



Crònica

Sumari

- | | | | |
|----|---|----|--|
| 3 | Editorial | 14 | Dossier: Estimulació cognitiva i jocs de taula |
| 4 | Inclusió i agroultura | 16 | Projecte Integra XXI |
| 6 | Llar Residència: Inauguració i portes obertes | 17 | Convenis de col·laboració |
| 8 | Un calendari per capturar la nostra essència | 18 | Activitats i projectes |
| 10 | Germans, natura, aprenentatge i companyia | 28 | Notícies i breus |
| 12 | Trobada de famílies de DOWN ESPAÑA | 30 | Com col·laborar? |

EDICIÓ
Junta Directiva de DOWN LLEIDA

COORDINACIÓ I REDACCIÓ
Equip Tècnic de DOWN LLEIDA

DISSENY I MAQUETACIÓ
Miquel Gracia

REVISIÓ I CORRECCIÓ
Consorti per a la Normalització Lingüística

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

Aquest 2025, a DOWN LLEIDA celebrem 30 anys d'història. Tres dècades plenes de reptes, il·lusions i avenços compartits. Des d'aquell primer pas que vam fer l'any 1995, la nostra missió ha estat clara: treballar per a la inclusió real i efectiva de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals en tots els àmbits de la societat.

Mirem enrere amb orgull, no només pels èxits aconseguits, sinó per totes les persones que han format part d'aquesta història. Gràcies a les famílies, professionals, voluntariat i empreses col·laboradores, hem creat una xarxa de suport que ha transformat vides i ha trencat barreres. El treball en equip ha estat la clau, i el compromís per la inclusió ha estat el motor que ens ha empès a seguir endavant.

Aquest aniversari no és només un moment de celebració; també és una oportunitat per reflexionar sobre el camí que encara ens queda per recórrer. La inclusió no és un destí, sinó un procés constant. A DOWN LLEIDA continuarem treballant perquè cada persona, independentment de les seves capacitats, tingui l'oportunitat de participar plenament en la societat i viure una vida plena i significativa.

En aquest 30è aniversari, volem renovar el nostre compromís i agrair a totes les persones que han cregut en el nostre projecte. Junts, seguim escrivint una història d'inclusió, oportunitats i igualtat. Gràcies per acompanyar-nos en aquest viatge.

Per molts anys més de DOWN LLEIDA, i per molts més passos cap a un futur inclusiu!

Olga Parés Simón, presidenta de DOWN LLEIDA



Inclusió i agrocultura

Joan Pifarré

Des de fa 3 anys que l'Associació DOWN LLEIDA i l'Associació per a la interpretació de l'Horta de Lleida, vinculada a Granja Pifarré, organitzen la Ruta Solidària Down Horta. Aquest 2024 la caminada popular es va realitzar el diumenge 10 de novembre en horari de matí, i presentava un trajecte en forma de símbol infinit de 3,5 km que iniciava i acabava el seu recorregut a Granja Pifarré, a l'horta lleidatana. La ruta disposava de voluntaris de DOWN LLEIDA que en 5 punts estratègics oferien 5 codis QR on els participants podien escoltar, via mòbil, la història patrimonial d'aquest espai. Descobrir curiositats i fets històrics interessants com la història del Batlle dels Templers o l'origen antic dels noms de les partides Caparrella i Mariola va ser un dels atractius de la caminada "agrocultural" que va transcórrer per camins rurals.

En arribar de nou a Granja Pifarré, l'activitat es va desenvolupar a la zona "Lo Bancal", un espai a l'aire lliure on vam gaudir de bona música amb els DJ's de DOWN LLEIDA, zumba amb "URBAN DANCE" i un recital poètic amb el grup "bon viure, bon riure i bon escriure". Totes aquestes actuacions, organitzades per joves de l'Associació, demostren, una vegada més, les capacitats infinites de les persones quan els donem l'espai i l'oportunitat. La iniciativa de la Ruta Solidària Down Horta incorpora un potent missatge social perquè no és solament un acte solidari, és una activitat que fa present la inclusivitat de manera natural i en un ambient molt festiu.

L'acte va comptar amb la conducció de la influencer lleidatana Marina Pérez que va presentar, a bon ritme, aquesta jornada inclusiva i festiva a l'horta lleidatana. Els productors i productores de l'horta també es van fer molt presents i van aportar 8 lots de regal de productes de proximitat que es van sortejar entre tots els assistents.

Gairebé 300 persones van participar d'aquesta ruta que ja s'ha fet un espai en el calendari de tardor de les comarques de Lleida i que, com hem dit, té com a principals valors la inclusió i alhora el suport econòmic a una institució com DOWN LLEIDA que vetlla de manera multidisciplinària per l'acompanyament de famílies, infants i joves de la seva Associació.

No hi ha més valors que compartir la vida, els espais i fer-ho de manera agermanada demostrant que sí, que som tots molt diferents i que com diu el lema de DOWN LLEIDA: "Tenim capacitats diverses i possibilitats infinites". L'equip de l'organització ha fet un balanç molt positiu d'aquesta jornada i ja prepara alguna novetat per a la 4a edició. Amics i amigues, el 2025 ens trobem de nou a la 4a Ruta Solidària Horta Down a la Granja Pifarré...

Us hi esperem!

Llar Residència: Inauguració i portes obertes

L'estiu passat vam viure un moment molt especial i significatiu en la nostra trajectòria com a entitat compromesa amb la millora de la qualitat de vida de les persones amb síndrome de Down i discapacitat intel·lectual. Vam inaugurar la nostra nova Llar Residència, un projecte llargament esperat que suposa un pas ferm i decidit cap a la promoció d'una vida més autònoma, plena i inclusiva per a les persones que formen part de DOWN LLEIDA.

L'acte d'inauguració va ser un veritable esdeveniment comunitari, amb la participació de representants d'empreses col·laboradores, membres de la nostra junta directiva, professionals de l'equip tècnic, famílies i moltes altres persones implicades en aquest projecte de vida independent. Va ser una jornada plena d'emocions, en què vam compartir l'alegria i la satisfacció d'haver fet realitat un somni.

