



Crònica

Sumari

3	Editorial	14	Dossier: Gonzalo Berzosa Zaballos i la participació de les famílies a l'entitat
4	Aprenentatges i xarxa: la formació de l'equip tècnic	16	Convenis de col·laboració
7	Eurodissey	17	Projecte Integra XXI
8	Valors de la 2a Caminada Down Horta	18	Activitats i projectes
10	Acompanyant la vida adulta i l'envelliment	28	Notícies i breus
12	Famílies recolzant famílies	30	Com col·laborar?

EDICIÓ
Junta Directiva de DOWN LLEIDA

COORDINACIÓ I REDACCIÓ
Equip Tècnic de DOWN LLEIDA

REVISIÓ I CORRECCIÓ
Consorci per a la Normalització Lingüística

DISSENY EDITORIAL
Miquel Gracia

FOTO PORTADA
DOWN LLEIDA

IMPRESSIÓ
Diputació de Lleida

DIPÒSIT LEGAL
L-725-1996

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. Segell 'ONG Acreditada' de la Fundación Lealtad.



Diputació de Lleida

DOWN LLEIDA, una associació amb 29 anys de trajectòria i un objectiu ferm i clar: promoure la IGUALTAT D'OPORTUNITATS entre les persones amb diferents capacitats, una equiparació real des de la solidaritat i el respecte en el si d'una societat tolerant i plural. Cal treballar per la normalització i la inclusió de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals en els diferents àmbits socials.

Sense perdre el nord organitzem activitats i propostes per acompanyar a les persones que formen part de l'associació i aplanar-los-hi el camí per tal de facilitar la inclusió, sempre amb els suports que requereixin tant ells com les seves famílies.

Per aquesta raó, és bàsic tenir un equip tècnic format i al dia amb tot el que «es cou» en l'àmbit de la inclusió. Això ho aconseguim treballant amb una gran xarxa tant en l'àmbit autonòmic (DOWN CATALUNYA) com en l'àmbit estatal (DOWN ESPANYA). A la Crònica que teniu entre les mans podreu comprovar aquest treball amb xarxa. Junes som més fortes i podem arribar més lluny. Les famílies també hem de tenir clar aquest objectiu de la inclusió i és important trobar-nos, formar-nos, acompanyar-nos per tal de poder anar tranquil·les i segures, sempre amb el suport de l'equip. Els nostres fills i filles ho tenen claríssim i cal caminar amb pas ferm malgrat que a vegades les pedres que ens trobem pel camí siguin complicades de treure.

Del passat 2023 destaquem el 20è aniversari dels premis INTEGRA XXI, programa pioner en promoure la inserció laboral de persones amb síndrome de Down, en empreses ordinàries del nostre territori. Les persones participants en el projecte són part activa del seu itinerari d'inserció laboral i es treballa coordinadament amb tots els agents implicats en el procés: persona amb discapacitat, família, professionals de les empreses i l'equip multidisciplinari de l'entitat.

Espero que gaudiu de la Crònica #33, seguint el camí junts per ajudar a canviar la mirada de les persones que encara no coneixen la nostra entitat. Hem de formar part de la societat, perquè hi som i podem aportar-hi molt, però per aconseguir-ho cal ser-hi i seguir caminant. Ens acompanyes?

Olga Parés Simón, presidenta de DOWN LLEIDA

Aprenentatges i xarxa: la formació de l'equip tècnic



A través de la formació i el treball en xarxa, totes les persones que formen part de l'equip tècnic de DOWN LLEIDA, poden ampliar els seus coneixements, compartir experiències o aprendre estratègies per posar en pràctica per acompanyar a les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, a l'Associació.

Us destaquem tres de les formacions i trobades de les quals han participat darrerament, amb temàtiques diverses com la contenció emocional i física o la preparació laboral, entre d'altres.

CONTENCIÓ EMOCIONAL I FÍSICA

El passat mes de març finalitzàvem la formació encomanada per DOWN LLEIDA: Tècniques de desescalada d'agitació, contenció emocional i física.

L'objectiu era aprendre estratègies i tècniques a aplicar quan es detecta una possible agitació d'un noi o noia, en la qual es pot causar danys a si mateix o a d'altres. Detectar-ho a temps és fonamental per reduir-ho amb tècniques de desescalada verbal.

És com un incendi: si veus el fum i entens que has d'actuar abans que es faci més gran, el podràs apagar amb facilitat. Continuant amb el mateix símil, hi ha vegades que aquest incendi no dona pistes, quan el veus ja són flames... Això passa, poques vegades, però passa, amb algun noi o noia, que esclata i no tenim més remei que actuar protegint-lo, protegint la resta i protegint-nos, amb diferents tècniques de contenció de mínima intensitat.

I es fa abraçant-los, acompanyant-los, de manera que es pugui alliberar tota la pressió continguda (com qui treu el tap d'una olla de pressió) per finalment recuperar la calma i tornar a la quotidianitat.

El vàrem impartir diferents especialistes i tots hi estem d'acord: les persones que conformen DOWN LLEIDA tenen un nivell molt alt i especialitzat tant en coneixement tècnic com en el coneixement individual dels nois i noies que formen part de l'Associació, però per sobre de tot, se'ls estimen i això no s'aprèn: és l'empremta especial i única de DOWN LLEIDA.

Ha estat una gran experiència en la qual hem après molt d'aquestes grans professionals. Gràcies!!!

VI TROBADA DE PREPARADORS/ES LABORALS A SABADELL

El 25 de maig les tres preparadores laborals, de l'àrea sociolaboral de l'associació, vam assistir a la VI Trobada de Preparadors/es laborals organitzada per ACTAS (Associació Catalana de Treball amb Suport).

A l'inici de la jornada vam poder gaudir de la conferència inaugural a càrrec de Jordi Planella (doctor en pedagogia i catedràtic de la UOC) sobre l'acompanyament dels professionals i de les organitzacions inclusives que treballen amb persones amb discapacitat: oportunitats, reptes, evolució i canvis.

Durant el matí ens vam organitzar en grups de treball per tal de: poder reflexionar i debatre sobre el rol del preparador/a laboral; cercar quines són les estratègies de les quals ha de disposar el preparador/a laboral per a l'acompanyament de la persona en la presa de les seves decisions; l'acompanyament de les empreses que aposten per una futura inclusió i la detecció i l'aprofitament dels suports naturals d'aquesta.

