

Crònica

028 // desembre 2018



EDITA

DOWN LLEIDA

Plaça Sant Pere 3, baixos

25005 Lleida

Tel. 973 22 50 40

info@downlleida.org

www.downlleida.org

Down Lleida és membre de Down España (Federación Española de Síndrome de Down), de Down Catalunya (Coordinadora Síndrome de Down de Catalunya), del Consell Municipal de Persones amb Discapacitat i de la Federació Catalana del Voluntariat Social, d'Actas i ECAS. Declarada d'UTILITAT PÚBLICA.

COORDINA

Junta de Down Lleida

COL·LABORA

Institut d'Estudis Ilerdencs

IMPRIMEIX

Arts Gràfiques Bobalà, S.L.

Dipòsit legal: L-725-1996.

REVISIÓ I CORRECCIÓ

Consorci per a la Normalització Lingüística

MAQUETACIÓ I DISSENY

Miquel Gracia

Editorial



Pilar Sanjuán Torres

Presidenta de Down Lleida

@psanjuant

Ens trobem amb un nou exemplar de la Crònica: un recull de les activitats més significatives de la nostra entitat, i on es pot conèixer una mica més la tasca que realitza DOWN LLEIDA per promoure la igualtat d'oportunitats de totes les persones i la seva inclusió social.

En aquest número destaquem els projectes europeus en els quals participem. Un d'ells "VALUABLE" coordinat des de DOWN ESPAÑA, suposa formació, inclusió laboral i reconeixement als establiments de restauració participants. L'altre projecte, coordinat per DOWN CATALUNYA, va permetre la visita a Roma d'un grup de persones de les nostres entitats per conèixer el projecte d'inserció Laboral "La Locanda"

Trobareu la ressenya de la presentació del curtmetratge de la Clàudia Gual, "DIFERENTE". Amb una fantàstica estrena al teatre Principal i que també ens va donar peu a reflexionar sobre qué/qui és diferent?

Vull remarcar la iniciativa de la UDL, que proposa a l'alumnat de Dret, ADE i Turisme realitzar el Projecte de Fi de Grau des de la metodologia d'Aprenentatge i Servei. Així l'alumnat coneix les entitats de Lleida i alhora el seu Projecte està connectat amb la realitat, convertint-se en un treball significatiu i útil per a les dues parts implicades. Agrair i felicitar a la Nerea Chinchurreta, del Grau en Dret, tutoritzada pel professor César Cierco, pel brillant treball "El consentiment Informat de la dona gestant i els drets de les persones amb discapacitat".

D'entre les moltes altres notícies que trobareu no podem oblidar el Sopar Integra XXI, on vam tenir un record pel nostre gran amic Víctor P. Pallarés i vam lliurar el Pin d'honor al Sr. Postu.

Us encoratjo a compartir aquesta revista amb les persones del vostre entorn per tal que més persones ens puguin conèixer i col·laborar amb DOWN LLEIDA.

Sumari

04

10 anys de "La Nostra Tarda"

05

Què és Valuable?

06

Diferente, el curtmetratge

08

Un any després de la "Locanda"

08

FUD Therapy

09

Entrevista a Ann Gyles:
Classes d'anglès

10

Dossier:
L'Aprenentatge i Servei a la UDL

12

Convenis de col·laboració i Projecte Integra XXI

14

Projectes i activitats

24

Notícies i breus

27

Col·labora

28

Patrocinadors

CAPACITATS *diverses*
possibilitats **INFINITES...**



10 anys de

"La Nostra Tarda"



David Velasco
Director COPE Lleida
@copelleida

Fa molta il·lusió poder escriure un petit article per parlar de "la nostra tarda", l'espai radiofònic que Cope Lleida i DOWN LLEIDA van posar en marxa fa 10 anys, una experiència que va començar en forma de taller al barri del secà de Sant Pere i que ràpidament es va concretar en un programa de ràdio.

Un grup de joves amb ganes d'expressar-se i una clara vocació d'obrir els micròfons a veus que habitualment no tenen altaveu va ser un binomi perfecte per iniciar el projecte. Amb la Presidenta de DOWN LLEIDA, Pilar Sanjuán; l'Ivan Niubó, responsable de l'activitat per part de DOWN LLEIDA, i el Ricard Álvarez

(responsable d'aquest projecte a Cope Lleida), va ser molt fàcil concretar la col·laboració. Volíem que fos un espai de normalitat, fet íntegrament pels joves i sense filtres, on els nostres oients de Cope Lleida coneguessin de primera mà les inquietuds dels joves i les seves aportacions.

Tots hem après moltíssim d'aquesta experiència, joves, professionals, col·laboradors, oients i entrevistats. Una experiència que ha tingut alguns elements claus com les ganes de les joves i els joves de l'Associació, la predisposició dels professionals de DOWN LLEIDA i de Cope Lleida, la bona rebuda dels entrevistats i el seguiment dels oients.

Són molts els adjectius per definir aquesta aventura de 10 anys: tendra, fàcil, fresca,

punyent, aclaridora, propera, divertida, autèntica, justa, familiar, necessària... Quina sort hem tingut tots plegats de poder trobar-nos junts en aquest projecte que ens ha donat a tots noves eines per millorar el llenguatge, per apropar-nos a realitats que sovint incomoden a la nostra societat, per normalitzar el que encara no està normalitzat, per denunciar situacions intolerables i sobretot per deixar de parlar de "discapacitats" i parlar de "capacitats", les "capacitats" que tots plegats hem estat capaços de sumar! Com deia la psicòloga Carme

Quina sort hem tingut de poder trobar-nos en aquest projecte que ens ha donat a tots noves eines per millorar el llenguatge, per apropar-nos a realitats...



Sebastià: "Tots tenim alguna discapacitat, perquè tots tenim limitacions que ens impedeixen de fer determinades coses, i el que cal cercar és el suport per superar aquestes limitacions", és justament aquesta afirmació la que ens diu que la ràdio és un bon "suport" per fer-ho i que ens anima a continuar el camí amb la mateixa il·lusió que el primer dia.

Felicitats! Continuem sumant!



Què és "Valuable"?

La xarxa d'establiments de restauració compromesos amb la inclusió laboral de les persones amb discapacitat intel·lectual Valueable és el resultat d'un projecte europeu on participen sis països diferents: Alemanya, Espanya, Hongria, Itàlia, Portugal i Turquia. Aquest projecte promou la inclusió al mercat laboral ordinari de les persones amb discapacitat Intel·lectual donant visibilitat a la tasca que aquestes realitzen en empreses del sector de l'hostaleria.

Les empreses que s'adhereixen al Projecte aconseguen un segell de qualitat segons la vinculació que tenen amb el treballador (bronze, plata o or) i disposen d'eines útils com vídeo tutorials o una app específica per facilitar l'adaptació al lloc de treball amb el suport dels tècnics de les entitats.

Poder marxar a treballar a un altre país també és un dels atractius d'aquesta iniciativa que permet als treballadors de les empreses participants ampliar els seus coneixements i viure una experiència única lluny de casa. La Xarxa es manté amb el cofinançament de la Comissió Europea, en l'àmbit del programa Erasmus Plus.

Actualment 80 establiments disposen del segell de qualitat Valueable. A Lleida, els establiments que formen part d'aquesta xarxa són:

Hotel NH / Restaurant Resquitx / Cafeteria EKKE



Diferente, el curtmetratge



Claudia Gual
Directora de cinema
@Claudia_GualM

DOWN LLEIDA ens va obrir les portes d'una gran manera i van facilitar-nos diverses tasques, entre les quals les de coordinació i comunicació que amb tanta gent a moure se'm quedava gran.