Amb la voluntat d'apropar aquest nou espai a totes les famílies de l'entitat, vam organitzar dues jornades de Portes Obertes, que van tenir molt bona acollida. Tothom va poder conèixer de prop les instal·lacions i l'equip de professionals que hi treballarà. A més, aquestes trobades van servir per explicar els objectius del projecte i la metodologia que seguirem, basada en el respecte, la confiança i el foment de l'autonomia personal.

La creació d'aquesta nova Llar Residència representa una fita clau en el nostre camí

com a entitat. Ampliem les opcions de vida independent per a les persones amb discapacitat intel·lectual i donem resposta a una necessitat que moltes famílies ens han expressat. L'espai ha estat dissenyat pensant en les necessitats específiques de les persones que hi viuran, amb entorns acollidors, funcionals i totalment accessibles, que afavoreixen la convivència, l'aprenentatge i la participació activa.

Des de DOWN LLEIDA volem expressar, una vegada més, el nostre més sincer agraïment a totes les persones, empreses i institucions que han fet possible aquest projecte. La vostra implicació, generositat i compromís social demostren que la col·laboració entre diferents agents pot generar canvis reals i positius.

Amb aquesta nova Llar Residència, refermem el nostre compromís amb la inclusió, la dignitat i l'autonomia de les persones amb síndrome de Down. Continuem treballant amb il·lusió, esforç i responsabilitat perquè cada pas que fem ens acosti a una societat més justa, equitativa i diversa.



Un calendari per capturar la nostra essència



El calendari solidari de DOWN LLEIDA per al 2025 vol ser el punt de partida de la celebració del trentè aniversari de l'entitat.

Aquest calendari és una manera de donar visibilitat a la tasca de l'Associació i, al mateix temps, una forma de recaptar fons per seguir oferint suports, orientació i formació als nois i noies i a les seves famílies.

Aquesta iniciativa ha comptat, com cada any, amb la col·laboració desinteressada del fotògraf Julián García, el videògraf Reinald Pomés, els dissenyadors, i també amb el suport i patrocini d'un gran grup d'empreses que ens ajuden a fer possible la seva producció.

I, evidentment, cal destacar la participació d'unes models excepcionals, veritables protagonistes del calendari, amb qui hem pogut capturar moments únics que reflecteixen la nostra essència, any rera any.



La meua col·laboració comença fa 16 anys quan una amiga, l'Eva Betbesé, que treballa a l'Associació, em demana si puc fer un parell de fotos que els falten pel calendari; accedeixo a fer-les perquè és una cosa que acostumo a fer quan algú conegut em demana i ho trobo interessant. Des d'aquell moment comença aquesta gran aventura i de sobte ets dins d'una magnífica família com és DOWN LLEIDA.

Quan coneixes aquest món veus que els problemes no són problemes sinó solucions, i de sobte el que pensaves que no tenies bé a la teua vida passa a ser el més meravellós; estem acostumats a queixar-nos per bajanades i ens costa entregar l'amor per por al rebuig i ells et demostren el contrari cada cop que els veus.

Els nois i noies de l'Associació són persones que realment et donen el que els dones i l'amor que desprenen és quasi incondicional, són persones completament normals amb les seves limitacions igual que tothom,

vaig sentir dir que tots tenim alguna incapacitat, simplement el fet de no saber fer alguna cosa com la resta ja és una discapacitat.

Agraeixo molt participar d'aquest petit projecte que és el calendari any rere any i veure amb quina il·lusió es presenta el dia per fer les fotos. Al final el protagonista és tot l'equip que fa possible això, jo simplement faig les fotos i capto el moment que quedarà en el record per sempre, però gràcies a ells i elles continuo aprenent i desitjant posar un granet de sorra en aquesta magnífica família que és DOWN LLEIDA.

Em sento afortunat de fer el que m'agrada i en especial d'haver entrat en el record de totes les persones que he fotografiat, si ho penses més enllà de la fotografia, no existeix millor regal.

Gràcies,

JULIÁN GARCIA



Germans, natura, aprenentatge i companyia

Yolanda Ariza i Anna Faro



El passat 20 d'octubre vam tenir l'oportunitat de participar en una jornada molt especial, dissenyada per a germans i germanes de l'entitat, una experiència que ens va deixar una empremta inesborrable. El dia va començar en un entorn màgic: Lagravera, un indret únic on la natura es combina amb la tradició vitivinícola. Aquest lloc, envoltat de vinyes que s'estenen fins on l'ull pot veure, va ser l'escenari perfecte per començar una jornada d'aprenentatge i convivència.

UN VIATGE AL COR DE LA VINYA

El Gabriel i el Ronal van ser els nostres excepcionals amfitrions i guies. Amb una gran passió per la seva feina, ens van conduir a través de les vinyes, on ens van explicar els secrets del seu cultiu, des de la selecció de les varietats fins al moment de la collita. Amb cada pas, podíem sentir la connexió profunda entre el terreny i la producció del vi. La visita al celler va ser igual de fascinant, ja que vam descobrir

com els raïms es transformen en el vi que coneixem i gaudim. Tots vam quedar sorpresos pel detall i l'esforç que es posa en cada etapa del procés, i fins i tot vam poder tastar algunes varietats de vi que ens van permetre apreciar encara més la riquesa d'aquesta tradició.

L'entorn, natural i tranquil, afegia una dimensió especial a l'experiència. El paisatge, ple de colors càlids a l'inici de la tardor, va fer que la visita fos no només educativa, sinó també visualment espectacular. La bellesa del lloc ens va permetre gaudir d'un moment de pau i reflexió enmig d'una jornada plena de companyia.

UN DINAR PLE DE XARXES HUMANES

Després de la visita, vam continuar la jornada al poliesportiu d'Alfarràs, on ens esperava un deliciós dinar. Aquest va ser el moment perfecte per compartir impressions, riure junts i reforçar els vincles que havíem començat a teixir durant la visita. Més enllà de la qualitat dels àpats, el més valuós va ser la interacció entre germans, fills de germans i els nostres germans amb SD... Va ser un espai on la diversió i la companyia es van imposar com a protagonistes. Els somriures, les converses animades i l'ambient càlid van convertir aquest dinar en una experiència memorable.

