiempo que se fomentó su nivel de autonomía personal y social, tratando de trabajar aspectos de la vida cotidiana. Se llevan a cabo dos tipos de campamentos, acordes a cada uno de los grupos:

- **Campamentos Urbanos para niños/as en edades comprendidas entre 4-11 años:** se llevan a cabo dos tandas de campamentos en la semana del 6 al 10 de julio y en la semana del 13 al 17 de julio en la sede de la asociación, con horario de 9:00 a 14:00. Participaron un total de 6 personas entre niños/as con SD y sus hermanos/as.
- **Campamento Urbano en el Piso de Promoción de Autonomía Personal y Social** de la entidad, situado en el barrio de la Rochapea de Pamplona, para jóvenes en edades comprendidas entre los 12-21 años. El contenido estaba dirigido fundamentalmente a la realización de actividades de autonomía personal y social, alternando también actividades lúdicas en el exterior. En este campamento participaron un total de 4 jóvenes.

Es destacable que la puesta en marcha de estos campamentos urbanos en los meses de junio y julio ha tenido muy buena acogida y aceptación por parte de las familias que han demandado su continuación en el verano de 2021. **En 2020 el resultado de satisfacción obtenido en estas actividades ha sido de 9,53 puntos sobre 10.**

Fiestas

La dimensión lúdica del ocio conlleva un disfrute personal a dos niveles. Por una parte, la participación en la preparación y el desarrollo de la propia fiesta a través de actuaciones organizadas a lo largo de todo el año y por otro, la participación de la fiesta como espectadores/as de las actuaciones que ofrecen a los jóvenes sus compañeros/as. Además, los diferentes actos festivos implican un carácter comunitario.

Con motivo de la Covid-19 y las restricciones impuestas para actos culturales y festivos, durante 2020 no se lleva a cabo ninguna fiesta. Por esta misma razón, se suspendieron los diferentes eventos que se realizan regularmente como la celebración del Día Mundial del síndrome de Down, la fiesta fin de actividades de junio y la fiesta de Navidad.

Motxila21

El grupo está **formado por 15 jóvenes con síndrome de Down y 11 personas voluntarias**. Durante 2020 no han podido realizarse conciertos debido a la pandemia, pero el grupo ha seguido activo. En pleno confinamiento se realizó un vídeo realizado desde los hogares de los miembros del grupo con mucha proyección en redes sociales y medios de comunicación. Asimismo, se han realizado entrevistas en prensa, radio y televisión.



A lo largo de todo el año **se ha grabado el nuevo álbum “Ama Lurra”** que trata del cuidado del planeta, las personas y el respeto de las diferentes culturas haciendo hincapié en que todos tenemos cabida en la Madre Tierra. En septiembre empezó la grabación del videoclip Ama Lurra, adelanto del próximo disco, con música de Xabier Zabala y creado por Iñaki Alforja que cuenta con imágenes en 360º cedidas por Txema Ortiz. La postproducción ha sido trabajo de Natxo Leuza y destaca la importante participación de personas de distintas culturas y razas. El estreno del videoclip fue el 11 de diciembre y la presentación del nuevo disco se realizó en abril de 2021.

Ha supuesto un trabajo en equipo, coordinado y cohesionado. Los/as jóvenes con SD han participado en la medida de lo posible, siempre teniendo en cuenta la pandemia, apoyados, en mayor medida por las circunstancias actuales, por las personas voluntarias, familias y profesionales. **El resultado de satisfacción es de 9,21 sobre 10.**

Txalaparta

Un grupo de cinco jóvenes de la asociación son los integrantes del grupo TxalapartDown. Estos jóvenes txalapartaris tocan todos los martes durante una hora en el local de ensayo de la Txantrea. En 2020 han actuado en la Fiesta de Gigantes 2020 del colegio la Compasión-Escolapios organizado por la comparsa de gigantes de la Rochapea.



Tras el decreto del estado de alarma la actividad se paralizó y se intentó reanudar en septiembre por lo que se buscó otro nuevo espacio que cumpliera las medidas preventivas y sanitarias. En consenso entre familias y la propia asociación se decidió valorar su reanudación en enero.

Durante el año 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 9 puntos sobre 10.

Danzas regionales

Gracias a la colaboración del grupo de Danzas de Noáin Andartzeta esta actividad está cosechando éxito allá donde realizan sus actuaciones. **Son 10 los/as jóvenes participantes en esta actividad** que se desarrolla los viernes por la tarde en la Casa de Cultura de Noáin.

Tras el decreto del Estado de Alarma dicha actividad se paralizó y se reanudó en octubre trasladando el lugar de ensayo de la Casa de Juventud de Pamplona a la Casa de Cultura de Noáin con el objetivo de que se cumpla la distancia de seguridad.