Vam gaudir molt del dia retrobant-nos amb companys/es d'altres associacions i coneixent-ne d'altres amb qui compartim les ganes d'aprendre per continuar treballant per la inclusió de les persones amb discapacitat dins de l'empresa ordinària.

PRIMERA TROBADA NACIONAL DE PROFESSIONALS I REPRESENTANTS DE DOWN ESPANYA

El 17 i 18 de novembre es va celebrar la Primera Trobada Nacional de Professionals i Representants de DOWN ESPANYA.

Cinc professionals de DOWN LLEIDA van participar de la Jornada de treball on, entre altres temes, es va parlar de la transformació digital de les nostres entitats, de la comunicació clara i l'accessibilitat cognitiva universal, la governança accessible, etc.

Van ser dos dies per compartir i reflexionar sobre el rol de cada un dels agents que formem les entitats. El treball en xarxa és important per seguir avançant vers la inclusió i la defensa dels drets de les persones amb discapacitat.



Eurodyssey

Matilde Meneses, fisioterapeuta de las islas Azores (Portugal)

He trabajado en DOWN LLEIDA de septiembre a diciembre, a través de un programa erasmus llamado Eurodisea. Este proyecto tiene como objetivo el intercambio de jóvenes, de 18 a 30 años, entre diferentes regiones europeas, proporcionando experiencia profesional en el mercado laboral internacional.

La fisioterapia ha entrado en diferentes áreas de la asociación, incluyendo logopedia, psicología, deporte, sociolaboral, entre otras. La fisioterapia promueve la mejora de la fuerza, el equilibrio, la capacidad aeróbica, la coordinación y otras habilidades físicas importantes para alcanzar la autonomía en las actividades de la vida diaria y mejorar la calidad de vida. El papel de la fisioterapia es de:



1. Prevención y tratamiento de lesiones, promoviendo el bienestar laboral, tanto en el contexto de la asociación como de las personas con discapacidad que forman parte de la organización. Concienciando sobre los riesgos ergonómicos, enseñando posturas y movimientos adecuados, así como prácticas y ejercicios saludables a realizar fuera y dentro del entorno laboral y el uso de técnicas manuales cuando se presenten síntomas.
2. Sensibilización y fomento de un estilo de vida activo mediante la realización de actividad física de forma segura y divertida, en sesiones de grupo o individuales, desde jóvenes a mayores, centrándose en las necesidades individuales de cada persona.
3. Apoyo en el área deportiva, con el objetivo de prevenir y tratar patologías limitantes funcionales derivadas de dolores y lesiones asociadas a la práctica deportiva, estando presente en entrenamientos y partidos.
4. Apoyo en el área del desarrollo motor, sensorial y de la integración social de los niños, a través de actividades lúdicas y de estimulación motora precoz, en el contexto escolar y asociativo.

Ha sido una experiencia desafiante, pero sin duda gratificante. Tener la oportunidad de trabajar con un equipo multidisciplinar increíble y un grupo de personas diversificado entre sí, a muchos niveles, es enriquecedor y proporciona mucho aprendizaje.

Valors de la 2a Caminada Down Horta

Joan Pifarré, Granja Pifarré



La primavera del 2022, amb el Pere i el Carlos, els meus germans, ens estàvem plantejant fer una ruta per l'Horta de Lleida, una activitat per donar-la a conèixer amb algun tipus d'activitat agrocltural. I feia temps que la Núria Rauret, tècnica de Turisme Lleida, em deia que havíem de fer una ruta des del castell Templer de Gardeny cap a la Granja Pifarré. Aquella primavera vam rebre la trucada de DOWN LLEIDA amb qui ja havíem col·laborat i ens vam asseure per pensar possibles activitats que conjuguessin els

valors de la inclusió social i l'Horta. De seguida els vam oferir aquesta possibilitat de caminada solidària i vam fer un equip de treball per donar forma al projecte.

Així va néixer la 1a Caminada Solidària Down Horta. En aquella primera edició vam fer uns cartells amb codis QR que pel camí, els voluntaris de Down mostraven als participants i així podien escoltar un breu àudio explicant història dels templers, dels mercats de Lleida o de l'Horta. Hi van col·laborar historiadors

de la nostra ciutat com Joan Ramon González, Quintí Casals i Olga Paz amb relats que van fer de la caminada una ruta plena de contingut de proximitat. No hi ha res com fer equip amb persones generoses i professionals que estimen la seva professió, ens van ajudar molt.

Enguany, la segona edició de la caminada popular es va realitzar el dissabte 21 d'octubre, a la tarda i es va proposar un trajecte circular de 2 km que començava i acabava a Granja Pifarré, a l'Horta lleidatana. A les 16.30h tothom es va concentrar a la recepció on es van repartir les bosses dels participants, amb samarretes tècniques i altres sorpreses dels patrocinadors que cada any ajuden a fer realitat aquesta iniciativa.

Durant el trajecte pels camins de l'Horta, els voluntaris de DOWN LLEIDA presentaven els 5 punts control amb 5 codis QR on s'explicaven històries vinculades a la història de la Sèquia Major, un dels regs medievals més antics de Catalunya.

En arribar de nou a Granja Pifarré, Plusfresc va oferir un berenar a tots els assistents. Durant la tarda, a la zona bar-terrassa del Laberint de l'Horta, es van facilitar espais amb jocs rurals, música amb els DJ's de DOWN LLEIDA, recital poètic amb el grup "Bon viure, bon riure i bon escriure", zumba amb "URBAN DANCE" i la possibilitat de fer el Laberint de l'Horta en grup.

Aquesta ruta solidària té tres grans i nobles objectius que volem compartir amb els lectors i lectores per animar a la participació de la 3a edició del 2024. El primer és mostrar la importància de la inclusió en la nostra societat, una societat que avança ha de ser més oberta, ha d'acollir la diversitat en clau de riquesa

i reforçar els valors de la solidaritat. Els grups de joves de Down ens mostraran un any més que és possible. El segon objectiu és col·laborar amb l'Associació DOWN LLEIDA que dedica molts recursos al treball multidisciplinari amb els seus usuaris i a un acompanyament molt personalitzat. I el tercer i últim objectiu és donar a conèixer l'Horta i els seus espais: camps de cultiu, torres antigues, la Sèquia Major i la Granja Pifarré, un patrimoni que tenim a Lleida i del qual podem gaudir perquè està a tocar de la ciutat.

