

**ASOCIACIÓN SÍNDROME DE  
DOWN DE NAVARRA  
MEMORIA 2021 - PROYECTO 2022**





# ÍNDICE

SALUDO	4
MISIÓN, VISIÓN Y VALORES	5
ORGANIGRAMA	6
ACTIVIDADES	8
SESIONES	9
RESULTADOS DE SATISFACCIÓN 2021	10
NUESTRO EQUIPO	11
PROGRAMAS	12
PROGRAMA GENERAL	12
ATENCIÓN FAMILIAR	16
APOYO PSICOPEDAGÓGICO	20
OCIO, TIEMPO LIBRE Y DEPORTE	26
ITACA SEPAP OCUPACIONAL	31
ITACA SEPAP EMPLEO	33
ITACA VIDA INDEPENDIENTE	36
BIZITZA OSOA	39
ARETUSA	41
VOLUNTARIADO	43
PLAN DE IGUALDAD	45
MEMORIA ECONÓMICA 2021	46
PROYECTO 2022	48
PRESUPUESTO 2022	49
COLABORADORES	51

# SALUDO

Queridas familias,

Nuevamente os presentamos la memoria del año 2021 y el proyecto para 2022. Este año pasado todavía ha sido peculiar porque el COVID nos ha hecho estar alerta y mucha de nuestra gente ha sido contagiada. Se han realizado prácticamente todas las actividades, con las medidas de seguridad requeridas pudiéndose retomar la presencialidad a partir de septiembre, incluidas las sesiones formativas de familias y el grupo de abuelas. Durante 2021 se han afianzado los diferentes grupos de familias: de niños/as recién nacidos y el grupo motor de sensibilización en educación inclusiva. En marzo llevamos a cabo una campaña de captación de socios colaboradores, con resultado exitoso, aumentando considerablemente el número de socios colaboradores. En el mes de agosto a través de una licitación con Bienestar Social nuestra Asociación consiguió un piso con bajos apoyos para dos personas, una nueva puerta que se abre para la consecución de vida independiente de nuestros jóvenes. En octubre el Gobierno de Navarra convocó una subvención excepcional para la renovación de equipamiento informático en las entidades, gracias a ella hemos podido renovar los equipos informáticos que teníamos obsoletos: ordenadores fijos, portátiles y tablets. Gracias a la colaboración de la empresa Siemens Gamesa hemos implantado un nuevo servidor que nos permite trabajar en mejores condiciones de seguridad, velocidad y capacidad. Con este servidor podemos en momentos necesarios acceder a la información en remoto, con total seguridad, posibilitando el teletrabajo.

Nuestra Asociación ha sido elegida por diversas empresas para la realización de donativos que nos van a permitir en el año 2022 no estar tan ajustados. Para este 2022 esperamos poder aumentar todas las actividades de ocio que nuestras personas usuarias tanto han echado de menos. A través de la FNDA ofertaremos para septiembre nuevas propuestas como pelota, multideporte, judo que si hay el personal mínimo exigido se llevarán a cabo.

Trás estos dos últimos años tan especiales, en los que todos y todas nos hemos mantenido en nuestras casas se nos presenta un gran reto a abordar juntos familias y profesionales: poner de nuevo en valor la participación activa de nuestros hijos/as en todas las áreas de su proyecto de vida, promoción de la autonomía personal y social, ocio, empleo y vida independiente.

En el 2022 la Asociación se enfrenta a una fuerte subida salarial que se verá reflejada en el presupuesto y por la que nos veremos obligados a ajustar alguna subida en cuotas. Esto posiblemente ayudará a tener una plantilla más estable.

Nuevamente este año requerirá austeridad en todos los ámbitos de nuestra Asociación.

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.

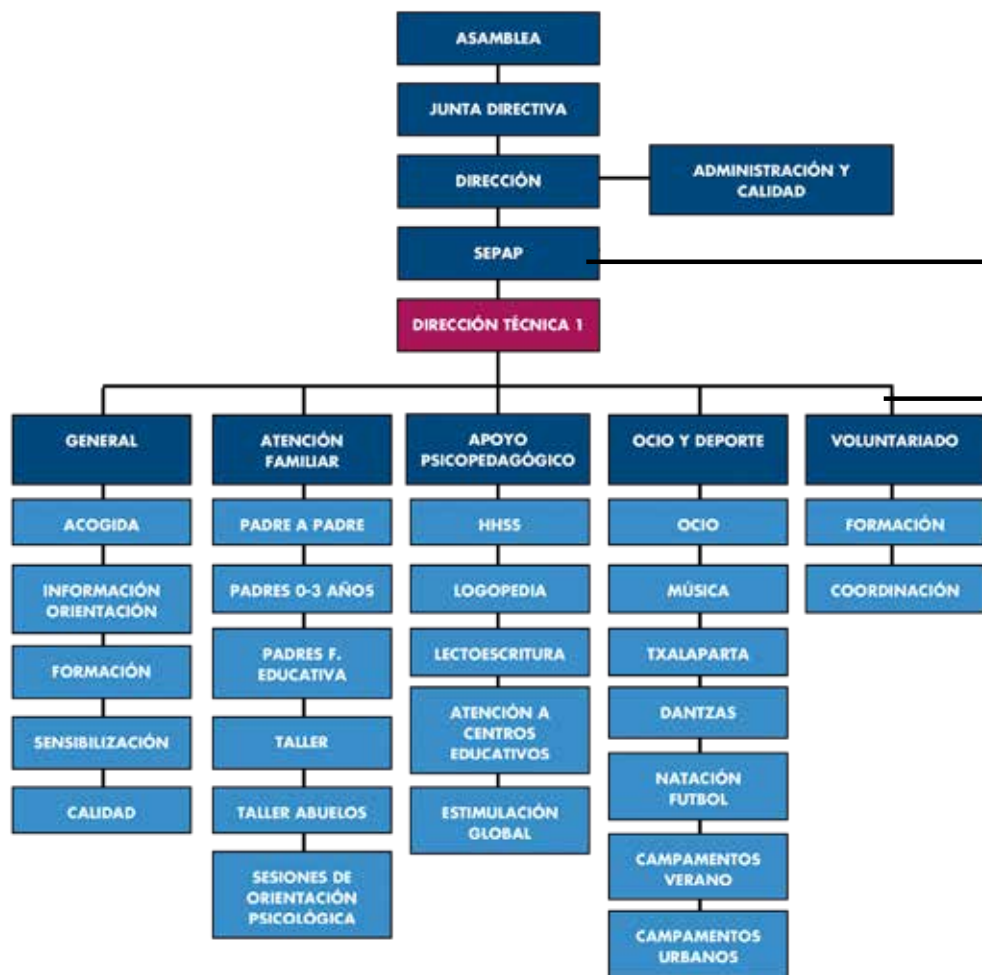
## VISIÓN

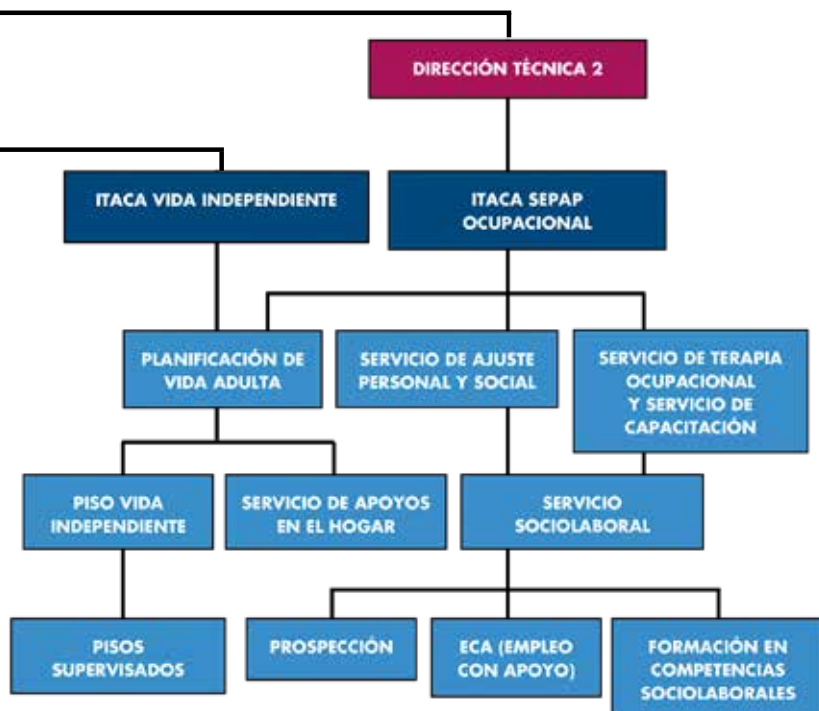
- Ser referente en la aplicación y difusión de programas de calidad para las personas con síndrome de Down, trabajando para que alcancen el mayor grado de autonomía, autodeterminación y bienestar posibles con una proyección social y de futuro.
- Trabajar en la búsqueda de nuevos modelos de atención: 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.

