



Crònica

Sumari

- | | | | |
|----|--------------------------------------|----|---|
| 3 | Editorial | 14 | Dossier: Aprenem de forma cooperativa per superar la bretxa tecnològica |
| 4 | Tertúlies “Entrefamílies” | 16 | Convenis de col·laboració |
| 8 | Prevenició de l’envelliment prematur | 17 | Projecte Integra XXI |
| 9 | Esmorzars amb padrines i padrins | 18 | Activitats i projectes |
| 10 | México en Lleida | 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
Consorti per a la Normalització Lingüística

DISSENY EDITORIAL
Miquel Gracia

FOTO PORTADA
@javier.fotolleida

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

Un any més tornem a tenir a la vostra disposició la revista Crònica, on es reflecteix la tasca de la nostra associació, una associació oberta a la comunitat. El fet d'aportar el nostre granet de sorra a la comunitat facilita la visualització i el coneixement de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals i les ajuda a adaptar-se a diferents situacions i a adquirir nous aprenentatges. El treball en xarxa, tant de l'equip tècnic com de les famílies, segueix sent la clau de l'èxit de la nostra entitat.

L'any 2022 ha sigut l'any d'«Amb tu inclusió», el podcast que la periodista Mariví Chacón ha dinamitzat i on s'han tractat diferents temes que des de l'Associació s'han proposat. Podeu recuperar tots els capítols del podcast a la nostra pàgina web. Participar en aquest tipus de mitjans fa que puguem arribar al públic jove i que sovint s'interessin i tinguin ganes de conèixer el nostre projecte. De fet, DOWN LLEIDA és una associació formadora i això és un orgull! Ens encanta que vinguin estudiants i puguin conèixer la nostra filosofia i manera de treballar, fins i tot en venen de Mèxic!

M'alegra escriure que aquest any ha sigut el del retrobament i recomençament de les activitats familiars, quines ganes que en teníem!! Els dies grisos queden enrere i se'ns obre un gran ventall de colors que cal aprofitar.

La bona feina en tots els àmbits de l'entitat ha fet que aquest any la Fundació Lealtad ens hagi atorgat el Segell de Bones Pràctiques i Transparència i que s'hagi pogut registrar el nostre Pla d'Igualtat.

Aquests èxits ens encoratgen a tirar endavant nous projectes i a seguir treballant per les necessitats que van sorgint.

Us animo a participar en les diferents activitats, reunions, assemblees, dinars, festes..., i a fer-nos arribar les vostres inquietuds, dubtes, necessitats perquè treballant plegades hem de poder aplanar i facilitar el camí dels nostres fills i filles.

Olga Parés Simón, presidenta de DOWN LLEIDA



Tertúlies “Entrefamílies”

Sonsoles Perpiñán, coordinadora de la Xarxa Nacional d'Atenció Primerenca de DOWN ESPAÑA

Els éssers humans naixem amb una predisposició natural cap a allò social, necessitem comunicar-nos amb altres persones. Una de les claus del benestar, i més quan passem situacions adverses, és compartir amb altres les nostres experiències, les nostres emocions i les nostres idees.

En manifestar-nos mitjançant el llenguatge i relatar el que ens passa, com ho estem afrontant i perquè creiem que ens passa, aquesta realitat es fa més visible i podem entendre-la millor. Posar paraules a les nostres vivències, a les nostres emocions i a les nostres accions, és una estratègia molt important per caminar per la vida amb major seguretat.

Per una altra part, escoltar el que altres ens conten de la seva vida, ens permet contrastar les nostres accions i veure la realitat des de diferents punts de vista, ampliant la perspectiva i posant al descobert nous punts de vista que, potser, no hauríem trobat si ho buscàvem nosaltres sols.

Sobre aquesta anàlisi de la comunicació humana es basa el projecte “Tertúlies Entrefamílies” que està posant en marxa DOWN ESPAÑA. Consisteix a facilitar trobades entre famílies que formen les nostres entitats, en les quals puguin compartir. Els diem “Tertúlies” perquè

són reunions periòdiques però amb un caràcter informal per conversar sobre temes del seu interès, i “Entrefamílies” perquè estan dirigides a diferents familiars però impliquen condicions d'igualtat entre els participants.

Criar i educar un fill/a o un net amb síndrome de Down afegeix certa inseguretat en el desenvolupament del rol d'educador perquè el nen o la nena tenen un desenvolupament diferent al qual ens havíem fet a la idea i això provoca, sobretot al principi, ansietat i preocupació. Les famílies manifesten la necessitat de compartir el seus temors i els seus avanços amb altres persones que estan passant o han passat per situacions similars. Volen conèixer altres realitats semblants a les seves per veure com ho fan altres famílies. És veritat que els professionals poden aportar ajuda oferint informació i proporcionant orientacions, però compartir en condicions d'igualtat ofereix molta tranquil·litat. Escoltar que altres persones tenen necessitats o sentiments semblants disminueix l'ansietat i la culpabilitat, permet la recerca de solucions o d'accions més activa i molt més eficient.

Les Tertúlies Entrefamílies són un conjunt de reunions de famílies, que poden ser parels, avis o germans, que es fan una vegada al mes aproximadament.

Les coordina un professional de l'entitat Down format per al treball amb grups de famílies que facilita que els participants puguin expressar-se i compartir les seves vivències i les seves idees.

Es tracta de crear un entorn segur on reflexionar junts sobre diferents aspectes del desenvolupament del nen, sobre les necessitats d'altres membres de la família, o sobre els temes que susciten interès dels participants. Són especialment interessants per compartir els avanços en les nostres actituds o les nostres emocions. Les altres famílies que ens acompanyen valoraran tot això des de la igualtat, comprendran el que significa perquè ells també passen per situacions similars. El que cada persona aporta suposa un benefici per a la resta.

D'altra part, les tertúlies faciliten la creació de nous llaços de relació social que redueixen el possible aïllament en el qual a vegades viuen les famílies. Quan neix un fill/a amb síndrome de Down, les necessitats de la família poden no ser coincidents amb les de les seves amistats anteriors, cosa que pot portar a reduir el seu cercle social. A les tertúlies troben persones que viuen situacions similars amb les quals poden sentir-se més identificats.