L'escriptor francès i premi Nobel, Anatole Frances, va dir: "Per a aconseguir grans coses, no sols hem d'actuar, sinó també somiar, no sols planejar, sinó també creure". Gràcies, amics i amigues de Down per creure en el projecte i construir junts aquest petit somni que ja forma part del calendari de caminades de l'Horta i de la ciutat de Lleida. Seguim fent camí!



Acompanyant la vida adulta i l'envelliment

Per poder garantir el foment d'una vida activa i saludable en l'etapa adulta i envelliment, a l'associació DOWN LLEIDA estem formant-nos, coordinant-nos i vetllant per poder acompanyar les persones que començaran el seu camí en aquesta etapa.

Per tot això, estem duent a terme diferents accions com les avaluacions neuropsicològiques (SAS-NPS i CAMDEX-DS), els seguiments individualitzats, el foment de programes d'estimulació cognitiva (Activa la ment i Neuron Up) i la promoció d'una vida activa en les persones amb discapacitat intel·lectual de l'associació.

Creiem important treballar la reserva cognitiva, que podem definir com la capacitat que té el cervell de tolerar o compensar canvis, com per exemple el propi envelliment. Es va començar a estudiar perquè es van trobar canvis propis de l'Alzheimer avançat en persones que no tenien cap símptoma degut que la reserva cognitiva era prou gran com per compensar-ho. Parlem de la reserva cognitiva pels beneficis i l'efecte protector que té envers la prevenció del deteriorament cognitiu. La forma de crear-la i d'augmentar-la és mitjançant l'educació, l'ocupació, les activitats d'oci, físiques, socials i cognitives.

Mai és tard per començar a fer activitats que la fomentin, però com més aviat millor, i en això les famílies són un pilar

fonamental, tant per promoure activitats, especialment cognitives, com per participar en avaluacions i seguiments.

Una de les accions que estem duent a terme per poder atendre en aquesta etapa, és la coordinació amb altres entitats, una de les que ens ha assessorat per poder millorar l'atenció és AURA FUNDACIÓ, que compta amb una àmplia experiència, tal i com ens comparteixen:

“Pensem que és imprescindible preparar i ajudar les persones amb discapacitat intel·lectual que han entrat en l'etapa adulta a programar una vida plena i rica en activitats, a més de seguir gaudint de les oportunitats que la vida els ofereix. Per aquest motiu, considerem fonamental que segueixin programes de formació al llarg de la seva vida i que participin en programes d'estimulació cognitiva com, per exemple, el Programa NeuronUP, que ens permet ajustar-lo a les seves necessitats. D'aquesta manera, proporcionant oportunitats per aconseguir el màxim grau d'autonomia possible i creant entorns favorables i inclusivament, afavorim que la reserva cognitiva optimitzi una major qualitat de vida per aquestes persones. Al llarg de la nostra trajectòria, AURA FUNDACIÓ ha demostrat que la



integració laboral de persones amb discapacitat intel·lectual és possible ja que, actualment, més de 300 persones mantenen la seva feina. Així i tot, entre 8-10% dels participants necessiten, en algun moment de la seva vida laboral, una atenció ajustada a les seves necessitats per mantenir-se actius i no perdre l'autonomia. Per aquesta raó, vam considerar imprescindible dissenyar actuacions adequades als qui per raons de salut i/o envelliment prematur estan en situació de baixa laboral. A partir d'aquesta necessitat va néixer el Programa Aura Vital, com a programa d'atenció global, que té com a màxima finalitat optimitzar el benestar físic, social i mental dels participants d'AURA FUNDACIÓ que ho necessiten, així com per promoure un envelliment actiu i saludable”.



Per tot l'exposat anteriorment, a DOWN LLEIDA apostem perquè les persones amb discapacitat intel·lectual tinguin una estimulació cognitiva constant per tenir una bona reserva cognitiva, creiem que aquesta estimulació cognitiva es duu a terme en els entorns educatiu, laboral, familiar i social.

Des de DOWN LLEIDA tenim el compromís de treballar de la mà de les persones i les seves famílies per acompanyar-les i garantir la millor qualitat de vida possible al llarg de tot el cycle vital.

Famílies recolzant famílies

Famílies Ramírez-Saureu i Nadal-Tarragó

Benvolgudes famílies,

Com molts de vosaltres ja sabeu l'Ester i el Tonet aquest any passat 2023 s'han casat. Aquesta avinentesa ha estat possible, en gran mesura, gràcies a la gent que s'han creuat en els camins de les seves vides i que hi han intervingut en algun moment, tant positivament com no: això ha fet que ells hagin gaudit de les oportunitats necessàries per poder tenir un criteri més encertat de les coses i és per això que després de tenir diverses converses amb tots dos, no voldríem deixar passar aquesta ocasió per posar en lletres les paraules que moltes vegades diuen els nostres fills.

De ben segur que hi ha persones que, coneixent l'Ester i el Tonet, deuen pensar que és molt clar que ells dos es casessin, però el seus camins per arribar fins a aquesta fita tan important per a les nostres famílies, no han estat gens fàcils, ni tampoc ha estat una casualitat, ni tampoc un caprici. Al llarg de tots aquests darrers anys hi ha hagut un important treball d'educació, de formació, d'organització del raonament, de replantejaments d'actituds personals i formatives, etc. Per part de les respectives famílies amb el seu fill/a. Però ha estat també una feina intensa per part de l'Associació de la Síndrome de Down de Lleida, en la qual se'ls ha ofert

l'oportunitat de formar-se i créixer com les persones que son ara mateix, des de la seva vida adolescent fins a la actualitat; no podem oblidar que tant l'Ester com el Tonet estaven en una edat adolescent quan es va crear l'esmentada Associació.

No ens voldríem oblidar de totes les persones que han intervingut en la seva etapa d'escolarització en els diferents centres pels quals han passat tots dos, en algun cas amb no gaire empatia per part del professorat, però en la seva majoria i sobretot a aquells que han cregut en ells, volem fer-los partícips que en aquesta nova fita aconseguida, ells també hi ha contribuït a través de la seva formació.