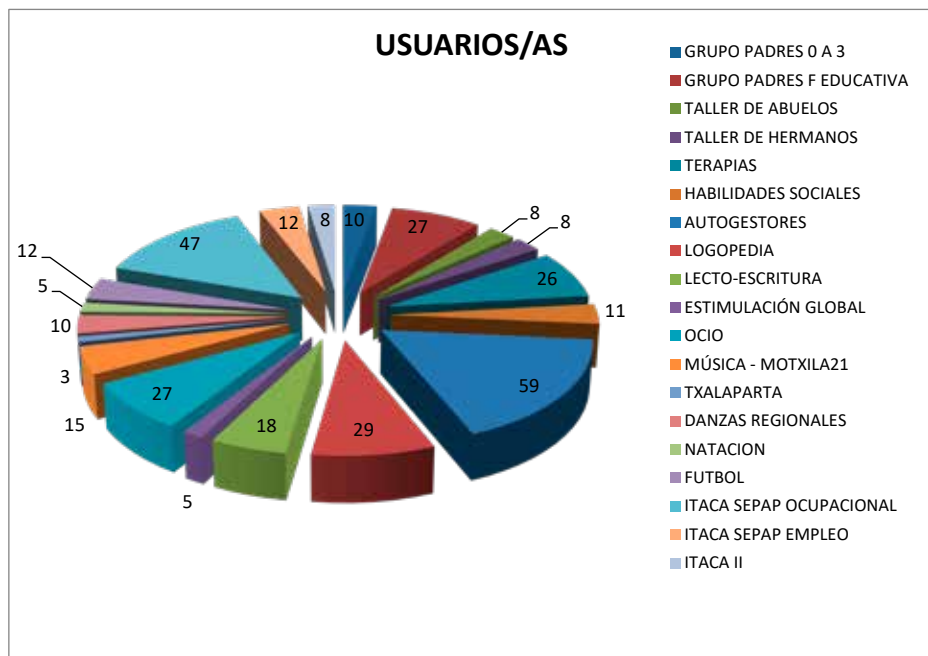
# ORGANIGRAMA





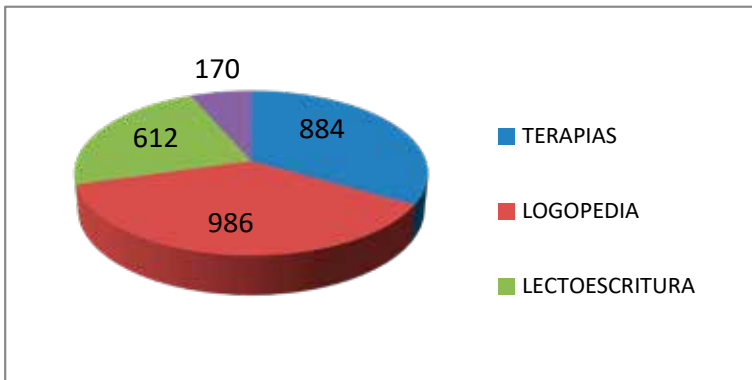
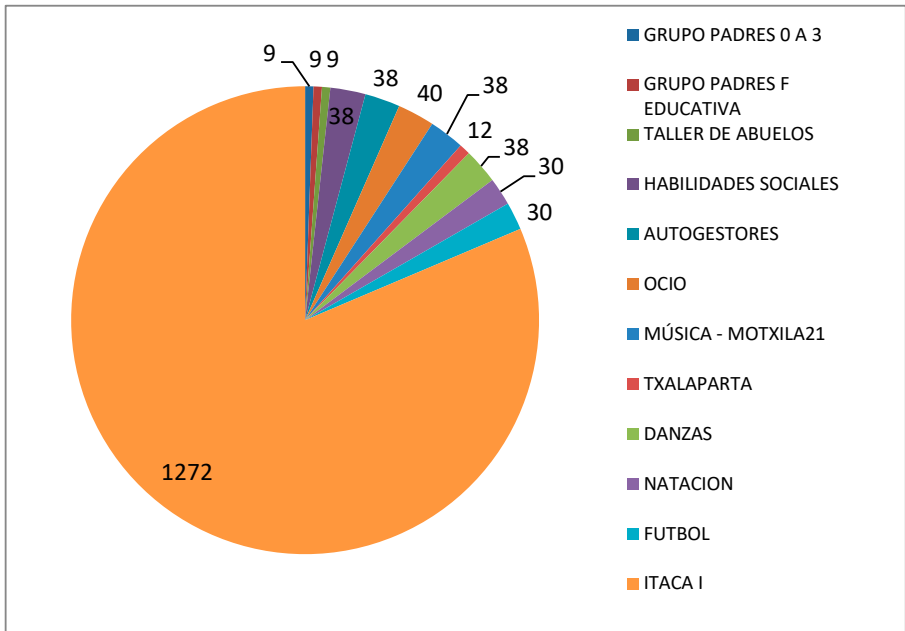
# ACTIVIDADES

Número de personas participantes en las distintas actividades de la Asociación durante el año 2021.



## SESIONES

Número de sesiones realizadas en los distintos programas tanto individuales como grupales durante el año 2021.



# RESULTADOS SATISFACCIÓN 2021

Satisfacción de los/as participantes en los distintos programas en el año 2021.

SERVICIOS	PUNTUACIÓN
Apoyo familiar. Programa Familia a Familia	No aplica
Apoyo familiar. Grupo 0-3 años	7,28
Apoyo familiar. Grupo familias educación	8,91
Apoyo Familiar. Orientación psicológica indiv.	9,32
Apoyo Familiar. Talleres Abuelos/as	9,25
Apoyo Familiar. Talleres Hermanos/as	9,61
Lectoescritura	8,84
Logopedia	9,46
Habilidades sociales	8,85
Estimulación global	9,39
ITACA SEPAP Empleo	9,08
ITACA SEPAP Ocupacional	9,16
ITACA Vida Independiente. Piso de Promoción de la Autonomía Personal	9,82
Piso Supervisado	9,63
ITACA Vida Independiente. Servicio de Apoyos en el entorno natural	9,12
Atención a Centros Educativos	8,79
Campamentos urbanos inclusivos	8,98
Ocio	9,18
Danzas regionales	8,70
Natación	??
Fútbol	9,75
Voluntariado	8,5
Bizitza Osoa	8,79

## NUESTRO EQUIPO

### Profesionales

La plantilla de la Asociación está formada por 24 personas, de las cuales **el 96% son mujeres y el 4% son hombres.**

#### PERSONAL ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE NAVARRA 2021

1	DIRECCIÓN
1	PSICÓLOGA DIRECCIÓN TÉCNICA PROGRAMAS
1	PEDAGOGA DIRECCIÓN TÉCNICA ITACA SEPAP OCUPACIONAL
2	PEDAGOGAS
2	LOGOPEDAS
2	PSICÓLOGA
10	TÉCNICOS INTEGRACIÓN SOCIAL
1	TÉCNICO GRADO MEDIO
1	TERAPEUTA OCUPACIONAL
1	TÉCNICA DE COMUNICACIÓN
1	ADMINISTRACIÓN
1	PERSONAL LIMPIEZA
<b>24</b>	<b>TOTAL EMPLEADOS/AS</b>