Al mes de juny de 2018 va tenir lloc a l'hospital Santa Maria de Lleida el rodatge del curtmetratge DIFERENTE amb la col·laboració de DOWN LLEIDA. Va ser un rodatge íntegrament amb actors amb síndrome de Down i quina meravella d'experiència!

És veritat que hi ha molta feina d'equip darrere dels minuts que es veuen en pantalla o del parell d'hores que dura una estrena, feina i tasques que ni tan sols es coneix que duem a terme però tan veritat com això és que DOWN LLEIDA ens va obrir les portes d'una gran manera i van facilitar-nos diverses tasques, entre les quals les de coordinació i comunicació que amb tanta gent a moure se'm quedava gran.

Prèviament al rodatge vam realitzar un càsting amb els nois,

que en principi servia per escollir els que anaven a ser els 4 actors de 17 que es varen presentar. Gràcies a la generositat de l'hospital vam poder incloure actors secundaris i figurants: així que vam poder comptar amb els 17! Vaig trobar-me amb aspirants a actors que mai no havien actuat davant càmera, alguns es posaven nerviosos com passa en tot càsting, d'altres van demostrar saber defensar bé qualsevol dels actings. Un cop vaig rebre la proposta de poder incloure extres i figurants, el treball realitzat en el càsting va servir més aviat per escollir a qui donar el pes dels papers protagonistes i amb diàleg. Treballant més properament amb ells vaig descobrir la generositat i respecte que guarden entre ells i cap a nosaltres com a equip. La il·lusió que surt d'ells era desbordant i contagiosa.



Al final ser actor tracta de sortir de la pròpia persona per encarnar un personatge totalment diferent al que són en la vida real. No és fàcil per a ningú: és tot un repte per a algú que mai ha actuat davant de càmera perquè arriba el dia del rodatge i tot són emocions, nous descobriments i pressió perquè aquell dia tot ha de sortir bé, perquè has d'interpretar un personatge que té unes experiències a la vida, sentiments i personalitat ben diferents a tu; no es fàcil sentir interpretativament el que no has sentit en la teva vida, hi ha d'haver molta capacitat empàtica. Ho van solventar amb nota; la Marta, la Isabel, el Quim, el Joan i tots els que van participar com a extres i figurants.

Si hi ha alguna cosa que omple i satisfà com a directora és veure que tot flueix en el rodatge,

Si hi ha alguna cosa que omple i satisfà com a directora és veure que tot flueix en el rodatge, que la feina assajada dóna els seus fruits i que la creativitat de tots (producció, so, llums, caracterització, actors) s'ajunta i crea un resultat únic gràcies a aquesta barreja del talent de tothom.

que la feina assajada dóna els seus fruits i que la creativitat de tots (producció, so, llums, caracterització, actors) s'ajunta i crea un resultat únic gràcies a aquesta barreja del talent de tothom. S'ha d'esmentar el compromís que van tenir, no van faltar a un sol assaig, si es va haver de canviar dia de rodatge o dia d'assaig va ser per la meua agenda; la seva disposició i compromís van ser admirables.

Durant 5 anys he treballat amb molts actors, uns de més coneguts i d'altres de menys, uns amb més trajectòria i experiència i d'altres que mai havien fet res; sóc la primera que com a guionista entrega el guió a l'actor amb la llibertat que el destrossin i se'l facin seu perquè només així l'enriqueixen. Ells tenien la mateixa llibertat i confiança, mai ho van fer. El seu respecte és tal que aquesta opció no existia, es van cenyir al guió escrit, respectant-lo i entenent que si estava així escrit era perquè així s'havia de transmetre el missatge.

Els extres i figurants, que no tenien informació prèvia, van adaptar-se a tota improvisació, agafant rols de pares d'un nadó entrant a l'hospital, d'altres asseguts "esperant tranquil·lament el torn per a entrar a la consulta", un altre actor quedava de peu improvisant un monòleg mentre parlava per telèfon. Aquell monòleg va sortir de la seva pròpia

invenció, no tenia guió: capacitat d'improvisació. Qui diria que mai ho havien fet...

L'estrena havia de ser una nit per a ells, en la qual se sentissin els protagonistes de la seva estrena. En un moment de pressió màxima, en què tot ha de sortir bé, en què l'estrès acapara totes les nostres neurones, viure aquest moment d'il·lusió darrere l'escenari és espectacularment bonic. Asseguro i reasseguro que tot imprevist que va passar sobre l'escenari va ser natural i, simplement, es van demostrar les capacitats d'aquests nois i noies.

Van connectar-hi d'una manera especial, es palpava. Aquestes coses que aconseguen el cinema: que algú em digui si no és per sentir-se afortunada. Tothom va demostrar estar perfectament a l'altura perquè el talent que tenen és innat i ho porten a dins; només se'ls ha de donar l'oportunitat d'expandir-lo.

I amb això, igual que en l'estrena, finalitzo: Després de 5 anys treballant en aquest tipus de projectes m'atreveixo a convidar a la inclusivitat. Animo que tots els directors de cinema tinguin l'oportunitat de treballar amb ells, els donin papers i, a poder ser, per encarnar un personatge i evitar que vinguin a fer d'ells mateixos perquè han demostrat estar capacitats per a fer-ho. De fet, les i els scripts d'arreu del món del cinema gaudiran del seu treball metòdic com qui més.

Un any després de la Locanda

El passat mes de gener, dues persones de l'Associació, acompanyats d'una tècnica de DOWN LLEIDA, i en companyia d'altres joves i tècnics d'altres associacions de DOWN CATALUNYA, van participar en un projecte Erasmus+ que ens va brindar l'oportunitat de viatjar a Roma.

Allí vam poder formar-nos conjuntament amb els nois de la pizzeria Locanda dei Girasoli. En un establiment com aquest hi ha molta feina i els nostres amfitrions ens van explicar i demostrar com s'organitzen en la feina diària, com treballen a la cuina, els protocols que s'han de seguir per servir els clients de manera adequada i satisfactòria i en què consisteix el paper del sommelier. Ells ja són tots uns experts en aquestes tasques. Per la nostra part, vam compartir amb ells les nostres experiències laborals.

Però no tot va ser feina. També vam conèixer una mica de la història de Roma i visitàrem els monuments més emblemàtics de la ciutat i... vam estar rebuts per l'alcaldeessa que ens va fer de guia turística per les dependències municipals.

La participació en aquest projecte va suposar una experiència doblement positiva. D'una banda, ens va oferir l'oportunitat de formar-nos laboralment i obtenir el Youthpass, un document de validació de l'aprenentatge reconegut per tota Europa. D'altra banda, ens va permetre conèixer la realitat d'altres joves, altres costums i una altra llengua; a més de fer noves coneixences i amistats, i d'estrènyer lligams entre les diferents associacions de DOWN CATALUNYA.

No cal dir que l'estada es va fer molt curta i que vam tornar molts satisfets i enamorats de Roma i de la gastronomia italiana.



Núria Sorribes
Directora FUD Therapy
@nuriafud

FUD Therapy

Cada dia més sentim a parlar de la teràpia assistida amb gossos, sentim que ajuden la gent de la 3a edat, sentim que ajuden persones amb diferents capacitats, nens i nenes amb necessitats educatives especial i persones amb problemes socioafectius. Però qui sap realment

perquè funcionen? Jo tinc una lleugera idea de per què la interacció amb gossos preparats per a tal efecte és beneficiosa. La teràpia assistida amb gossos és efectiva, en la meua opinió, per l'equip professional que la duu a terme i per l'amor incondicional que ens brinda un gos noble i sa.

