

OFERTA DE ACTIVIDADES

CURSO 2021



SERVICIO DE APOYO A FAMILIAS

**FAMILIAS, SOCI@S,
HERMAN@S Y CUÑAD@S**

ASPANIAS
 **Plena
inclusión**
Castilla y León

C/ Federico Olmeda °I

09006 Burgos

Tfno. 947 238 562

www.aspaniasburgos.org

aspanias@plenainclusioncyl.org



PROCESO DE INSCRIPCIÓN

PROGRAMA ACTIVIDADES 2021

El plazo de inscripción se realizará desde el **Lunes 15 de Marzo al Viernes 26 de Marzo de 2021.**

La inscripción se realizará preferentemente en modo online, enviando la Hoja de inscripción al Servicio de Apoyo a Familias vía correo electrónico (familias@aspaniasburgos.com) o bien rellenando el siguiente formulario online, pinchando en el siguiente dibujo:



La hoja de inscripción y/o el formulario deberá ser rellenado por cada uno de los miembros de la familia que quieran participar en dichas actividades con el fin de poder daros una mejor atención personalizada.

En la mayoría de las actividades ofertadas existe un número mínimo y máximo de participantes. En el caso de no llegar al mínimo marcado, la actividad será suspendida. Si, por el contrario, se superaran las plazas ofertadas, la selección de los participantes se realizará siguiendo el orden de inscripción y se valorará el número de actividades a las que se haya apuntado para que todas las personas puedan participar en al menos, una actividad.

A diferencia del año pasado, este año, no existe un apoyo a la **financiación para el mantenimiento y mejora de las actividades de animación sociocultural** puesto que se impartirán de manera online.

Las actividades comenzarán en el mes de **Abril** y finalizarán el **Miércoles 30 de Junio de 2021.**



En todas aquellas actividades formativas y de participación, como en aquellas reuniones a las que se convoque a las familias y/o soci@s **será obligatorio confirmar asistencia** al Servicio de Apoyo a Familias a través de correo electrónico (detallado más abajo) o llamando al 947 238 562. Igualmente, si no es posible asistir, también deberá ser comunicado.

SERVICIO DE APOYO A FAMILIAS - GRUPO ASPANIAS

María Sedano _ familias@aspaniasburgos.com
Juan Luis Rodríguez _ jlrodriguez@aspaniasburgos.com

ACTIVIDADES FAMILIAS 2021

ACTIVIDADES CUATRIMESTRALES (15 DE MARZO 2021 – 30 DE JUNIO 2021)

ACTIVIDADES	DÍAS	HORARIOS	LUGAR	MÍN - MAX	ELECCIÓN
TALLER MEMORIA	JUEVES	12:00 – 13:00	ONLINE	8 - 12	
RUTAS URBANAS	MIÉRCOLES	10:30 – 12:30	VARIABLE	8 - 12	
GIMNASIA/YOGA	LUNES	18:00 – 19:00	ONLINE	8 - 12	
	VIERNES	11:00 – 12:00			

*Todas las actividades se realizarán en función de la situación socio sanitaria y bajo las normas y restricciones correspondientes.

ACTIVIDADES PUNTUALES

ACTIVIDADES	DÍAS / HORARIOS	FECHA	LUGAR	MÍN - MAX	ELECCIÓN
RUTAS MEDIAMBIENTALES	POR DETERMINAR		VARIABLE	10-15	
EXCURSIONES CULTURALES	POR DETERMINAR		VARIABLE	10-15	

*Todas las actividades se realizarán en función de la situación socio sanitaria y bajo las normas y restricciones correspondientes.

FORMACIÓN MENSUAL

ACTIVIDADES	DÍAS / HORARIOS	FECHA	LUGAR	MÍN - MAX	ELECCIÓN
ESCUELA DE FAMILIAS	PRIMER LUNES DE CADA MES 17:00 – 18:00	5 ABRIL 3 MAYO 7 JUNIO	ONLINE	10-15	
MARTES DE FORMACIÓN	TERCER MARTES DE CADA MES 17:00 – 18:00	20 ABRIL 18 MAYO 15 JUNIO	ONLINE	10-15	
PLATAFORMA ONLINE	SEGUNDA SEMANA DE CADA MES		ONLINE	10-15	

ACTIVIDADES DE PARTICIPACIÓN

GRUPO DE HERMAN@S/CUNAD@S	<input type="checkbox"/> GRUPO MOTOR	<input type="checkbox"/> ACTIVID. FORMATIVAS	<input type="checkbox"/> ACTIVID. PUNTUALES	<input type="checkbox"/> OTROS
BANCO DEL TIEMPO	<input type="checkbox"/> MANTENIMIENTO	<input type="checkbox"/> ACOMPAÑAMIENTOS	<input type="checkbox"/> OTROS	