# PROGRAMAS

## PROGRAMA GENERAL

### Acogida

**Durante 2021 se han atendido 4 nuevos nacimientos.** Desde marzo de 2020 y debido a la situación de pandemia por Covid-19 en la que nos encontramos, las visitas hospitalarias que llevan a cabo familias de la Asociación en el momento del nacimiento no se pueden realizar por lo que, tras la derivación desde el equipo de Trabajo Social del HUN, la psicóloga cita a las familias para una primera entrevista de asesoramiento en la sede de la Asociación. En esta visita se les facilita toda la información relativa al síndrome de Down, ayudas, aspectos de salud, gestión del certificado de discapacidad, atención temprana, escuelas infantiles, etc... De las 4 familias, se hicieron socias 2 de ellas a las que se derivó al Grupo de apoyo Emocional para Familias con hijos/as entre 0-3 años.

### 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 bien vía correo electrónico, teléfono, realizando una visita o en la propia Asociación. Los profesionales responsables de cada servicio se encargan del asesoramiento según la demanda recibida. El número de llamadas recibidas demandando información y orientación que han recibido una especial atención han sido 88.

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,83 puntos sobre 10.**



## Formación

**Durante 2021 las profesionales han llevado a cabo un total de 39 acciones formativas de manera on line y presencial correspondientes a 24 cursos, charlas y jornadas.**

Se continúa participando de forma activa en las redes de Educación, Empleo y Vida Independiente de Down España con el objetivo de compartir experiencias, formación y buenas prácticas.

Destaca la formación recibida por el equipo profesional ya iniciada en 2020 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.

Así mismo, se ha continuado con la formación en Lectura Fácil continuando con el nivel avanzado de técnicas de redacción e información accesible y la adaptación de materiales para personas con dificultades en la comprensión.

Destaca también que el equipo de psicólogas de la entidad comienza en septiembre la primera promoción del "Experto en Evaluación Neuropsicológica" ofrecido por la Universidad Pública de Navarra cuya finalización está prevista en junio de 2022.

En cuanto a la formación externa, se han llevado a cabo tres charlas de sensibilización y formación a familias y profesorado en centros educativos. Destaca también la formación a técnicos y profesionales de la Federación Navarra de Deportes de Invierno y la participación con la presentación "Bizitza Osoa, un modelo de intervención en el proceso de envejecimiento de las personas con SD" en las Jornadas Formativas de Vida Adulta y Envejecimiento organizadas por Down España en Madrid en noviembre.

Por otra parte, en mayo, Emilio Ruiz, psicólogo y orientador colaborador de la Fundación Síndrome de Down de Cantabria, ofreció la charla "Intervención sobre conducta. Prevención, anticipación y límites" dirigida tanto a familias como profesionales y estudiantes.

## Sensibilización

### Se han realizado 55 acciones de sensibilización a lo largo del año.

Se continúa con el trabajo de sensibilización sobre síndrome de Down tan importante para la inclusión social, laboral y educativa de las personas con esta discapacidad a través de asistencia a jornadas y premios, medios de comunicación, artículos de prensa etc.

Aún cuando se han llevado a cabo un mayor número de acciones de sensibilización que en 2020, éstas se han reducido por la pandemia de Covid19 y debido a las restricciones sociales en vigor hasta el mes de septiembre para actividades culturales, sociales y de ocio. Así, por segundo año consecutivo vuelven a anularse los actos que se llevan a cabo todos los años y que van dirigidos al público general el día 21 de marzo, Día Mundial del SD.

No obstante, nuestra entidad realiza un esfuerzo importante para “estar presente” en la sociedad ese día y con el objetivo de que, a pesar de todo, las personas con SD fueran las protagonistas. Ese mismo día y los días previos, nuestra entidad desarrolla diversos actos de sensibilización como reportajes en diferentes programas de Navarra TV (Noticias, Está pasando y Club Txikipanda); reportaje en Diario de Noticias: “Afrontar el envejecimiento, el último reto de las personas con SD”; charla vía Zoom dirigida a personas socias y familias de a cargo de Gonzalo Berzosa, experto de Down España: “Como mantener la motivación en tiempos de pandemia: superar la desconfianza, la inseguridad y el miedo”; lanzamiento de vídeo de sensibilización sobre “Educación Inclusiva” elaborado por el grupo de familias de Educación; lanzamiento de vídeo de familias “Súmate al par 21”; iluminación de la fachada del Ayuntamiento de Pamplona con los colores corporativos de la entidad (amarillo y azul) e iluminación de los depósitos de agua de Burlada de color amarillo por motivo del Día Mundial así como difusión y seguimiento de la campaña de Down España #quenadanossepere

## CAMPAÑA “SÚMATE AL PAR 21”

En 2021 la Asociación pone en marcha una campaña de sensibilización y visibilización con el objetivo de captar nuevos socios y socias colaboradores.

A comienzos de marzo, aprovechando la cercanía con el Día Mundial del Síndrome de Down, se lanzó la campaña bajo el lema “Por 50 céntimos al mes, ¡súmate al par 21!”.

Familias y personas usuarias que forman parte de la Asociación se implicaron participando en los diferentes vídeos e imágenes que se publicaron.

Así, durante la primera semana de marzo se pudieron ver en redes sociales, web y Whatsapp diferentes vídeos gancho donde familias y personas usuarias lanzaban mensajes como “¿Cuánto cuesta la educación? o ¿Cuánto cuesta la inclusión?” para hacer reflexionar a la sociedad. Tras estos vídeos se emitió el vídeo final en el que se explicaba el porqué de la campaña y qué queríamos conseguir para las personas con síndrome de Down y sus familias.

Gracias a esta campaña **la Asociación logró 146 nuevos socios/as colaboradores** para los que se preparó un vídeo especial dándoles las gracias por sumarse al par 21.



¿TE UNES?

Por 50 céntimos  
al mes, ¡súmate  
al par 21!

Aprendizaje Educación Ocio  
Independencia Tecnología  
Amistad Igualdad Empleo  
Inclusión Proyecto de vida

## Orientación hacia una gestión de calidad

Desde 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 22 de junio de 2021 se realiza la Auditoría anual superándola con éxito.** Se ha presentado la rendición de cuentas de acuerdo a la Ley de transparencia en el Departamento de Política Social 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. La jefatura de pediatría, enfermería o en su caso el trabajador/a social de dicho hospital se pone en contacto con la Asociación.

Desde nuestra entidad se comunica el aviso a una pareja de madres/padres que están formadas regularmente por la psicóloga y que con prontitud realizan una visita hospitalaria a la familia para informar, asesorar y apoyar emocionalmente en los primeros momentos.

Desde marzo de 2020 y debido a la situación de pandemia en la que nos encontramos, las visitas hospitalarias que llevan a cabo familias de la Asociación en el momento del nacimiento no se pueden realizar. La psicóloga de la Asociación mantiene una entrevista en la entidad con las familias "nuevas" tras la derivación desde el equipo de Trabajo Social del HUN. **Se ha atendido a cuatro familias.**



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

Durante el año 2020 se han atendido cuatro nuevos nacimientos de los que dos se han incorporado al grupo. La metodología de trabajo es de tipo humanista en el que la psicóloga actúa de facilitadora. Durante el año 2021 han participado un total de 5 familias. **Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 7,28 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 27 personas, es decir 19 familias.**

Como años anteriores se lleva a cabo el estudio de la situación actual de las personas usuarias en los centros escolares mediante un cuestionario on-line en la que se les pregunta a las familias sobre todas aquellas ideas que les preocupan de sus centros educativos, nº de horas de apoyo, etc.