Tot i que des de les organitzacions de l'àmbit de la discapacitat s'han fet diverses campanyes de difusió, tant a nivell nacional com estatal, de sensibilització per a les persones vers a la discapacitat intel·lectual amb eslògans tan coneguts com: "Canvia la teva mirada", "La suerte de tenerte", "Que nunca nos separe", "Gracias por tanto", "No somos un estereotipo", "Capacitats diverses, possibilitats infinites"; hi ha hagut moments durs per a tots dos, moments en què les persones amb les quals han estat relacionades els han menyspreat per ser Síndromes de Down o tan senzill com per no creure en les seves capacitats..., menyspreu en no tenir aquesta empatia que es pressuposa en



les persones adultes i negar la facilitat per accedir als materials educatius necessaris per al seu aprenentatge, i n'hi ha que no han confiat en ells perquè s'han cregut els estereotips que acompanyen les persones amb la síndrome de Down i els han negat l'entrada a llocs públics d'oci o bé no els han permès gaudir de sortides amb els seus companys d'escola, entre altres vulneracions dels seus drets..., però com molt bé hem dit abans aquestes experiències també han estat enriquidores i han contribuït a forjar el caràcter que ara tenen tots dos i creiem que és el

millor exemple de l'eslògan: "Capacitats diverses, possibilitats infinites".

Aprofitant que tenim un mitjà de difusió com és la nostra revista que arriba a molts indrets i a moltes de les persones que, de ben segur, us heu creuat en un moment de la vida dels nostres fills, us volem donar les gràcies en majúscules amb aquest article a tots/es, per les experiències que ells han viscut, tant d'una forma positiva com potser no tant, i també desitgem fer-vos partícips d'aquesta felicitat que tots dos desprenen.

“La participación de la familia en la asociación garantiza la inclusión”

No hay inclusión sin convivencia.
La esencia de una asociación es
la PARTICIPACIÓN

¿Por qué plantearnos esta reflexión?

Estudios e investigaciones indican que la participación de las familias en las entidades no es suficiente. No asisten a las actividades que organiza el centro, participan poco en reuniones a las que se les invita, prescinden de las actividades formativas para familias, acuden para demandar algo como en un supermercado.

¿Por qué ocurre esto? Es como que hubieran abdicado.

Sabemos que la participación en las entidades beneficia a la persona con discapacidad, a la familia y a la entidad.

Las familias valoran y reconocen el papel de las entidades. Pero ¿por qué no participan?

1. Carencia de pertenencia. La sociedad individualista frena en las familias el sentido de pertenencia a la entidad.
2. Falta de información. Desconocimiento de lo que pueden hacer. No se les da la oportunidad de opinar lo que saben.

3. Despreocupación. Se delega “todo” en la entidad porque la expectativa es “utilitarista”, sólo me interesa mi hijo/a.
4. Desmotivación. Mala experiencia asociativa unido a que la familia se considera a sí misma inexperta.
5. Conformismo. Tenemos lo que queríamos. Estamos bien.

No es fácil la participación porque es un compromiso, es un cambio y todo cambio genera resistencias.

- Tres resistencias que frenan el modelo participativo:
- Miedo a lo nuevo. Lo fácil es repetir.
- Comodidad. Que lo hagan otros, yo me beneficio.
- Inseguridad. Ponernos límites a nosotros mismos.

La clave puede estar en el sentido de pertenencia. Cualquier grupo social puede despertarnos sentido de pertenencia, siempre y cuando nos identifiquemos con él y compartamos algunas características. El sentido de pertenencia es una alianza entre los miembros que hacen suyos los objetivos de la entidad y se adhieren a sus valores. Motiva a la participación al desarrollar vínculos grupales que manifiestan que la entidad es importante para mí.

“Soy de esta entidad”
“Siento orgullo de PARTICIPAR
con ella”

Participar significa “ser parte”, “tomar parte” en algo. Dar mi parte y recibir parte. Tener parte en algo de ella. Implica la acción de intervenir, de compartir en un proceso. Requiere actuar, junto con otras personas, implicarme.

Participar en la asociación es un proceso, participar es tomar parte, dar mi parte

- Yo sólo actúo
- Si he decidido algo
- Yo decido si he opinado
- Pero opino si tengo información

¿Tenemos recursos para favorecer la presencia de la familia en la entidad?

Si, tres recursos en nuestras manos:

- La confianza en el proyecto asociativo. Así nació
- Los equipos profesionales que están a nuestra disposición
- La aceptación social del proyecto. Lleida lo valora

Tres recomendaciones para fomentar la participación:

1. Incorporar la cultura de la información en la entidad. Política de transparencia. Evitar los rumores. El exceso de información puede ser confusión.
2. Procurar que las actividades importantes sean consensuadas. Por la necesidad de sentirnos útiles y reconocidos. Para fomentar la implicación de la familia en las actividades.
3. Instaurar en las reuniones el reconocimiento grupal: Valorar siempre todo lo que se hace bien porque genera unión y alimenta la identificación asociativa.



“No es posible conseguir
un objetivo si quienes lo buscan
no lo viven entre ellos”

Gonzalo Berzosa Zaballos
**Director de la Escuela de familias y
discapacidad de Fundación MAPFRE**

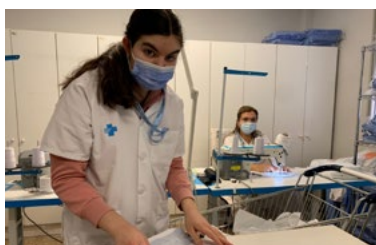
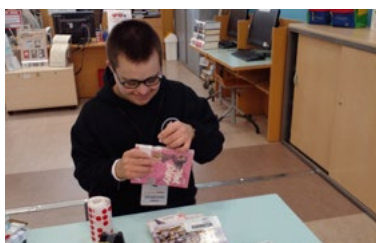
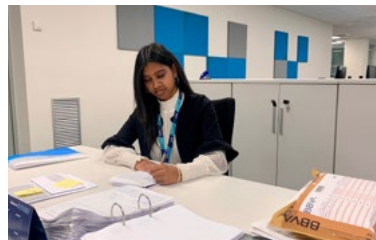
Convenis de col·laboració



1/ Fundació "la Caixa" 2/ Dancescape! Lleida 3/ Colònies Anunciata Fedac Lleida 4/ Lleida Solidària
5/ Cambra de Comerç de Lleida i Fundació Mapfre 6/ Met Físio 7/ Construccions Pallàs 8/ Fundació Residom
9/ Fisioteràpia Sergi Jurado 10/ Tu i Tu 11/ Clínica Mi Nova Aliança i Mi Fundación Alex 12/ IberCaja

Projecte Integra XXI

Pràctiques laborals i noves insercions



PRÀCTIQUES: 1/ Adrià Ibars 2/ Ana Maria Ariza 3/ Anju Llona 4/ Joan Conejo 5/ Adrià Ibars 6/ Albert Solé
7/ Iker Moreno 8/ Anju Llona 9/ Eduard Rodríguez 10/ Anna Camí
CONTRACTES: 11/ Ana Maria Ariza 12/ Anju Llona 13/ Mireia Medina 14/ Eloi Porcel 15/ Marta Balcells



Voluntariat cultural **a DOWN LLEIDA**

Va ser a l'any 2007 quan el projecte JO HI VAIG de DOWN LLEIDA, en els seus inicis anomenat 'Nous Voluntaris', va veure la llum. Un projecte de voluntariat per a persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, per a promoure la seva inclusió social, desenvolupar habilitats i talents, augmentar la seva autonomia i confiança, sensibilitzar a la societat i comprendre els valors del voluntariat.