Els gossos tenen la virtut d'estimar-nos incondicionalment, aquest tipus d'afecte no el trobem entre els humans, i aquest afecte és el que rebem dels nostres amics canina i ens ajuda tant a motivar-nos, a fer que els usuaris siguin participants de la teràpia, vulguin participar i puguem assolir objectius de totes les àrees, començant sempre per la part afectiva. Aquest amor incondicional que ens brinden fa que es pugui establir una vinculació

Entrevista a Ann Gyles: Classes d'anglès

Què fem a les classes d'anglès?

Treballo per projectes perquè he vist que és la manera en què s'involucren més activament i aprenen sense adonar-se'n. Els projectes que hem dut a terme al llarg dels diferents cursos han estat: elaboració d'un vídeo ensenyant la nova seu de l'Associació, realització d'una entrevista a un professor de la UdL, creació d'una petita obra de teatre i realització d'un llibre sobre dracs. Aquesta manera de fer comporta la prèvia preparació, pronúncia, pràctica, comunicació...i indirectament s'ha treballat amb molt bon resultat.

Ahora, també treballem vocabulari, gramàtica, jocs interactius amb la pissarra digital i, de tant en tant, també ens atrevim amb alguna cançó o manualitat, sempre en anglès.

Què aporta a les persones participants?

El fet de descobrir que l'anglès no és només un idioma estranger sinó que és una eina que no ens ha de fer mandra ni por. Que serveix per expressar-nos de manera creativa, per fer recerca a Internet i per comunicar-nos amb el món. Els aporta que no aprenen l'idioma de manera passiva

afectiva i a partir d'aquí la resta és un camí ple d'experiències, emocions i aprenentatge.

Portem 3 anys col·laborant amb l'Associació DOWN LLEIDA i els resultats són indiscutibles, quan el Catan ha d'anar cap a la sala tots els dijous a la tarda el grup ja l'espera amb entusiasme, i el dia que ve acompanyat pel futur coterapeuta Cupi l'expectació és espectacular. Sempre que Catan entra per la porta tots el reben amb un gran somriure i amb ganes d'aprendre cada dia noves coses del nostre amic de quatre potes.

Evidentment tenim molts estudis que avalen els beneficis de la teràpia assistida amb gossos, però des de la FUD Therapy creiem que una gran base

sinó que l'analitzen, l'utilitzen i realitzen sessions de "gimnàstica facial", exercicis de pronúncia i entonació que els ajuden a recordar millor les paraules i els fan riure una bona estona.

Què t'aporta a tu?

Felicitat! És el millor adjectiu que puc trobar. Felicitat perquè treballo amb un alumnat entregat, participatiu i entusiasta. Felicitat perquè fer de voluntària a l'Associació m'ha impulsat a provar tècniques noves: d'anar més enllà dels meus límits. Felicitat i orgull per tot el que l'alumnat ha anat aconseguint. Felicitat per tots els bons moments. Felicitat de poder formar part d'aquest gran projecte de vida.



i més important és aquest gran afecte que ens brinda el gos preparat per a aquesta tasca des del minut u que entra a la sala i que ens obre les portes a un món d'emocions i aprenentatge plegats.



Dossier:

L'Aprenentatge i Servei a la UDL

El curs passat, la Universitat de Lleida ens va traslladar una proposta educativa basada en la metodologia d'Aprenentatge i Servei (APS), sorgida a la Facultat de Dret, Economia i Turisme, i vehiculada per l'Oficina de Desenvolupament i Cooperació (ODEC) de la UDL.

L'Aprenentatge i Servei (APS) és una metodologia en la qual a través d'un treball voluntari de l'alumne, l'entitat n'extreu un benefici en forma de servei, informe, document, etc. i l'estudiant en treu un rendiment acadèmic, en aquest cas en forma de treball de fi de grau (TFG) que pot revestir la forma de memòria de pràctiques o treball de recerca. L'estudiant realitza el seu TFG sota la supervisió d'un professor/a tutor acadèmic i vinculat a un àrea de coneixement del seu respectiu grau.

La proposta era que estudiants de 4t curs del grau de Dret, ADE, i Turisme fessin el treball de final de grau amb metodologia APS a la nostra entitat.

En la reunió mantinguda amb els tutors dels diferents graus es van avaluar les diferents propostes que vam presentar i es va decidir treballar el tema de com es comunica la notícia de la possibilitat de tenir un nadó amb discapacitat a la família, des de l'àmbit legislatiu.

El poder decidir lliurement, sense coacció i amb informació objectiva, si continuar endavant amb l'embaràs quan es rep la notícia d'estar esperant un nadó amb síndrome de Down, és un dret de totes les persones.

La persona ha de ser informada i ha de rebre la informació adequada quan es tracti d'una actuació d'intervencions quirúrgiques, procediments diagnòstics invasius i, en general, quan es duen a terme procediments que l'afecten directament. I lliurement, voluntàriament i conscientment ha de prendre la decisió escollida.

Segons testimonis de famílies que s'han trobat en aquesta situació, aquest dret se'ls ha vulnerat. En alguns casos l'única opció presentada per part del professional mèdic, ha estat la d'interrompre l'embaràs quan el fetus té trisomia 21.

Ara faltava que algun estudiant del Grau de Dret manifestés interès per fer el seu TFG sobre aquest tema. I així va ser, l'estudiant va contactar amb l'Associació i vam començar a treballar. El resultat final va ser un TFG amb una qualificació excel·lent i que ens ha ajudat a plasmar, entendre i poder difondre com està regulat l'ordenament jurídic.



El consentiment informat de la dona gestant i els drets de les persones amb discapacitat

Autora:

Nerea Chinchurreta Saavedra

Tutor:

César Cierco Seira

RESUM

En el treball s'analitza el patrimoni legislatiu espanyol encarregat de regular i perfilar el contingut de la informació que s'ha de facilitar a la dona gestant abans que aquesta presti el seu consentiment per a la realització de proves diagnòstiques prenatales capaces de detectar malalties congènites, com la síndrome de Down, i per la submissió a la interrupció voluntària de l'embaràs. La finalitat del treball rau a comprovar si la normativa estatal en matèria del

consentiment informat és respectuosa i compatible amb la Convenció sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat, a més, és clar, de comprovar si també s'ajusta al Conveni relatiu als drets humans i la biomedicina, més conegut com a Conveni d'Oviedo.

El motiu de la investigació emana de la petició presentada per l'Associació Down de Lleida i l'anhel és que la informació, relativa als drets i a

les capacitats del col·lectiu que representen, sigui brindada per part dels professionals sanitaris de forma objectiva, comprensible i suficient.

Paraules clau: consentiment informat; consell genètic; proves diagnòstiques; interrupció voluntària de l'embaràs; síndrome de Down; drets de les persones amb discapacitat.

CONCLUSIONS

Així, en primer lloc, i com a grata conclusió, es pot afirmar que l'ordenament jurídic espanyol es caracteritza per gaudir d'una àmplia normativa reguladora dels aspectes relatius al consentiment informat ja que, a més de la Llei bàsica de l'autonomia del pacient, el nostre legislador ha configurat una altra norma de caràcter específic, la Llei d'investigació biomèdica, l'articulat de la qual ens permet delimitar com ha de prestar el seu consentiment la dona embarassada abans de sotmetre's a les proves estudiades durant el treball. No obstant això, i com a segona conclusió, s'ha pogut constatar que aquesta norma amb rang legal pateix d'una imprecisió relativa a un aspecte rellevant en aquesta matèria: quan s'ha d'oferir el consell genètic.

Demostrada l'ambigüitat de la norma, la tercera conclusió rau a manifestar la necessitat de regular el consell genètic amb caràcter uniforme i a nivell nacional. Considero necessària una harmonització legislativa de quan i com ha de prestar l'assessorament genètic prenatal en honor de garantir un efectiu consentiment de la dona

gestant perquè, a la vegada, suposa una major protecció dels drets de les persones amb discapacitat.