Durante el año 2020 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 9,55 puntos sobre 10.



Música Afrodown

El grupo Afro Down comenzó en el año 2017. Está formado por nueve jóvenes con síndrome de Down, un monitor responsable senegalés y tres personas voluntarias que apoyan en el manejo de los instrumentos. **Es un grupo de percusión en el que se trabajan ritmos afro y la pertenencia al grupo.** El principal objetivo de la actividad es **aprender a escucharse a uno mismo/a y a los/as demás, además de aprender a manejar instrumentos musicales.**

Como el resto de actividades externas se paralizó en marzo con motivo del estado de alarma. A partir de septiembre, debido a la imposibilidad del monitor de participar se canceló con el objetivo de reanudarla el curso que viene. **Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido ha sido de 9,12 puntos sobre 10.**

Deporte

Natación

Es una actividad básica para el buen desarrollo físico de cualquier persona, especialmente para las personas con síndrome de Down. Hay dos grupos diferentes; en el primero participan jóvenes que todavía están aprendiendo a manejarse en el agua y en el segundo, aquellos que cuentan con conocimientos más avanzados.

La duración de cada sesión es de 45 minutos. Hasta marzo, mes en el que se paralizó la actividad, acudían cinco personas. A partir de octubre, con motivo del cambio de instalaciones, horario y por la situación sanitaria actual, no se recogió ninguna demanda para continuar con la actividad.

Fútbol

La asociación tiene un equipo de fútbol que entrena en la Sociedad Deportiva de Echavacoiz los viernes por la tarde en horario de 17.30 a 19 horas. El equipo está compuesto por ocho jóvenes con síndrome de Down y un monitor responsable.

Las actividades de natación y fútbol son actividades que pertenecen a la Federación de Deportes Adaptados.

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido en natación ha sido de 8,25 sobre 10.

Por otra parte, el resultado de satisfacción obtenido de la actividad de fútbol ha sido de 9,25 sobre 10.



ITACA SEPAP OCUPACIONAL

SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL, con el objetivo de contribuir al desarrollo de las competencias y empoderamiento de personas con discapacidad intelectual, preferentemente con síndrome de Down.

ITACA SEPAP OCUPACIONAL incluido en el catálogo de servicios sociales de la Agencia Navarra de Autonomía y Desarrollo de las Personas (ANADP), permite garantizar que las personas con DI, preferentemente con SD puedan acceder a un servicio donde se promocióne la autonomía personal desde un tratamiento individualizado y a través de un itinerario global de inclusión. Partiendo de una premisa: **la apuesta por una perspectiva basada en la confianza, en las potencialidades y capacidades de las personas.**

La Agencia Navarra de Autonomía y Desarrollo de las Personas convenía con Asociación Síndrome de Down de Navarra un total de 44 plazas para atención a personas con DI, preferentemente con SD en el Servicio de ITACA SEPAP OCUPACIONAL.

El eje central, la persona, desde una concepción integral, que implica una atención multidimensional. Trabajamos para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, preferentemente con síndrome de Down, para que alcancen una vida plena, fomentando su autonomía personal, así como todos los aspectos educativos, formativos y de inclusión, a todos los niveles-personal, social y laboral y en todas las facetas de su vida adulta.

ITACA SEPAP OCUPACIONAL se estructura en tres grandes servicios:

- Servicio de Ajuste Personal y Social.
- Servicio de Terapia Ocupacional y Capacitación Laboral.
- Servicio de Mejora de Competencias Sociolaborales.

De acuerdo a las necesidades personales, se priorizará la participación de cada una de las personas usuarias en actividades puramente ocupacionales y de ajuste personal y social; actividades orientadas en primer término a la empleabilidad; actividades centradas en la atención a procesos de envejecimiento, y por último, actividades de mejora de competencias sociolaborales para personas en activo.

Las programaciones se elaborarán de manera diferenciada en torno a 4 grupos de personas con DI, preferentemente con SD, atendidas:

- **Grupo ocupacional:** personas con mayor porcentaje de discapacidad, menores niveles de autonomía y mayores dificultades de empleabilidad ordinaria.
- **Grupos empleables:** personas con mayor potencial en cuanto a idoneidad laboral en empresa ordinaria.

- **Grupo de envejecimiento activo:** personas que bien por edad o por deterioro en sus procesos mentales, inician una etapa de envejecimiento.
- **Grupo sociolaboral:** personas en activo en empresa ordinaria con una jornada inferior al 25% de una jornada laboral completa.