ACTIVIDADES DE PARTICIPACIÓN

GRUPO DE HERMAN@S/CUÑAD@S	Mejorar la calidad de vida de las personas con DI y sus hermanos y hermanas, satisfaciendo sus necesidades de formación y fomentando su participación y sentimiento de pertenencia a la asociación.
	<p>Durante los próximos meses se realizarán diferentes actividades tanto formativas como lúdicas, clasificadas por grupos de edad (mayores y menores de 18 años)</p> <p>¡Anímate a participar, herman@/cuñad@! ¡Anímale tú a participar con su herman@/cuñad@!</p> <p>Se enviará convocatoria informando de la fecha de cada acción una vez inscritos.</p> <p>Dichas actividades darán comienzo a partir de la primera semana de Abril 2021.</p>

BANCO DEL TIEMPO	El banco del tiempo tiene la finalidad de fomentar la prestación de servicios y actividades de los participantes con la entidad.
	<p>Se realizan y ofrecen libremente actividades y servicios que se miden únicamente por el tiempo que conllevan; razón por la cual la posibilidad de participación es independiente de la titulación, edad, sexo, procedencia o capacidad económica de las personas.</p> <p>Dentro del banco del tiempo se puede colaborar con la entidad en diferentes cuestiones:</p> <ul style="list-style-type: none">- Mantenimiento: carpintería, soldadura, pintura, escayola...- Acompañamiento: médicos, desplazamientos, gestiones administrativas...- Varios: costura, cocina, peluquería, etc.- Cualquier ámbito de tu conocimiento.

ACTIVIDADES DE ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL

➤ ACTIVIDADES CUATRIMESTRALES (Un día a la Semana)

TALLER DE MEMORIA							
	El objetivo principal de esta actividad es la estimulación de determinadas funciones cognitivas como la memoria, la atención, la fluidez verbal y la orientación espacial y temporal de los participantes.						
	SIN COSTE DE ACTIVIDAD						
ONLINE	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	12:00 – 13:00 h

RUTAS URBANAS							
	A través de paseos por la ciudad e Burgos, los participantes podrán visitar los lugares y monumentos más emblemáticos de nuestra ciudad, así como recorrer zonas verdes de la ciudad.						
	SIN COSTE DE ACTIVIDAD						
VARIABLE	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	10:30 – 12:30 h

GIMNASIA/YOGA							
	El objetivo de esta actividad es mejorar la condición física general de los participantes, así como la coordinación. También se pretende facilitar el desarrollo de habilidades motoras a través de la creatividad y expresividad.						
	SIN COSTE DE ACTIVIDAD						
ONLINE/PRESENCIAL	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	18:00 – 19:00 h

YOGA/GIMNASIA							
	El objetivo de esta actividad está en función de los intereses del participante. Para unos puede convertirse en un medio de obtener relajación, descanso y equilibrio, para otros es la forma de desarrollar su mente y aumentar su capacidad de concentración. Muchos se acercan a yoga para conocerse mejor a sí mismos y aprovechar más eficazmente su potencial. El objetivo lo marca el propio participante y el yoga nunca pide creer en nada, solo en lo que uno experimente por sí mismo.						
	SIN COSTE DE ACTIVIDAD						
ONLINE	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	11:00 – 12:00 h

➤ ACTIVIDADES PUNTUALES

RUTAS MEDIOAMBIENTALES	<p>Nuestra intención es realizar rutas de dificultad baja – media donde descubriremos nuevos lugares de la provincia de Burgos y provincias cercanas a la vez que pasamos un buen rato disfrutando de la naturaleza.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se realizará de manera BIMENSUAL (una salida cada dos meses). <p>*Todas las actividades se realizarán en función de la situación socio-sanitaria y bajo las normas y restricciones correspondientes.</p> <p>COSTE DE ACTIVIDAD EN FUNCIÓN DE L@S PARTICIPANTES</p>						
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Fin de semana	Todo el día
VARIABLE							

EXCURSIONES CULTURALES	<p>Con el fin de conocernos mejor entre nosotros y por supuesto, conocer nuevos lugares, realizaremos salidas culturales fuera de Burgos donde visitaremos lugares de interés para conocer la cultura y gastronomía de nuestro entorno.</p> <p>La primera excursión, estará programada para realizarse en el mes de Mayo de 2021. Se mandará carta con toda la información.</p> <p>*Todas las actividades se realizarán en función de la situación socio-sanitaria y bajo las normas y restricciones correspondientes.</p> <p>COSTE DE ACTIVIDAD EN FUNCIÓN DE L@S PARTICIPANTES</p>						
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Fin de semana	Todo el día
VARIABLE							



FORMACIÓN MENSUAL

ESCUELA DE FAMILIAS	<p>Pretendemos generar una serie de procesos colectivos (pero a la vez adaptados a la necesidad real de cada persona) coordinados por un profesional y orientados a la asimilación y adquisición de una serie de conocimientos útiles para progenitores y familiares en relación con la persona con Discapacidad Intelectual que forma parte de su sistema familiar y todas las situaciones que a ésta puedan rodear.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se realizará los primeros lunes de cada mes en horario de tarde, con horario de 17:00 – 18:00 horas. Siendo los días: <ul style="list-style-type: none"> ○ 5 de Abril ○ 3 de Mayo ○ 7 de Junio <p>*Todas las actividades se realizarán en función de la situación socio sanitaria y bajo las normas y restricciones correspondientes.</p> <p>SIN COSTE DE ACTIVIDAD:</p>						
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Fin de semana	Todo el día