En quart lloc, és important concloure que aquest consell genètic ha de ser prestat de manera objectiva i no directiva i, a més, ha de ser un consell que informi tant de les opcions possibles, és a dir, la possibilitat d'interrompre l'embaràs per anomalies del fetus, però també de les capacitats i aptituds de les persones amb discapacitat i, més concretament, amb síndrome de Down. Per aconseguir això, és evident que s'ha d'apostar per la formació dels professionals sanitaris encarregats de comunicar els resultats de les proves diagnòstiques. Una formació que, essencialment, ha de prestar-se als metges mitjançant via protocol·lària.

En cinquè lloc, i després d'estudiar la Llei orgànica d'interrupció voluntària de l'embaràs i el seu corresponent Reial decret de desenvolupament parcial, es pot concloure que, si bé és cert que la informació facilitada a la dona gestant és completa ja que té coneixement de les ajudes i prestacions que pot rebre si decideix

tenir el nen amb síndrome de Down, aquesta informació, no s'ha de prestar un cop la dona ha manifestat la seva voluntat d'interrompre l'embaràs sinó que ha de ser amb un caràcter previ. És a dir, en el mateix moment en què se li comuniquen els resultats de les proves que confirmen la discapacitat.

En definitiva, resulta ser gairebé completa l'adequació del nostre ordenament jurídic a la normativa internacional en matèria dels drets de les persones amb discapacitat, tot i que és convenient la revisió i adequació de certs aspectes normatius. És a dir, la necessitat de regular amb claredat el per què, el perquè i el com es porta a terme l'assessorament genètic. Però, sobretot, és necessària una major projecció i protecció d'aquests drets mitjançant una adequada formació dels professionals sanitaris encarregats d'executar aquest assessorament a les dones gestants abans i després de realitzar les proves de presumpció i les proves diagnòstiques de certes discapacitats, com és la síndrome de Down.

Convenis de col·laboració



ASN
(Alternative Swine Nutrition)



Beach Sport & Soccer



Deixa't Ajudar



Diploma d'Estudis Hispànics
UDL



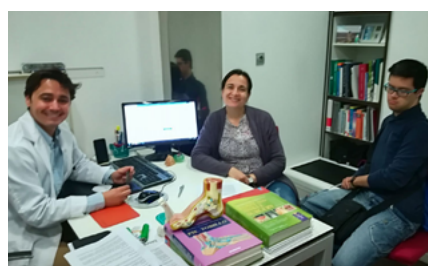
Fundación ALEX



Fundación Banco Santander



Fundación Ibercaja



Institut Mèdic del Peu



La Tribu Fera



Party Fiesta

Projecte Integra XXI

Pràctiques laborals i noves insercions



Jordi Berenguer
ASN



Kyria Parrull
Baby Xic



Miquel Delaurens
Biblioteca Pública



David Diez
Clinica de Ponent



Cunipic



Jordi Diaz
MC Grup



Isabel Invernon
Plusfresc



Jordi Fortuny
Serveto



Nuria Salamero
Wala

Biblio +Fàcil

Tu Biblio +Fàcil és el projecte de DOWN ESPAÑA i el Ministeri d'Educació, Cultura i Esport per fomentar biblioteques inclusives accessibles. Des de DOWN LLEIDA amb la Biblioteca Pública de Lleida ens hi hem adherit, tot i que no és nou ja que amb la Biblioteca col·laborem des de col·laboracions des del 2010.

Sumant-nos a la iniciativa i conjuntament, s'han portat a terme: visites guiades a les instal·lacions de la Biblioteca amb els diferents grups de formació, visita a l'exposició sobre Don Quijote de Cervantes vinculant a les moltes exposicions i actes que fan, donant a conèixer el material de lectura fàcil i la facilitat d'ús del carnet, reforçant el grup de lectura fàcil de l'entitat amb el suport de material i suport, assessorament als tècnics de la Biblioteca...



Col·laboracions que, per ambdues parts, es valoren molt positivament perquè ens han ajudat a conèixer i a fer ús dels diferents espais i serveis de la Biblioteca.

Agraïm a la Maria Antònia Capdevila, la directora, la predisposició per facilitar totes les col·laboracions i continuem endavant amb el projecte.

Sóc Autèntic / Sóc Autèntica

Dia Mundial de les persones amb la síndrome de Down

El dia 21 de març, DOWN LLEIDA va reivindicar a la Biblioteca Pública de Lleida que les persones amb la síndrome de Down "som persones autèntiques i reclamem les mateixes oportunitats que la resta de la societat". La presidenta de DOWN LLEIDA també va reclamar que això és "una qüestió de drets humans i que és necessari treballar plegats perquè les persones amb la síndrome de Down puguin tenir totes les oportunitats".

També vam participar en la lectura del poema de Marc Granell en el Dia Mundial de la Poesia 2018, juntament amb alumnes del Consorci per a la Normalització Lingüística de Lleida.

Posteriorment l'Ajuntament de Lleida també es va afegir a aquesta celebració il·luminant la façana amb els colors groc i blau que representen les entitats de persones amb la síndrome de Down.

I per acabar aquest dia, vam gaudir amb el Postureig de Lleida i la Penya de Bàsquet JCI, d'un partit de bàsquet de l'Actel Força Lleida que ens va dedicar la victòria!

Gràcies a totes les persones que ens van acompanyar en els diferents actes i també a tots els que ens van fer arribar el vostre suport a través de les xarxes socials en aquest dia tan important.



DOWN LLEIDA es va sumar a través de xarxes socials a la **campanya #autènticos** llançada per DOWN ESPAÑA amb motiu del Dia Mundial de les Persones amb Síndrome de Down. Durant els dies previs al 21 de març es van compartir vídeos i publicacions perquè la societat es pogués atansar a la manera de ser, pensar i sentir de les persones amb la síndrome de Down.

VIII Concurs de redacció CIUTADÀ XXI

DOWN LLEIDA, amb el suport de l'Ajuntament de Lleida i la col·laboració de les empreses Carrefour i 2 Llacs (Centre d'Aventura, Esports i Gestió), va celebrar dia 20 d'abril l'acte de lliurament dels Premis del VIII Concurs de redacció CIUTADÀ XXI, sota el lema "Capacitats diverses, possibilitats infinites", a la Regidoria d'Educació (Sala Jaume Magre), de Lleida.

L'objectiu del concurs és sensibilitzar sobre les múltiples capacitats de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals. Aquest any hi han participat un total d'11 centres educatius de les comarques de Lleida, amb un total de 137 redaccions. El jurat del concurs ha estat compost per el Sr. Miquel Àngel Cullerés, Sra. Rosa Pujol Esteve, Sra. Neus Vila Rubio, Sr. Rafael Gimena Molina i Sra. Divina Fumanal Salomé.

Els premiats del cicle superior de Primària han estat Emma Moglan i Erik Sater; Gaia Iglesias i Ariadna Delgado ho han estat del 1r cicle d'ESO, mentre que Maria Farré i Lara Montagut han estat les guanyadores de la categoria de 2n cicle d'ESO.

En el lliurament de premis, els convidats Àngela Mora i Guillem Gracia van oferir a totes les persones assistents una xerrada titulada "Reflexionem junts sobre les capacitats".



El 29 d'abril, una petita colla de l'Associació vam anar a participar a la Trobada Lleida Canta: una trobada de corals a l'aire lliure i que cada any té un lema que connecta els cantaires amb una temàtica diferent. Han cantat a la Seu Vella, al vi, a l'oli, als Pirineus, a l'Horta...i enguany va tocar al Delta. Amb autobús i ben d'hora, ens vam desplaçar

cap al Delta on vam poder gaudir d'una gran experiència que va mobilitzar unes 2.000 persones, 42 formacions corals de 17 comarques d'arreu de Catalunya.