El subgrupo específico de Sensibilización en Educación Inclusiva lleva a cabo diferentes acciones de sensibilización durante el año 2021. En el mes de marzo elaboran un vídeo en el que participan hablando sobre diferentes situaciones y vivencias, aspectos importantes en la educación de sus hijos e hijas, orientaciones para estudiantes de Magisterio y Pedagogía, etc. que se lanza el Día Mundial y que sirve de recurso de sensibilización y formativo en jornadas de formación externas. En el mes de junio se envía una carta elaborada por el grupo y dirigida al departamento de Educación con respecto a mejoras en la Formación Profesional Especial y en el mes de diciembre colaboran con Cermin en la recogida de aportaciones para el Anteproyecto de la Ley Foral de Atención a las Personas con Discapacidad en Navarra. **Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 8,91 puntos sobre 10.**

Tanto en el grupo de familias con hijos/as entre 0-3 años como en el de formación educativa se ofrece servicio de guardería.

## Grupo de abuelos y abuelas

**Durante 2021 se producen dos nuevas incorporaciones al grupo por lo que en este momento son ocho las abuelas que lo forman.** La entrada es abierta durante todo el curso. Con una metodología directiva y experiencial se trabajan diferentes temas que se demandan a lo largo del curso, además de proveer de un apoyo emocional que les facilite la relación con sus hijos/as y nietos/as.

Al estar compuesto el grupo por personas de riesgo y como medida de prevención de contagios de Covid-19, hasta junio se mantiene el trabajo a través de plataformas de videollamada como WhatsApp o Zoom. En septiembre, tras el proceso de vacunación y la reducción en el número de contagios, se retoma la formación de manera presencial.

En marzo se lleva a cabo un reportaje para el programa “Está pasando” de Navarra TV en el que se da difusión al trabajo del grupo a través de una entrevista a una de las participantes y a la psicóloga de la Asociación que coordina el grupo. **Durante el año 2021, el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,25 puntos sobre 10.**

## Talleres para hermanos/as

Se mantienen los talleres de hermanos/as como actividad estable de la Asociación todos los cursos. **Desde el mes de enero hasta el mes de junio participan 8 hermanos/as de personas con SD con edades comprendidas entre los 5 y 11 años**, divididos en dos grupos de trabajo para cumplir adecuadamente con las medidas de distanciamiento social. Los talleres se retoman en el mes de octubre con una asistencia de 6 hermanos/as que forman un único grupo.

**Durante el año 2021, el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,61 puntos sobre 10.**

## Orientación psicológica individualizada

Durante 2021 el equipo de psicólogas de la Asociación ha atendido a un total de 26 personas con SD en sesiones individualizadas con carácter semanal. Hasta junio estas sesiones se han llevado a cabo tanto de manera presencial como “on line” para aquellas personas que por motivos de salud y de prevención ante contagios por Covid 19, han priorizado la sesión con esta metodología. Desde septiembre de 2021, se retoma la actividad ya únicamente de manera presencial tras la mejora en el nivel de contagios y la tasa de vacunación. Además, durante el año se ha llevado a cabo una derivación a la Red de Salud Mental de Navarra y se ha continuado con el seguimiento con el equipo de psiquiatras de 6 personas usuarias con trastorno dual.

**Durante 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,32 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 (emociones y sentimientos, horas, manejo del euro, ubicación espacio-temporal, normas de cortesía, manejo del transporte urbano, etc).

Durante 2021, de enero a junio, se trabaja con un único grupo de habilidades sociales avanzadas formado por 11 participantes con edades comprendidas entre los 16-21 años en los que se trabaja todo lo referente a comportamientos, emociones y autonomía personal y social.

En este grupo se continúa llevando a cabo de manera quincenal con la técnica del Mindfulness que tiene como objetivo proporcionar las habilidades y técnicas que les ayuden a relajarse, fomentar la interacción social y la importancia de tomar conciencia de su cuerpo y la atención plena.

A partir de septiembre, y con la incorporación de personas más jóvenes al programa, se inicia un grupo nuevo de HHSS Básicas compuesto por cinco personas usuarias entre los 9 y 11 años cuyo principal objetivo es ir iniciándose 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 las personas integrantes del grupo y en el trabajo en comunicación interpersonal.

Durante el desarrollo de la actividad se ha mantenido una coordinación y contacto regular con los centros educativos de procedencia de cada persona usuaria. En 2021 la actividad se ha coordinado con: EE Ibero Isterria, Colegio de Educación Especial El Molino, Colegio Regina Pacis, IES Zizur BHI, ESTNA Colegio Hijas de Jesús, Colegio Claret Larraona, Colegio Lago de Mendillorri y Colegio FEC Vedruna de Pamplona.

**Durante el año 2021, el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 8,85 puntos sobre 10.**

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

Programa que responde a la población infantil de entre 3 y 12 años. **El número de personas que ha asistido al programa durante 2021 es de cinco niñas/os.**

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 síndrome de Down.

El Proyecto 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 que se llevará a cabo con objetivos generales, específicos y materiales a utilizar.

**Durante 2021 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 9,39 puntos sobre 10.**

## Logopedia

La finalidad del programa de logopedia es proporcionar a las personas usuarias 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 síndrome de Down presentan en el área del habla, del lenguaje y de la comunicación.

Es por ello que las sesiones de logopedia tienen como objetivo general mejorar el habla, el lenguaje y la comunicación de las personas con síndrome de Down 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, ésta debe ser sistemática y funcional.

El servicio de logopedia se ofrece a partir de los tres años de edad y se realiza a través de sesiones individuales de 45 minutos de duración. A lo largo del curso se mantiene contacto con el equipo profesional que atiende a la persona usuaria en los diferentes ámbitos (educativos, ámbito privado...) con la finalidad de coordinar los objetivos y seguir la misma línea de intervención.

A lo largo de 2021 el número de personas que han acudido a logopedia suman un total de 29.

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,46 puntos sobre 10.**

## Lectoescritura

El programa de lectoescritura tiene como finalidad proporcionar a las personas usuarias la adquisición y avance en las competencias de lectura y escritura en función de sus necesidades específicas y que sirva de base para el desarrollo de las competencias lingüísticas y comunicativas. El objetivo general es proporcionar a las personas usuarias los medios y estrategias para alcanzar un desarrollo integral a través de la construcción de significados por medio de la escritura y lectura comprensivas.

Las clases se realizan en sesiones individuales de 45 minutos de duración a partir de los cinco años de edad. A lo largo del curso se mantiene contacto con los centros educativos de las personas usuarias que acuden a las sesiones de logopedia y lectoescritura con el fin de coordinar los objetivos de trabajo, seguir la misma línea de intervención y reforzar los aprendizajes. El número de personas que han participado en esta actividad durante el año 2021 es de 18.

**Durante 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 8,84 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, en las diferentes etapas educativas trabajan con alumnado con síndrome de Down.
- 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 2021 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 ha mantenido contacto y coordinación con 23 centros** a través de visitas o contacto telefónico, vía mail o videollamadas.; C.E.E Isterria, IES Iturrama BHI, Mendialdea II, Colegio Vedruna, Jesuitinas, IES Cizur, Regina Pacis, Amaiur Eskola, Colegio El Lago de Mendillorri, Colegio Escolapios, Miravalles, Colegio Jesuitas, Colegio San Miguel de Orcoien, Joakin Lizarraga Eskola, Hegoalde Eskola, Auzperri Eskola, Esclavas, Arangoiti Ikastola, Colegio San Miguel de Noain, Larraona, La Presentación, Catalina de Foix y Luis Amigó.

**Durante 2021, el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 8,79 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 que puedan decidir ellos/as mismos/as cómo aprovechar y autogestionar su propio ocio y tiempo libre. Actualmente la entidad cuenta con cuatro grupos de Ocio y Tiempo Libre. Dicha actividad se lleva a cabo los sábados entre las 17 y las 21 horas aproximadamente con una duración de tres horas por cada grupo.