Es necesario señalar que el servicio de ITACA SEPAP Ocupacional durante este año 2020 ha venido condicionado por la situación de crisis sanitaria ocasionada por la pandemia. Una situación excepcional en todos los sentidos que nos ha llevado a:

- Analizar las posibles consecuencias en distintos ámbitos: psicológico-emocional, social y el laboral.
- Recondicionar la atención y el apoyo a las personas usuarias y sus familias: durante el estado de alarma y el confinamiento, desde el apoyo telemático y la formación on line; y durante la recuperación de la nueva normalidad, desde la adaptación a las medidas sanitarias exigidas y a los protocolos de funcionamiento.
- Modificar y actualizar planes de atención individual, definir nuevos objetivos prioritarios a trabajar con ca-da una de las personas usuarias y, por consiguiente, redefinir indicadores de medición.

Durante 2020 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad ha sido de 8,99 puntos sobre 10.

ITACA SEPAP EMPLEO

Desde sus inicios a la actualidad el número de inserciones ha ido aumentando considerablemente.

Durante estos años se han conseguido aproximadamente 73 integraciones en empresas ordinarias, inserciones exitosas dada la metodología utilizada, **metodología ECA de empleo con apoyo**.

Los años de experiencia en el buen hacer del programa, refuerzan la evidencia de los beneficios de la inserción en empresa ordinaria de las personas con SD y la calidad de la formación impartida previa a la inserción.

Por ello, **nuestra entidad es en la actualidad referente para el colectivo síndrome de Down en vida adulta e inclusión laboral en Navarra.**

La atención a las personas beneficiarias es individualizada y desde la metodología ECA, el seguimiento en el programa de inserción laboral es personalizado y continuo. La valoración y evaluación por parte de las personas y sus familias es positivo y satisfactorio. En cuanto a la labor de prospección de empresa, **se han visitado 43 empresas durante todo el año.**

Tres mujeres con síndrome de Down han sido contratadas en perfiles profesionales de camarera de comedor en restaurante, dependienta de comercio y auxiliar de comedor en centro escolar. A otra de las trabajadoras se le prorrogó el contrato hasta 2021 a consecuencia del ERTE ejecutado en su empresa durante el confinamiento.

Por otro lado, dos hombres han sido contratados en 2020, 1 renovación y 1 contratación nueva.

Asimismo, **diez personas mantienen sus contratos indefinidos logrados años anteriores** : son 8 hombres y 2 mujeres con SD.

En marzo, abril y mayo, tres mujeres perdieron su empleo como consecuencia de los efectos de la pandemia en sus empresas. Se comenzará el próximo año 2021 con la certidumbre de que, al menos dos, recuperarán sus puestos de trabajo.



En conclusión, han sido **19 trabajadores/as los que han recibido el servicio de Empleo con Apoyo** con un mínimo de una intervención semanal y presencial en el puesto de trabajo para seguimiento y valoración continua del desempeño laboral, rendimiento en las tareas propias del puesto y competencias sociales, relacionales y actitudinales.

Estas empresas son mayoritariamente del sector servicios (comercios, restaurantes de comida rápida, veterinaria, peluquería, prestadora de servicios a otras empresas, servicios de educación como comedores escolares y facultades en universidad) y tres de ellas son del sector industrial (elaborados para alimentación, ingeniería y automoción).

Las personas con DI, preferentemente con SD, trabajadoras activas en empresa ordinaria, acuden a ITACA SEPAP Empleo para formación en competencias sociolaborales con el objetivo de un correcto mantenimiento del puesto de trabajo. **Durante 2020 el resultado de satisfacción ha sido de 8,95 puntos.**

AUTOGESTORES ALDAPA

Autogestor/a es la persona que lucha por ser la protagonista de su propia vida, tomando decisiones y asumiendo consecuencias.

Las personas participantes en autogestores Aldapa un día a la semana mantienen un espacio de trabajo facilitado por las profesionales en el que debaten y reflexionan sobre temas que afectan a su futuro, a su proyecto de vida, etc. **El objetivo es que puedan aprender a participar, elegir y producir acciones que promocionen la autodeterminación:** capacidad de hablar por uno/a mismo, alcanzar mayor autonomía personal y social. **“Soy una persona adulta y como tal, quiero decidir por mí misma”.**

Durante el primer trimestre de 2020 el grupo de autogestores ha participado en un proyecto de la **Fundación Prem Rawat de “Educación para la Paz”**, aprendiendo a descubrir la fuerza interior y la paz personal.

En marzo el grupo mantuvo los encuentros y reuniones a través de Zoom y con la incorporación a la nueva normalidad, a pesar de retomar los encuentros semanales presenciales, el cumplimiento de protocolos y restricciones ha obligado a realizar las sesiones en grupos reducidos de 4 a 6 personas máximo. El trabajo de reflexión y debate en el último semestre del año ha sido prioritario dadas las consecuencias que están manifestándose a nivel psicológico-emocional y social, derivadas de la realidad que estamos viviendo.