Els actes van començar al pont Lo Passador, on ens van donar la benvinguda i després la música ens va portar a 3 indrets emblemàtics del Delta: el Mas

Tramontano, Lo Garcal i la platja de Riumar, on les diferents corals van anar cantant i animant alhora que també ens van fer participants de la part cultural de la zona.

La trobada va finalitzar amb un dinar de germanor amb paella, música de sobretaula i una cloenda on, nosaltres, vam tenir la primícia de presentar el Lleida Canta 2019: el Lleida Canta a les persones amb la riquesa d'entitats i associacions que, com la nostra, treballen per a les persones. Una gran proposta que es farà realitat el 28 d'abril del 2019 a Lleida.

Gràcies a la Coral Maristes per comptar amb nosaltres i fer-nos participants d'aquest gran projecte.

Trobada d'empoderats i autogestors



Una seixantena de joves de diferents entitats adherides a DOWN CATALUNYA es van reunir el passat 26 i 27 de maig a Vic per fer diferents tallers i activitats lúdiques i educatives.

Va ser la setena trobada de joves organitzada per DOWN CATALUNYA, en què participaven

voluntaris de diferents entitats i de l'Associació de voluntaris de la Caixa.

Els diferents grups de joves van presentar una exposició sobre si les persones amb síndrome de Down o altres discapacitats podien tenir fills. Cada grup s'havia preparat anteriorment

l'exposició i es van fer diferents dinàmiques de grup.

Aquesta trobada va permetre un intercanvi d'arguments i experiències molt enriquidores. Al final de les exposicions es va crear un debat on tots i totes els joves i les joves van poder donar la seva opinió sobre el tema.

A la tarda del dissabte es van fer diferents tallers organitzats pels voluntaris de la Caixa (en aquesta ocasió d'arqueologia, manualitats, cuina i multiesports). També es van fer diferents activitats d'oci a la nit.

Al diumenge al matí es va fer una visita cultural al centre històric de Vic.

Coneixem la Guàrdia Urbana i els Agents Cívics

Ens agrada que en els diferents grups de formació ens proposin temes i descobertes de la ciutat. Durant el curs 2017-18, el grup de Formació Prelaboral va realitzar una visita a la comissaria de la Guàrdia Urbana per conèixer les tasques que realitzen els agents a la ciutat. El caporal Nicolás Morales, de la Unitat de Barris, i el Sr. Vicente,

agent de la Guàrdia Urbana de Lleida, ens van fer de guies i vam poder viure l'activitat de la sala on es reben les trucades dels ciutadans i veure els vehicles que utilitzen per patricular.

Per altra banda, el grup de Formació Gestiona't van proposar conèixer els Agents Cívics i aquest cop, els vam convidar a

l'Associació que, conjuntament amb el caporal Nicolás Morales ens van explicar les funcions i les tasques que realitzen els agents que veiem dia a dia als nostres barris. Va ser una visita molt propera i amb moltes preguntes i propostes, ja que ens preocupa el nostre entorn i saber com ens poden ajudar els agents davant un problema o dificultat.



Viatges Imserso

Un any més, des de DOWN LLEIDA hem tingut l'oportunitat de viatjar a tres ciutats diferents d'Espanya a través del programa Imserso de DOWN ESPAÑA. Enguany, les ciutats escollides han estat Toledo, Córdoba i Peñíscola, en torns consecutius durant els mesos d'abril i maig.

Les persones majors de 18 anys han pogut conèixer noves ciutats, descobrir monuments emblemàtics, així com també fer un tast de la seva gastronomia i del seu entorn.

Es tracta d'unes vacances molt esperades per les persones de l'Associació ja que són dies en què es comparteixen moments de felicitat, de riures, de proximitat, entre totes les persones que participen del programa d'oci i temps de lleure de l'entitat. Aquest fet ens permet establir lligams d'amistat molt importants i necessaris per tenir una vida plena en tots els àmbits, social, personal i emocional.



Caminada de DOWN LLEIDA

La Caminada de DOWN LLEIDA va aplegar el dia 10 de juny un total de 400 persones, que van participar d'una jornada inclusiva i saludable. Els i les participants van poder elegir entre la ruta curta de 6,5 quilòmetres o la llarga, de 10. La caminada va comptar amb el suport de la Paeria-Ajuntament de Lleida, la Tagliatella, BBVA, Arilfrut i Shaqua Famílies en Moviment.



Dinar de famílies

Al mes de juny es va celebrar el tradicional dinar de famílies de Down Lleida. Aquest any l'espai escollit va ser la Masia Garrigues a les Borges Blanques. En acabar el dinar es va poder gaudir de l'espectacle de màgia del Mag Xema.



L'estiu de DOWN LLEIDA



Durant el mes de juliol, els matins a DOWN LLEIDA van ser d'allò més dinàmics i moguts.

Al Passeig de les Professions vam descobrir noves empreses, el seu funcionament i l'entorn laboral. Vam conèixer la botiga de Magatzems Pifarré on el Víctor, també voluntari de l'Associació, ens va explicar la trajectòria de l'empresa familiar i el subministrament de roba laboral a moltes altres empreses. El Miquel Àngel Cruz ens va atendre a la seu del CTI Centre Tècnic Ilerdense per ensenyar-nos les seves instal·lacions de formació sobre mecànica i electrònica de



l'automoció. També ens va fer la visita guiada pel Centre de Descontaminació de Vehicles Desguaces Gualda.

Vam visitar els Jutjats de Lleida on vam poder veure de més a prop el seu funcionament; la botiga Bricorama Lleida amb els molts articles i serveis que ofereixen als clients; el Centre de Suport Familiar Baby Xic, on durant l'estiu ha estat treballant la nostra companya Kyria, donant suport a l'atenció i cura d'infants i La Botigueta de Troballes, on el Jordi de l'Associació fa de voluntari, i vam poder fer un canvi de look.

Pel que fa al Casal, la temàtica transversal de les visites i tallers que vam realitzar va ser l'expressió artística, els diferents tipus d'art que ens ajuden a expressar les nostres emocions i sentiments.

La primera visita que vam realitzar va ser al Caixa Fòrum. Allà vam posar en pràctica les nostres habilitats artístiques i vam visitar l'exposició d'en Ramon Pixot. També vam poder gaudir de dues demostracions pràctiques per part de la Norma i la Duna, voluntària de DOWN LLEIDA. Ens van explicar tècniques de fotografia i pintura i vam poder experimentar diferents textures i tonalitats. Finalment, també vam anar a una exposició de l'autora Maria Montes a l'espai de "La Panera" i vam acabar fent un taller de pintura al fil.

Gràcies a totes aquestes experiències, vam poder descobrir i aproximar-nos a l'expressió artística des d'una vessant més passional i profunda. Cadascuna de les persones del casal va realitzar la seva pròpia obra art, a través de la tècnica i l'expressió que més els va agradar i que millor els va identificar. Van sortir obres realment boniques i sentimentals!

Colònies



El primer cap de setmana de setembre van tenir lloc les colònies de DOWN LLEIDA, unes colònies que afavoreixen que les

persones amb síndrome de Down comparteixin el seu temps de lleure amb els germans i germanes o amics i amigues de l'entitat. Gràcies al fet que passen quatre dies junts es poden conèixer millor i s'afavoreix la possibilitat que s'estableixi uns lligams que millorin tant el benestar personal com l'emocional de cada infant.