El projecte JO HI VAIG es desenvolupa de la mà de nombroses entitats socials, culturals i esportives de la nostra ciutat, que tenen necessitats de persones voluntàries i amb les que s'ha anat col·laborant any rere any.

Aquest projecte enllaça amb l'existència a la nostra entitat d'un grup d'expressió i creativitat, que en format taller, busca formes creatives de fer arribar a la societat la importància de comptar amb les persones amb discapacitat en tots els àmbits. Aquest grup ha participat aquest curs en una gran

quantitat d'activitats de caire cultural en residències, centres de dia per a persones grans, cases regionals de la ciutat, així com també en jornades culturals obertes a tota la ciutadania.

En paraules de la presidenta de DOWN LLEIDA, Olga Parés, "Aquests voluntariats culturals permeten a les persones participants expressar-se, comunicar emocions i guanyar en autoestima i confiança en si mateixes. També ofereix l'oportunitat de conèixer de primera mà els recursos existents a la comunitat i dels quals les persones amb discapacitat també poden gaudir".

La cultura i l'art no entenen de discapacitat, d'edat, ni de cap altra condició personal. A través d'aquests dos elements s'esborren les diferències, es col·loca a tothom en igualtat de condicions i s'ajuda també a trobar el major benestar emocional.

El grup d'expressió i creativitat de DOWN LLEIDA, o com els agrada anomenar-se *Grup de bon viure*, riure i escriure, ens diuen que "esperem poder continuar atansant la poesia i la música allà on ens ho demanin i sigui necessari".

Urban Dance

Una de les formacions que es duen a terme des de ja fa anys a les instal·lacions de la piscina del Col·legi Episcopal de Lleida, és una activitat grupal de ball per treballar la forma física, la coordinació, l'expressió personal, la concentració, etc.

D'aquesta activitat n'ha sorgit un grup d'Urban Dance que prepara coreografies diferents i les exhibeix en diferents esdeveniments.

Aquest any en destaquem dues actuacions: a la mitja part d'un partit de bàsquet del Força Lleida al Barris Nord, i l'altra al descans d'un partit del Lleida Llista Blava.



Campionats esportius

La temporada esportiva 2022/2023 va ser una temporada especial. Es van celebrar els jocs Special Olympics a Granollers i també vam coorganitzar el 1r Campionat territorial de Pàdel a Lleida juntament amb la Federació ACELL, on també vam participar amb els nostres esportistes que cada dissabte entrenen a pàdel.

Vam arrencar la temporada amb la Lliga Interclubs de Bàsquet de Lleida organitzada per la federació ACELL de desembre a maig; també vam competir en diferents campionats entre els quals el Campionat Territorial de bàsquet a Tàrrrega, al Campionat de Catalunya de bàsquet a Balaguer i al torneig del club Sedis a la Seu d'Urgell.

Pel que fa al futbol, vam començar la temporada fent un partit amistós contra Aspros, vam participar a la Lliga Interclubs de la Federació ACELL a Tarragona-Lleida i també vam disputar el XXXI Campionat Territorial de futbol sala, aquest any a Solsona.



XIII Jornada Tècnica de DOWN LLEIDA

Un any més es va celebrar la XIII Jornada Tècnica DOWN LLEIDA sobre educació inclusiva, dirigida a professionals, estudiants, famílies i tota persona que tingui interès en el tema; es tracta d'un espai on aprendre i reflexionar sobre educació inclusiva.

La jornada va tenir el suport de l'Institut de Ciències de l'Educació de la Universitat de Lleida i la Fundació Mapfre. Ens vam reunir a l'edifici de la Facultat de Dret, Economia i Turisme (FDET), de la Universitat de Lleida.

Vam comptar amb una conferència plenària a càrrec del professor Jesús Soldevila, psicopedagog, doctor en menció internacional, expert en educació inclusiva i membre del Consell Assessor de DOWN CATALUNYA. En aquesta sessió es donaren algunes claus de com l'aprenentatge cooperatiu afavoreix la presència, participació i aprenentatge de tot l'alumnat.

Seguidament tingué lloc una taula rodona on participaren diferents agents implicats en una veritable educació inclusiva: Patrícia Elvira i José A. Góngora, del Departament d'Educació a Lleida; Susanna Roig, psicopedagoga referent del SIEI de l'Institut de Torrefarrera; Òscar Costa, de la Xarxa d'Educació 360 i Fundació Verge Blanca, i Isabel Valencia, mare d'una persona amb síndrome de Down.

L'educació és un dels factors integradors més importants per a les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals. Un dels nostres objectius prioritaris com a entitat és garantir una educació de qualitat en un marc integrador durant les diferents etapes educatives (educació infantil, primària, secundària i educació secundària post-obligatòria).

Aquest curs 2023/24 el Departament d'Educació ha creat l'Equip DEI, Dinamitzadores d'Educació Inclusiva, unes noves figures amb l'encàrrec de formar i acompanyar els centres en la inclusió. Som 36 professionals distribuïts pels diferents Serveis Territorials i el Consorci d'Educació de Barcelona.

Als Serveis Territorials de Lleida, la Patrícia Elvira, la Balbina Falceto i el Jose A. Góngora som els responsables de dur a terme aquesta important i gran tasca.

Les nostres funcions són:

- Acompanyar, juntament amb la persona referent d'inclusió del territori, els centres educatius i els i les professionals dels Serveis Educatius en una mirada inclusiva.
- Acompanyar i assessorar els centres educatius perquè incorporin pràctiques inclusives que fomentin la igualtat d'oportunitats i l'equitat per a tothom.
- Col·laborar en el disseny i l'elaboració de documents, materials i difusió de recursos inclusius d'acord amb les directrius del Servei de suports i mesures per a la inclusió de la Direcció General d'Educació Inclusiva.
- Portar a terme actuacions formatives en mesures i suports universals i detecció de barreres des del DUA (Disseny Universal per a l'Aprenentatge).
- Col·laborar en la recollida de dades de la realitat del territori en termes d'inclusió.
- Atendre altres demandes del territori.