El moviment associatiu va néixer a partir d'iniciatives de petits grups de pares que es reunien per ajudar-se i fer coses per als seus fills. Les entitats que es van crear van anar creixent, i es van fer interlocutors amb les institucions i amb la societat per a la reivindicació de drets i la creació de serveis. Es van convertir en estructures formals i poc a poc van anar abandonant una de les seues principals funcions que és l'ajut mutu entre famílies. El projecte "Tertúlies Entrefamílies" pretén recuperar

aquesta funció d'ajut que han de tenir les associacions, en què les famílies troben la possibilitat d'expressar les seves emocions, de ser escoltats, d'ajudar altres famílies i de construir un sistema d'idees i creences que els permeti sentir-se més segures davant el repte d'educar el seu fill/a amb síndrome de Down.

A vegades pensem que el que necessiten les persones amb síndrome de Down són molts serveis i molts ajuts externs, lluitem perquè la societat els asseguri però no ens adonem que el que més necessiten és un entorn familiar equilibrat on se'ls accepti tal i com són. Necessiten uns pares, avis i germans que estiguin tranquils perquè han reflexionat sobre les seves emocions i sobre les seves actuacions, que hagin construït unes actituds que realment ajuden a la seva autonomia i a la dignitat de la persona amb síndrome de Down.

La inclusió social comença per la família i aquesta serà possible en la mesura que tots revisem quina és la nostra posició respecte de la discapacitat. Les Tertúlies Entrefamílies pretenen ser una estratègia perquè busquem propostes en el interior de les nostres famílies que afavoreixin aquesta inclusió.

Són moltes les entitats de DOWN ESPAÑA que, com DOWN LLEIDA, estan il·lusionades amb aquest projecte, i també estan segures que el suport a les famílies és el millor camí per oferir a les persones amb síndrome de Down un entorn millor per al seu desenvolupament i la millor qualitat de vida que mereixen.



Prevenció de l'envelliment prematur

Article basat en la guia *Vida adulta y envejecimiento de las personas con síndrome de Down*, de DOWN ESPAÑA

Aquest any, DOWN LLEIDA ha entrat dins la Red Nacional Vida Adulta i Envel·liment (RNVAE) amb un doble objectiu. D'una banda, per la necessitat de col·laborar amb altres entitats i nodrir-nos del treball en xarxa; i, de l'altra, per estar actualitzats en la prevenció de l'envelliment i disposar de més recursos per a una millor atenció.

Les persones amb discapacitat intel·lectual comencen el procés d'envelliment de forma prematura. En el cas de la síndrome de Down, el par 21 de cromosomes té relació amb el procés d'envelliment i amb la producció de la proteïna B-amiloide al cervell, una proteïna que, quan s'acumula, forma plaques senils associades a l'Alzheimer. Actualment, a DOWN LLEIDA hi ha aproximadament unes 35 persones de més de trenta anys i es preveu un augment de persones d'aquesta franja d'edat a partir de l'any 2027.

És per això que, des de l'entitat, estem elaborant un protocol que contempla la prevenció, l'avaluació i el seguiment de l'envelliment prematur. La prevenció es realitza mitjançant activitats lúdiques que treballen funcions cognitives. Principalment, es treballa a partir de l'activitat Activa la ment i a través del programa Neuron Up de rehabilitació cognitiva. L'avaluació es materialitza amb el PAS-NPS, un cribatge de seguiment neuropsicològic per a persones adultes

amb síndrome de Down i/o discapacitat intel·lectual (a més de disposar d'altres eines, quan sigui necessari). També estem introduint el PROLAB76, una eina que permet avaluar i detectar necessitats en la vida laboral, a mesura que es va produint l'envelliment.

Així mateix, valorem com una oportunitat d'enriquiment, col·laborar amb altres entitats i institucions, com CASER residencial, l'Hospital Sant Pau i altres centres especialitzats on derivar en cas de necessitat d'avaluació. A més, pel fet de formar part de la RNVAE, estem en contacte amb altres entitats, amb l'objectiu de compartir experiències, aprendre més sobre envelliment en persones amb síndrome de Down o discapacitat i formes d'intervenir-hi i millorar el nostre treball.



Esmorzars amb padrines i padrins

Article basat en la guia *Mi nieto tiene síndrome de Down*, de DOWN ESPAÑA

Els padrins i padrines són un pilar fonamental en la família i tenen un paper insubstituïble en la vida dels seus nets i netes. La relació establerta afavoreix el desenvolupament dels infants i alhora resulta molt positiva per als padrins i padrines. Aquests familiars donen afecte, cures, suport, comprensió i experiència, mentre que les netes i nets ofereixen amor, afecte, entreteniment i estimulació per a la gent gran. És una relació bidireccional, positiva per a totes dues parts i per a tot el sistema familiar.

El paper dels padrins i padrines a la família és cada cop més important. A causa dels nous models de família o de la necessitat de conciliar vida laboral i familiar, entre altres motius, els avis i àvies han esdevingut figures de referència, tant pel suport emocional com pel suport pràctic que ofereixen a la família. En el context familiar, les àvies i els avis proporcionen suport pràctic, quan realitzen tasques de la vida diària, com portar als infants al col·legi o cuidar-los unes hores, i també suport emocional, ja que acompanyen tota la família. L'augment de l'esperança de vida i la millora de la seva qualitat fa que les persones grans siguin més actives i puguin assumir activitats de cura.

Els padrins i padrines d'infants amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals coincideixen que aquesta

experiència els ha canviat la vida per a millor. Com qualsevol padrí o padrina, gaudeixen de la seva companyia, anant al parc, llegint contes, jugant... Però ara aprecien molt més les coses petites i gaudeixen de la vida d'una manera més senzilla.

El suport a aquesta figura és de gran importància per al nucli familiar, tant en els primers moments després del naixement del nadó, com en els anys successius. El simple fet que siguin allà i es mostrin disponibles per a qualsevol cosa, tenir cura dels germans i germanes, fer alguna compra o simplement per parlar amb algú, suposa un gran suport per a la família.

És normal sentir incertesa i preocupació sobre el futur. Pensar què podrà i no podrà fer la persona amb discapacitat, com serà el seu dia a dia, si podrà treballar, ser independent...

És per aquest i altres motius, que des de DOWN LLEIDA, iniciarem aquest curs, els "Esmorzars amb padrins i padrines", on ens podrem conèixer millor i compartirem experiències, dubtes, incerteses, i tot el que vagi sorgint.

Un cop al mes quedarem amb tots aquells padrins i padrines que ho desitgin, per parlar, mentre compartim un cafetó o el que els vingui de gust. Els esperem, animeu-los a participar-hi!

México en Lleida

Ale, Pedro i Tato, pediatres de Mèxic

Somos Ale, Pedro y Tato; hace poco vivimos una de las experiencias más increíbles de nuestras vidas, y por esto, lo primero que nos gustaría decir es GRACIAS. Los 3 somos pediatras, y este año empezamos una especialidad en atención integral a personas con síndrome de Down.

Hicimos un intercambio en septiembre del 2022 a España, pasando por Madrid, Barcelona, Toledo, Valencia y Lleida, con el fin de conocer sus asociaciones, áreas clínicas y fundaciones. El recorrido fue largo, pero en cada parada, pudimos sentir que dejamos un pedacito de nosotros y tomamos mucha inspiración para nuestro camino y ganas de querer lo mejor para todos.

Sin duda ha sido una experiencia que ha cambiado nuestras vidas, y nos ha enseñado mucho como seres humanos, una de las principales lecciones: la increíble capacidad del “querer es poder” y de que hay un camino largo por recorrer, pero que en equipo siempre se llega aún más lejos.

Nuestra experiencia en Lleida fue algo extraordinario y cálido. Desde nuestra llegada el equipo de DOWN LLEIDA nos recibió con los brazos abiertos, tuvimos un paseo por la hermosa ciudad y pudimos aprender de su cultura, incluyendo los famosos caracoles.

Lleida fue un sitio especial, fue como llegar a un hogar: cálido, generoso y amoroso. Durante nuestro tiempo ahí conocimos a excelentes personas: a Carme, Pilar, las Evas, Irene, Esther, Inma, Maricarmen, Sonia, Tonet y más. Conocer sus historias fue inspiración, para ver cómo el no rendirse y el trabajo en equipo han logrado lo que hace muchos años era impensable: una vida independiente y feliz. Probamos que todos los seres humanos tenemos algo por aportar a este mundo y a la sociedad donde vivamos, y que las personas con síndrome de Down no tienen límites; la sociedad es la que los tiene, y los tiene que cambiar.

Fueron tantos los aprendizajes que un artículo no basta para plasmarlos. Nos impresionaron los programas de vida independiente, la entrega que tienen cada uno de los colaboradores y la familia enorme que son, donde los miembros de la comunidad pueden encontrar un hombro donde apoyarse, un oído que los escuche, una boca que dé consejos sobre las peripecias de la vida y, sobre todo, una mano la cual tomar y caminar para lograr aún más. Ver el corazón, la entrega y las ganas de mejora que tenían, tanto en el personal como en las instalaciones, nos llenó de inspiración y esperanza.

El trabajo en equipo es fundamental. El apoyo en red, la organización, y las ganas

de quitar los viejos anteojos para ver la discapacidad como algo negativo, y poder verla de manera normal, como todos, como somos, con nuestras diferencias es el gran cambio que todos deseamos lograr. Un equipo como Lleida no parará hasta asegurar una ciudad con inclusión, donde todos sus miembros vivan de forma sana y feliz.



Fue asombroso darnos cuenta de lo maravilloso que es conocer personas que, como nosotros, desean un mundo donde las diferencias sean lo que enriquezcan y no sean objeto de exclusión. En México, tenemos mucho de lo cual sentirnos orgullosos, y también se está trabajando por una mejor sociedad, una más incluyente. Nos falta camino por andar y sabemos que con este tipo de vivencias y tener corazón bien lleno, nos impulsará para lograrlo.



Muchas gracias por el impacto positivo que tuvieron en nosotros, gracias por adoptarnos como familia en el corto tiempo que estuvimos ahí. Esperamos que pronto vengan más proyectos para trabajar en conjunto. Sepan que siempre tendrán las puertas abiertas en México. ¡Viva México! y ¡Viva Lleida!



Famílies recolzant famílies

Maite Melero i Ivan Lorente

L'Aida va néixer el 15 d'abril del 2021, viu a l'Albagés i té síndrome de Down. Però tot i fer molt poc que ens hem incorporat a l'Associació, us en volem explicar la nostra experiència. El 2020 va ser molt especial per a la nostra família ja que iniciàvem un camí emocionant i perquè no dir-ho, amb moltes incògnites.

Després d'anys ens arribava la sorpresa, estava embarassada! Ens va capgirar la vida. Estàvem expectants, emocionats... immensament feliços. Vam experimentar tots els sentiments que es tenen en aquell moment. A la setmana deu, en fer la revisió, s'observa que hi ha alguna cosa que no entra dins dels "paràmetres normals" i se'ns deriva d'urgència a la Unitat de Risc de l'Hospital Universitari Arnau de Vilanova. Confirmen una alteració i, per tant, iniciem el protocol per saber-ne el diagnòstic. Ens van explicar tot allò dolent que podia passar i les opcions que tindríem, però havíem d'esperar la trucada que confirmaria la patologia. Van ser els quatre dies més llargs de la nostra vida. Com podríem ser capaços de dir que NO volfem el nostre fill? Per fi arriba la trucada de l'estudi genètic, un dilluns al migdia, i ens notifiquen el diagnòstic: Té síndrome de DOWN! Respiro i pregunto el més important: és NEN o NENA? El metge se sorprèn que només necessitem saber el sexe, confirma que és nena. Per tant, des d'aquell mateix moment el nostre miracle

passava a ser la nostra AIDA (nom escollit per la seva germana gran l'ARIADNA).

Aquells primers dies van ser com una muntanya russa d'emocions, visites mèdiques,... i molta informació que havíem de processar. Però vam tenir la sort d'estar molt ben acompanyats per una persona molt especial per a mi, una persona que havia estat la meva senyoreta a l'escola i que, com un somni, en escoltar el diagnòstic, em va venir al cap, i no només a mi, sinó a casa i a moltes persones del poble. Sentir-te acompanyat, recolzat i que et puguin resoldre aquells dubtes/pors/neguits que sense voler apareixen a l'inconscient, per una persona que ja ho ha viscut, realment va molt bé. Mil gràcies per tot! I que bonic que ens haguem retrobat gràcies als nostres fills.

Des d'aquell moment, tot i que l'Aida no havia nascut, ja ens havien obert les portes de l'Associació. Per fi va arribar el gran dia: l'Aida tenia pressa per venir al món, no ens ho podia posar fàcil, un cop més va demostrar com n'és, de valenta, i les ganes de viure i la força que té. El primer any ha estat molt complicat, hi ha hagut alguns moments molt difícils de gestionar, perquè mai penses que patiràs tant pel pes o pels mocs... Però sempre ens hem sentit acompanyats pels professionals i membres de l'Associació. En les tertúlies entre famílies podem parlar del present



i futur dels nostres fills i compartir vivències semblants, d'altres de noves o aquelles que ens podrem trobar més endavant: GRÀCIES per crear aquest espai.

Gràcies a l'Aida hem pogut compartir al llarg d'aquests dos anys alguns moments especials organitzats des de l'Associació. El primer any va ser molt emotiu perquè va ser l'inici de les trobades amb altres famílies i us agraïm a tots fer-nos sentir tan a gust. També hem pogut formar part de les dues sessions de fotos del calendari. A més, hem gaudit del dinar de les famílies en el qual vam poder intercanviar vivències, participar en diferents activitats... i el més especial per a l'Aida aquest any: formar part del festival de Nadal i compartir l'actuació amb els seus companys/es del grup de Nadons.

No tot és ni serà de color rosa, en som molt conscients. No obstant això, només podem regradar a tota la gent que s'estima l'Aida, família i amics, els professionals i especialistes que hem incorporat a la nostra vida, per fer-ho tot més fàcil inclús en aquells moments difícils. I per descomptat, a totes les famílies que per necessitat van iniciar aquest projecte, gràcies a les quals les noves generacions ho tenen una mica més fàcil.

Com a pares només volem el millor per a les nostres filles i estem molt contents de forma part d'aquesta gran Família de DOWN, perquè sabem que ajudaran i acompanyaran l'AIDA a realitzar tots els seus somnis.

Aprenem de forma cooperativa per superar la bretxa tecnològica

Des de fa uns quants anys, la societat ha experimentat un procés de digitalització sense precedents i la crisi sanitària i social derivada de la pandèmia de la Covid-19 ha aconseguit accelerar encara més el procés. Ho ha fet, a més, sense la preparació ni els coneixements necessaris per a moltes persones, però aconseguint també superar barreres i recels.

Des de DOWN LLEIDA, amb les persones amb discapacitat intel·lectual a les quals acompanyem, ens hem proposat i estem aconseguint millorar les competències digitals, reforçant així el procés d'inclusió social i la qualitat de vida de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, a través de la creació de diferents recursos i eines englobats en un projecte digital nou i actual.

Un d'aquests canvis es materialitza en la incorporació de metodologies actives, com l'aprenentatge cooperatiu, des d'una perspectiva del Disseny Universal d'Aprenentatge (DUA), i fent ús de les noves tecnologies presents i necessàries en la societat en què vivim.

A més d'habilitats interpersonals, l'aprenentatge cooperatiu permet l'adquisició de competències fonamentals demandades en l'àmbit laboral com el lideratge, la capacitat crítica, la comunicació, el treball en equip, la divisió de tasques, la presa de decisions, la resolució de conflictes o la coordinació en equips multidisciplinaris (Navarro, González, López i Botella, 2015; Martínez, 2016b). D'aquesta manera, l'aprenentatge cooperatiu es converteix en un bon mètode democràtic d'aprenentatge, ja que aquest aprenentatge compartit d'igual a igual contribueix a l'adquisició de valors democràtics bàsics per convida a la nostra societat actual (Erbil i Kocabaş, 2018).

Gràcies al suport rebut per la Fundació 'La Caixa' en la convocatòria Catalunya 2021, el nostre projecte 'Aprenem de forma cooperativa per superar la bretxa tecnològica' és una realitat.

Durant aquest any 2022 hem realitzat les següents accions, en el marc d'aquest projecte:

— Renovació del mobiliari de l'entitat per a facilitar l'aprenentatge cooperatiu i el disseny universal de l'aprenentatge. Adquisició de noves taules i cadires, així com d'equips informàtics per a que es pugui fer un ús generalitzat d'aquestes.

— Formació de l'equip tècnic de l'entitat amb el professor, psicopedagog i doctor, Jesús Soldevila, sobre metodologies cooperatives. Cinc sessions formatives que han servit per introduir noves metodologies a l'aula, tant en les activitats pròpies de l'entitat com en aquells assessoraments a altres centres educatius

— Treball amb la xarxa d'Educació 360, que té com a lema aconseguir 'Més i millors oportunitats educatives per a tothom'

— Treball amb la Xarxa Nacional d'Educació Inclusiva de DOWN ESPAÑA amb l'objectiu de desenvolupar i consolidar una educació inclusiva basada en els principis de qualitat, equitat, flexibilitat i respecte a la diversitat

— Participació en el Servei d'Orientació d'Àmbit Comunitari (SOAC) de l'Ajuntament de Lleida, que té com línia de treball que no només els centres educatius són fon d'aprenentatge, sinó que tots els contextos on es desenvolupen els infants i joves són espais de coneixement.

— Cooperació amb DOWN CATALUNYA en l'àrea educativa per tal d'establir col·laboracions de caràcter autonòmic amb el Departament d'Educació que permetin la col·laboració de les entitats membre amb els serveis educatius ordinaris.



Convenis de col·laboració



1/ Petjades d'infant. Fisioteràpia Pediàtrica Integral 2/ Portacones 3/ Granja Pifarré
4/ VuitOnze 5/ XTSPORTS 6/ CaixaBank 7/ Ibercaja 8/ Caser Residencial 9/ Oxigena Fisioterapia

Projecte Integra XXI

Pràctiques laborals i noves insercions



CONTRACTES: 1/ Andrei Padureanu 2/ Guillem Gracia 3/ Mireia Medina 4/ David Diez 5/ Kyria Parull 6/ Anju Llona
PRÀCTIQUES: 1/ Carme Faro 2/ Joan Conejo 3/ Indiana Solà 4/ Marta Balcells 5/ Marta Clariana



L'expressió i la creativitat de DOWN LLEIDA no s'aturen

El grup d'expressió i creativitat amb el lema "Gent de bon viure, bon riure i bon escriure" hem tingut un curs d'allò més emocionant creant i recitant les nostres poesies acompanyats de la mà del nostre expert i voluntari Marc Torrent.

Quan vam pensar, escriure i compondre cada poema, poc ens imaginàvem que formaríem part del dia mundial de la síndrome de Down i de la poesia a la Biblioteca Pública de Lleida, de l'acte d'agraïment al voluntariat de l'Ajuntament de Lleida a la Llotja i de la Nit literària d'autors de diferents col·lectius migrats de la ciutat organitzat pel Centre Llatinoamericà a la Seu Vella. Llocs emblemàtics de Lleida ens han fet emocionar i on hem emocionat amb les nostres paraules.

També hem fet col·laboracions i hem compartit boniques vetllades de poesia en diferents residències de la ciutat: el Centre Geriàtric Lleida, la Residència Llar Sant Josep, el centre de dia del Convent de Santa Clara i la Residència i Centre de Dia per a la gent gran Lleida-Balàfia, deixant un bon regust i amb ganes de compartir noves experiències amb els padrins i padrines.

Abans de l'estiu, vam fer una visita guiada al Museu de Lleida, i vam tenir el plaer de poder recitar entre grans peces d'art, i hem continuat de nou, amb motes ganes, amb una Mostra poètica a l'Institut d'Estudis Ilerdencs i al Cercle de Belles Arts que ens han deixat compartir espai, micròfon i sensibilitat per la poesia. Ens sentim molt emocionats en fer la llista dels llocs on s'ha sentit la nostra veu i el nostre sentiment pel plaer d'escriure expressant el que un sent.

No acabem aquí perquè seguim escrivint per continuar recitant i obrint nous horitzons.

Hípica

Aquest any gràcies a les beques GAP, que s'atorguen a través de La Manreana, hem gaudit de l'activitat d'equinoteràpia. Per a desplaçar-nos fins a l'activitat també hem comptat amb la col·laboració del grup Nayox que ens ha cedit un vehicle durant el temps que ha durat l'activitat.

El curs va consistir a treballar diferents habilitats sociocomunicatives, cognitives i emocionals mitjançant els cavalls i la seva relació amb els participants.

Va ser una activitat de què van gaudir molt totes les persones participants.

Campionats esportius

La temporada esportiva 2021/2022 ha suposat el retorn a la normalitat competitiva per als diferents equips de bàsquet i futbol sala de l'Associació.

Vam arrancar amb la Lliga Interclubs de Lleida organitzada per la federació ACELL de desembre a abril; entremig vam competir en el Campionat de Catalunya de bàsquet a Balaguer i al torneig del club Sedis a la Seu d'Urgell, on vam jugar contra el Barça!

Pel que fa al futbol, vam participar a la Lliga Interclubs de l'ACELL a Tarragona-Lleida i també vam disputar el XXXè Campionat Territorial de futbol sala a Alpicat, on vam quedar en segona posició.

Grup de germans i germanes

Després d'un llarg temps sense activitat degut a la pandèmia, aquest any s'han reprès les activitats grupals amb els germans i germanes de l'entitat per tal de reforçar el seu paper en relació amb la promoció de l'autonomia de les persones amb síndrome de Down i també per conèixer millor allò que s'està fent a l'Associació i de quina manera també s'hi poden implicar i què hi aportar des de l'experiència personal de cada persona.

Si tens un germà o germana a l'Associació i vols que participi, només cal que ho comuniquis a la Pilar Agustín (639031759).



Dia Mundial de les Persones amb síndrome de Down

Per a commemorar el Dia Mundial de les Persones amb síndrome de Down vam organitzar una setmana d'activitats i col·laboracions, del 19 al 27 de març. Com cada any l'objectiu principal d'aquests dies era donar a conèixer i sensibilitzar la població sobre les capacitats d'aquestes persones. I les diferents activitats també tenien el propòsit de captar fons per tal de donar continuïtat als projectes de l'Associació.

El 19 de març vam instal·lar taules informatives, de sensibilització i captació amb moltíssimes activitats a la plaça Ricard Vinyes i a la Catedral de Lleida.

El diumenge 20 de març, la ciutadania va poder participar en un esmorzar solidari a la Xurreria Moreno i també en vermut a la Bàmbola, el Bar Gènesis i l'Hípica d'Alcoletge.

Com a acte institucional, el dia 21 de març, ens vam donar cita a la Biblioteca Pública de Lleida per llegir el manifest 'Gràcies per tant' i també commemorar el Dia Mundial de la Poesia llegint poesia en diferents idiomes. En acabar el dia nombrosos edificis públics de Lleida i altres municipis del territori van il·luminar-se amb els colors groc i blau.

I la setmana del 21 al 27 de març més de 30 establiments es van sumar a canviar la mirada en favor de les persones amb síndrome de Down.



X Concurs de Redacció CIUTADÀ XXI

Com seria la teva vida si haguessis nascut amb síndrome de Down? Aquesta era la temàtica sobre la qual girava la redacció que havia d'elaborar l'alumnat de Primària i ESO dels diferents instituts de les comarques del Segrià per tal de participar en el X Concurs de redacció Ciutadà XXI organitzat per DOWN LLEIDA.

L'objectiu del concurs era expressar de forma positiva l'experiència d'haver nascut amb síndrome de Down i de quina manera creien que podien contribuir a la inclusió a la societat sota el lema "Jo, amb síndrome de Down". Hi van participar un total de 8 centres educatius de les comarques de Lleida, amb un total de 80 redaccions. El jurat del concurs ha estat compost pel Sr. Claudi Vidal, Sra. Sandra Castro, Sra. Estefania Rufach, Sra. Montserrat Rué, Sr. Rafael Gimena i Sr. Ramón Conejo.

En l'edició d'aquest any les persones guanyadores van rebre obsequis de les empreses 2 Llacs, Magatzems Pifarré i DOWN LLEIDA. Txell Martí Piñol, de l'Escola Otogesa de Maials, i Roger Fontova i Solé, de l'Escola Santa Maria de Castelló de Farfanya, van ser les persones guanyadores que es van endur el premi entre els participants de Primària.

En la categoria d'ESO i dins del 1r cicle, va guanyar Asier Mascarilla Guiu, de l'Institut l'Olivera de la Granadella, i Anna Gasull Pedra, de l'Escola Pia de Balaguer. I del 2n Cicle, Berta Mercè Espada, de l'Escola Pia de Balaguer, i Laia Fernández Cortés, de l'Escola Vedruna de Balaguer. També, de la capital de la Noguera, van ser les dues guanyadores de la categoria.

En l'acte d'entrega dels premis celebrat el 10 de juny a la plaça del Secà de Sant Pere, va haver-hi una actuació d'urban dance a càrrec de diverses persones de l'Associació junt amb la seva professora Alis.





IMSERSO

Com cada any, les persones majors de 18 anys han gaudit del programa IMSERSO per mitjà de DOWN ESPAÑA, visitant el Delta de l'Ebre, Alacant i la Costa Brava.

A Alacant ens vam allotjar a l'hotel Maya, i entre altres activitats vam visitar el castell de Santa Bàrbara i vam conèixer l'Associació DOWN ALACANT. A la Costa Brava (Roses) ens vam allotjar a l'hotel Ciutadella, ens vam enamorar del passeig marítim i vam anar en vaixell fins a Cadaqués. I finalment, al Delta de l'Ebre ens vam allotjar en un increïble hotel als peus del mar que comptava amb diverses piscines i espais d'oci com ara un karaoke. I, fora d'aquest, vam gaudir de sortides amb vaixell i escapades a la platja.

Aquestes vacances són molt esperades a l'Associació, ja que permeten establir lligams d'amistat, sortir de la rutina i, el més important, divertir-se!

Dinar de Famílies

I aquest any hem recuperat una de les cites més entranyables per a les famílies de l'entitat: el tradicional dinar de final de curs.

El dia 3 de juliol més de 100 persones ens vam trobar al Palau de Margalef per compartir una estona plegades i poder-nos saludar personalment després de tant temps amb restriccions i limitacions.

En acabar el dinar, el Ricard Duran es va encarregar de posar la música com a punt i final d'un agradable dia, en què tothom va poder ballar i passar-ho d'allò més bé.



Zona d'estiu a DOWN LLEIDA

Del 29 de juny al 29 de juliol a DOWN LLEIDA s'ha organitzat l'activitat 'Zona d'estiu'. Aquesta és una activitat pensada per a gaudir del temps d'estiu millorant les habilitats socials i personals. Cadascuna de les setmanes d'activitat es va organitzar entorn de coneguts musicals com Grease, Coco o Queen. Per a cadascun dels musicals s'han organitzat visites culturals, receptes de cuina, petites representacions musicals i tots els dijous, cap a la piscina a refrescar-se.

Durant tot el mes, dues estudiants de batxillerat han estat participant com a voluntàries en la seva assignatura optativa d'estada a la empresa. Elles són l'Amanda, de l'INS Ronda, i la Maria, de l'Institut d'Almenar, i aquí ens comparteixen la seva experiència.

► AMANDA MARTINEZ

La meva experiència a l'associació DOWN LLEIDA va ser molt gratificant i emprenedora, ja que vaig gaudir moltíssim cada dia fent diferents activitats al casal d'estiu amb els nois i noies, però sobretot va ser un record que sempre el tindré present perquè el que em van ensenyar els joves de l'associació és que amb molt poc pots ser molt feliç i que has de viure el dia a dia amb la gent que tens al costat.

► MARIA LLENA

Durant el mes de juliol de 2022 he participat al casal d'estiu organitzat per l'associació DOWN LLEIDA mitjançant l'assignatura optativa d'estada a l'empresa. Ha estat una experiència única a nivell personal. Ens hem avingut molt amb tots els nois i noies que hi han participat i m'he sentit d'allò més ben acollida per l'associació. A més, hem fet sortides molt interessants com per exemple al cinema o al castell dels Templers de Gardeny. Tornaria a repetir-ho sense pensar-m'ho dos vegades.

Solidary Party a Biloba

El diumenge 28 d'agost, durant tot el dia, vam celebrar la tercera edició de la festa solidària Pura Vida a les instal·lacions de Biloba. Va ser un dia replet de festa i ben acompanyat per un gran ventall d'activitats per a totes les edats: com ara la màgia de l'Òscar de la Torre, l'Aquagym de l'Alis Romero o el Zumba per a totes les edats. A més a més, el dia va comptar amb dos speakers de categoria, el Joan Sorribes i la Meri Bueno.

Agraïm a totes les persones que ho van fer possible i a les gairebé 600 persones que en algun moment del dia van passar per gaudir de la festa.



El projecte Desperta't obre un pis nou

La pandèmia ens va obligar a tancar alguns dels pisos compartits en què vivien nois i noies amb Síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, juntament amb joves estudiants voluntaris. Però tot i la pandèmia, les persones interessades van continuar formant-se amb l'objectiu que algun dia es pogués tornar a obrir un pis. Doncs aquest dia va arribar!

El passat 12 de setembre, es va obrir un nou pis al barri de Cappont, en aquest pis hi viuen tres persones amb síndrome de Down: La Marta, en Quim i en Jordi. I l'Alba, estudiant d'educació social.

Ens han explicat que estan molt contents i s'ho passen molt bé, sense descuidar les responsabilitats que comporta viure de forma independent: cuinar, fer les tasques de neteja del pis, mantenir l'ordre dels espais personals, aprendre a trobar solucions per resoldre conflictes, etc.

El que més els agrada és la llibertat, el poder decidir què volen fer i com ho volen fer sense que ningú s'anticipi a dir-los-ho, i els bons moments que passen els quatre junts: tenen moltes ganes d'inaugurar el pis fent un sopar juntament amb altres amics i amigues.

Per acabar, volen dir a aquells nois i noies que tenen dubtes de si volen marxar de casa els pares que s'animin a participar al projecte Desperta't i viure l'experiència tan maca que estan vivint ells, que no tinguin por, ni ells ni les famílies, amb suport i esforç tot és possible.



Escola de Famílies DOWN LLEIDA

11/02/2022

Gemma Deulofeu – PARLEM CLAR!

‘Parlem clar i sense embuts de l’afectivitat i la sexualitat en les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals’. La sexòloga i terapeuta especialitzada en persones amb discapacitat, Gemma Deulofeu, va impartir una sessió adaptada per resoldre aquells dubtes o inquietuds que les famílies es plantegen entorn d’aquest tema.

18/03/2022

Idoya Pinilla – Desenvolupament en infants amb síndrome de Down

La fisioterapeuta pediàtrica i ànima de PETJADES D’INFANT, Idoya Pinilla, va compartir amb les famílies dels infants algunes pautes i recomanacions referents al seu desenvolupament.

06/05/2022

Idoya Pinilla – Els mocs no volen marxar! I ara què?

Un cop més la fisioterapeuta pediàtrica, Idoya Pinilla, va visitar

la nostra Associació per oferir a les famílies solucions per ajudar els infants a gestionar els mocs en aquesta sessió sobre fisioteràpia respiratòria infantil.

13/10/2022

Quim Vilamajó – Vida autònoma i independent

En aquesta xerrada d’inici de curs, el Quim Vilamajó va compartir la seva experiència sobre vida autònoma i independent, tot animant les famílies a deixar de banda les seves pors i animant les persones amb discapacitat a guanyar en autonomia.

28/10/2022

Judit Brufau – Desenvolupament del llenguatge i com estimular-lo

La logopeda de la nostra entitat, Judit Brufau, va compartir aquesta espai amb les famílies dels grups de nadons i infants per tal de donar pautes per a desenvolupar i estimular el llenguatge, així com també per parlar de les possibilitats del llenguatge bimodal.

Colònies d'estiu

Un any més hem tornat de colònies a la Casa de Colònies de Vilaller. L'estada es va programar del 29 d'agost al 2 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 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 i cooperatives, entre d'altres. Els dies es van concloure amb una festa amb temàtica mims. Amb tot, es van conèixer més i van reforçar lligams.

Fent amics amb DOWN CATALUNYA

La trobada "Fent amics amb DOWN CATALUNYA" va reunir i acollir famílies de les diferents entitats DOWN, amistats i altres persones a Port Aventura.

Vam comptar amb el suport de voluntaris i voluntàries, de l'Associació de Voluntaris de La Caixa de Lleida, que es van divertir amb nosaltres tota la diada. Encara que no van ser els únics, les persones voluntàries de DOWN LLEIDA ho van donar tot!

Volem aprofitar per agrair a la Fundació Port Aventura la seva implicació any rere any amb la mateixa il·lusió que la primera vegada. Us esperem a la següent per gaudir-ne molt més!

Infants i joves, paral·lelament, van gaudir d'activitats com activitats esportives al Club Esportiu Laietà, un taller de cuina a l'Hotel Hampton by Hillton, una visita al Museu Egipci i un recorregut pel Museu del FC Barcelona i les seves instal·lacions.

Totes les famílies, el dissabte a la tarda van gaudir d'una visita cultural, i van acabar el dia amb un sopar i una sessió de ball dinamitzada per un DJ. Onze famílies de DOWN LLEIDA van gaudir de la Trobada.

1a Trobada de famílies de DOWN CATALUNYA

El passat setembre, DOWN CATALUNYA va organitzar la seva primera Trobada de Famílies a Barcelona. Un cap de setmana on les famílies van compartir debats, xerrades i taules rodones, sobre temes relacionats amb la síndrome de Down i la discapacitat intel·lectual.



17a Edició Premis Integra XXI

Les empreses Produccions Grau Peiró, Actel i Mi NovAliança han estat guardonades amb els Premis Integra XXI, que reconeixen aquelles empreses que fomenten la contractació de persones amb discapacitat intel·lectual al mercat laboral ordinari. L'acte de lliurament ha tornat al seu format original que degut al Covid es va haver de modificar i s'ha fet en el decurs d'un sopar a la Fonda del Nastasi. Hi han assistit unes 170 persones i els guardonats han estat obsequiats amb unes obres de l'artista Mercè Humedas. Els vins del sopar, un any més, van ser cortesia de l'empresa Clos Pons, i l'acte va comptar amb la col·laboració de Renata Hostesses.

Integra XXI és el programa d'inserció sociolaboral per a persones amb síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals, a l'empresa ordinària. Aquest servei es va iniciar el 2003 i 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 a totes les persones l'oportunitat de participar de manera activa en la societat i constitueix la via d'accés al món dels adults.

Aquest any el pin d'honor de l'entitat va ser entregat a títol pòstum a una persona que durant 8 anys ha fet tasques de voluntariat a DOWN LLEIDA.

L'Ann Gyles va arribar a l'Associació sense saber encara que n'acabaria sent voluntària. Encara recordem aquella activitat de balls de saló que vam anar a fer a la Llar de Jubilats d'Alguaire quan estava al Consell Comarcal del Segrià.

I a partir d'aquí es va anar creant aquest vincle amb l'Ann. I la proposta inicial de fer unes classes d'anglès es va convertir en un dels tallers de dimecres a la tarda amb més èxit de participació.

Un taller participatiu, pràctic, vivencial i sempre amb noves i engrescadores propostes. La nostra teacher ho sabia fer així de bé, ens ho feia fàcil i divertit, alhora que apreníem anglès.

Malauradament quan vam començar el curs passat la salut de l'Ann es va anar complicant. Tot i això, cada dimecres hem estat al seu costat fent-li vídeos i WhatsApps del que anàvem fent i del que continuaríem fent quan ella es posés bé.

L'Ann ha aportat més que voluntariat a les nostres vides i com li diria la Meri "you are the best" a lo Tina Turner. Moltes gràcies, Ann!



Caragolada Solidària FECOLL—Força Lleida

1.130€ és la xifra que es va recaptar el 6 de març a la caragolada solidària organitzada per la Federació de Colles de l'Aplec del Caragol de Lleida i el Força Lleida a l'exterior del pavelló Espai Fruita-Barris Nord.

Marxa Solidària Baix Segre

La Marxa de La Granja d'Escarp, celebrada el 13 de març, va destinar en la seva 12a edició, 1€ de cada inscripció en col·laborar en els projectes de DOWN LLEIDA i AREMI.

Suport del Col·legi de l'Advocacia de Lleida

El 23 de març es va fer lliurament del 0,7% del pressupost del Col·legi de l'Advocacia de Lleida per solidaritat a diferents entitats de Lleida.

Una de les entitats premiades en aquesta ocasió ha estat DOWN LLEIDA, pel projecte Integra XXI, per a la integració laboral i amb igualtat d'oportunitats a les persones amb síndrome de Down.



Sant Jordi

Un any més les parades de Sant Jordi van omplir els carrers de la ciutat, i nosaltres també ho vam fer amb roses, llibres i altres productes solidaris. Aquest any el gran èxit van ser els dracs elaborats al taller de manualitats de l'Associació!

Mercadet Massalcoreig

Un any més, Paquita Blanch va organitzar una parada solidària el dia 1 de maig a Massalcoreig on es va poder col·laborar amb l'Associació amb un munt de productes solidaris i artesanals.

Masterclass de zumba

El dia 8 de maig un grup d'instructors i instructoras de zumba va organitzar una masterclass al Turó de la Seu Vella, on vam poder gaudir d'un matí de diversió i hàbits saludables.

AMPA Espiga

L'AMPA de l'escola Espiga ens va convidar a participar en la seva festa de final de curs, on vam instal·lar un punt informatiu amb productes solidaris.

Concentració Motera

Al mes d'octubre, gràcies a l'AAVV Secà de Sant Pere, vam participar a la 1a Concentració Motera del Secà de Sant Pere al Pavelló Juanjo Garra, on les persones participants van poder col·laborar amb els projectes de l'Associació.

Castanyada Rosselló

El grup de joves de Rosselló va recaptar prop de 200€ per a la nostra Associació en la seva castanyada solidària. En aquesta celebració hi va haver un concurs de panellets i també diverses actuacions artístiques de l'Associació.





‘Va de cuadros’

Tot el mes de maig, l'exposició 'Va de cuadros' de l'artista Joan Ribes Blanch, va ser la protagonista a la llibreria La Irreductible. Un conjunt d'obres pròpies que va transmetre al públic la seva particular forma de plasmar la realitat tal i com ell la percep a través dels colors i les formes.

L'exposició es va inaugurar amb el Joan i la companyia de la Norma Rué, terapeuta que l'acompanya en el procés de creació artística, entre moltes altres persones que no es van voler perdre l'oportunitat de descobrir aquest jove talent.

DOWN LLEIDA aconsegueix el segell Dona con Confianza

DOWN LLEIDA ja és una ONG acreditada per la Fundació Lealtad. Per concedir aquesta acreditació s'ha contrastat que l'organització compleix íntegrament els 9 Principios de Transparencia y Buenas Prácticas. Per això s'han estudiat aspectes com el bon funcionament de l'òrgan de govern de l'ONG per al compliment de les seves responsabilitats i l'ús eficaç

dels seus recursos, si l'entitat és sostenible i si la comunicació és fiable, així com la coherència de les activitats amb la missió d'interès general.

1a ruta solidària Down Horta

El dissabte 15 d'octubre va tenir lloc la 1a Ruta Solidària Down Horta, una iniciativa saludable i de descoberta de l'entorn lleidatà, amb més de 200 participants.

La sortida va arrencar des del castell templer de Gardeny. Durant el trajecte de la ciutat cap a l'Horta de Lleida, les persones voluntàries de DOWN LLEIDA presentaven 5 QR repartits pel recorregut on s'explicaven històries que vinculen la ciutat i aquest entorn rural i natural.

A mig camí, es va fer una aturada a la Granja Pifarré, en la qual els més menuts van poder jugar a jocs rurals, gaudir d'un berenar amb la col·laboració de Plusfresc, i tothom va ballar i moure el cos al ritme de la música del grup de versions Hao Band.

Participem al programa Eurodissey

L'any passat ens vam adherir al programa Eurodissey, que ofereix la possibilitat de realitzar estades de perfeccionament professional i pràctiques en empreses situades a les regions europees membres de l'Assemblea de les Regions d'Europa que formen part d'aquesta iniciativa.

L'objectiu és facilitar la inserció de persones al món laboral, completar el seu itinerari formatiu i millorar les seves competències lingüístiques mitjançant la realització d'estades de pràctiques en empreses.

L'últim semestre de l'any hem comptat amb una professional del disseny gràfic, la Rossella Rotondo, que ens ha renovat molts materials gràfics de l'Associació i ens ha ajudat a millorar la nostra imatge.



Com col·laborar?



CALENDARI SOLIDARI 2023

Per aquest 2023, el nostre calendari solidari va sobre rodes! I és que les fotografies que acompanyen cadascun dels mesos de l'any han estat realitzades amb vehicles històrics gràcies a la col·laboració del Club de Vehicles Històrics de Lleida.

Les imatges, un any més, han estat preses de forma desinteressada pel Julian Garcia i el Reinald Pomes que acompanya la part audiovisual amb un making off espectacular.

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



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 ingrés directe podeu adreçar-vos a qualsevol oficina de “La Caixa”. IBAN ES14 2100-1199-87-0200054914 (* L'Associació està declarada d'Utilitat Pública, podeu desgravar les vostres aportacions en la declaració de la renda).

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, territoris i tu

LA PAERIA



Ajuntament de Lleida



Fundació "la Caixa"



Voluntariat
CaixaBank

Fundación
iberCaja 



FUNDACIÓN ADECCO

Fundación
MAPFRE

 Fundación
ONCE