Aquest any, la casa de colònies escollida va ser La Carral, que està situada en un petit poble

anomenat el Miracle, a pocs quilòmetres de Solsona.

Un total de 30 persones d'entre 6 a 17 anys van poder gaudir de 4 dies de colònies, amb activitats ben diferents però sota la temàtica de Hollywood Algunes de les activitats de què vam poder gaudir va ser la tirolina, l'elaboració casolana d'una coca, i com no podia faltar, un scape room on vam poder aconseguir una gran recompensa.

Programa de suport educatiu.

Primeres etapes



Aquest curs 2018/2019, hem consolidat les sessions d'estimulació amb els més petits i petites de l'Associació, amb l'objectiu d'afavorir el seu desenvolupament global (sensorial, cognitiu, motor, socioafectiu i psicomotriu).

Els divendres a la tarda, és quan ens trobem i organitzats en tres grups, treballem a través del joc, la creativitat, la interacció,... tots aquells aspectes que potenciaran el seu creixement.

Fent amics amb DOWN CATALUNYA

El passat 6 d'octubre, DOWN CATALUNYA va organitzar la Trobada Fent Amics amb Down Catalunya que va tenir lloc a Port Aventura.

Tot això no seria possible sense la col·laboració un any més de l'Associació de Voluntaris de la Caixa de Lleida, que van poder col·laborar i gaudir del dia juntament amb les persones de la nostra entitat, cedint els autocars gratuïts per al desplaçament de les persones de Lleida fins a Port Aventura i el seu retorn.

No ens podem deixar de donar gràcies a totes aquelles persones que van adquirir les entrades a la nostra entitat. Us hi esperem l'any vinent.



Formació d'Hosteleria amb la col·laboració de "La Caixa"

El grup de persones que formen el *Projecte Desperta't* han tingut l'oportunitat de participar en un curs formatiu de cuina saludable realitzat per la Federació d'Hostaleria de Lleida, amb la col·laboració de l'Obra Social "la Caixa".

Els i les participants, que viuen de forma independent, han pogut reforçar els seus coneixements de vida saludable i han après

noves receptes, alhora que han rebut consells sobre cuina d'aprofitament i indicacions sobre una correcta manipulació dels aliments.

Aquest curs formatiu ha estat impartit pel xef i professor d'Hostaleria de Lleida Marcos Salinas, del 10 d'octubre al 12 de desembre, a les instal·lacions de l'Aula de Formació Manel Martí.

Trobada de Joves a Toledo

Més d'un centenar de joves d'arreu d'Espanya es van reunir el passat 29 i 30 de setembre a Toledo a la IV trobada nacional de joves de DOWN ESPAÑA per compartir experiències i coneixements relacionats amb els diferents projectes de vida independent, i rebre informació i formació sobre diferents temes del seu interès.

Al matí es van fer tallers organitzats pels treballadors i voluntaris de DOWN TOLEDO (en aquesta ocasió tallers de vida independent, motivació, imatge personal i hàbits per a una alimentació saludable). A la tarda es van fer diferents visites guiades pel centre històric de Toledo. També es van dur a terme activitats d'oci.



Feria dies que donàvem voltes per trobar la manera de donar a conèixer i mostrar les possibilitats de les persones de l'Associació, així com les ganes d'iniciar el procés que ens porti a viure de la manera més autònoma i independent possible, com ho desitja tot el jovent. Aquest és, ni més ni menys, l'objectiu del projecte Desperta't. Prou que sabíem quina podia ser la millor manera de fer-ho i teníem clar que seria necessària la implicació de tots i totes si ens en volíem sortir. Però, seria possible?

Finalment, després de fer algunes gestions, vam obtenir la millor resposta de totes: Sí,

faríem un curtmetratge per donar-nos a conèixer gràcies a una iniciativa de Joventut. Estàvem entusiasmats.

El primer pas era fer el guió. Conjuntament amb els mediador, les persones participants del projecte ens vam posar a la feina i no ens va costar posar-nos d'acord. En definitiva, l'objectiu era donar-se a conèixer: qui som, com és el nostre dia a dia, a casa i a la feina, quins entrebancs ens podem trobar, quines són les nostres il·lusions...

Després van venir els assajos, la tria del vestuari, maquillatge i perruqueria. Per uns dies,

ens vam convertir en actors i actrius. L'enregistrament es va fer en diferents dies als pisos que compartim i, la gran escena final, al bar Gilda, un establiment amb el qual tenim bona relació i al qual estem molt agraïts per cedir-nos l'espai.

Per fi, va arribar el dia de l'estrena, que va ser sonada: catifa vermella, photocall, personalitats,... com en les grans estrenes cinematogràfiques. El Caixa Fòrum estava ple a vessar. Després de la presentació de l'esdeveniment per part d'un dels nostres actors, vam poder veure el resultat de la feina que tant ens havia motivat. El silenci era absolut i, en acabar la projecció, els aplaudiments semblava que no havien d'acabar. Tothom es va sentir afortunat d'haver pogut participar d'aquesta iniciativa.

No volem acomiadar-nos sense manifestar els nostres agraïments a totes les persones, organismes, entitats, que han fet possible que aquell somni inicial hagi esdevingut una realitat.

Special Olympics

Els dies 4, 5, 6 i 7 d'octubre vaig tenir la sort de poder acompanyar els joves esportistes de l'associació als Specials Olympics 2018 a viure una experiència que molts d'ells mai no oblidaran. Les emocions d'aquells dies van ser moltes i de tots tipus, però em quedo amb el progrés, l'evolució que tots i cadascun d'ells va aconseguir amb el pas dels dies, la independència, la gestió de les situacions, i com a poc a poc van començar a gaudir plenament de l'experiència i obrir-se cada cop més als altres companys i als acompanyants.

Els Specials Olympics han estat un còctel de felicitat, hem vist tots els participants de tots els equips i disciplines gaudir i compartir aquesta



experiència, respectant-se, jugant i passant-s'ho bé, un exemple i una lliçó per a la societat.

Aquests esdeveniments no els enriqueixen només a ells, els protagonistes, sinó també als que els hem acompanyat. Hem viscut amb ells una experiència única i autèntica, de la qual em sento afortunada d'haver viscut com a voluntària.

Laura Garcia, Voluntària Bàsquet DOWN LLEIDA



Gràcies als voluntaris i voluntàries de la Caixa de Lleida (VOLCALL) i a la Federació Catalana d'Esports per a persones amb discapacitat intel·lectual (ACELL), Down Lleida va celebrar el dissabte 1 de desembre al pavelló municipal Juanjo Garra la sisena edició del Torneig de Bàsquet Ciutat de Lleida.

En aquesta edició van participar-hi més de 70 esportistes provinents de clubs: Força Lleida Aspros Unipreus, Club Alba, Salvador Seguí club esportiu, CB Balaguer Estel, CB Mollerussa Acudam i Asvolcall Down Lleida, un d'ells participant amb dos equips, fet que va fer possible disputar un quadrangular en nivell entremig i un triangular en nivell inicial.

En la categoria A, la classificació és la següent: en primera posició Salvador Seguí club esportiu, en segona posició Asvolcall Down Lleida "blau", en tercera posició Club Alba i en quarta posició Força Lleida Aspros Unipreus. En la categoria B, la primera posició va ser pel CB Balaguer, el segon lloc va ser pel CB Mollerussa ACUDAM i la tercera posició Asvolcall Down Lleida "vermell".

La Secretaria General de l'Esport de la Generalitat, el Consell Comarcal del Segrià, la Diputació de Lleida, l'Ajuntament de Lleida, la Federació Catalana de Basquetbol i La Caixa van fer possible aquest torneig.