Els serveis que oferim són els següents:

- Càpsula de sensibilització d'Educació Inclusiva (Decret 150/2017, de 17 d'octubre, de l'atenció educativa a l'alumnat en el marc d'un sistema educatiu inclusiu, Document de Mesures i Suports universals i DUA).
- Taller MISU (Mesures i Suports Universals) per a una escola inclusiva, en format telemàtic i a centre educatiu (Personalització dels aprenentatges, Organització flexible del centre, Avaluació formativa i formadora i Orientació Educativa i Acció Tutorial).
- Projecte "Centres en dansa per la inclusió", que neix de la Taula de Participació per un Sistema Educatiu Inclusiu (TAPSEI) i que té com a objectiu fonamental introduir dinàmiques d'acció que no només afavoreixin la reflexió, sinó que també permetin transformar els centres educatius en espais més inclusius.
- Detecció de barreres, acompanyament a centres educatius amb l'objectiu d'eliminar i/o minimitzar barreres per a l'aprenentatge i la participació des del marc DUA.
- Altres acompanyaments, segons demanda.

La nostra principal fita és ampliar la mirada cap a una educació per a tots i totes, perquè el que és essencial per a algú pot esdevenir bo per a tothom.

Equip DEI Lleida: Balbina Falceto Macarulla (bfalceto@xtec.cat), Jose A. Góngora Sánchez (jgongor2@xtec.cat) i Patricia Elvira Terés (pelvira@xtec.cat)



Trobada d'Empoderats de DOWN CATALUNYA

Els dies 13 i 14 de maig es va fer la trobada d'empoderats i autogestors de DOWN CATALUNYA a Barcelona.

Fins a Barcelona hi vam anar amb AVE ben aviat al matí i alguns van arribar a Barcelona a la tarda. Quan vam arribar a la ciutat, ens vam instal·lar a l'alberg Xanascà i vam fer dinàmiques de presentació per conèixer-nos millor. Per la tarda vam fer tallers de fotografia i un *memory* relacionats amb el tema de la trobada “medi ambient i reciclatge”. A la nit vam voler sortir de festa però no va ser possible pel mal temps.

Diumenge vam fer més activitats per conèixer-nos millor amb els altres grups i quan vam acabar les dinàmiques, vam anar passejant fins al Parc Güell per començar la visita que havíem organitzat el grup d'empoderats de DOWN LLEIDA. Ens va agradar molt fer de guies turístics i explicar als companys coses boniques del Parc. En acabar la visita vam tornar a l'alberg per dinar.

Després de dinar vam tornar a Lleida i ens ho vam passar súper be, ja tenim ganes de trobar-nos l'any que ve.



Trobada d'equip de voluntariat

Un cop a l'any ens agrada fer una trobada amb tots els voluntaris i voluntàries de la nostra entitat.

Aquest any la trobada es va dividir en tres parts. En la primera vam fer uns jocs de coneixença i una petita formació, tot seguit vam fer un dinar tots junts on cada voluntari i voluntària va portar alguna cosa per compartir.

I l'última part va ser on ja van venir totes les persones de l'associació a fer una gran festa. És una oportunitat poder fer aquestes trobades, ja que surten coses molt interessants i passem molt bona estona.



Viatges d'IMSERO

Aquest any les persones majors de 18 anys de DOWN LLEIDA han tornat a gaudir del programa IMSERO a través de DOWN ESPANYA. En aquesta ocasió els llocs escollits van ser Jerez de la Frontera, Bilbao i Castelló de la Plana.

Mitjançant el programa IMSERO van poder conèixer diferents racons d'aquestes ciutats i les seves tradicions. També van poder gaudir de la companyia de les persones de DOWN JEREZ, Fundación Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales del País Vasco i DOWN CASTELLÓN.

Aquests els van explicar com és el seu dia a dia i a més van compartir una bona estona d'oci descobrint part de la gastronomia del territori.

Aquestes vacances són molt esperades per les persones de l'Associació, ja que són uns dies en què poden compartir moments de diversió, felicitat i proximitat. Els permet establir lligams d'amistat molt importants per tenir una vida plena en tots els àmbits de la seva vida personal.



Zona d'Estiu: un any més compartint l'estiu

Un any més hem pogut gaudir de la Zona d'Estiu de DOWN LLEIDA.

Aquest curs el nostre casal d'estiu s'ha dut a terme des del 26 de juny al 28 de juliol i la temàtica principal han estat els elements de la terra, com també la preservació dels recursos naturals del planeta.

L'objectiu de la nostra Zona d'Estiu és la realització d'activitats formatives, lúdiques i comunitàries que ens permeten gaudir del temps de vacances, a la vegada que continuem fomentant la nostra autonomia personal, les habilitats socials i comunicatives, com a eina bàsica per viure en societat.

El casal d'estiu, per tant, ens permet conèixer-nos una mica i reforçar així lligams.

De nou, les colònies més esperades!

Can Bajona ha estat, un any més, l'escenari d'uns dies de colònies amb els més petits i les més petites de l'Associació i els seus germans i germanes. L'estada es va programar per als dies 28, 29, 30 i 31 d'agost, i 1 de setembre.

L'objectiu de les colònies és impulsar la socialització dels infants i joves mitjançant un entorn de lleure entre persones amb síndrome de Down i persones amb discapacitat intel·lectual, i els germans i les germanes corresponents. El grup estava format per persones d'entre 6 i 18 anys.

Durant la setmana es van dur a terme diferents activitats lúdiques, artístiques, esportives, cooperatives i amb dinàmiques grupals; i jocs musicals i creatius, entre d'altres. També van poder gaudir d'una festa amb temàtica de superherois i superheroïnes. D'aquesta manera es van poder conèixer una mica més i van reforçar lligams.



Fent amics amb DOWN CATALUNYA

En el marc de la trobada anual “Fent amics amb DOWN CATALUNYA”, ens vam reunir amb les diferents entitats DOWN per retrobar-nos amb velles amistats i fer-ne de noves a Port Aventura.