PASSEJADA I RELAX A ALFARRÀS

Com a cloenda, vam fer una passejada pels voltants d'Alfarràs, un poble tranquil i ple de bellesa rural. L'aire fresc, els paisatges oberts i la calma del lloc ens van permetre relaxar-nos i connectar amb la natura. Va ser un moment ideal per desconnectar de la rutina i gaudir del ritme lent de la vida al camp.

UN DIA DE RECORDS INOBLIDABLES

Aquesta trobada no només va ser una oportunitat per conèixer millor el procés de producció del vi i gaudir de la natura, sinó també per compartir experiències amb persones que tenen vivències similars i, sobretot, per crear records que perduraran en el temps. El dia va estar ple d'alegria, agraïment i companyonia, i va ser una ocasió única per enfortir els vincles entre germans amb síndrome de Down, així com entre les famílies i els amics que els acompanyen. Ens emportem a casa no només el coneixement d'un món tan fascinant com el del vi, sinó també el sentiment de comunitat i suport mutu que és tan essencial per a tots nosaltres.

Sense cap dubte, aquest dia va ser un regal per a l'ànima i un record que desitgem repetir molt aviat.



Trobada de famílies de DOWN ESPAÑA

Antonio Ramírez

Com molts de vosaltres sabreu, un grapat de famílies de la nostra entitat (8 famílies, 28 persones) han viatjat al XXIV Encuentro Nacional de Familias, una trobada que se celebra cada any pel territori nacional. En aquesta ocasió, ens hem desplaçat a terres d'Extremadura, a Badajoz.

La trobada és un lloc per aprendre, compartir i gaudir d'experiències que ens donen aquests moments de ponències i tallers on s'intenta portar el més innovador i més útil per a les persones amb la síndrome de Down en totes les franges d'edat i orientar i assessorar les famílies. Així doncs, es poden trobar temes de col·loqui o discurs en l'àmbit neonatal, adolescent, adult o d'envelliment. Aquest any s'han tractat, entre altres temes de família: "Las familias como motor del cambio" i "La Inteligencia Artificial no es para nosotros. ¿O sí?", en l'àmbit dels adolescents i adults amb capacitats diferents temes com "Construyendo mi itinerario laboral, en que quiero trabajar" i "Como me puede ayudar la Inteligencia Artificial en mi carrera" i en l'àmbit dels germans temes com "Vidas cruzadas, Apoyo e independencia" i "Preguntas y repuestas sobre la vida de mi hermano"... Per als més jovenets (7 a 16 anys) els han fet tallers d'escacs i sortides a parcs d'oci... com es pot veure, estan contemplades totes les edats. I per als més menuts hi ha també servei de guarderia on els

nadons estan completament ben cuidats i observats pel personal voluntari que collabora en aquestes trobades.

És molt gratificant que tant les persones amb capacitats diferents com els seus germans comparteixin estona amb altres persones d'altres llocs i que tinguin ganes de passar una estona divertida i aprendre dels altres.

Amb les famílies succeeix el mateix, encara que en uns altres àmbits, com el de l'assistència a les xerrades o conferències que ens brinden en la trobada. Després poden generar preguntes i dubtes que s'intenten resoldre en el mateix moment. El que sí que queda clar és que sorgeixen comentaris distesos i curiosos entre desconeguts tant en les exposicions com en els moments dels àpats i del transport, així com en els d'oci, que també hi són. Això significa que qualsevol que té un dubte i és una mica obert de caràcter, no dubta a preguntar a la resta de famílies i en quasi totes les ocasions es comparteixen les experiències que abans esmentades.

Personalment, i ja fa uns quants anys, trobo a faltar que les persones amb capacitats diferents siguin els i les protagonistes de les ponències i col·loquis que es donen a les famílies, això havia estat un període d'empoderament per a aquestes persones molt important i es veia



un gran treball per part dels nois i noies i de totes les associacions. En aquests moments potser es deu fer de la mateixa forma però es realitzen en les xerrades per als nois/es amb capacitats diferents i en els tallers dels germans/es, on les famílies no podem escoltar les seves inquietuds perquè som a les ponències per a famílies.

I tot conclou en un sopar de gala magnífic on s'anuncia la ciutat on se celebrarà el següent "Encuentro de familias" i com

no podia faltar el que tanca tota aquesta trobada: el ball /discoteca on els més joves es diverteixen d'allò més.

Encoratjo les famílies que encara no han pogut gaudir d'aquestes trobades, que es donin l'oportunitat de fer-ho en l'any vinent, perquè el lloc de celebració serà la ciutat de Saragossa, que es troba bastant a prop.

Animeu-vos-hi!

Estimulació cognitiva i jocs de taula



Amb una trajectòria de 30 anys des de la fundació de la nostra Associació, és important tenir en compte que l'envelliment de les persones ateses és una realitat que ja comença a manifestar-se.

Per tal de respondre als diferents reptes familiars i professionals que aquesta situació comporta, l'equip de DOWN LLEIDA, conjuntament amb l'Àrea Psicològica, ha decidit prioritzar la formació constant, la recerca d'informació actualitzada i la creació de xarxes de suport per tal d'aprofundir en l'atenció i la prevenció de l'envelliment de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals.

Al llarg d'aquest any 2024, hem decidit apostar pels jocs de taula com a eina de socialització i estimulació cognitiva, una activitat

a l'abast de tothom. Com ja s'ha mencionat en edicions anteriors d'aquesta crònica, considerem fonamental treballar la reserva cognitiva, ja que exerceix un efecte protector davant dels canvis propis de l'Alzheimer i el deteriorament cognitiu.

Després de tres anys d'experiència amb el taller «Activa la ment», aquest any ens hem centrat a intensificar l'ús de jocs que potenciïn la memòria i la velocitat de processament. Aquestes dues àrees cognitives són les que més es veuen afectades durant el procés de l'Alzheimer, i per això considerem crucial augmentar la reserva cognitiva en aquests àmbits. Així mateix, continuem treballant altres àrees cognitives com l'atenció, l'orientació, les pràxies, el llenguatge, el pensament abstracte i la percepció.

En relació amb els jocs de taula, aquest any vam tenir l'oportunitat de participar en la jornada Ment Lúdica, una jornada formativa centrada en la diversitat. En aquest marc, vam poder compartir amb el grup de jocs de taula d'ASPID les activitats realitzades en el nostre grup, així com les adaptacions que hem implementat per garantir que els jocs siguin accessibles a totes les persones participants.