ITACA II

Piso de promoción de la autonomía personal

Piso de aprendizaje y entrenamiento en las habilidades necesarias para vivir de manera independiente y autónoma, con los apoyos necesarios en cada momento. Se parte de las capacidades y necesidades de la persona para definir las adaptaciones y los tipos de apoyo que precise para llevar una vida lo más autónoma posible. Además, se diferencia de otros recursos en que no requiere la presencia continua de las personas de apoyo, ya que el objetivo fundamental es el aprendizaje y la puesta en práctica de lo aprendido. El tiempo de duración es de un curso académico ofreciéndose 6 plazas en cada curso. Hasta junio de 2020 el piso esta ocupado por tres personas. A partir de septiembre, se incorporó una persona más, siendo **cuatro el total de participantes del año**.

A mitades de marzo se paralizó el proyecto debido a la pandemia y las personas usuarias regresaron a su domicilio. El proyecto se reanudó el 1 de septiembre con un protocolo de medidas de prevención específico y un plan de contingencias ante cualquier situación que pudiera darse durante el curso en relación a la pandemia.

Durante el año 2020 el resultado de satisfacción obtenido en este programa ha sido de 9,15 puntos sobre 10.

Pisos supervisados

Son pisos en los que conviven personas que habiendo adquirido en el Piso de Promoción de la Autonomía Personal de la Rochapea unas habilidades y competencias necesarias para vivir de manera autónoma, deciden dar el paso a **vivir independientes de su familia como cualquier adulto de su edad**.

Supone un recurso más avanzado en el que la persona con SD vive independiente y autónoma gracias a las competencias adquiridas anteriormente y con el apoyo de una red específica compuesta por la red familiar de cada joven, de apoyos específicos en la vivienda (técnicos/as de apoyo contratados o SAD) y de personas voluntarias que conviven con las personas usuarias.

La asociación lleva a cabo un **seguimiento psicológico y emocional** de cada persona y la coordinación con el equipo profesional de cada piso. Es necesario tener en cuenta que el tipo de apoyo que se gestiona con cada piso supervisado dependerá de las necesidades de apoyo de las personas usuarias.

Durante 2020 se han mantenido los dos Pisos Supervisados de Vida Independiente. El 31 de diciembre finaliza el convenio de colaboración suscrito con Fundación Can - Caixa del Piso Supervisado del barrio de San Juan. De las cuatro personas que se han beneficiado de este proyecto, se apoya a dos que actualmente son pareja en el inicio de un proyecto de vida independiente común en un piso. Otra de las personas usuarias regresa al domicilio familiar a la espera de trabajar en su futura salida a vida independiente y la otra persona regresa al hogar familiar ante la situación extraordinaria de pandemia.



Servicio de apoyos en el entorno natural

El objetivo fundamental del programa es **fomentar la autonomía personal y social de las personas con SD** para dar respuesta a necesidades concretas que puedan surgir en distintos momentos de su ciclo vital, desde la infancia a la edad adulta.

A través del programa de “Apoyos en el Entorno Natural” **se han recibido 15 demandas de apoyo** con el objetivo de fomentar la autonomía personal y social, la autonomía en desplazamientos y en el hogar, actividades sociales y comunitarias para lograr un bienestar emocional adecuado; fomento y creación de planes deportivos específicos para la adquisición de hábitos saludables, etc. En todos los casos se ha llevado a cabo inicialmente la selección de la persona que presta los apoyos para posteriormente establecer los objetivos, diseñar el apoyo, evaluación y seguimiento del plan. **En 2020 se beneficiaron de este servicio 15 personas y el resultado de satisfacción obtenido ha sido de 9,69 puntos.**

VOLUNTARIADO

El Programa de Voluntariado **es fundamental para la realización de todas nuestras actividades** y para ello contamos con una amplia bolsa de personas que se ponen en contacto con la voluntad de participar en nuestros proyectos.

A 31 de diciembre de 2020 nuestra entidad cuenta con una bolsa de voluntariado de 60 personas. El número se ha visto reducido este año debido a la



situación sanitaria ya que no todas las actividades se han podido seguir llevando a cabo, lo que ha repercutido en la necesidad y áreas de actuación de las personas voluntarias. Esto mismo ha ocurrido con las acciones de sensibilización externas del programa, que se han reducido en gran número sin posibilidad, como en años anteriores, de poder dar a conocer el funcionamiento, organización y actividades de la entidad.

Se han realizado **tres formaciones básicas de voluntariado** en las que han participado personas voluntarias que posteriormente han estado presentes en diferentes programas y actividades de la entidad (campamentos de verano, urbanos, programa de Apoyo Familiar, sesiones de habilidades sociales dentro del programa de Apoyo Psicopedagógico, respiros familiares, etc.).