Durant la diada vam comptar amb l'ajuda de 6 voluntaris i voluntàries de l'Associació de Voluntaris de La Caixa que ens van donar suport juntament amb altres voluntaris de DOWN LLEIDA que també es van involucrar molt en la jornada al parc d'atraccions.

Ens agradaria agrair a la Fundació Port Aventura la seva implicació any rere any amb la mateixa il·lusió de la primera vegada. Esperem que a la següent siguem més i així ens ho passarem encara millor!



Trobada de Famílies de DOWN ESPAÑA

La XXIII edició de la Trobada de Famílies de Persones amb síndrome de Down es va organitzar aquest any a la ciutat d'A Coruña.

Vam ser moltes les famílies de DOWN LLEIDA que, mogudes per la idea que “Les famílies de les persones amb síndrome de Down som el motor dels canvis que s’han produït i els que es produiran en el futur”, ens vam aplegar un any més per poder seguir aprenent, compartint i convivint amb famílies de tot el territori.

A la trobada també hi va haver lloc per a l’oci i per conèixer la cultura, patrimoni i gastronomia d’aquesta ciutat gallega. Sens dubte les famílies i les persones amb síndrome de Down s’han endut una motxilla ben plena amb forces per seguir endavant.

Us apunteu l’any vinent a Badajoz? Reserveu-vos, a les vostres agendes, del 5 al 8 de desembre de 2024!



18a Edició Premis Integra XXI

Les empreses Collegi Claver, SIC 24 i Supsa, han estat les guardones en aquesta XVIII edició dels premis Integra XXI.

Actualment DOWN LLEIDA dona suport a 65 persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals a través del projecte d'inserció sociolaboral Integra XXI.

El 24 de novembre es van lliurar els guardons de la XVIII edició dels premis Integra XXI de DOWN LLEIDA. Un any més hem volgut premiar aquelles empreses que creuen en les possibilitats de les persones amb discapacitat intel·lectual.

Les empreses que han rebut el premi en aquesta XVIII edició han estat:

- Escola Claver
- SIC 24
- Supsa

Un any més l'obra que s'ha entregat a les empreses premiades és una reproducció d'una pintura original de l'artista lleidatana Mercè Humedas. El títol és "Lleida, una altra mirada". I reflecteix el canvi de mirada que volem en la nostra societat.

El pin d'honor d'aquest any s'ha lliurat a Eva Betbesé, coordinadora pedagògica, i Carme Perpinyà, coordinadora tècnica de DOWN LLEIDA.

Integra XXI és el projecte d'inserció sociolaboral per a persones amb síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals, a l'empresa ordinària, de DOWN LLEIDA. Aquest projecte es va iniciar el 2003 i enguany compleix 20 anys!

Utilitza la metodologia del Treball amb Suport. La integració laboral és un mitjà perquè les persones amb discapacitat aconseguixin elaborar la seva pròpia identitat i perquè puguin anar construint el seu projecte de futur, madurant integralment com a persones. El treball dona l'oportunitat de participar de manera activa a la societat i constitueix la via d'accés al món de les persones adultes.

Actualment DOWN LLEIDA dona suport a un total de 65 persones en edat laboral amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, de les quals 32 són homes i 33 dones. I compta amb més de 40 empreses col·laboradores.



“Creamos inclusión”

“Creamos inclusión” és una iniciativa de DOWN ESPANYA, que garanteix el dret a la inclusió en les àrees d'educació i ocupació, a través del foment de l'educació inclusiva i del treball amb suport.

Aquesta pàgina facilita la participació i l'accés a la informació especialitzada a través de recursos, fòrums, activitats de formació i casos d'èxit.

A l'apartat educatiu, voldríem presentar alguns dels recursos TIC que han sorgit del treball dels diferents professionals de les entitats de la Federació. Aquests materials són un recurs més per afavorir la inclusió educativa de les persones amb síndrome de Down o discapacitat intel·lectual.

Els podeu descarregar gratuïtament a:

<https://creamosinclusion.com/educacion-inclusiva/recursos-tic/>



Resolució de conflictes a l'aula inclusiva



Joc Master CHAR: sensibilització sobre la síndrome de Down



Microsite Emociones Down

Festa de Nadal

Com ja és tradició des dels inicis de l'Associació, l'últim divendres abans de les vacances de Nadal vam celebrar la Festa de Nadal amb les famílies.

Aquest any, però, vam començar una mica diferent ja que tothom es va trobar davant de l'Associació, a la plaça, per ballar el Flashmob que havíem preparat dies abans.

A continuació vam anar a l'Institut Torre de Queralt per gaudir de l'actuació dels més petits i petites, compartir un berenar deliciós i rebre la visita dels patges d'Orient.

Agraïm a la direcció de l'institut, a CEDIS i Plusfresc la col·laboració, i fer que la Festa sigui un punt de trobada màgic per a les famílies de DOWN LLEIDA.



Alliberació de tortugues a Raimat Natura

Raimat Natura realitza un projecte per repoblar en cinc anys el pantà de la Clamor Baixa amb dues-centes tortugues, animals que estan en perill d'extinció a Catalunya. Els joves i les joves de DOWN LLEIDA van poder gaudir de l'experiència i participar de l'alliberament, a més d'informar-se de la importància del projecte que, entre altres, llista les actituds incíviques que no s'han de dur a terme.

Reserva natural de Sebes (Flix)

El dia 15 d'abril vam gaudir d'una visita a la Reserva Natural de Sebes, a Flix.

Una jornada molt enriquidora per als joves i les joves de DOWN LLEIDA que van descobrir un magnífic paradís de biodiversitat duent a terme activitats a l'aire lliure, coneixent la fauna, els boscos de ribera exuberants, els canyissars, els aiguamolls i camps d'oliveres centenàries de molt a prop. Tota una gran experiència!



Acompanyaments literaris!

El grup d'expressió i creativitat de Down Lleida acompanya els actes de presentació de diferents llibres d'autors locals, que han ofert la seva col·laboració a la nostra entitat donant una part dels beneficis de les obres venudes.

Sant Jordi

Un Sant Jordi diferent, a la Granja Pifarré. Una jornada genial a l'horta de Lleida!

Jocs Special Olympics

El 30 de març del 2023 van començar els Jocs Special Olympics que es van celebrar a Granollers. El primer dia es va fer l'acte inaugural al Palau d'Esports de Granollers on vam sortir desfilant com a participants dels Jocs. Vam participar als Special Olym-

pics amb l'equip de bàsquet i també l'Àngela Mora va participar en gimnàstica artística. Els jocs van durar del 30 de març fins al 2 d'abril. Va ser un esdeveniment molt bonic on vam poder conèixer gent de diferents parts del món!