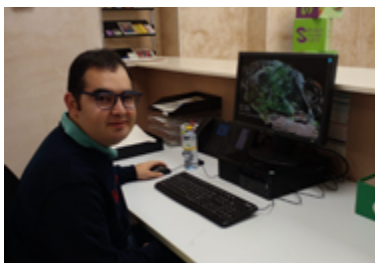
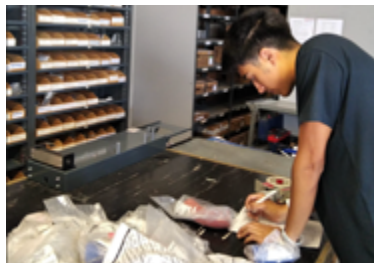
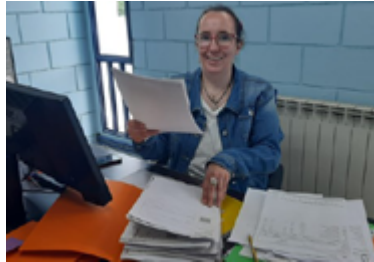
Moltes vegades creiem que les adaptacions necessàries perquè les persones amb discapacitat intel·lectual puguin participar en els jocs de taula són molt complexes. No obstant això, la majoria de les vegades, les adaptacions consisteixen a ampliar o eliminar el temps de resposta, augmentar la mida de les cartes per fer-les més visibles i manipulables, o bé posar les normes o indicacions del joc en una plantilla visible per tal de facilitar-ne l'accés durant tota la partida.

Per augmentar la reserva cognitiva mai no és tard: sempre podem iniciar activitats que la fomentin. No obstant això, és important destacar que com més aviat comencem, millor serà el resultat. Des de l'àrea psicològica, promovem la participació en activitats cognitives i la realització d'avaluacions i seguiments psicològics.

Finalment, voldríem esmentar breument la nostra col·laboració amb la Unitat de Trastorns Cognitius de l'Hospital Santa Maria, on hem establert vincles que permeten a les persones de l'Associació amb sospites de deteriorament cognitiu accedir a les proves diagnòstiques mèdiques necessàries. Des de la UTC, hem pogut reforçar la idea que els jocs de taula i les eines d'estimulació cognitiva són fonamentals tant per a la prevenció com per a la intervenció en processos de deteriorament cognitiu.

Projecte Integra XXI

Pràctiques laborals i noves insercions



Convenis de col·laboració



▲
1/ Coordinadora de Gent gran i voluntariat sènior de Lleida i comarques Programa Voluntariat 2/ Centre audiològic Miró 3/ Natural Òptics 4/ Chypi Events
5/ Motortrans 6/ Fundació Verge Blanca 7/ CB Balaguer

◀
1/ Joan Conejo (Mirasant) 2/ Núria Salamero (Mirasant) 3/ Anju Llona (Mirasant)
4/ Jordi Balcells (Plus) 5/ Jordi Diaz (Parador Del Roser) 6/ Meri Bueno (McDonald's)
7/ Adrià Ibars (Ajuntament Aitona) 8/ Sharón Castelló (Motortrans SA) 9/ Iker Moreno (Institut Torre Queral, Fundació Verge Blanca) 10/ Adrià Ibars (Agipa, IntegraXXI)
11/ Eduard Rodríguez (Grup Mibec, IntegraXXI) 12/ Anna Camí (Unipreus, Residom, IntegraXXI) 13/ Albert Soler (Consell Comarcal)



Dia Mundial de les persones amb Síndrome de Down

Com ja és habitual des de fa alguns anys, el dia 21 de març vam commemorar a la Biblioteca Pública de Lleida, de manera conjunta, el Dia Mundial de les persones amb Síndrome de Down i el Dia mundial de la Poesia.

I com cada any ho vam fer conjuntament amb el Departament de Cultura de la Generalitat i el Consorci de Normalització Lingüística. Aquest any la poesia escollida va ser de Vicent Andrés Estellés i l'alumnat del Consorci la va llegir en diversos idiomes.

I també vam poder escoltar el manifest redactat pel grup de persones Empoderades de DOWN LLEIDA, amb el tema escollit per aquest any, ExtraCapacidades, reivindicant que tothom té capacitats si tenim oportunitat de demostrar-ho.

Els poemes musicats del duet Cantívers va posar el punt final a la vetllada.

Jornada CANVIA LA TEVA MIRADA

El 23 de març vam celebrar una edició més de la Jornada *Canvia la teva mirada*, amb motiu de la celebració el 21 de març del Dia mundial de les persones amb Síndrome de Down.

Gràcies a la col·laboració de les famílies, voluntariat i professionals de l'entitat vam tenir 10 taules informatives repartides per tota la ciutat, i vam organitzar tot un seguit d'activitats participatives i obertes a la comunitat. A l'espai central situat a la plaça Sant Francesc de l'Eix comercial va tenir lloc l'acte institucional de lectura del manifest reivindicatiu amb el lema #EXTRACAPACIT/A.

També vam gaudir de l'exhibició de ball de l'escola de ball FACTORIA D, la batucada per l'Escola Parc de l'Aigua, l'actuació de la Rondalla de l'ONCE, jocs de fusta, globoflèxia, pintacares, xocolatada de l'AAVV de Balàfia i moltes activitats més.

Novetats en la captació de fons a l'entitat

Durant el 2024, s'ha aprofundit en la captació de fons públics i privats incorporant una persona a jornada completa per tal de dur a terme aquesta tasca amb resultats molt positius. Amb aquest article es pretén destacar aquelles eines i convocatòries més importants que s'han pogut captar des de diferents organismes, ja siguin públics, com la Generalitat de Catalunya, o privats com, per exemple, la Fundació La Caixa.

Aquestes són les principals aportacions:

ONAT FUNDACIÓ

L'Associació ha estat escollida com una de les guanyadores dels guardons de l'esport inclusiu. Aquesta distinció ha permès a l'entitat participar en

una magnífica entrega de premis i ha comportat una aportació econòmica destinada a continuar treballant en la inclusió de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals a través de l'esport.