Los 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 poder realizar actividades propias de su rango de edad y características. Están formados por jóvenes en edades comprendidas entre los 12-45 años en los que se forman grupos de amigos/as y realizan actividades propias de su edad de manera adecuada. Este año ha habido una asistencia total de 27 personas y se ha continuado priorizando actividades al aire libre e incidiendo en las medidas de prevención e higiene. **Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 9,18 puntos sobre 10.**



## Campamento de verano

Se llevó a cabo del 26 de julio al 1 de agosto en el **albergue Ondarreta de Donostia-San Sebastián**. Las personas participantes estuvieron acompañados/as por una persona responsable (monitora, supervisora) y dos personas voluntarias en las actividades y/o áreas diarias trabajadas proporcionando el apoyo necesario (autocuidado, higiene, medicina ...).

## Vacaciones autogestionadas

Participaron de estas vacaciones un grupo compuesto por cinco personas (dos mujeres y tres hombres) con un alto grado de autonomía. Se llevó a cabo durante cinco días en **Salou (Tarragona)**, del 12 al 16 de julio, alojándose en el hotel Estival Park Salou.

## 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 Semana Santa y Verano. **Durante 2021 se llevan a cabo un total de tres campamentos urbanos.**

En Semana Santa se llevaron a cabo dos campamentos urbanos. Uno dirigido a niños/as hasta 11 años y sus hermanos/as con una asistencia de siete personas fomentando la inclusión, resolución de problemas, las habilidades sociales y personales. Y un segundo campamento dirigido a personas jóvenes entre 12 y 20 años en el Piso de Promoción de la Autonomía Personal de la entidad ubicado en el barrio de la Rochapea, con un doble objetivo, lúdico y de formación en habilidades sociales y de autonomía personal y doméstica, y en el que participaron cinco personas.

En verano se realizó el tercer campamento urbano dirigido a niños/as hasta 11 años y sus hermanos/as con una asistencia de siete personas en el que se fomentó las Habilidades Básicas de desarrollo personal y social y resolución de problemas. 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.

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en estas actividades es de 8,98 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 preparadas a lo largo de todo el año y la participación como mero espectador/a de las actuaciones que ofrecen a los/as 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 hasta el último cuatrimestre del año no se lleva a cabo ninguna fiesta organizada por la entidad. Por esta razón, se han suspendido las diferentes fiestas y eventos que se suelen hacer regularmente todos los años como la celebración del Día Mundial del Síndrome de Down el 21 de marzo, la fiesta fin de actividades del mes de junio y la fiesta de Navidad.

## Motxila21

**El grupo está formado por quince jóvenes con síndrome de Down y once personas voluntarias.**

Durante 2021 no han podido realizarse ensayos de manera regular hasta el mes de septiembre ni tampoco conciertos debido a la pandemia, pero el grupo ha seguido manteniéndose activo. En abril presentaron su disco "Ama Lurra" con una rueda de prensa en el Palacio del Condestable donde acudieron diversos medios de comunicación y tuvieron repercusión en prensa, radio y televisión además de Facebook, Twitter e Instagram.

Se han realizado varias entrevistas en prensa, radio y televisión, con la participación de los jóvenes del grupo.

## Txalaparta

Tras la paralización del grupo durante el año 2021-2022 por no darse las condiciones adecuadas de distanciamiento social para ensayar en el local habitual, el grupo retomó su actividad en septiembre de 2021.

Actualmente forman el grupo tres personas y tocan una hora a la semana los viernes por la tarde en el local de ensayo de la Txantrea en horario de 19 a 20 horas.

**Durante 2021 retoman algún evento como la apertura de las Ferias de Urroz en noviembre.**

## Danzas regionales

Gracias a la colaboración del grupo de Danzas de Noain "Andartzeta" esta actividad está cosechando éxito allá donde realizan sus actuaciones. Son diez los/as jóvenes participantes en esta actividad que se desarrolla los viernes por la tarde en horario de 18 a 19 horas en la Casa de Cultura de Noáin. **Durante 2021 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 8,70 puntos sobre 10.**



## Deporte

### Natación

Es una actividad básica para el buen desarrollo físico de cualquier persona especialmente para las personas con SD. 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. Debido a la situación de pandemia durante el primer semestre del año solo participó una persona en el segundo grupo. A partir de septiembre el número de inscritos es de cinco personas.

### Fútbol

Doce personas han formado parte de esta actividad durante 2021. El equipo de fútbol de la Asociación ha entrenado hasta junio en la Sociedad Deportiva de Echavacoiz los viernes por la tarde en horario de 17:30 a 19 horas.

A partir de octubre cambiaron la ubicación de los entrenamientos al Estadio Larrabide de Pamplona.

**El resultado de satisfacción obtenido de la actividad de fútbol es de 9,75 sobre 10.**

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



## 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. Parte 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 la Asociación Síndrome de Down de Navarra un total de 44 plazas para la 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 prioriza 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 trabajadoras en activo, jornadas inferiores a un 25% de una jornada laboral completa.

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

- Personas con mayor porcentaje de discapacidad, menores niveles de autonomía y mayores dificultades de empleabilidad ordinaria. (*Grupo ocupacional*).
- Personas con mayor potencial en cuanto a idoneidad laboral en empresa ordinaria. (*Grupos empleables*).
- Personas que bien por edad o por deterioro en sus procesos mentales, inician una etapa de envejecimiento. (*Grupo de envejecimiento activo*).
- Personas en activo en empresa ordinaria con una jornada inferior al 25% de una jornada laboral completa. (*Grupo sociolaboral*).

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 9,16 puntos sobre 10.**



## ITACA SEPAP EMPLEO

Desde sus inicios hasta la actualidad el número de inserciones ha ido aumentando considerablemente. **Durante estos años se han conseguido aproximadamente 87 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 de ASDN, 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, la Asociación 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 y la valoración y evaluación por parte de las personas y sus familias es positivo y satisfactorio.

**De enero a diciembre de 2021 son 21 trabajadoras/es 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 el seguimiento y valoración continuas del desempeño laboral, del rendimiento en las tareas propias del puesto y de las competencias sociales, relacionales y actitudinales.

El seguimiento y apoyo llevado a cabo permite a las preparadoras laborales (profesionales del equipo ECA) valorar y evaluar el desempeño laboral de la persona insertada conjuntamente con las personas responsables de las empresas, con los apoyos naturales y resto de la plantilla de trabajadores. Por ello, el contacto con las 16 empresas ordinarias contratantes es continuo: Carrefour, Viscofan, Telepizza (2 personas contratadas), Mesón del Caballo Blanco, Ausolan, Universidad de Navarra, FCC, El Corte Inglés (que emplea a 3 personas), Decathlon (con 2 personas con DI contratadas), Fundación Gizakia Herritar, Ikastola San Fermin, BTQ Nespresso, Clínica Veterinaria Burlada, Ikastola Jaso, Sedena S.L. y Fagor Ederlan Tafalla.

El Procedimiento de Actuación ECA orientado a la prestación de apoyos por parte de la preparadora laboral a las personas trabajadoras se adapta a cada una de las necesidades individuales de cada empresa en concreto y de cada situación laboral específica planteada.

De la misma manera, las personas con DI, preferentemente con SD, trabajadoras activas en las empresas ordinarias comentadas, acuden a la entidad a formación en Mejora de Competencias Sociolaborales para favorecer el mantenimiento del puesto de trabajo.

Durante este año se han llevado a cabo las siguientes acciones con empresas:

- **Empresas:** Se han visitado 39 empresas con el objetivo de su colaboración en la inclusión socio laboral de personas con DI preferentemente con SD.
- **Contrataciones:** Durante el año 2021 se ha realizado un total de 14 contrataciones a 7 mujeres y 4 hombres. Una mujer ha disfrutado de dos contratos temporales y un indefinido (3 contratos en total). Un hombre ha disfrutado de 2 contratos temporales en la misma empresa. Otros 4 contratos son renovaciones de personas contratadas por un año en 2020. 10 personas más mantienen sus puestos de trabajo con contratos indefinidos, cuatro de ellos con una antigüedad superior a los diez años.