Després d'una competició molt interessant i competitiva, vam acabar guanyant l'or a la nostra categoria de bàsquet i l'Àngela va guanyar 3 medalles d'or i un bronze a les seves categories de gimnàstica artística.



Taller d'higiene bucodental

El passat mes de maig, alumnes del cicle formatiu d'Higiene Bucodental de l'Institut Torre Vicens de la ciutat de Lleida van realitzar als grups de formació del dimarts i del dijous un taller sobre salut bucodental. De manera molt gràfica i clara van aprendre quins hàbits i aliments són nocius per a la salut dental i quina és la tècnica correcta de raspallat de la boca, contemplant la llengua, les dents i l'interior de les galtes, per tal que sigui correcta.

Taller cura de la pell

La infermera i mare d'un dels participants de Vida independent, Rosa Piqué, va impartir un taller d'"Higiene i cura de la pell" per a totes les persones del Projecte Desperta't. El taller es va realitzar en un dels Pisos Compartits del Projecte.

Va ser molt interessant i enriquidor, vam poder repassar conceptes que ja coneixíem i també aprendre moltes coses noves sobre la importància de cuidar la nostra pell. Gràcies Rosa per la teva col·laboració.

Videofòrum "Querela es crearla"

El dijous 21 de setembre, a es va organitzar una sessió de videofòrum a partir del documental sobre Educació inclusiva "Querela es crearla", a la Sala Jaume Magre, de la Regidoria de Joventut, Educació i Ocupació.

Després de la projecció, els Dinamitzadors d'Escola Inclusiva (DEI) del Departament d'Educació a Lleida, el Jose, la Patrícia i la Balbina, van dinamitzar el col·loqui entre totes les persones presents.

Activitats extraordinàries

CURSA DELS BOMBERS

Alguns infants de l'Associació van participar el 27 de maig a les Curses Infantils dels Bombers de Lleida, a la Pista Municipal d'Atletisme de les Basses d'Alpicat.

MINIMUNDOS: Gràcies a les experiències d'aprenentatge que ens va portar la Jèssica Baiges de @minimundossensoriales, vam poder gaudir de diferents activitats sensorials i descobrir a través de l'explo-

ració com ens podem divertir i aprendre a la vegada.

HOQUEI, ONZE DE SETEMBRE: El club d'Hoquei Lleida ens va rebre al Pavelló Onze de Setembre, amb un grup de jugadors i jugadores de la seva pedrera. Ens van ensenyar i orientar en els requisits mínims per poder portar uns patins i gaudir d'aquest esport.

Noves activitats curs 2023-2024

Per al curs 2024-2024, s'han presentat noves activitat. Hem recuperat el taller d'anglès i s'han modificat les temàtiques del Pack Tallers, d'acord amb les peticions dels nois i noies.

També s'han iniciat dues activitats més físiques: Chikung, on l'objectiu és trobar un equilibri entre la salut física, mental i emocional de la persona.

I "Met Fun", una activitat física de moviment i exercici terapèutic dirigida a persones majors de 30 anys. Aquesta es realitza a les instal·lacions del centre Met Fisio.



Com col·laborar?



Calendari Solidari 2024

El calendari solidari 2024 de DOWN LLEIDA s'ha realitzat, un cop més, amb la col·laboració desinteressada de Julián Garcia i Reinald Pomés, i Susana Escudero.

Aquest any el calendari té models excepcionals: els infants i persones de l'Associació i els seus avis i àvies.

No et quedis sense el teu exemplar de sobretaula o de paret.

Donatius Bizum

Si vols fer una aportació econòmica de forma fàcil i ràpida, pots fer el teu donatiu a DOWN LLEIDA per Bizum. Utilitza el **codi 33558**



Productes solidaris

- Ampolles reutilitzables DOWN LLEIDA
- Polseres minerals de colors de DOWN LLEIDA
- Llibretes DOWN LLEIDA
- Bosses de tela DOWN LLEIDA
- Postuproduccions
- Lots de mel Alemany



Regala Somriures

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



Supermercats Plusfresc

Les teves compres a Plusfresc seran més solidàries que mai! Demana la targeta Plusi al teu supermercat Plusfresc més proper i **podràs destinar un 1% de les teves compres a la nostra Associació**, sense pagar de més!

Demana la teva targeta Plusi i escull DOWN LLEIDA com a entitat a la qual vols regalar aquest 1% de la teva compra. Ens ajudaràs a tirar endavant els nostres projectes i contribuiràs a la millora de la qualitat de vida de les persones amb síndrome de Down de la ciutat!

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! Per ingress 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).

Nom: _____ Cognoms: _____

Correu electrònic: _____ Telèfon: _____

Adreça: _____ Localitat: _____ C.P.: _____

Com vols col·laborar? ☐ Soci/a col·laborador ☐ Voluntariat ☐ Altres: _____

☐ He llegit i accepto la Política Protecció de Dades (www.downlleida.org)

☐ Marqueu aquí si consent l'enviament de publicitat sobre els nostres productes i serveis.

Signatura: _____

ASSOCIACIÓ LLEIDATANA PER A LA SÍNDROME DE DOWN. Vostè pot exercir 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.

DOWN LLEIDA és una entitat sense ànim de lucre que des de l'any 1995 treballa per millorar la qualitat de vida de les persones amb la síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals de la ciutat de Lleida i província. Promou la igualtat d'oportunitats en l'àmbit educatiu, laboral, formatiu, vida independent, oci, esport i voluntariat. També treballa per afavorir un canvi de mirada en la societat actual en la manera de veure i considerar les persones amb discapacitat intel·lectual.

 Down Lleida Associació

 @DownLleida

 @downlleida

Plaça Sant Pere 3, baixos
25005 Lleida

Tel. 973 22 50 40
info@downlleida.org
www.downlleida.org

Patrocinis:



Cofinançat per
la Unió Europea



**Generalitat
de Catalunya**



Diputació de Lleida
municipis, territori i tu

LA PAERIA



Ajuntament de Lleida



Fundació "la Caixa"



Voluntariat
CaixaBank

**Fundación
iberCaja** 


**CAJA RURAL
DE ARAGÓN**



FUNDACIÓN ADECCO

FUNDACION
mariafranciscade
ROVIRALTA

**Fundación
MAPFRE**



**Fundación
ONCE**