DIPUTACIÓ DE LLEIDA

Ha atorgat una ajuda per al projecte "ARTistejant", entre d'altres projectes, que promou la inclusió de persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals a través de la cultura. Aquest projecte inclou activitats com la poesia, la música i tallers de DJ que es duen a terme a l'associació. Gràcies a aquest suport podem comptar amb el projecte un any més, i contribuïm a fomentar una cultura inclusiva alhora que es creen espais de participació activa per a persones amb diferents capacitats.

FUNDACIÓ LA CAIXA

Ha col·laborat amb l'Associació per seguir apostant per l'educació inclusiva mitjançant l'esport i el voluntariat en programes socials. Aquest any, han fet aportacions a projectes concrets d'esports i voluntariat, donant suport a través de la incorporació de persones voluntàries en activitats i premiant l'esforç per continuar desenvolupant projectes amb impacte social.

En conclusió, cal remarcar la importància de la captació de fons i el gran nombre de convocatòries assolides, que permeten a l'Associació continuar treballant per la seva missió: aconseguir una societat més inclusiva per a les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals.



Primera trobada de Padrins i Padrines de DOWN LLEIDA



«Acaba de ser àvia: Enhorabona! Però... el seu net té la Síndrome de Down».

«Això no ens pot haver passat a nosaltres. Per què el nostre net?»

Per a molts avis i àvies aquesta sensació inicial d'impotència és un veritable patiment experimentat a diversos nivells: pel seu fill/a, pel seu net/a i per si mateix.

Poc a poc van paint la notícia i la majoria senten amor i satisfacció. Abans, no eren participants de l'educació i creixement dels seus nets i netes amb discapacitat, però ara, participen en l'educació, acompanyament i creixement en el seu dia a dia, i faciliten la seva inclusió social. Molts cops són els qui porten als infants a les activitats de l'Associació, però no tenen una visió global d'allò que fem, coneixen l'activitat de la franja d'edat del seu net o neta i poc més.

Per això sorgeix la idea de les TROBADES DE PADRINS I PADRINES, per poder crear un espai de diàleg i de coneixement mutu on poder compartir dubtes, vivències i aprendre conjuntament allò que fa referència als seus net i netes.

La primera trobada va comptar amb la participació d'una vintena de padrins i padrines i va tenir una valoració força positiva; estem segures que va ser la primera de moltes més!

PATIS INCLUSIUS

DOWN ESPANYA ha impulsat el programa *Patis Inclusius* gràcies a la col·laboració amb la Fundació Kiabi, i la formació i assessorament de Gey Lagar, experta en Patis i Parcs Dinàmics.

Es tracta d'un programa per a la inclusió de l'alumnat amb síndrome de Down o discapacitat intel·lectual, en els patis.

L'objectiu ha estat crear entorns de pati inclusius dels quals es pugui beneficiar l'alumnat amb síndrome de Down compartint oci amb els seus iguals, qui a la vegada també en seran beneficiaris. Així, evitar l'aïllament que a vegades es pot donar al pati, potenciant així que tots els espais del centre educatiu siguin inclusius.

DOWN LLEIDA ha implementat aquest programa amb l'Escola FEDAC Lleida, durant els dos últims trimestres del curs passat, amb l'alumnat de Primer Cicle de Primària.

Els professionals del centre educatiu i de l'Associació, després d'una anàlisi de necessitats del pati i la detecció d'aquelles persones que no participen activament d'aquest, hem procurat durant aquests mesos que tot l'alumnat gaudís del joc i d'activitats creatives i sensorials, a través d'una metodologia de mediació en el joc, amb zones i espais d'oci i socialització inclusius.

Experiències IMSERSO

Com cada any, hem pogut gaudir de la setmana de vacances! Les persones majors de 18 anys han tornat a gaudir del programa IMSERSO per mitjà de DOWN ESPANYA. A través d'aquest programa hem pogut visitar Roses, Madrid i Blanes.

Vam deixar petjada a la ciutat costanera de Roses gaudint de la Ciutadella, d'excursió a Cadaqués i al Cap de Creus, i explorant per la platja de Roses. També vam estar de ruta de tapes per Madrid, on vam conèixer millor la seva història i llegendes, els seus carrers i monuments i finalment a Blanes vam gaudir de la platja de S'Abanell, vam visitar el Castell de Sant Joan, el Port de Blanes i altres activitats amb la millor companyia.

Aquestes vacances són molt esperades per les persones de l'Associació, ja que els permet establir lligams d'amistat, sortir de la seva rutina i el més important, divertir-se!



Vida sana a l'estiu

En el dia a dia, mantenir-se actiu és clau per a una vida saludable, no sols pels beneficis físics, sinó també per l'impacte positiu que té en la nostra salut mental i emocional. A DOWN LLEIDA, busquem fomentar el benestar integral dels nostres nois i noies a través de diverses activitats que promoguin la salut i la inclusió.

Un dels programes més esperats i gaudits per tots és el de vida sana, que durant l'estiu tenien lloc els dimarts i dijous a la tarda. Un grup de nois i noies es reunien i sortien a caminar per Lleida, fent rutes accessibles i agradables. Les caminades no només són una oportunitat per a l'exercici físic, sinó que també ofereixen un espai perquè els joves comparteixin moments de diversió, riures i converses. És un temps per connectar amb altres persones, establir nous llaços d'amistat i conèixer-se millor.



Noves activitats

Cada nou curs, ens plantegem variar algunes activitats segons les demandes de les famílies i dels mateixos nois i noies de l'Associació. També ens agrada tenir en compte aquelles propostes externes que se'ns apropen i oferir-les als nostres associats. Destaquem entre aquestes: *Amics Peluts* (programa que pretén contribuir a fomentar l'autonomia de les persones donant la possibilitat de conèixer els animals, concretament els gossos, com animals amics), *Anglès*, *Multiesport* per a infants, *Aquagym* (a les instal·lacions del Col·legi Episcopal) o *Chikung*.



Tornem de colònies a la Carral!

Un any més hem pogut realitzar les colònies amb els més petits de l'Associació i els seus germans i germanes.