Sopar Integra XXI

Les empreses ALESSA, Cambra de Comerç de Lleida i Club Natació Lleida han estat guardonades en la XIII edició dels Premis Integra XXI, que reconeixen aquelles empreses que creuen en la inclusió laboral de totes les persones i així ho demostren col·laborant en el nostre projecte Integra XXI, que fomenta la contractació de persones amb discapacitat intel·lectual al mercat laboral ordinari.

L'acte celebrat en el marc del sopar anual de l'entitat i que va comptar amb l'assistència de més de 200 persones, també va tenir un emotiu record per a l'artista lleidatà i gran amic de l'Associació, Víctor P. Pallarès, a la família del qual es va lliurar un petit reconeixement. Les obres del Víctor Pallarès són els guardons que es lliuren a les empreses guanyadores.

I també es va fer lliurament del Pin d'Honor de Down Lleida al Sr. Postu per totes les seves accions solidàries a favor de les entitats lleidatanes.



Festa de Nadal i reconeixement al voluntariat

El divendres 21 de desembre es va celebrar la tradicional Festa de Nadal a Down Lleida. A les 17:30 vam començar amb l'espectacle de màgia del mag Reivax.

Després va tenir lloc un reconeixement a totes les persones que formen part de l'equip de voluntariat de l'entitat, i gràcies a les quals es poden dur a terme un gran quantitat d'activitats!

I finalment els infants van poder gaudir de la presència de Ses Majestats els Reis d'Orient que van arribar motoritzats de la mà de l'Associació Àngeles Verdes.



L'Escola de Famílies

A continuació trobareu les conclusions i alguns apunts sobre els diferents temes tractats.

Dr. Borja Cerdà / Institut Mèdic del Peu

És important indagar en el tipus de peu i altres alteracions de les persones amb síndrome de Down per tal de prevenir, pal·liar i corregir futurs problemes del peu, turmell i de l'aparell locomotor.

Es va fer la conferència "Les principals patologies del peu i turmell, principals tractaments conservadors i quirúrgics i com poden afectar les persones amb SD" a càrrec del director de l'Institut i Podòleg, especialista en cirurgia de peu i turmell, Borja Cerdà. A la vegada, es van fer preestudis biomecànics per informar els pacients de les seves característiques del peu.

Gemma Deulofeu, psicòloga / Sexualitat

Les famílies van participar en un taller en què a través d'imatges, plantejàvem tot el que l'afectivitat i la sexualitat poden englobar, recordant tots els aspectes més afectius i emocionals que de vegades, deixem de banda a l'hora de parlar de sexualitat.

Després va haver espai per tal que les famílies comentessin dubtes, preguntes o malestars que van poder compartir amb la resta de famílies i la Gemma, amb les seves experiències, ens va fer reflexionar i recordar la importància d'una educació afectiva i sexual per part de les famílies i els professionals.

Sr. Pablo Gómez, notari

El testament, una figura notarial molt flexible i que permet disposar, de manera molt acurada què volem que passi en un futur, amb la nostra herència, nomenar tutors, curadors (si hi ha sentència d'incapacitació) i administrador (tant si hi ha sentència com si no), dels fills/es amb discapacitat, i inclús preveure la disposició de bens de la persona amb discapacitat a la seva mort...

Patrimoni protegit i finalitats: de protecció patrimonial, fiscal i per evitar el copagament dels serveis assistencials per a persones amb discapacitat. El Sr. Gómez aposta per la figura del patrimoni protegit no per deixar bens patrimonials al fill/a sinó per fer donatius econòmics que serveixin per cobrir les despeses del dia a dia d'aquest.

Quant a l'Assistència, el Codi Civil ofereix una eina que possibilita oferir els suports a la capacitat d'obrar, quan aquests siguin necessaris. Això és possible sol·licitant a l'autoritat judicial el nomenament d'un assistent, sense necessitar d'incapacitar.

Dra. Marga Cañadas, terapeuta ocupacional, antropòloga i professora UCV

"Com ajudar als vostres fills i filles a acceptar la seva discapacitat".

El nacimiento de un hijo con discapacidad es un evento que va a marcar un rumbo diferente a los proyectos de vida que la pareja tenía planificados. Sin duda, en un primer momento el duelo por la pérdida de lo añorado es normal, pero en la actualidad muchos estudios realizados con familias nos demuestran que las familias tienen la capacidad de recuperarse frente a la adversidad para seguir proyectando el futuro. Lo que se llama la resiliencia. Este concepto no significa que haya que vivir de espaldas a esa discapacidad. La discapacidad es una condición de vida que como tal debemos afrontar y valorar las capacidades de cada persona.

Hablamos de reconocer a nuestros hijos por sus capacidades y reconociendo al mismo tiempo que cada uno de nosotros tiene sus competencias pero también limitaciones que hemos de respetar y no vivirlo como frustración ni derrota por no haber ayudado a conseguir algunos logros que añoramos. Todos, con o sin discapacidad, tenemos fortalezas y debilidades, y lo importante es ser capaces de reconocerlas sin tabúes ni complejos, para poder darles seguridad en sus vidas y sentirse valorados por los logros que van alcanzando".

Dra. Núria Roure / Institut del Son

Un elevat nombre de persones amb la síndrome de Down tenen els patrons de son alterats i solen tenir apnea obstructiva, que provoca pauses significatives en la respiració durant el son. És important detectar aquests problemes del son perquè tenen un efecte sobre el comportament, cognició i habilitats d'aprenentatge. Això és significatiu tant en infants com en adults amb la síndrome de Down.

La Dra. Roure va donar pautes per detectar aquestes problemàtiques, i per saber de quina manera s'hi pot actuar. També va explicar la importància que té el son sobre el benestar de totes les persones.



VII Torneig de Pàdel en benefici de DOWN LLEIDA

Al mes de març es va dur a terme la sisena edició del torneig de pàdel a les instal·lacions del Pàdel Indoor en benefici de Down Lleida. Aproximadament unes 30 parelles provinents de la província de Lleida van participar en quatre categories de joc en format Mixtes.

Com en darreres edicions, aquest torneig té una doble finalitat, per una banda, fomentar la pràctica esportiva d'aquest esport perquè els apassionats del món del pàdel puguin gaudir d'un torneig a la ciutat de Lleida i per altra banda, una vessant solidària ja que part de les inscripcions del torneig estan destinades a l'Associació Down Lleida.

Ja fa més de dos anys que Pàdel Indoor i Down Lleida col·laboren en una altra activitat per fomentar els hàbits de vida saludables: classes de pàdel cada dissabte al matí. Aquesta activitat s'ha consolidat i les persones que hi participen la valoren molt positivament, per tot el que els aporta i pel bon ambient generat amb el tècnics de Pàdel Indoor.



El dia 1 de maig, un cop més, els Rural Runners Torrefarrera van organitzar la 6a cursa popular en benefici de DOWN LLEIDA.



La Festa Major de la Bordeta 2018 va convidar la Meri Bueno per fer de pregonera, i la Meri González de pubilla.



L'Espurna Restaurant va dur a terme un sopar maridatge solidari per DOWN LLEIDA, amb vins de la Cooperativa L'Olivera.

Sopar Solidari Pati Blau

El divendres 17 de març vam assistir al sopar solidari organitzat pel Restaurant Pati Blau a Puigverd de Lleida.

Més de 60 persones es van donar cita per mostrar el suport a la nostra entitat. La valoració del sopar ha estat molt positiva, tant per part de les responsables de l'establiment com per part de DOWN LLEIDA. Totes les persones presents van poder conèixer de primera mà la tasca de l'Associació i també van participar amb les seves fotografies en la campanya #autènticos que s'ha dut a terme amb motiu de la celebració del Dia Mundial de les Persones amb la Síndrome de Down,

Moltes gràcies a la Carme, del Restaurant Pati Blau, per la iniciativa, i moltes gràcies a tots/es els/les assistents.