Las empresas contratantes son mayoritariamente del sector servicios: grandes superficies, restauración, centros de enseñanza, pero también se mantienen otros puestos en el sector industrial.

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en esta actividad es de 9,08 puntos sobre 10.**

## AUTOGESTORES ALDAPA

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

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

Para el mantenimiento de las medidas establecidas en el protocolo Covid del servicio, el grupo de autogestores se ha reunido semanalmente de manera presencial aunque en grupos pequeños respetando la diferenciación de grupos establecida para el resto de programas y actividades. Se ha trabajado en el taller de "Nuestros derechos y nuestras opiniones" y Campus Oportunidades para la Inclusión de Down España. Se han realizado varios materiales audiovisuales: con motivo del Día Internacional de la Mujer y en junio para la presentación de Aldapa en el I Encuentro online de autogestores organizado por Entzun Gure Nahia de Bilbao que ha reunido a varias entidades con grupos autogestores de distintas comunidades: Club Aura, Empoderats, Carai, Iguales, Apadis...

Además, se ha llevado a cabo la Colaboración con la ONG ANAS para el campo de refugiados del Sáhara con una entrega de alimentos.



## ITACA II- Vida independiente

### Piso de promoción de la autonomía personal

Vivienda 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 y se ofrecen seis plazas en cada curso.

Hasta marzo de 2021 el piso está ocupado por cuatro personas. Desde ese mes, se incorpora una persona más siendo cinco el total de participantes del año.

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,82 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 de vivir independientes de su familia como cualquier persona adulta. Supone para los jóvenes con discapacidad una alternativa a las residencias, viviendas tuteladas o vivir en el domicilio familiar y les ofrece una experiencia de vivir de manera autónoma con pocos apoyos.

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

(personal de apoyo contratado o el 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.

Hasta septiembre se han mantenido los dos Pisos Supervisados de Vida Independiente.

- **Piso Supervisado con apoyos específicos del Servicio de Atención a Domicilio del Ayuntamiento de Pamplona** ubicado en el barrio de la Txantrea y en el que residen 2 personas.

- **Piso Supervisado Lezkairu.** Proyecto de vivienda financiado por Fundación Caja Navarra y Fundación La Caixa en el que reside una pareja con los apoyos necesarios. La financiación a este proyecto finaliza en septiembre ya que la vivienda se licita en concierto social con ANAP convirtiéndose en un nuevo recurso "Vivienda con Apoyos".

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,63 puntos sobre 10.**

## Vivienda con apoyos

Desde el 1 de septiembre de este año la Asociación ofrece un nuevo recurso a través de un concierto social con la Agencia Navarra de Autonomía y Desarrollo de las Personas. Una Vivienda con Apoyo situada en Lezkairu en la que residen dos personas que son pareja. Este tipo de recurso se dirige a personas con SD que previamente han participado de otras experiencias de Vida Independiente y ya han adquirido unas competencias y habilidades que les permiten vivir en un proyecto de vivienda con apoyos de baja intensidad.

Gracias al trabajo en red llevado a cabo durante cinco años con otras entidades (A Tu Lado, Acodifna, Adacen, Ibili, Aspace, Anfas y Cocemfe Navarra) en el Proyecto de Viviendas

de Aprendizaje para la Vida Independiente financiado por Fundación Caja Navarra y Fundación La Caixa y a las demandas de las entidades, el Gobierno de Navarra toma el testigo incluyendo esta vivienda intermedia “Vivienda con Apoyos” en la Cartera de Servicios Sociales. Lo hace a través de un concierto social para la gestión de 5 viviendas y 16 plazas concertadas, una de ellas nuestra vivienda de Lezkairu.

## 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 17 demandas de apoyo durante el año 2021 con el objetivo de fomentar la autonomía personal y social, la autonomía en desplazamientos y en el hogar, fomento de actividades sociales y comunitarias para el fomento de un bienestar emocional adecuado, fomento y creación de planes deportivos específicos para la adquisición de hábitos saludables, etc.

Con todos los casos se ha llevado a cabo inicialmente la selección de la persona que presta los apoyos para posteriormente diseñar el establecimiento de objetivos, diseño del apoyo y evaluación y seguimiento del plan.

**Durante el año 2021 el resultado de satisfacción obtenido en este programa es de 9,12 puntos sobre 10.**



## BIZITZA OSOA

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

Bizitza Osoa (Vida Plena) ha tenido 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.

Una 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 la persona 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 (rolplaying, 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.

Los resultados conseguidos con el proyecto fueron los siguientes:

- El 91% de las personas beneficiarias mejora durante el tiempo del proyecto en su bienestar psicológico y socioemocional y un 75% mejora en al menos la mitad de los objetivos planteados en su Plan de Apoyo Psicoterapéutico.

- El 84% de las personas beneficiarias ha adquirido o mantenido una salud emocional positiva, aumentando su autoestima y autoconcepto, reconociéndose como personas con capacidades y necesidades de apoyo además de conocer y regular sus emociones.

- Un 63,27% ha adquirido habilidades y competencias de relación más adecuadas a través del trabajo en estrategias de autocontrol, relajación, reducción de la ansiedad etc. Sesiones completas quincenales con la Técnica del Biofeedback en las sesiones individuales.

- A la finalización del proyecto, el 79% de las personas participantes era capaz de controlar la respuesta fisiológica de la ansiedad en los diferentes entornos planteados.

- El 75% de las personas participantes mejora en sus habilidades adaptativas y funcionales (comunicación, habilidades sociales y funcionales, habilidades de autocuidado y habilidades de utilización de recursos comunitarios) mientras que un 25% las mantiene. Por otra parte, un 68% de las personas participantes mejora en sus capacidades cognitivas mientras que un 13% las mantiene.

- El 84,2% (16 de 19 personas) con las que se elaboró un Plan de Apoyos durante el Proyecto mejoró en al menos el 75% de los objetivos marcados en el mismo.

Durante el desarrollo de este proyecto se han beneficiado un total de 25 personas.

**El resultado de satisfacción obtenido con este proyecto ha sido de 8,79 puntos sobre 10.**

## ARETUSA

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

*Proyecto financiado por Fundación Bancaria La Caixa desde el 01 de septiembre de 2021 hasta el 31 de agosto de 2022.*

Las personas con SD se encuentran incluidas en todos los entornos de la sociedad, pero esta inclusión real no está exenta de dificultades debido a las características propias de su síndrome (DI asociada, dificultad en las habilidades comunicativas, mayor necesidad de apoyos y adaptaciones para la comprensión del su entorno, apoyo para la solución de problemas...). La presión y exigencia de los entornos en los que participan (educativo, empleo, social, vida independiente) deriva en que, sobre todo, la edad adulta cursa con mayor número de trastornos de ansiedad y de depresión. Además, con la Covid 19 se observan mayores dificultades que cursan con tristeza, depresión, ansiedad y conductas compulsivas que dificultan su inclusión y normalización. Aretusa va dirigido a fomentar una adecuada inclusión de la persona con SD en todos los entornos, favoreciendo el fortalecimiento y desarrollo de sus redes de apoyo desde el fomento de un bienestar emocional y psicológico adecuados.

En continuación con el proyecto anterior, ARETUSA atiende en su globalidad a la persona con SD en el desempeño de sus competencias sociales y relacionales, la resolución de problemas y la gestión de las emociones desde el entrenamiento en técnicas de Biofeedback y Mindfulness.

El proyecto plantea dos líneas de actuación:

1. Utilización de Técnicas de Biofeedback a nivel individual en sesiones de Orientación Psicológica y a nivel grupal en los grupos de Habilidades Sociales básicas y avanzadas, grupos de Itaca SEPAP Ocupacional (formación orientada a la inclusión laboral en la empresa ordinaria): grupos de personas empleables, grupo ocupacional y grupo de envejecimiento activo e Itaca SEPAP Empleo (formación dirigida al grupo de personas trabajadoras) para favorecer el equilibrio emocional y el autocontrol.