Les colònies estan obertes a totes les persones, tant sòcies com no sòcies, dels 4 als 18 anys. DOWN LLEIDA impulsa la socialització d'infants i joves amb síndrome de Down o discapacitat intel·lectual amb persones que no formen part de la nostra entitat per tal d'impulsar la convivència i el fet de compartir experiències amb persones amb capacitats diverses. L'estada es va dur a terme a la Casa de Colònies La Carral del 2 al 6 de setembre. Uns dies plens de diferents activitats lúdiques, artístiques, esportives, cooperatives i amb dinàmiques grupals; i jocs musicals i creatius, entre d'altres.

Zona d'Estiu: gaudint i aprenent a les vacances!

Un any més hem gaudit de la Zona d'Estiu de DOWN LLEIDA, el nostre casal d'estiu, que es va dur a terme de l'1 fins al 26 de juliol.

Aquest estiu hem pogut conèixer la nostra comunitat i gaudir d'activitats com sortides culturals, visites a entitats socials, tallers d'expressió musical i artística, tallers de cuina o estones de piscina.

L'objectiu 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 conviure en societat. El casal d'estiu, per tant, ens permet conèixer-nos una mica més i reforçar així lligams.

Formació digital

El curs 24-25 hem començat noves classes de digitalització per a totes les persones dins del programa de formació Gestiona't de l'entitat.

Aquestes classes tenen la intenció de millorar les habilitats d'utilitzar totes les eines digitals que tenim a la nostra disposició avui en dia i que ens ajuden a tothom en la nostra vida diària.

Hem començat aprenent totes les funcionalitats dels telèfons mòbils, eina que portem sempre a la butxaca i de la qual no usem totes les seves capacitats de què disposa: tenim l'objectiu de poder aprendre a utilitzar bé i amb fluïdesa moltes de les eines d'aquest dispositiu posant molt èmfasi en el correu electrònic.

Projecte d'OCI AUTÒNOM

Aquest 2024 hem engegat el projecte d'oci autònom que té com a finalitat que les persones amb síndrome de Down i discapacitat intel·lectual gaudeixin del seu propi temps lliure.

En aquest projecte, les persones tècniques no acompanyen de forma presencial a les activitats i quedades entre amics i amigues, sinó que simplement donen suport en la gestió de la sortida i estan presents per a resoldre qualsevol conflicte o dubte.

Les persones que formen el grup d'oci de dimarts volen fer arribar una reflexió a les persones lectores de la revista quant a aquest projecte: després de tot l'esforç i dedicació que hem aconseguit ens agradaria que ens donéssiu un vot de confiança: la por de les famílies és esperar que alguna cosa surti malament, però tenim el suport necessari per sortir-nos-en si alguna cosa passa. Ens podem equivocar i podem prendre alguna decisió que no és correcta, però en l'aprenentatge res és impossible, volem prendre les nostres pròpies decisions i aprendre dels errors, així podrem créixer com a persones responsables.



Fent amics amb DOWN CATALUNYA

El 5 d'octubre es va celebrar la trobada "Fent amics amb DOWN CATALUNYA" a Port Aventura, on ens vam trobar per gaudir d'una jornada familiar i compatir experiències, amistats i il·lusió amb altres famílies, amics i amigues de les diferents entitats que formen part de DOWN CATALUNYA.

Durant la diada vam comptar amb l'ajuda de voluntaris i voluntàries de DOWN LLEIDA, també amb el suport del servei d'autocar gràcies a la col·laboració de l'Associació de Voluntaris de La Caixa a Lleida (VOLCALL) i de l'ajuda de les seves persones voluntàries.

En aquesta ocasió, durant l'acte, hi va intervenir el grup d'Urban Dance de DOWN LLEIDA dirigit per Àlícia Romero i la gala va ser presentada per part de Laura Fa (periodista i col·laboradora de Televisió espanyola) i Joan Sorribes (membre de la junta de DOWN LLEIDA): va ser fantàstic.

Agraïm a la Fundació Port Aventura la seva implicació any rere any i esperem que a la següent ens ho passem encara millor!



Trobada de famílies de DOWN CATALUNYA

El cap de setmana del 26 i 27 d'octubre, 160 persones, 50 de les quals de DOWN LLEIDA, van participar de la 2a trobada de famílies de DOWN CATALUNYA a Sabadell.

Va ser una trobada on les famílies vam compartir espais de debat i reflexió que ens van ajudar a créixer i a aprendre compartint experiències.

Dissabte va començar amb xerrades sobre l'envelliment saludable en la persona amb síndrome de Down, com moure'ns per les xarxes socials de manera segura i com es pot aprendre jugant. A la tarda, vam poder passejar-nos per Sabadell i visitar la Casa Duran i el Museu de Paleontologia de Catalunya. I a la nit, tots ben mudats, per participar del sopar de gala, tot ballant fins ben entrada la nit.

Diumenge vam continuar formant-nos en temàtiques que van interessar molt a les famílies, com poden ser l'educació, la vida independent i, per acabar, vam poder compondre, tots junts, una cançó per la inclusió, juntament amb el «Grup Bravo».

Durant el cap de setmana, infants, adolescents i joves van participar de les activitats dirigides a cada grup d'edat, compartint estones boniques amb altres nois i noies de Catalunya.

19a Edició Premis Integra XXI

El 8 de novembre es van lliurar els guardons de la 19a edició dels premis Integra XXI de DOWN LLEIDA, un reconeixement per les empreses que creuen en les possibilitats de les persones amb discapacitat intel·lectual.

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

- AFA Escola Països Catalans
- Brico Depot
- Transports Trota

Com en les darreres edicions, 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 s'ha entregat a Mariví Chacón, periodista lleidatana que sempre ens acompanya i demostra el seu compromís envers la inclusió en tots els àmbits socials de les persones amb discapacitat.

Integra XXI és el projecte d'inserció sociolaboral de DOWN LLEIDA per a persones amb síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals a l'empresa ordinària. Aquest projecte, que utilitza la metodologia del Treball amb Suport, es va iniciar el 2003 i enguany compleix 21 anys!

La integració laboral és un mitjà perquè les persones amb discapacitat construeixin el seu projecte de futur, madurant integralment com a persones. El treball dona l'oportunitat de participar de manera activa en la societat i constitueix la via d'accés al món adult.

