

ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE NAVARRA

ACTIVIDADES Y PROGRAMAS 2025-2026





PRESENTACIÓN

Estimadas familias,

Os enviamos la información de las actividades previstas para el curso 2025-2026.

Tal y como se ha acordado en las diferentes asambleas mantenidas con las personas socias, será requisito para la inscripción de aquellas actividades que conlleven una cuota mensual, haber abonado la aportación extraordinaria para el local o acogerse a las medidas de financiación extraordinarias aprobadas.

Al igual que el año anterior, las inscripciones se harán a través de este **formulario**. Es muy sencillo y os llevará poco tiempo.

Con el objetivo de seguir creciendo y ofreciendo actividades novedosas, este año ofertamos dos nuevas propuestas: un grupo específico de debate y oratoria y la Escuela de Familias para la promoción de la autonomía personal y social en la etapa de vida adulta.

El plazo de inscripción a las actividades será del **9 al 20 de junio**.

Para cualquier consulta, no dudéis en poneros en contacto con la Asociación.

Aprovechamos desde estas líneas para desearos que paséis un buen verano, que descanséis y disfrutéis para comenzar un nuevo curso en septiembre con mucha energía.

Recibid un cordial saludo,

La Junta Directiva

PROGRAMAS PARA FAMILIAS

GRUPO DE FAMILIAS DE 0 A 3 AÑOS

PRECIO: gratuito. **PERIODICIDAD:** 1/mes (viernes). **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Es un grupo de apoyo mutuo basado en el intercambio de experiencias y la expresión de emociones, con el objetivo de facilitar a las familias un espacio propio que beneficie una adecuada adaptación a la nueva situación familiar.

GRUPO DE FAMILIAS CON HIJAS/OS EN ETAPA EDUCATIVA

PRECIO: gratuito. **PERIODICIDAD:** 1/mes (viernes). **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

El grupo va dirigido a familias con hijos/as en etapa educativa y el objetivo es que sirva de espacio de encuentro, de formación y de ocio.

GRUPO DE FAMILIAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y SOCIAL EN LA VIDA ADULTA

PRECIO: gratuito. **PERIODICIDAD:** 1/mes (viernes). **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Tiene como objetivo apoyar y facilitar estrategias y recursos a las familias para favorecer la promoción de la autonomía personal y social y apoyar los proyectos de vida sus hijos/as en esta etapa. Dirigido a familias con hijos/as entre 18 y 30 años aproximadamente.



PROGRAMAS PARA FAMILIAS

ESCUELA DE FAMILIAS CON HIJOS E HIJAS EN ETAPA DE VIDA ADULTA Y PROCESO DE ENVEJECIMIENTO

PRECIO: gratuito **PERIODICIDAD:** 1/mes (viernes) **LUGAR:** Asociación **MODALIDAD:** grupal

Grupo dirigido a familias con hijos/as en esta etapa en la que se tratan temas y áreas prioritarias para prevenir y trabajar por un envejecimiento activo y saludable.

GRUPO DE ABUELAS/OS

PRECIO: gratuito. **PERIODICIDAD:** 1/mes (jueves). **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Recurso formativo e informativo para acercarlos al mundo de la discapacidad, creando a la vez, un espacio de aprendizaje de estrategias educativas y emocionales

GRUPO DE HERMANAS/OS

PRECIO: gratuito. **PERIODICIDAD:** 1/mes (jueves). **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Tiene como objetivo acercarlos al mundo de la discapacidad y favorecer la adquisición de un rol adecuado como hermano/a de una persona con síndrome de Down.



PROGRAMAS PARA NIÑAS Y NIÑOS

LOGOPEDIA (a partir de 3 años)



Tiene como objetivo prevenir, detectar, evaluar e intervenir en todas aquellas alteraciones o dificultades en la comunicación, lenguaje (oral y escrito), habla, voz, audición y de las funciones orales no verbales (respiración, deglución, succión, masticación) en personas con síndrome de Down.

PRECIO: 90€. **PERIODICIDAD:** 45 minutos semanales. **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** individual.

LECTOESCRITURA (a partir de 5 años)

PRECIO: 90€. **PERIODICIDAD:** 45 minutos semanales. **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** individual

Tiene como finalidad la adquisición y avance en las competencias de lectura y escritura, en función de las necesidades específicas de cada persona y sirva de base para el desarrollo de las competencias lingüísticas y comunicativas.

HABILIDADES SOCIALES INICIACIÓN (entre 8 y 10 años)

PRECIO: 33€. **PERIODICIDAD:** martes de 18 a 19 horas. **LUGAR:** Asociación **MODALIDAD:** grupal.

Grupo que tiene como objetivo iniciarse en la adquisición de las primeras habilidades sociales para comenzar a relacionarse en el entorno y con sus iguales.

HABILIDADES SOCIALES (a partir de 11 años)

PRECIO: 33€. **PERIODICIDAD:** miércoles de 17 a 18 horas. **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Tiene como objetivo proporcionar los medios y las estrategias necesarias para que aprendan a desenvolverse de un modo autónomo y adecuado en situaciones reales de la vida cotidiana.

PROGRAMAS PARA JÓVENES Y PERSONAS ADULTAS

LOGOPEDIA *Ver página anterior.*

LECTOESCRITURA *Ver página anterior.*

HABILIDADES SOCIALES (a partir de 16 años)

PRECIO: 33€. **PERIODICIDAD:** miércoles 18.00 a 19.30. **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Tiene como objetivo ir automatizando y generalizando lo aprendido en años anteriores, se potencia una mayor autonomía (desplazamiento, gestión monetaria y relaciones interpersonales).

ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA (a partir de 16 años)

PRECIO: 85€. **PERIODICIDAD:** 45 minutos semanales. **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** individual.

Tiene como objetivo facilitar un adecuado bienestar psicológico y emocional, facilitando recursos y estrategias para manejarse adecuadamente ante las dificultades del día a día.

OCIO (de 12 a 15 años)

PRECIO: 24€. **PERIODICIDAD:** 2/mes (viernes de 17.30 a 20.00). **LUGAR:** Pamplona. **MODALIDAD:** grupal.

Actividades de ocio y tiempo libre con monitora/or y personas voluntarias.

OCIO (a partir de 16 años)

PRECIO: 45€. **PERIODICIDAD:** sábados tarde. **LUGAR:** Pamplona. **MODALIDAD:** grupal.

Actividades de ocio y tiempo libre con monitora/or y personas voluntarias.



PROGRAMAS PARA JÓVENES Y PERSONAS ADULTAS

TEATRO (a partir de 16 años)

PRECIO: 33 €. **PERIODICIDAD:** miércoles de 17 a 18 horas. **LUGAR:** *A concretar. **MODALIDAD:** grupal. *Estamos a la espera de que el Centro Intergeneracional de Santa María la Real nos ceda un espacio para llevar a cabo esta actividad.

Actividad de iniciación al teatro en la que se trabajarán juegos grupales, juegos de juego dramático, además del trabajo en expresión corporal, gestual y vocal.

DEBATE (de 18 a 29 años)

PRECIO: 30 €. **PERIODICIDAD:** martes de 17 a 18 horas. **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Actividad para el fomento de la expresión oral y el aprendizaje de técnicas de oratoria y debate. Se trabajará de forma grupal diferentes temáticas durante el curso.

NATACIÓN (a partir de 12 años)

PRECIO: actividad federada. **PERIODICIDAD:** 1/semanal (viernes tarde). **LUGAR:** Centro Recreativo Guelbenzu. **MODALIDAD:** grupal.

NATACIÓN SINCRONIZADA

PRECIO: actividad federada. **PERIODICIDAD:** 2/semanales (a concretar). **LUGAR:** Centro Recreativo Guelbenzu. **MODALIDAD:** grupal.

FÚTBOL (a partir de 16 años)

PRECIO: actividad federada. **PERIODICIDAD:** 1/semanal (viernes tarde). **LUGAR:** a concretar. **MODALIDAD:** grupal.

PROGRAMAS PARA JÓVENES Y PERSONAS ADULTAS

TXALAPARTA (a partir de 16 años)

PRECIO: 30 €. **PERIODICIDAD:** miércoles 19.30 a 20.30. **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

DANZAS REGIONALES (a partir de 16 años)

Con Ardantzeta Dantza taldea.

