



# PROYECTO

# #MiOcioMiPlan



ASOCIACIÓN ACVADI

# Índice

**INTRODUCCIÓN**

**OBJETIVOS**

**METODOLOGÍA**

**ACTIVIDADES**

**TEMPORALIZACIÓN**

**EVALUACIÓN**



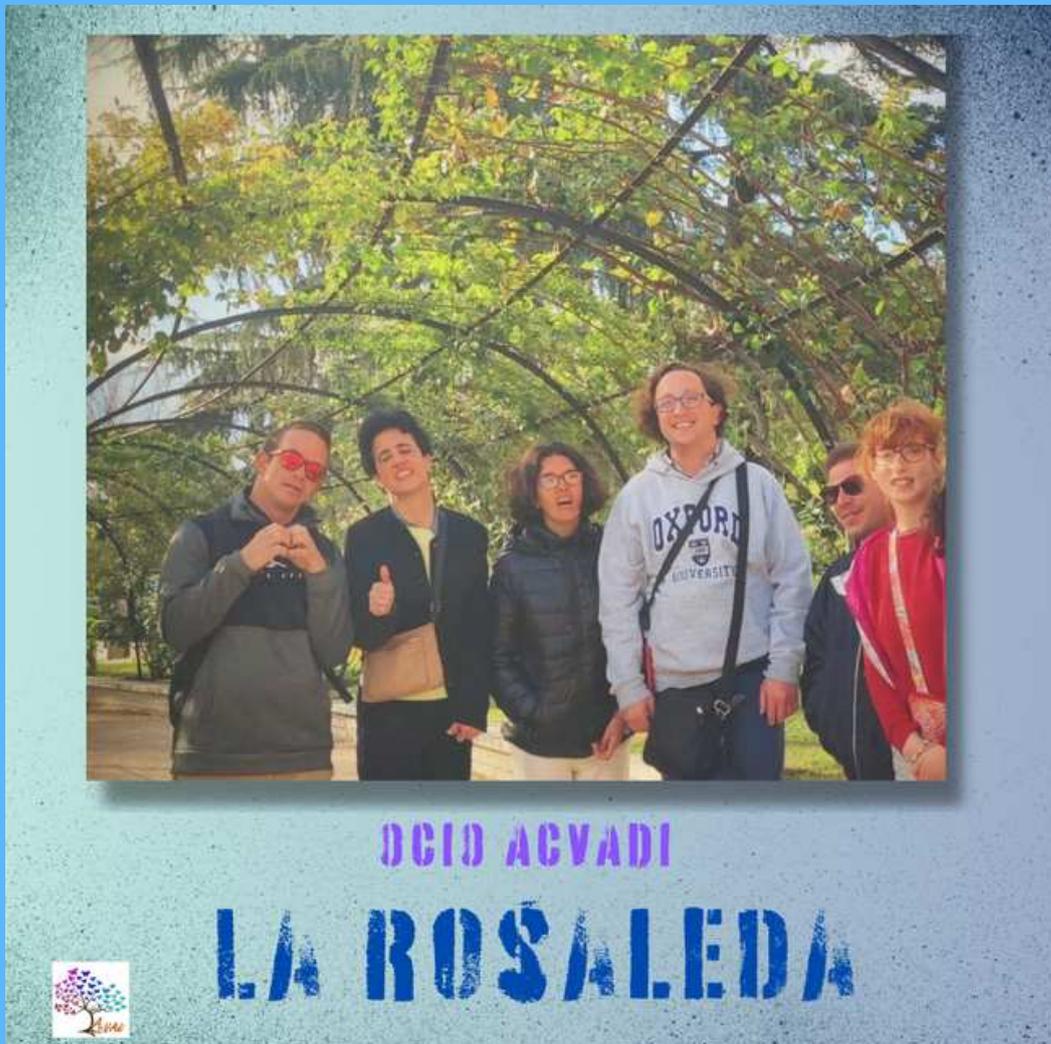
# Introducción

El programa se dirige a personas con discapacidad intelectual que forman parte de la Asociación Acvadi y quieren disfrutar de su tiempo libre de una manera inclusiva y normalizada realizando actividades de su interés y elección una vez a la semana.



# Objetivo general

desarrollar las habilidades necesarias que les permitirá desarrollarse como personas autónomas y desempeñar un rol adulto EN SU COMUNIDAD DE OCIO



# Objetivos específicos

**LLEVAR A CABO ACTIVIDADES DE OCIO ACORDES A LA EDAD CRONOLÓGICA DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD**

---

**REALIZAR ACTIVIDADES DE OCIO EN entornos ordinarios y en los mismos momentos en los que participan las personas sin discapacidad.**

---

**Mejorar las relaciones interpersonales intra-grupo (entre las personas que forman el grupo de ocio)**

---

**Fomentar la autonomía en su tiempo libre y de ocio.**



# Metodología

Todas las personas que participan en este programa tienen la oportunidad de desarrollarse como personas autónomas en su tiempo de ocio. Para esto, se diseña un itinerario por el que, irán adquiriendo una serie de habilidades

## Etapas

1ª) Acceso al programa. A partir de una entrevista personal y una entrevista familiar, se obtiene la información necesaria, para saber si la persona en cuestión requiere del programa.

Todas las personas que forman parte de la Vivienda Comunitaria de Acvadi o el Sertep pueden participar en el Programa Mi Ocio Mi Plan ya que está incluido.

2ª) Etapa de desarrollo. Es la etapa donde la persona aprende a relacionarse en su tiempo de ocio y va adquiriendo las habilidades necesarias para poder disfrutarlo de forma autónoma.



# Actividades

## 1. Cómo se decide qué actividades hacer

Al principio de cada trimestre se hará una reunión con todos los participantes del grupo de ocio en el que dicen qué actividades les gustaría hacer a lo largo de esos meses. Esto se plasma en una programación trimestral que se envía a familias.

## 2. Cómo se apuntan a las actividades

Todas las semanas las monitoras de ocio mandan un mensaje recordatorio a las familias de la actividad que hay esa semana y tienen que decir si asistirán o no al ocio semanal.

## 3. Dónde se realizan las actividades

Las actividades tendrán lugar en la sede de la Asociación Acvadi cuando éstas lo requieran y en los mismos lugares que el resto de personas con la misma edad cronológica sin discapacidad, es decir, totalmente normalizados: cafeterías, pubs, boleras, cine...



# Papel de las monitoras y voluntarios

Las monitoras han de provocar situaciones para que la persona con discapacidad vaya utilizando sus habilidades sociales y las vaya potenciando.

La actitud que deben desarrollar las monitoras y voluntarios/as a lo largo de las salidas, no es hacer de profesores, ni de animadores socioculturales, ni de padres madres; hay que intentar ponerse a su altura, y ser alguien que comprende y ayuda a que él o ella puedan desarrollarse de la manera más autónoma posible.

El objetivo de estas actividades es que aprendan a salir y disfrutar del ocio junto con su grupo de amigos como lo hace cualquier persona de su edad.



# Temporalización

Las actividades de ocio tendrán lugar todos los viernes del mes de septiembre de 2023 a junio de 2024.

Las actividades no se realizarán en períodos vacacionales.



# Evaluación

Al finalizar el curso de las actividades de ocio se entregará un cuestionario de satisfacción a todos los participantes para conocer cuál es su agrado con las actividades realizadas y con el equipo de monitoras de Acvadi,

Se entregará también un cuestionario a las familias para saber cuál es su bienestar respecto a las actividades hechas por sus familiares a lo largo del año.