DOWN LLEIDA va estar present al Festival LO CLOSCAMOLL, amb un estand informatiu i de venda de productes de la nostra entitat, amb l'objectiu de donar-nos a conèixer al públic assistent.

Un festival de música amb una proposta de concerts per a tots els gustos i activitats relacionades amb la música i el ball per infants i els adults.

Campionat Territorial de Futbol Sala a Alpicat

L'equip Asvolcall Down Lleida va participar per primera vegada en el XXVIII Campionat Territorial de Futbol Sala de la Federació ACELL, a Alpicat. Després de disputar 5 partits, l'equip va quedar en tercera posició. Enhorabona, jugadors i jugadores!



II Milla Solidària del Secà de Sant Pere

Per segon any consecutiu, la Milla solidària Secà de Sant Pere va ser un èxit de participació i organització. Aquest any hi van participar més de 200 atletes de totes les edats i es van recollir més de 700€ de donatiu per a Down Lleida.



Desfilada i Festa "Som Persones Autèntiques"



El Club Tennis Lleida va acollir el 30 de juny la desfilada i la festa solidària *Som Persones Autèntiques*, celebrada a benefici de la nostra entitat sota l'organització de Xabel·la.

Les persones de l'Associació que hi van participar van gaudir fent de models i il·luint la roba de Xabel·la.

La desfilada va suposar un gran èxit de participació, amb una nombrosa presència de públic. A més de la desfilada, es va gaudir de música, espectacles, una zona shopping, sopar i molta diversió



El diumenge 22 de setembre es va fer una paella solidària al Bar Gilda, amb la participació del Guillem Gracia, tot fent de cuiner al costat del Carlos Queralt "Lo Pilot", i amb la col·laboració de Supermercats Consum.

Pura Vida Solidary Party

La discoteca Biloba va comptar el diumenge 15 de juliol amb l'Associació DOWN LLEIDA per dur a terme la seva festa solidària i familiar anomenada "Pura Vida, Solidary Party".

L'esdeveniment va oferir activitats per a tota la família: actuacions musicals, espectacles de màgia, batucada, animacions infantils, zumba, aquagym, entre d'altres. A més a més, l'acte va comptar amb la presència de personatges lleidatans com el cantant Lo Pau de Ponts, el mag Óscar de la Torre, el Postu, entre altres.

La recaptació final d'aquesta festa es va destinar a la continuïtat dels diferents

programes que du a terme DOWN LLEIDA, per tal d'afavorir la inclusió de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals.

Aquest esdeveniment solidari s'inclou dintre del marc dels "Diumenges familiars a Biloba Lleida", una sèrie de festes que la discoteca d'estiu promou per a totes les edats i en suport a diverses causes i entitats solidàries.



V Torneig de Botifarra benèfic Down Lleida

Èxit del V Torneig de Botifarra Benèfic DOWN LLEIDA, memorial padrí del Tonet, al pavelló esportiu de l'institut Torrevicens. En aquesta ocasió vam assolir la xifra de 50 parelles participants!

Volem donar les gràcies a les empreses col·laboradores que ho han fet possible, al Club de Botifarra d'Alguaire pel suport i assessorament, i a totes les persones que han participat d'aquesta iniciativa solidària.



Dia Internacional de les Persones amb Discapacitat

Un cop més DOWN LLEIDA s'ha sumat a la celebració conjunta del Dia Internacional de les Persones amb Discapacitat. Les entitats que hi han participat han estat Federació ALLEM, DOWN LLEIDA, ECOM, FEPCCAT, FESALUT, ONCE Lleida, Salut Mental Catalunya - Coordinadora Terres de Lleida.

La primera part de la celebració ha estat una lectura del manifest a la Sala d'Actes de la Diputació

de Lleida, elaborat per a aquest dia, on es reclamava una comunitat més accessible per a tothom. El manifest ha estat traduït en llengua de signes pels alumnes de l'INS Ronda de Lleida i acompanyat musicalment per la violinista Dolors Ricart i Amanós, amb petites peces musicals interpretades amb limitacions instrumentals.

A la tarda a l'Orfeó Lleidatà, vam gaudir de la part més lúdica, amb

la màgia de l'il·lusionista Karymag, membre de la Fundació Abracadabra, i el concert de Pastorets Rock. A més a més, no va faltar berenar per part dels col·laboradors, Carrefour Lleida i Torrons i Mel Alemany.



Com col·laborar?

Regala Somriures

Fes que els detalls de les teves celebracions siguin diferents i solidaris amb la targeta "REGALA SOMRIURES". Podem personalitzar i adequar tots els detalls de què disposem per fer-los al teu gust! Estàs interessat/da a Regalar Somriures? Contacta amb nosaltres i explica'ns la teva idea!



Productes solidaris

POSTUXAPES "I Love Somriures"

La iniciativa solidària de Postureig Lleida per ajudar en les causes socials de les entitats de Lleida.



OLI AURUM "Mon Ermitage"

Elaborat per l'empresa Mon Ermitage, l'oli AURUM es pot adquirir a un preu de 9,50 euros a la seu de DOWN LLEIDA.

Calendari Solidari 2019

Amb la col·laboració dels infants i joves de l'Associació que s'han fotografiat realitzant algunes de les activitats que s'implementen des dels diferents programes de l'Associació: esports, autonomia urbana, vida independent, activitats d'oci, etc.

També hem comptat amb la col·laboració de totes les empreses que amb la seva aportació fan possible aquesta idea que va començar ja fa 12 edicions.



I gràcies també al treball de grans professionals, Julián Garcia, Elisabeth Molina, fotògrafs, Reinald Pomés i Hector Clivillé, edició del making off del calendari i a la dissenyadora Susana Escudero. Gràcies a tots/es per la vostra col·laboració!

COMPRA AMB HELPFREELY

Si acostumes a comprar per Internet, descarrega't l'aplicació Helpfreely i un percentatge de l'import de les compres i reserves ens arribarà directament a nosaltres. Així de fàcil! — www.helpfreely.org



Vols fer-te amic o amiga de DOWN LLEIDA?

Emplena les teves dades en aquesta butlleta i fes-la arribar a DOWN LLEIDA (Plaça Sant Pere, 3 Baixos o info@downlleida.org). Molt aviat ens posarem en contacte amb tu!

NOM: _____	COGNOMS: _____
ADREÇA: _____	LOCALITAT: _____ C.P.: _____
TELÈFON: _____	CORREU ELECTRÒNIC: _____
COM VOLS COL-LABORAR: <input type="checkbox"/> Soci/a col·laborador/a <input type="checkbox"/> Voluntariat <input type="checkbox"/> Altres: _____	
<input type="checkbox"/> He llegit i accepto la Política Protecció de Dades (www.downlleida.org)	SIGNATURA: _____
<input type="checkbox"/> Marqueu aquí si consent l'enviament de publicitat sobre els nostres productes i serveis.	
ASSOCIACIÓ LLEIDATANA PER A LA SÍNDROME DE DOWN. Vostè pot exercitar els drets d'accés, rectificació, supressió, portabilitat de les seves dades, així com de limitació o oposició al seu tractament, tal com li detallam en la Política de Protecció de Dades que pot consultar a www.downlleida.org .	

Per ingrés directe podeu adreçar-vos a qualsevol oficina de "La Caixa". IBAN ES14 2100-1199-87-0200054914

* L'Associació està declarada d'Utilitat Pública (podeu desgravar les vostres aportacions en la declaració de la renda).

Patrocinadors:

