

MEMÒRIA D'ACTIVITATS DE L'ANY 2018

Fundació inscrita en el registre de fundacions de la Generalitat de Catalunya el 8 de novembre del 2013 amb número d'inscripció 2841.

Fundació admesa com a entitat associada a Dincat Federació des del 10 de novembre de 2016.

Entitat ciutadana inscrita al Registre Municipal d'Entitats gironines amb núm. de registre EH3204.

Índex

Equip de treball de la fundació:	2
Breu resum dels projectes que s'han portat a terme	2
PREVENCIÓ DE LA SALUT MITJANÇANT ACTIVITATS FÍSQUES ADAPTADES (Projecte Elna3CS)	2
EL PROJECTE D'HABITATGE	4
OCI CULTURAL	4
EL VOLUNTARIAT amb acompanyament personal 1x1	5
TU, JO I LES NOVES TECNOLOGIES. Accés al Certificat "Acreditació de Competències en Tecnologies de la Informació i la Comunicació"	5
ESPAI ALBA	6
ALTRES PROJECTES COMPLEMENTÀRIS	6

Equip de treball de la fundació:

Direcció i Psicologia: Montserrat Castellana Rosell

Coordinadora Tècnica i Responsable del Projecte Habitatge : Marta Gabarda Mallorquí

Projecte de Prevenció Salut i Exercici Físic: Estefania Plans Salas (de gener a juliol), Eduard Vilar Román (de setembre a desembre) i Marc Combis Garrigé (de setembre a desembre)

Projecte Cultura i Oci i el de Noves Tecnologies: Domènec Boïgues Codina

Projecte Assistent Personal: Domènec Boïgues Codina i Eduard Vilar Román

Projecte Educació en la Salut i la Sexoafectivitat: Marta Gabarda Mallorquí

Suport als projectes de Salut i Exercici Físic: Montserrat Mallorquí Ribas i Aida Quesada Molinero

S'ha treballat amb un total de: 44 persones amb Diversitat Funcional Intel·lectual (DFI)

Breu resum dels projectes que s'han portat a terme

PREVENCIÓ DE LA SALUT MITJANÇANT ACTIVITATS FÍSIQUES ADAPTADES (Projecte Elna3CS)

Adscrit en el registre d'Entitats esportives del Consell Català de l'Esport de la Generalitat de Catalunya amb el núm. de registre A01934

Actuacions que s'han portat a terme dins d'aquest projecte:

1) Proves Mèdiques:

Proves Mèdiques: realitzades a l'inici de la temporada esportiva, a les instal·lacions del CAP de Cassà de la Selva i de Can Gibert del Pla en el marc de l'acord amb el Institut d'Assistència Sanitària (IAS).

Les proves mèdiques són les següents:

- Anàlisi de Sang completa, per determinar riscos cardiovasculars
- Valoració antropomètrica (pes, alçada, IMC i ICC)
- Valoració de tensió arterial (TAS i TAD)
- Peakflow (prova que avalua la capacitat cardiorespiratòria).
- Electrocardiograma en repòs.

2) Proves Esportives

Proves físiques específiques i adaptades a partir de la bateria AFISAL-INEFC. Es valoren els nivells en agilitat, coordinació, resistència cardiorespiratòria, força explosiva del tren inferior, flexibilitat i equilibri i una valoració antropomètrica.

3) Proves d'Esforç

Un acord amb la clínica Bofill ens ha permès realitzar, a un cost més assequible, una prova d'esforç (cardiològica màxima) a tots els esportistes de la Fundació. Es porta a terme pel Dr. Castillo.

4) Seguiment Mèdic

La Sra. Isabel Muñoz Millán, infermera que col·labora amb la Fundació de forma voluntària, a partir del mes de setembre per temes de salut personal va haver de deixar la seva col·laboració. A partir d'aquest moment els controls de pes, l'índex de massa corporal i la pressió arterial es mesuren dos vegades per temporada a cada esportista. Es farà el seguiment més acurat i sistemàtic als esportistes que ho necessitin.

5) Seguiment Nutricional

Continua el seguiment per part d'una nutricionista al projecte de Salut, la Sra. Carnera Sunyol Gurnés. Aquests anys s'ha realitzat un control individual i seguiment de l'alimentació dels esportistes que estan en sobrepès.

6) Educació per la Salut

Les revisions mèdiques es fan entre el mes d'octubre i novembre i s'entrega els informes mèdics dins del mes de desembre.

Aquesta temporada esportiva s'ha canviat la metodologia. Enlloc de proposar conferències o tallers grupals sobre temes relacionats amb la salut, hem iniciat un treball personal amb cada família/ tutors i el seu fill/tutelat

- Una vegada fet l'informe mèdic sobre els resultats de la revisió, i després que l'entrenador/a hagi comentat amb el Doctor els resultats, cas per cas, es fa un retorn a cada esportista amb la presència dels seus tutors.
- En aquesta entrevista de retorn s'aprofita per comentar cada resultat significatiu i s'amplia amb comentaris i/o explicacions relacionades amb la salut i la seva prevenció.

7) Informes esportius

a final de la temporada esportiva es realitza un informe de valoració que s'entrega a la família i el mateix se li entrega al noi/noia adaptant-lo a les seves característiques de comprensió i de lectoescriptura.

Resum activitats del projecte elna3CS

a) HIDROTERÀPIA (Aiguagim adaptat)

- Tres grups
- Instal·lacions: Centre esportiu Wellness O2 de Girona
- Professionals d'atenció directa: 1/2 per grup en funció de les seves necessitats.
- Participants: 24 esportistes

b) PSICOMOTRICTAT ADAPTADA A PERSONES AMB DFI (anomenada Body-Fit)

- Dos grups.
- Instal·lacions esportives de l'UdG
- Professionals d'atenció directa: dos
- Participants: 18 esportistes

c) ESTIMULACIÓ NEURO-COGNITIVA EN FORMAT BASQUET

- Un grup (una hora i mitja per sessió)
- Instal·lacions esportives de l'UdG (gener a juliol) i Pavelló esportiu del Club de Basquet Salt (setembre a desembre).

- Professionals d'atenció directa: 2
- Participants: 12 esportistes

d) TORNEIG INCLUSIU "Tots dins la cistella": Interessant i innovadora metodologia motivacional

- Joves amb DFI i joves sense discapacitat dins d'un mateix equip. Ha estat el tercer any i ha conclòs amb èxit i satisfacció.
- Dues sessions d'entrenament plegats i un torneig de 3x3 al llarg de tot un mati.
- Participants: 12 esportistes amb DI i 10 esportistes sense DI

e) ALTRES ACTIVITATS FÍSQUES

Activitats aeròbiques molt recomanables per les característiques físiques de les persones amb Diversitat Intel·lectual. Preparades i acompanyades pels entrenadors de la Fundació.

- Projecte " A la conquesta dels cims catalans".
- Projecte " Descoberta de rutes catalanes"
- Esport a la Neu (Andorra caminada amb raquetes, Mushing...)

f) ACOMPANYAMENTS ESPORTIUS INDIVIDUALS

- Hi ha persones que per les seves característiques requereixen d'una atenció individualitzada. Aquestes sessions d'exercici físic adaptat les realitzen personalment els dos entrenadors del Projecte " Salut i Exercici Físic". Un exemple és: ciclisme a la natura una hora i mitja a la setmana.
- En el cas que la problemàtica del noi o noia ho requereixi hi ha un suport dut a terme per un Tècnic Superior en Integració Social que potencia les HAPS (Habilitats Autonomia Personals i Socials).

EL PROJECTE D'HABITATGE

Projecte registrat al Departament d'Entitats, Serveis i Establiments Socials del Departament de Benestar Social i Família de la Generalitat de Catalunya, amb el número de registre S08978.

- Ubicat a la ciutat de Girona. Un pis cedit a la Fundació Elna i atenció a un noi en el seu propi habitatge.
- Participants: 10 joves (5 noies i 5 nois) entre 23 i 35 anys.
- Estadades de quinze dies mensuals per a 9 dels participants i 1 noi que ja hi viu tot l'any.
- Paral·lelament es fa acompanyament a les famílies d'aquests joves. Les famílies han valorat aquests suport com a útil i necessari.

OCI CULTURAL

Volem remarcar dins de l'àmbit de la cultura la valoració molt positiva que fan tant els joves com les seves famílies o tutors de L'ESPAI FEM CULTURA. Una trobada prèvia a una proposta cultural on de manera dinàmica i participativa els nois i noies reben informació adaptada a les seves possibilitats cognitives sobre l'activitat que realitzaran aquell dia. Sempre s'inscriuen a les diferents propostes per voluntat pròpia.

Organitzat amb sortides culturals i trobades d'oci amb petits grups (6 a 8 persones màxim). Les sortides especials com Cap d'Any, Vacances d'estiu, Sant Joan el grup pot arribar a un màxim d'12 persones. Freqüència de les propostes: una bimensual sense passar la nit i una trimestral si es dorm fora de casa

- Participants: 25
- Propostes totals de sortides: 10
- Acompanyants de suport, Domènec Boïgues Codina i/o Marta Gabarda
- Comentari: Ens trobem amb un grup de 8 joves que per qüestions econòmiques no poden participar mai d'aquestes propostes. És un tema preocupant que no trobem la manera de resoldre'l ates que la cultura i oci no són considerades activitats prioritàries.

EL VOLUNTARIAT amb acompanyament personal 1x1

Projecte inscrit al cens d'Entitats de Voluntariat de Catalunya del Departament de Benestar Social i Família (Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària) de la Generalitat de Catalunya amb núm. de cens 001725-000.

Els joves amb DFI que ho desitgen tenen l'oportunitat de fer voluntariat amb persones o Entitats de la societat civil. Aquest voluntariat és fa amb un suport d'un professional de la Fundació ELNA que els ajuda durant unes hores per tal de facilitar el seu Desenvolupament maduratiu personal. Aprenentatge d'actituds i valors professionals a partir de l'experiència pràctica i significativa seguretat en si mateixos, estratègies i habilitats per dur a terme el voluntariat en concret etc.

És un projecte que està tenint molta acceptació tot i que costa impulsar-lo perquè a les persones amb DFI els costa acceptar que elles poden ensenyar i ajudar als altres que no tenen discapacitat (estan molt acostumades a ser elles les que sempre necessiten ajuda). Tant per part de les Entitats col·laboradores, de les persones particulars que han rebut ajuda, dels propis voluntaris així com de la mateixa fundació es valora com una proposta interessant, necessària i gratificant per ambdues parts.

- Participants: 4

TU, JO I LES NOVES TECNOLOGIES. Accés al Certificat "Acreditació de Competències en Tecnologies de la Informació i la Comunicació"

Projecte en conveni amb l'Acreditació de Competències en Tecnologies de la Informació i la Comunicació de la Generalitat de Catalunya.

Professors voluntaris

Persones de la societat civil actuen com a professors voluntaris d'un noi o noia de la Fundació. Durant un any (si ho desitgen, poden fer-ho més temps) els hi fan classes d'informàtica una hora setmanal a espais de la comunitat, ja sigui centres cívics, sales d'estudis de les biblioteques o a la seu de la Fundació.

Aquests professors estan orientats i coordinats des de la Fundació on, amb una forma d'ensenyar pròpia, s'està implementant una metodologia amb la finalitat que persones amb DID que ho desitgen coneguin el món de les TICS .

Donat que són classes individuals, els coneixements s'adapten a cada persona exclusivament en funció del seu nivell i possibilitats.

- En el any 2018 gaudeixen d'aquests programa 3 nois i noies.
- La baixada de persones que reben classes és deguda a les dificultats per trobar voluntaris. Els joves esperen el seu voluntari amb delit.

Titulació avalada per la Generalitat de Catalunya:

D'altra banda la Fundació ELNA és centre col·laborador de la Generalitat de Catalunya amb el **programa ACTIC** (Acreditació de Competències en Tecnologies de la Informació i la Comunicació).

- Aquest programa, adaptat en temporalitat amb un acord entre ACTIC i ELNA, permet als joves participants obtenir aquest títol formatiu. Aquests 2018 cinc joves han obtingut el títol ACTIC-BASIC, i 5 han començat a estudiar el nivell ACTIC-MIG.
- Aquests any hem donat l'opció als joves que tenen dificultats per seguir els nivells de l'ACTIC que optin per superar el nivell de COMPETIC (un curs amb menys exigència, i que presenta continguts essencials).
- Participants totals: 13

ESPAI ALBA

Durant l'any 2108 s'han realitzat **un total de 45 entrevistes amb pares i mares** per part de professionals de l'equip de la Fundació ELNA amb la finalitat d'orientar i fer seguiment de la evolució dels seus fills en els diferents projectes que dur a terme la Fundació.

Hem mantingut:

- Sessions formatives per a famílies: amb professionals especialitzats en els temes que es tracten.
- Sessions d'orientació (legal, futur laboral, i futur quotidià a curt/mig termini).
"I després dels 18 anys, què?"
- Suport Psicoterapèutic a les famílies dels joves participants en el projecte d'habitatge amb una freqüència trimestral.
- Artteràpia: intervenció a joves de la Fundació que ho precisen, amb una professional d'aquesta disciplina, una hora a la setmana per cada noi/a.

ALTRES PROJECTES COMPLEMENTARIS

Educació sexual en persones amb DID.

Després de l'èxit que va tenir la jornada de sexoafectivitat. Hem decidit no tancar la web <https://sexoafectivitat.fundacioelna.org/> per tal de poder anar penjant informació si es continua fent activitats sobre aquests tema.

Com a novetat hem començat a realitzar tallers amb PDID (grups reduïts) i s'ha iniciat una prova pilot atenen individualment a una persona per a treballar els continguts bàsics "d'Educació Sexoaffectiva".

Difusió

- Es mantenen les informacions via Xarxes Socials al dia. Facebook, Tuitter i Instagram.
- La web també activa i posada al dia. S'ha realitzat la traducció al castellà de la web i està previst publicar la traducció en angles.

Formació de Professionals de la fundació.

- Es manté donar facilitat als professionals de l'equip de treball d'Elna per realitzar formacions continuades. Els 100€ primers de cada formació van a càrrec de la Fundació. Aquest any s'ha prioritzat la formació en Sexoaffectivitat en PDID i en Atenció Centrada en la Persona (Marta Gabarda i Eduard Vilar).

IDENTIFICACIÓ DELS CONVENIS DE COL·LABORACIÓ I PRESENTACIÓ DE SERVEIS

S'han signat un total de 11 convenis de col·laboració de prestació de serveis, amb empreses i/o administracions públiques:

- IAS i ICS de Girona
- Clínica Bofill de Girona
- O2 Centre Wellness
- Fundació Innovació i Formació de l'UdG
- IES Montilivi, i IES Narcís Xifra
- Llar d'infants Mas Balmanya, De la Cooperativa Suara.
- Ajuntament de Girona (Biblioteca Salvador Allende)
- Club de Vela Calella
- Fundació Cases de la Musica de Catalunya
- Normalització lingüística de Girona

Es manté el conveni amb Banc de Sabadell de cessió d'un pis a Girona, per portar a terme l'activitat d'habitatge.

Desembre 2018