Asimismo, se ha participado en **tres actos de sensibilización**. Por un lado, la responsable de voluntariado de la entidad formó parte de un encuentro organizado por Navarra+Voluntaria entre entidades de la Comunidad Foral. Fue un espacio para la construcción y diseño de una nueva realidad en el que aportar ideas y recursos para el trabajo en red e impulsar la creación colectiva de una red de trabajo entre entidades. Por otro lado, Navarra + Voluntaria solicitó la participación de un integrante del grupo Motxila21 para la preparación de un vídeo con motivo del Día Internacional del Voluntariado. Un vídeo que se presentó en rueda de prensa por el Gobierno de Navarra. Por último, a raíz de la presentación del vídeo anteriormente citado, Diario de Noticias entrevistó a esta persona para hablar sobre el voluntariado y la importancia que tiene en su vida diaria.

Por otro lado, a través del Cuerpo Europeo de Solidaridad se ha formado parte de la actividad de la entidad, una persona voluntaria procedente de Eslovaquia que ha convivido con personas con SD en el Piso de Promoción de la Autonomía Personal. Estaba previsto que su estancia en Pamplona tuviese una duración de seis meses pero no fue posible cumplir con la totalidad de este tiempo por la situación sanitaria vivida. Esta persona regresó a su país en marzo tras decretarse el estado de alarma. **El resultado de satisfacción obtenido en las formaciones llevadas a cabo durante el año ha sido de 9,5 sobre 10.**

Por otra parte, **la satisfacción mostrada con el programa por parte de las personas voluntarias ha sido de 10 puntos sobre 10.**

ARETUSA

Biofeedback y Mindfulness para la mejora de las competencias sociales y relacionales de la persona con SD.

Proyecto financiado por Innov@social desde el 1 de mayo de 2019 al 30 de abril de 2020.

Aunque el proyecto finalizaba a finales del mes de abril, el estado de alarma hizo que se paralizase sin terminar este plazo. El objetivo principal del proyecto ARETUSA ha tenido como objetivo facilitar a las personas con SD el desempeño de sus competencias sociales y relacionales, así como la resolución de problemas y la gestión de las emociones desde el entrenamiento en técnicas de Biofeedback y Mindfulness. Se han trabajado dos líneas de actuación:

1. A nivel individual, en las sesiones de orientación psicológica el equilibrio emocional y el autocontrol con técnicas de Biofeedback.

2. A nivel grupal, incrementando las habilidades adaptativas de las personas con SD en su entorno natural (familiar, social y laboral) a través del Mindfulness.

Los objetivos específicos del proyecto han sido los siguientes:

- Ser capaz de conocer las propias respuestas fisiológicas asociadas a estados emocionales como la ansiedad y el estrés a través del Biofeedback.
- Adquirir un autocontrol de esas respuestas fisiológicas a través del entrenamiento en Biofeedback para una gestión adecuada de las emociones.
- Mejorar sus habilidades y competencias sociales y relacionales a través de estrategias de autocontrol, relajación, de reducción de la ansiedad y de bienestar,

que favorezcan su empoderamiento como persona capaz de enfrentarse adecuadamente a diferentes situaciones.

- Potenciar las funciones cognitivas de atención, concentración, percepción, iniciativa a través de la práctica del Mindfulness.

- Aumentar el patrón de conductas adecuadas para enfrentarse a diferentes situaciones en los entornos familiar, social y laboral.

El proyecto ARETUSA ha sido innovador en cuanto a las técnicas propuestas.

Unas técnicas innovadoras para las personas con síndrome de Down y discapacidad intelectual pues únicamente existe una experiencia de este tipo en Barcelona (Proyete Aura). El uso de máquinas específicas de Biofeedback son materiales nuevos de trabajo con personas con discapacidad intelectual y síndrome de Down, fácilmente comprensibles, que permiten que la persona visualice su estado, lo controle y se entrene a través de diferentes juegos aumentando la dificultad. Es una manera de trabajar mucho más motivante y satisfactoria.

Los resultados obtenidos han sido muy satisfactorios. Las personas usuarias se han mostrado muy motivadas hacia el trabajo con éstas técnicas reduciéndose los niveles de ansiedad obtenidos en las intervenciones realizadas.

47 personas han sido atendidas a través de este proyecto y el resultado de satisfacción obtenido ha sido de 9,69 puntos sobre 10.

BIZITZA OSOA. Fomento del bienestar psicológico y socioemocional desde una perspectiva integral de la persona con SD

Proyecto financiado por Innov@social desde el 01 de mayo de 2020 hasta el 30 de junio de 2021.



Bizitza Osoa (Vida Plena) tiene como objetivo principal trabajar por el bienestar psicológico y socioemocional de la persona con SD facilitando recursos e instrumentos para que puedan manejarse de manera eficaz y adecuada frente a las dificultades que van surgiendo a lo largo de su historia vital y en su proceso de envejecimiento.

Un atención psicológica individualizada a la persona con SD centrada en el conocimiento y gestión de las emociones, en el desarrollo y entrenamiento en habilidades sociales avanzadas y de autonomía personal, en apoyos conductuales positivos, en la utilización de técnicas innovadoras en la intervención como el entrenamiento en biofeedback para dominar mente-cuerpo y el Mindfulness en sesiones individuales y grupales, así como planes individualizados de apoyo realizados desde la Planificación Centrada en la Persona que sustenten el Proyecto de Vida deseado por ella misma, previene la aparición de trastornos mentales y favorece la inclusión social, la integración familiar, la autonomía personal, el conocimiento de uno mismo/a, una vida adulta lo más autónoma, independiente y normalizada posible y un envejecimiento tardío.

Los objetivos específicos del proyecto han sido los siguientes:

- **Fomentar un bienestar psicológico y socioemocional** a través de una atención psicológica individualizada a través de técnicas individuales y grupales (Role Playing, Gestión Emocional, Biofeedback, Mindfulness, Estimulación Cognitiva...).



- **Prevenir problemas de salud mental y/o trastorno dual** asociados a personas con SD (Ansiedad, Depresión; Tocs...) a través del uso de técnicas innovadoras como el Biofeedback.
- **Mejorar las funciones cognitivas y las habilidades y competencias sociales y relacionales** a través de estrategias de autocontrol, relajación, de reducción de la ansiedad y de bienestar, a través de la práctica del Mindfulness.
- **Derivar a consultas especializadas** aquellos casos en los que hay sospecha de trastorno dual y/o deterioro cognitivo y llevar cabo un seguimiento e intervención de los mismos.
- **Favorecer un envejecimiento activo y saludable** apoyando y guiando a la persona con SD, familia y red de apoyos en la elaboración y seguimiento de su Proyecto de Vida.

Actualmente se están beneficiando de este proyecto 55 personas.

PLAN DE IGUALDAD

En noviembre la asociación elaboró un Plan de Igualdad con validez para tres años y un cronograma de acciones a implantar durante ese tiempo.

Los objetivos generales que se persiguen son los siguientes:

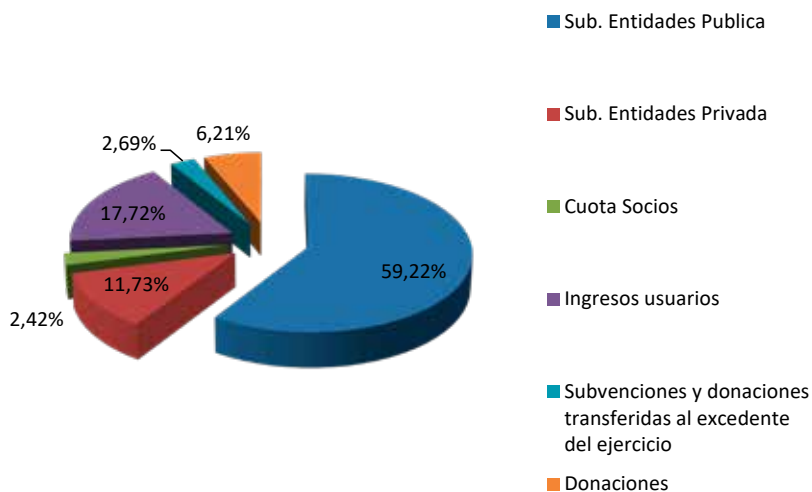
- Trasladar a la plantilla el **compromiso inequívoco de la asociación en materia de igualdad entre mujeres y hombres**. Entendemos que la mera iniciación de este proyecto va a servir para que la plantilla perciba dicho compromiso.
- Garantizar la **igualdad de trato y oportunidades** de mujeres y hombres.
- **Integrar la perspectiva de género transversalmente** en la cultura de la entidad y especialmente en la gestión de recursos humanos.
- Garantizar la **igualdad retributiva** para trabajos de igual valor.
- Disponer de un **grupo de personas formadas y concienciadas** en materia de igualdad que sirvan como elemento “tractor”.
- **Facilitar la conciliación de la vida personal, familiar y laboral** de las personas que integran la plantilla, desarrollando las políticas de corresponsabilidad, etc.
- **Trasladar el compromiso** de la asociación no solo a su plantilla, sino también a todas las personas usuarias de los servicios (personas con síndrome de Down) y a sus familias.

MEMORIA ECONÓMICA 2020

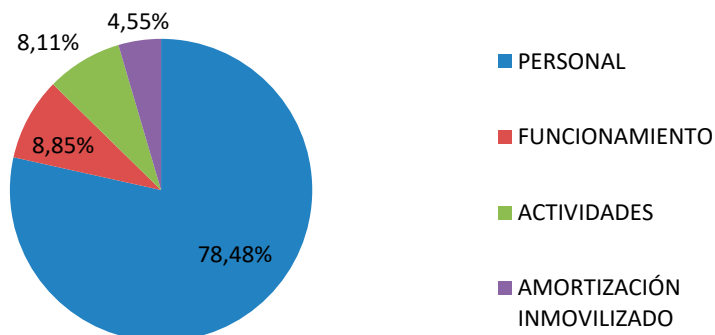
CONCEPTO	INGRESOS
CUOTAS SOCIOS	15.097,00
INGRESOS USUARIOS	110.707,25
SUBVENCIONES ENTIDADES PÚBLICAS	369.879,28
Anap	345.877,28
Salud	7.345,00
SNE	5.000,00
Plan de Igualdad	3.240,00
Dpto de Educación	408,00
Ayuntamiento de Pamplona	5.239,00
Ayuntamiento de Cizur	1.300,00
Ayuntamiento de Barañain	1.470,00
ENTIDADES PRIVADAS	73.294,35
LA CAIXA INCORPORA	20.000,00
INNO@SOCIAL	13.653,03
FUNDACION CAN	7.709,69
FUNDACION CAIXA PROM AUTONOMIA	31.931,63
SUBV Y DONAC TRANSF. EXC EJERCICIO	16.796,86
OTROS INGRESOS (donaciones)	38.815,30
TOTAL	624.590,04
CONCEPTO	GASTOS
PERSONAL	480.308,16
FUNCIONAMIENTO	54.182,20
ACTIVIDADES	49.657,33
AMORTIZACIÓN INMOVILIZADO	27.864,51
TOTAL	612.012,20
RESULTADO 2019	12.577,84

MEMORIA ECONÓMICA 2020

INGRESOS 2020



GASTOS 2020



PROYECTO 2021

1. En 2021 y dado que la situación del Covid-19 todavía persiste, se hace necesario seguir **trabajando en la formación de nuevas tecnologías** con:

- Profesionales.
- Personas usuarias.
- Familias.

Para trabajar de manera más adecuada se va a intentar mejorar el soporte informático actual, ampliando la capacidad existente con la finalidad de mejorar la gestión del trabajo y la conexión externa en el caso de que sea necesario el teletrabajo.

2. Continuación con la **especialización del equipo de profesionales en Lectura Fácil**. A lo largo de este año las publicaciones a nivel interno podrán usar el logo de Lectura Fácil.

3. Se van a llevar a cabo **dos campañas de captación de socios colaboradores**:

- Campaña de captación de socios colaboradores a la sociedad en general.
- Campaña de captación de empresas colaboradoras.

4) A lo largo del año se implantará el **Plan de Igualdad** iniciado en 2020.

5) Durante el 2021 se iniciará la elaboración de un **Código Ético** de la entidad.

6) Se continuará trabajando la **educación inclusiva** a través de los grupos de trabajo de familias.

7) Por último, otro tema prioritario en el que se sigue trabajando es el referente al **envejecimiento activo**.

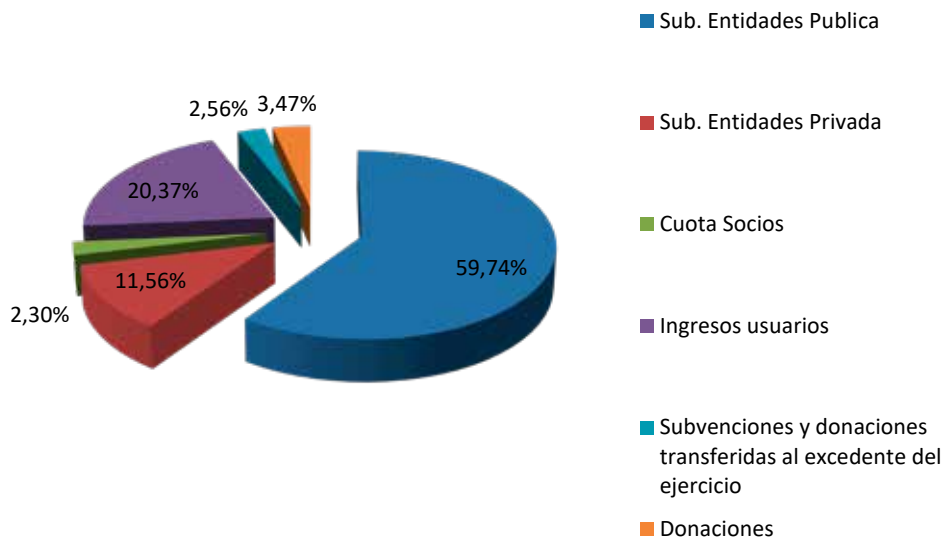
Todas las actividades de los distintos programas seguirán desarrollándose como viene siendo habitual. La asociación mantendrá el esfuerzo para que toda la oferta de actividades se desarrolle de manera presencial, si bien la pandemia irá marcando las medidas de actuación en cada momento.