Actualment, DOWN LLEIDA dona suport a un total de 72 persones en edat laboral amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, de les quals 38 són homes i 34 dones. I compta amb més de 70 empreses col·laboradores.





Fent Xarxa per al Futur: 2a Trobada de Professionals de DOWN ESPAÑA

Els dies 15 i 16 de novembre, representants de diferents entitats de DOWN ESPAÑA ens vam reunir a les instal·lacions de NTT Data a Madrid en una trobada plena d'idees, debats i, sobretot, connexió.

Durant les jornades, es van tractar temàtiques clau que abasten la vida de les persones amb síndrome de Down i discapacitat intel·lectual: des de l'educació

inclusiva, passant per la vida independent, fins a l'envelliment actiu. També es va posar la mirada en l'estratègia a seguir fins al 2028, amb l'objectiu de definir com encarar reptes i oportunitats d'aquests propers anys. Els debats i les conclusions van ser molt productius i van deixar clara la importància de treballar junts per un futur millor.

Un altre punt destacat de la trobada van ser els grups de treball. Cada entitat va tenir l'oportunitat d'explicar la seva experiència en àrees com l'educació inclusiva, i es va parlar en profunditat sobre els drets de les persones amb discapacitat, des de la salut i el treball fins a l'oci i el lleure. La barreja dels grups va fomentar un debat enriquidor, va afavorir la creació de noves connexions entre entitats, i també va reforçar la cohesió de la xarxa DOWN ESPAÑA.

També cal destacar la nova pàgina web de DOWN ESPAÑA, que es presenta més intuïtiva i accessible, un pas endavant per millorar la comunicació i els recursos disponibles per a entitats i famílies.

En conclusió, aquesta trobada ha estat una experiència molt enriquidora. Des d'aquí, animem tots els representants de les diferents àrees de les nostres entitats a sumar-se a la xarxa Down España. Aportem més idees, debatem i organitzem noves conferències per continuar treballant plegats en benefici de les persones amb síndrome de Down i discapacitat intel·lectual. Junts podem aconseguir grans coses.

1a Jornada de Salut

El passat dissabte 23 de novembre, el Centre Cívic del Secà de Sant Pere va acollir la 1a Jornada de Salut organitzada per la nostra associació, que va ser un gran èxit tant pel nombre d'assistents com per la qualitat de les intervencions.

Amb l'objectiu de donar eines i compartir coneixements sobre el benestar físic, mental i emocional, l'esdeveniment va comptar amb experts que van oferir un enfocament multidisciplinari a la salut, cosa que va enriquir la trobada.

L'acte va començar amb la benvinguda de la presidenta, Olga Parés, i una breu intervenció de les psicòlogues de l'entitat, Sílvia Pujol i Maria Granell. A continuació MET Físio va fer la primera presentació amb la intervenció de dues fisioterapeutes de l'equip, Matilde Meneses i Patricia Rodríguez, que van parlar sobre la importància de cuidar la salut física amb recomanacions sobre nutrició i activitat física. Molt ben valorada pels assistents, que van aprendre noves pràctiques per integrar en la seva vida quotidiana.

La següent intervenció va ser la de la infermera Alexandra Lavilla, del Servei Especialitzat en Salut Mental i Discapacitat Intel·lectual (SESM-DI) de Sant Joan de Déu

Terres de Lleida. La seva conferència va estar dedicada a un tema molt important: l'afectivitat i la sexualitat en persones amb discapacitat intel·lectual. A través d'una explicació clara i sensible, va compartir la seva experiència en el camp i va oferir recursos reflexionar sobre aquest àmbit. A més, va recalcar la importància de seguir les pautes mèdiques a l'hora de prendre fàrmacs psiquiàtrics.

Per tancar la jornada, vam comptar amb la col·laboració de la Fundació Àlex / MiNovAliança, que va oferir una conferència impartida pel Dr. Jordi Peña i la Dra. Marta Canals. Tots dos professionals van explicar la rellevància de realitzar revisions ginecològiques i urològiques de manera regular. La seva presentació va incidir en com aquestes revisions poden detectar a temps possibles malalties i afeccions, contribuint a una vida més sana i llarga. Els assistents van valorar positivament el rigor dels coneixements compartits, així com els consells pràctics sobre la salut reproductiva.

Com a conclusió, la 1a Jornada de Salut va ser un èxit rotund, amb una assistència entusiasta i compromesa amb la millora de la salut. Els ponents van oferir informació valuosa i útil que va ressonar en tots els participants, que han fet una valoració excel·lent de l'experiència. Aquesta jornada ha estat una clara mostra de la importància d'apropar els recursos de salut a la comunitat i de fomentar l'educació en benestar.

La nostra Aassociació se sent molt satisfeta amb l'acollida de l'esdeveniment i agraeix a tots els professionals i assistents la seva participació. Esperem poder repetir aquesta experiència en el futur i seguir contribuint a la salut i el benestar de tots i totes.



Trobada empoderats i empoderades DOWN CATALUNYA

El cap de setmana del 30 de novembre i 1 de desembre vam anar a la trobada d'Empoderats i Empoderades de DOWN CATALUNYA.

Es va fer a Sabadell, a l'Hotel Catalonia Verdi. Vam sortir amb autobús des del pavelló Juanjo Garra, i en arribar a l'hotel vam fer debat sobre la Sequera i el Medi ambient, i vam jugar a un Kahoot, organitzat per DOWN TARRAGONA (van guanyar la Marta Botigué i el Guillem Gracia!).

Després vam dinar al bufet lliure (ens vam ficar les botes), i a la tarda el nostre grup d'Empoderats/es vam fer una presentació i uns jocs sobre el Dret a l'Accessibilitat i la Targeta Europea de discapacitat.

A continuació vam assistir a un taller d'Andi Sabadell sobre la sequera. Abans de sopar vam tenir temps lliure i vam decidir anar a fer un beure i passejar a prop de l'hotel. Tot seguit, vam sopar a l'hotel i després... festa! organitzada per Astrid21. Una estona de ball i jocs.