PRECIO: 30 €. **PERIODICIDAD:** 1/semanal (viernes tarde). **LUGAR:** *A concretar. **MODALIDAD:** grupal. *Estamos a la espera de que el Centro Intergeneracional de Santa María la Real nos ceda un espacio para llevar a cabo esta actividad.

ITACA SEPAP OCUPACIONAL

PRECIO: 80 €. **PERIODICIDAD:** de lunes a viernes de 9 a 14. **LUGAR:** Asociación.
Solicitud de plaza tras solicitar el certificado de idoneidad en ANADP.

Ocupacional, capacitación laboral, mejora de competencias sociolaborales, envejecimiento activo.

ITACA EMPLEO

LUGAR: Asociación. *No es necesario inscribirse. Servicio anual.*

Incorporación y/o mantenimiento del puesto de trabajo en empresa ordinaria con seguimiento laboral y formación en mejora de competencias sociolaborales (L y M de 16 a 18.30 horas).

AUTOGESTIÓN ALDAPA

PRECIO: 33€ para las personas que no participan en Itaca SEPAP Ocupacional y Empleo.
PERIODICIDAD: 1/semanal (jueves de 17 a 19 horas). **LUGAR:** Asociación. **MODALIDAD:** grupal.

Aprender a participar, elegir y desarrollar acciones que promuevan la autodeterminación, la capacidad de pensar y expresarse por uno/a mismo/a. Ser gestor de su propia vida. "Soy una persona adulta".

PROGRAMAS PARA JÓVENES Y PERSONAS ADULTAS

ITACA VIDA INDEPENDIENTE

Se ofrece un servicio global a las familias, y en especial a las personas con síndrome de Down, que facilite su transición a la vida adulta y un apoyo en la elección de cada proyecto de vida a través de una planificación centrada en la persona y la familia.

Piso de Promoción de la Autonomía Personal

PRECIO: 390€/mes. **PERIODICIDAD:** de domingo a viernes. **LUGAR:** barrio de la Rochapea.
MODALIDAD: individual y grupal.

Vivienda de 6 plazas con duración a determinar según la adquisición de objetivos. Las personas interesadas contactad con la Asociación. El próximo curso hay 1 plaza vacante.

Servicio de Apoyos en el Entorno Natural

PRECIO: a concretar. **PERIODICIDAD:** a concretar según necesidad. **LUGAR:** Pamplona.
MODALIDAD: individual

Servicio dirigido a facilitar la autonomía en el hogar, en habilidades adaptativas o en desplazamientos con el apoyo de una persona educadora. Las personas interesadas contactad con la Asociación



NORMAS DE FUNCIONAMIENTO

- El curso comienza el 15 de septiembre y finaliza el 12 de junio de 2026; excepto ITACA SEPAP OCUPACIONAL que tendrá una duración de 11 meses, sin servicio en el mes de julio. Los deportes se ajustan al calendario de la Federación Navarra de Deportes Adaptados, de octubre a mayo. **Los periodos vacacionales se indican en el calendario que se facilitará en septiembre.**
- En todas las actividades será necesario un número mínimo de personas inscritas, que dependerá de la actividad y se informará a las personas interesadas.
- **Forma de pago.** Se girarán los recibos mensuales en todas las actividades. No se admitirán pagos en mano.
- Una vez iniciado el curso, **las bajas y altas se formalizarán por escrito antes del día 25 de cada mes.** En caso de no formalizar la baja se continuarán emitiendo recibos. Las bajas en una actividad, antes de finalizar el período facturado no darán derecho a devolución de ningún importe.
- Serán las profesionales quienes establezcan la conveniencia de que las/os alumnos se incluyan en un grupo o en otro, según su criterio.
- Por razones presupuestarias la cuota por actividad será fija, independientemente de los días de asistencia de la persona usuaria.

Inscripciones

- **El plazo de inscripción será del 9 al 20 de junio a través del siguiente formulario.**
- Para cualquier consulta pueden ponerse en contacto con la Asociación.
- Correo electrónico: info@sindromedownnavarra.org
- Persona de contacto: Arantxa Martínez de Morentin



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