PRESUPUESTO 2021

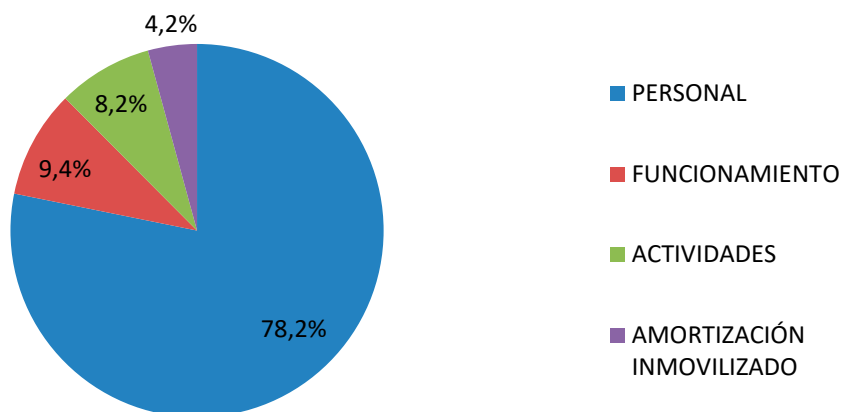
CONCEPTO	INGRESOS
CUOTAS SOCIOS	15.097,00
INGRESOS USUARIOS	133.723,00
SUBVENCIONES ENTIDADES PÚBLICAS	392.144,35
Anap	371.395,19
Salud	7.345,00
SNE	3.391,00
Ayuntamiento de Pamplona	5.239,00
Ayuntamiento de Cizur	1.300,00
Ayuntamiento de Barañain	1.960,00
Mtª Sanidad y Bienestar Social	1.514,16
ENTIDADES PRIVADAS	75.868,67
LA CAIXA INCORPORA	20.000,00
INNO@SOCIAL	19.380,00
FUNDACION CAIXA	6.000,00
FUNDACION CAIXA-CAN	25.169,96
FUNDACION CAIXA PROM AUTONOMIA	5.318,71
SUBV Y DONAC TRANSF. EXC EJERCICIO	16.796,86
OTROS INGRESOS (donaciones)	22.811,09
TOTAL	656.440,97
CONCEPTO	GASTOS
PERSONAL	513.192,02
FUNCIONAMIENTO	61.384,44
ACTIVIDADES	54.000,00
AMORTIZACIÓN INMOVILIZADO	27.864,51
TOTAL	656.440,97

PRESUPUESTO 2021

INGRESOS 2021



GASTOS 2021



COLABORADORES

Gobierno  Nafarroako
de Navarra Gobernua

Nafarroako Gobernua  Gobierno de Navarra
Osasun Departamentua Departamento de Salud

 Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra
Eskubide Sozialetako Departamentua
Departamento de Derechos Sociales

 Gobierno de Navarra
Departamento de Educación

 COMPLEJO
HOSPITALARIO
DE NAVARRA

 Ayuntamiento de
Pamplona
Iruñeko Udala

 Ayuntamiento de Barañain
Barañaingo Udala

 Zizur Nagusiko Udala
Ayuntamiento de Zizur Mayor

FUNDACION HVOS, SARASIBA ESKOLAKOZ


AESE | ASOCIACIÓN ESPAÑOLA
DE INFIRIO CON APOYO

 **amavir**
residencias para mayores

 Asociación de Vecinos
Soto de Lezkairu
Atzo Elkarte

 LF
Associació Lectura Fàcil

 **AURA**
FUNDACIÓN

COLABORADORES



COMITÉ ESPAÑOL
DE REPRESENTANTES
DE PERSONAS
CON DISCAPACIDAD



CREENA - NHBBZ
Centro de Recursos de
Educación Especial de Navarra
Nafarroako Hezikuntza Berria
Berebizio Zentroa



civivox | Ayuntamiento de Pamplona Irutegiko Udala



CIP FP Lumbier IIP



COLABORADORES



COLABORADORES



COLABORADORES



MERINO'S



incorpora
de "la Caixa"
NAVARRA / NAFARROA



TANTAKA

telepizza



upna
Universidad
Pública de Navarra
Nafarroako
Unibertsitate Publikoa





DOWN
Navarra

Asociación
Síndrome
de Down

Gobierno
de Navarra  Nafarroaka
Gobernua



ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE NAVARRA
C/ Cataluña, 18 bajo - 31006 Pamplona (Navarra)
T. 948 263 280 - 615 622 515
Email: info@sindromedownnavarra.org
www.sindromedownnavarra.org