2. A nivel grupal, con técnicas de Mindfulness para incrementar las habilidades adaptativas e inclusión de las personas con SD en su entorno natural (familiar, social y laboral).

El proyecto comienza con una valoración inicial. Los objetivos a alcanzar se concretan en un Plan de Intervención Individualizado en el que la persona manifiesta, expresa y verbaliza sus deseos y preferencias para a partir de ahí y, teniendo en cuenta a ésta como principal protagonista, consiga los objetivos planteados con las adaptaciones 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 son 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 mediante estrategias de autocontrol, relajación, 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 número de personas atendidas a través de este proyecto es de 61.**

## 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 Asociación con la voluntad de participar en nuestros diferentes proyectos.

Durante 2021 se ha continuado atendiendo todas las demandas de voluntariado que han llegado a la Asociación. La responsable del Programa de Voluntariado se ha encargado de realizar el proceso de acogida pertinente para cada una de ellas. En estas reuniones de acogida se les ha facilitado el manual de acogida, explicando los diferentes programas de la entidad y destacando los que la persona voluntaria puede participar. Se abre una ficha de registro de esta y se ofrece información más específica de actividades o programas donde muestren más interés. **Durante 2021 han sido 48 las personas** que han participado como voluntarias cubriendo las necesidades o demandas de apoyo que se presentaron en el día a día de la entidad.

Se han llevado a cabo **tres formaciones anuales de voluntariado**. Se han trabajado aspectos básicos sobre el síndrome de Down, quiénes somos y de qué manera trabajamos y qué es para la entidad la persona voluntaria, trabajando aspectos como derechos y deberes. La primera se llevó a cabo a primeros de marzo y la segunda se realizó a principios de junio con el fin de formar a aquellas personas que participarían en los campamentos urbanos de verano. La última se realizó a finales de octubre antes de Navidad.



A lo largo de 2021 se ha continuado llevando a cabo un trabajo conjunto con otras entidades aprovechando los canales compartidos ya existentes como la web de voluntariado de la UPNA, Tantaka de la Universidad de Navarra, el tablón de anuncios de la Casa de la Juventud, Casa Juventud Cizur, Navarra+ Voluntaria, etc.

### **A 31 de diciembre de 2021 nuestra entidad cuenta con una bolsa de voluntariado de 102 personas.**

El número de personas voluntarias se vio reducido hasta junio debido a la situación sanitaria (Covid-19) ya que no todas las actividades se pudieron llevar a cabo durante el curso 2020-2021 y esto repercutió en las necesidades de la entidad y en las áreas de actuación de las personas voluntarias. A partir de septiembre y con el arranque del curso 2021-2022 se retomaron todas las actividades llevando a cabo un esfuerzo importante para mantener a la misma persona voluntaria en el tiempo y así evitar excesivos contactos diferentes en los apoyos a las personas usuarias.

Continuamos estando acreditados con el Sello de Calidad desde el 23 de abril de 2019. Este sello nos acredita como entidad de acogida y de apoyo en el marco del Programa Cuerpo Europeo de Solidaridad (CES). En junio de 2021 se llevó a cabo la reunión de coordinación para la cumplimentación de documentaciones necesarias para la ampliación de este mismo hasta el 2027. Nos lo acreditaron y esta actualizado hasta 2027.

También resaltamos que hemos sido participes en la elaboración y diseño del borrado del II Plan de Voluntariado en Navarra para los años 2022-2023. La invitación por parte de Navarra+Voluntaria reunió a diferentes entidades sociales para poner en común necesidades y aspectos a debatir que nos surgen en torno al programa de voluntariado de cada una de ellas.

### **El resultado de satisfacción obtenido en las formaciones llevadas a cabo durante el año ha sido de 9,78 sobre 10.**

Por otra parte, la satisfacción general mostrada con el programa por parte de las personas voluntarias que participan en el mismo ha sido de 8,5 puntos sobre 10.

## PLAN DE IGUALDAD

Durante 2021 la Asociación ha continuado trabajando en el Plan de Igualdad elaborado en noviembre de 2020 con validez para tres años, implantando diversas acciones planteadas en el cronograma inicial.

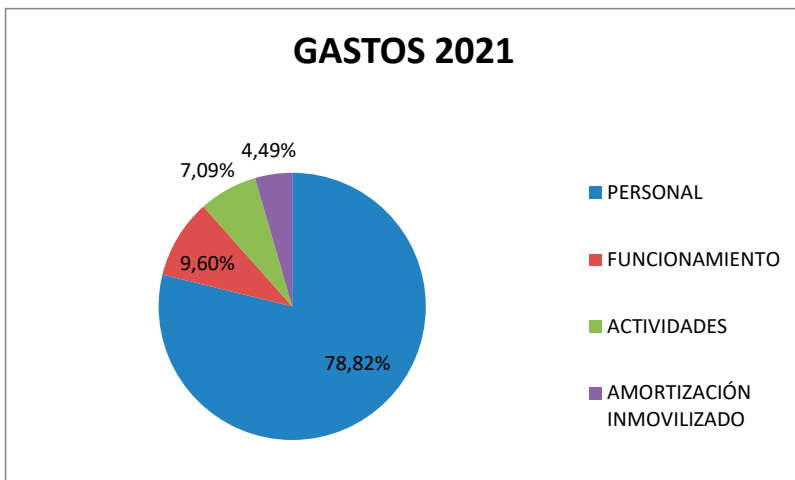
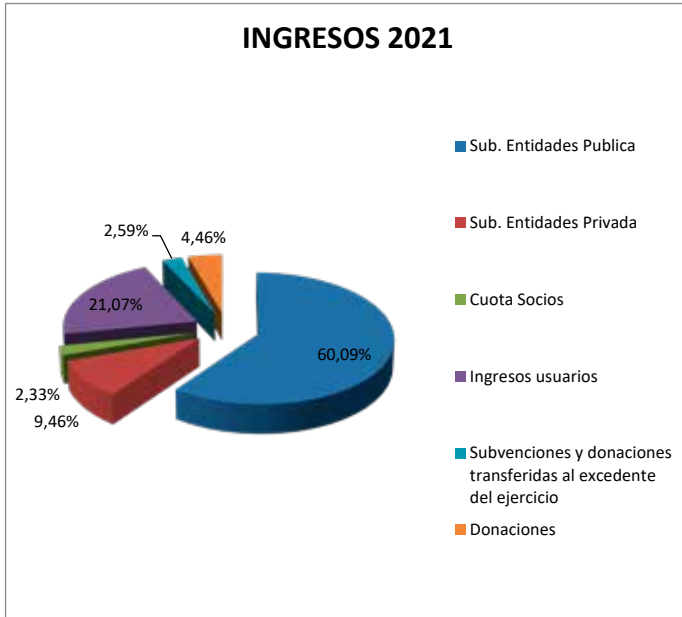
Las acciones llevadas a cabo han sido las siguientes:

- Implantación de un proceso de participación anual para la valoración del clima laboral y la satisfacción de la plantilla de profesionales a través de herramientas como cuestionarios anónimos, reuniones semestrales de equipo y reuniones individuales de valoración con gerencia.
- Utilización del "CV ciego" en los procesos de selección llevados a cabo.
- Diseño e implantación de un Plan de Acogida en la entidad para nuevos profesionales.
- Estudio sobre la rotación de personal.
- Elaboración de un Plan de Conciliación de la Vida Personal y Laboral.
- Diseño de un Protocolo de Prevención e Intervención frente al Acoso Laboral y Sexual y por razón de género.
- Elaboración de un Manual de Estilo para un uso no sexista del lenguaje con recomendaciones en las comunicaciones orales y escritas de la Asociación.