MARTES DE FORMACIÓN	<p>Gracias a tu apoyo, hemos conseguido mejorar en diferentes aspectos en el área de formación del grupo Aspanias. Las familias sois el pilar fundamental para el buen funcionamiento del centro y también, para conseguir mantener y mejorar nuestras necesidades. Por ello, te animamos a participar en este grupo en el que con el apoyo de tod@s, conseguiremos avanzar para defender las necesidades educativas de las personas con DI (Discapacidad Intelectual) y sus familias.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se realizará el tercer martes de cada mes en horario de tarde, con horario de 17:00 – 18:00 horas. Siendo los días: <ul style="list-style-type: none"> ○ 20 de Abril ○ 18 de Mayo ○ 15 de Junio <p>*Todas las actividades se realizarán en función de la situación socio sanitaria y bajo las normas y restricciones correspondientes.</p> <p>SIN COSTE DE ACTIVIDAD:</p>						
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Fin de semana	Todo el día

OFICINA DE ATENCIÓN AL SOCI@

ATENCIÓN AL SOCI@	<p>La misión de esta oficina es la de prestar apoyo y soporte tanto a los actuales como a l@s potenciales soci@s de Aspanias. Es la puerta de entrada a los servicios asociativos, una puerta que siempre tenemos abierta para escuchar y transmitir las necesidades de nustr@s soci@s. También es el servicio encargado de la acogida y derivación de todas las demandas de l@s soci@s y potenciales soci@s para prestarles la mejor cobertura y una atención personal y de calidad.</p> <p>La persona de referencia en la oficina de atención al soci@ es Susana Urrutia, estará a vuestra disposición en las oficinas de la calle Federico Olmeda nº1 y en el correo atencionsocio@aspaniasburgos.com.</p>
	

PROTOCOLO DE QUEJAS Y SUGERENCIAS

QUEJAS, SUGERENCIAS Y FELICITACIONES	<p>Como ya sabéis por el Catálogo de Servicios Asociativos, tenéis a vuestra disposición este protocolo con el fin de que podáis hacernos llegar todas aquellas quejas, sugerencias y propuestas de mejora relacionadas con el funcionamiento de los diferentes centros y servicios que oferta nuestra entidad tanto a vosotros como a vuestros familiares de una forma más formal.</p> <p>¿Cómo? Muy sencillo rellenado una hoja de quejas, sugerencias y felicitaciones que estará a vuestra disposición en las oficinas de la C/ Federico Olmeda, nº1. Es importante que sea de forma presencial para que quede constancia de vuestra aportación y poder contestaros a la misma en un <u>plazo máximo de 15 días</u>.</p> <p>La persona responsable de este Protocolo de Quejas y Sugerencias es Susana Urrutia (surrutia@aspaniasburgos.com)</p>
 TU VOZ CUENTA	

APOYO PSICOLÓGICO A FAMILIAS

APOYO PSICOLÓGICO	
	<p>Con el fin de poder atenderos con la mayor calidad posible os proponemos un sistema de cita previa que gestionaremos desde Servicios Asociativos de las oficinas de la C/ Federico Olmeda, nº1. Para ello debéis concertar la cita llamando al teléfono 947 238 562 o bien enviando un correo a citaprevia@aspaniasburgos.com</p> <p>Una vez recibida la solicitud nos pondremos en contacto contigo para confirmar el día y la hora de la cita.</p>

TRABAJO SOCIAL

TRABAJO SOCIAL	
	<p>Tenemos un servicio de información, orientación y asesoramiento para proveer a las familias de los apoyos necesarios y así acceder a distintos servicios y prestaciones propias o comunitarias (solicitud de plazas, prestaciones económicas y sociales, etc.)</p> <p>Con el fin de dar una mejor atención a las familias, existirá un servicio de cita previa. El horario de referencia será de 11:00 a 13:00 horas. El horario de tarde se desarrollará en función de las necesidades de las familias.</p> <p>Para concretar una cita no tenéis más que llamar al 947 238 562 y preguntar por el Departamento de Trabajo Social. Lo bien podéis enviar un correo a citaprevia@aspaniasburgos.com y se os contestará con el día y hora de la cita.</p>

APOYO JURÍDICO

APOYO JURÍDICO	
	<p>Con el fin de poder atenderos con la mayor calidad posible os proponemos un sistema de cita previa que gestionaremos desde Servicios Asociativos de las oficinas de la C/ Federico Olmeda, nº1. Para ello debéis concertar la cita llamando al teléfono 947 238 562 o bien enviando un correo a citaprevia@aspaniasburgos.com</p>

Una vez recibida la solicitud nos pondremos en contacto contigo para confirmar el día y la hora de la cita.



ASPANIAS

 **Plena**
inclusión
Castilla y León

**SERVICIO DE APOYO A FAMILIAS
GRUPO ASPANIAS**

familias@aspaniasburgos.com