El diumenge, quan ja havíem esmorzat, vam agafar un autobús per anar al Bolting Terrassa, "a saltar sin parar!". Per acabar, vam dinar un pica-pica a la seu d'Andi Sabadell i tornada cap a casa. Ens ho vam passar súper bé! Tornarem l'any vinent!

Festa de Nadal

L'últim divendres abans de les vacances de Nadal, vam celebrar la tradicional Festa amb les famílies de la nostra Associació. Aquest any vam tenir l'actuació dels participants del Taller d'expressió musical, que van preparar dues nades amb les professionals de la Fundació "Músics per la salut", que han col·laborat amb la nostra entitat durant unes quantes sessions. També vam gaudir de les actuacions dels grups dels més petits i petites de l'entitat. Abans del berenar, vam fer un reconeixement als voluntaris i voluntàries que dia a dia col·laboren amb la nostra entitat. I per acabar la festa, no va faltar la visita dels Reis Mags de l'Orient, que ens van obsequiar amb un bonic detall. Agraïm a la direcció de l'Institut Escola Torre Queralt, a CEDIS i Plusfresc la col·laboració que permet que la Festa sigui màgica per a les famílies de DOWN LLEIDA.

Establiment amic

És un projecte de l'Ajuntament de Lleida, del departament de la Regidoria de la Gent Gran. El seu objectiu és que els establiments siguin més accessibles per a totes les persones, en concret per a la gent gran i persones amb discapacitat.

Per poder-ho aconseguir, el grup de persones Empoderades de DOWN LLEIDA vam anar amb un voluntari de la regidoria de la gent gran (el Jordi Serentill), als diferents establiments del Barri del Secà de Sant Pere. Una vegada arribàvem als establiments, explicàvem el projecte i fèiem una enquesta de preguntes per saber si complien amb tots els requisits per ser accessibles. Si volien participar en el projecte i ser més accessibles, els donàvem l'adhesiu perquè el fiquessin a la porta i tothom el pogués veure.

Ens encanta col·laborar per aconseguir tenir les mateixes condicions que tothom per gaudir de la nostra ciutat.

Taller de batucada

Ritme, inclusió i energia positiva, això és del que van gaudir les persones que van participar del Taller de batucada que ens va oferir el Projecte Revolta, un projecte solidari de diferents agrupacions de batucada de Lleida.

Vam connectar amb el benestar emocional a través de la música i el ritme. Una gran oportunitat, MOLTES GRÀCIES, Projecte REVOLTA!

Aliances amb el voluntariat sènior

El 19 de gener de 2024 vam signar un nou conveni de col·laboració amb l'Associació Coordinadora de Gent Gran i Voluntariat Sènior de Lleida i Comarca.

Aquest conveni ha permès a la nostra entitat comptar amb el suport de voluntariat en algunes de les activitats que hem estat implementant, ja sigui en el nostre taller de cuina o bé en activitats puntuals com en la nostra Jornada de Captació pel dia Mundial de la Síndrome de Down! Molt agraïdes de continuar sumant aliances!

Artistejant

El projecte Artistejant, amb el grup de DJs i el d'Expressió i creativitat, durant aquest any ha continuat fent gaudir amb bona música i lectures poètiques els usuaris de diferents residències. Es tracta d'una bona unió de generacions i de propostes culturals que hem compartit amb el Centre de dia Convent de Santa Clara, Residència Balafia Balafia 1, Residència Caser i Residència Clece Vitam.





Per Carnaval, tot s'hi val

El Carnaval és la festa per excel·lència, plena de color, música i disfresses, emblemàtica i antiga celebrada a tot el món. El 10 de febrer de 2024 es va celebrar a la ciutat de Lleida i DOWN LLEIDA s'hi va sumar. Amb la temàtica de “personatges Disney”, vam gaudir d'una bona jornada!

Models per un dia

El dia 22 de març, amb motiu dels actes de celebració del Dia mundial de les persones amb síndrome de Down, vam poder participar d'una desfilada organitzada per Antonieta Marbà al pavelló Barris Nord.

Nois i noies de DOWN LLEIDA es van sentir models per un dia, lluint des de roba esportiva fins a vestits de bany de la merceria Lys, mentre desfilaven amb el grup de models de l'Antonieta Marbà.

També el dia d'octubre 19 d'octubre es va celebrar al Club Tennis Lleida un Tardeo solidari, organitzat també per Antonieta Marbà, amb desfilada de moda inclusiva amb models de Renata Hostesses, taller de ball, batucada de la banda ReVolta i paradetes de diversos establiments comercials. En aquesta ocasió van lluir la roba de la temporada de tardor de les botigues Gre-lot, Mon Chic i Imperial Lleida.



15è Congrés Europeu i 14è Estatal de Treball amb suport

Els dies 5, 6 i 7 de juny, professionals de l'àrea sociolaboral vam assistir al 15è Congrés Europeu i 14è Estatal de Treball amb suport, que va tenir lloc al Centre de Convencions de Portaventura. Es tracta d'un congrés organitzat per Aura Fundació amb el suport d'AESE, EUSE, Fundació ONCE i ACTAS.

Amb el lema de WE HAVE THE TALENT vam poder escoltar, aprendre i compartir amb professionals del sector, persones participants d'entitats i empreses compromeses amb la inclusió, amb l'objectiu de continuar avançant en un model d'inclusió laboral a tota la Unió Europea, replicant bones pràctiques i posant en valor processos innovadors, amb la persona en el centre d'atenció.



Com col·laborar?



Calendari Solidari 2025

El calendari solidari 2025 de DOWN LLEIDA s'ha realitzat, un cop més, amb la col·laboració desinteressada de Julián Garcia i Reinald Pomés, i Albert Vilasetrú i Meritxell Miret.

Aquest any el calendari té models excepcionals: els infants i persones de l'Associació rememorant el calendari que es va fer al 2010.

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

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
- Ossets de peluix
- Clauers DOWN LLEIDA
- Pissarres de viatge



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**

1



Entra des de l'App del teu banc, en la que tinguis bizum actiu

2



Selecciona l'opció "Fer donatiu" o "Donar a una ONG"

3



Introdueix el codi
33558

4



Indica l'import que desitges **DONAR**

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 ajudarà a tirar endavant els nostres projectes i contribuirà 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 detallem 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**

Onat
Foundation