# MEMORIA ECONÓMICA 2021

CONCEPTO	INGRESOS
CUOTAS SOCIOS	15.240,00
INGRESOS USUARIOS/AS	138.084,77
SUBVENCIONES ENTIDADES PÚBLICAS	393.773,09
Anap	365.095,09
Salud	10.403,00
SNE	4.282,00
Ministerio de Sanidad y Bienestar Social	1.676,00
Dpto de Educación	345,00
Ayuntamiento de Pamplona	8.476,00
Ayuntamiento de Cizur	726,00
Ayuntamiento de Barañain	1.960,00
ENTIDADES PRIVADAS	61.984,31
LA CAIXA INCORPORADA	20.000,00
INNO@SOCIAL	19.380,00
FUNDACION CAIXA	6.000,00
FUNDACIÓN CAIXA-CAN	16.604,31
SUBV Y DONAC TRANSF. EXC EJERCICIO	16.950,07
OTROS INGRESOS (donaciones)	29.228,44
<b>TOTAL</b>	<b>655.260,68</b>
CONCEPTO	GASTOS
PERSONAL	510.457,65
FUNCIONAMIENTO	62.177,93
ACTIVIDADES	45.888,42
AMORTIZACIÓN INMOVILIZADO	29.077,56
<b>TOTAL</b>	<b>647.601,56</b>
<b>RESULTADO 2021</b>	<b>7.659,12</b>

# MEMORIA ECONÓMICA 2021



## PROYECTO 2022

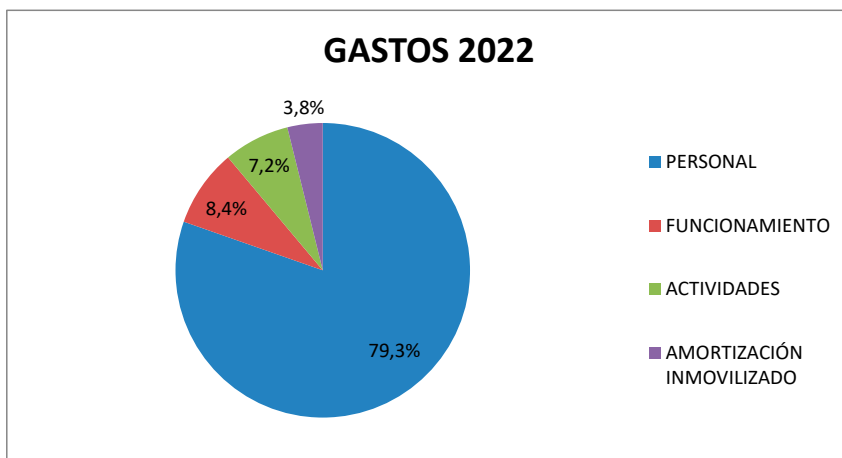
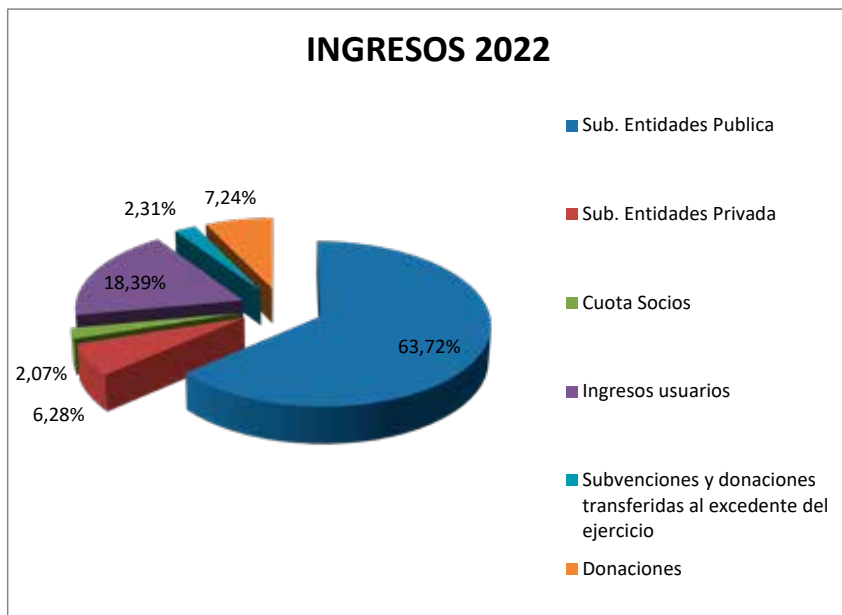
- Mantener y fortalecer todos los programas y actividades que se imparten en la actualidad.
- Continuar con la **especialización del equipo de profesionales en Lectura Fácil**, accesibilidad cognitiva, nuevas tecnologías y atención al proceso de envejecimiento.
- Implantación de la **plataforma de gestión interna** que va a favorecer el seguimiento y evolución de cada persona.
- Poner de nuevo en valor la **participación activa de nuestros hijos/as** en todas las áreas de su proyecto de vida: promoción de la autonomía personal y social, ocio, empleo y vida independiente.
- Esperamos poder **augmentar todas las actividades de ocio** que nuestras personas usuarias tanto han echado de menos.
- A través de la FNDA (Federación Navarra de Deportes Adaptados) ofertaremos **nuevas propuestas** como pelota, multideporte y judo que si hay personal mínimo exigido se llevarán a cabo.
- Reanudar actividades lúdicas y de ocio en familia.
- Retomar los grupos de familias para formación con hijas/os en la etapa adulta
- Durante el año 2021 se inició la elaboración de un **Código Ético** de la entidad en el que se sigue trabajando.
- Se continuará trabajando la **Educación Inclusiva** a través de los grupos de trabajo de las familias.
- Por último, otro tema prioritario en el que se sigue trabajando es el referente al **envejecimiento activo**.

En el 2022 la Asociación se enfrenta a una fuerte subida salarial que se ve reflejada en el presupuesto y por lo que nos veremos obligados a ajustar alguna subida en cuotas, 2€ en las cuotas de socios/as que no han subido desde el año.

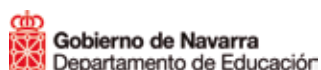
## PRESUPUESTO 2022

CONCEPTO	INGRESOS
<b>CUOTAS SOCIOS</b>	<b>15.097,00</b>
<b>INGRESOS USUARIOS</b>	<b>134.000,00</b>
<b>SUBVENCIONES ENTIDADES PÚBLICAS</b>	<b>464.300,79</b>
Anap	435.156,79
Salud	10.403,00
SNE	10.782,00
Ayuntamiento de Pamplona	5.239,00
Ayuntamiento de Cizur	760,00
Ayuntamiento de Barañáin	1.960,00
<b>ENTIDADES PRIVADAS</b>	<b>45.725,78</b>
LA CAIXA INCORPORA	20.000,00
INNO@SOCIAL	
FUNDACION CAIXA	
FUNDACION CAIXA-CAN	9.105,78
FUNDACION CAIXA PROM AUTONOMIA	16.620,00
<b>SUBV Y DONAC TRANSF. EXC EJERCICIO</b>	<b>16.796,86</b>
<b>OTROS INGRESOS (donaciones)</b>	<b>52.745,09</b>
<b>TOTAL</b>	<b>728.665,52</b>
CONCEPTO	GASTOS
<b>PERSONAL</b>	<b>578.192,02</b>
<b>FUNCIONAMIENTO</b>	<b>61.384,44</b>
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>52.118,80</b>
<b>APLICACIÓN INFORMÁTICA PAI</b>	<b>9.105,75</b>
<b>AMORTIZACIÓN INMOVILIZADO</b>	<b>27.864,51</b>
<b>TOTAL</b>	<b>728.665,52</b>

# PRESUPUESTO 2022



## COLABORADORES



# COLABORADORES



## COLABORADORES



## COLABORADORES



**Ingeteam**



**injuve**



## COLABORADORES



DOWN  
Navarra

Asociación  
Síndrome  
de Down

Gobierno  
de Navarra



Nafarroaka  
Gobernua

ISO 14001  
BUREAU VERITAS  
Certification



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