

ASINDOWN VIDA ADULTA Y
ENVEJECIMIENTO
ACTIVO

**Cartera de
servicios**

25/26

La adultez en las personas con síndrome de Down es una etapa llena de oportunidades, realización personal y autonomía. Sin embargo, pueden surgir desafíos asociados a esta etapa vital. Uno de los más comunes es el riesgo de deterioro cognitivo, que se presenta con mayor frecuencia en las personas con SD y puede afectar a su capacidad para desempeñar actividades diarias, mantener su independencia y participar en su entorno de manera activa. Con los apoyos adecuados pueden mantener su bienestar y disfrutar de una vida plena y significativa, adaptándose a sus necesidades.

Con la finalidad de facilitar una detección temprana, prevención y tratamiento de los síntomas asociados al deterioro cognitivo en personas con SD, desde el área de Vida adulta ofrecemos programas específicos para ello.



La metodología de intervención preventiva, la atención personalizada, el trabajo colaborativo, el acompañamiento y la responsabilidad compartida con la familia, son algunos de los criterios para el desarrollo de nuestros programas



Objetivos generales

- Detectar de forma temprana los síntomas de deterioro cognitivo asociados al SD.
- Intervenir para ralentizar la progresión del deterioro cognitivo.
- Ser un centro de referencia en intervención, innovación y buenas prácticas en el ámbito de la etapa adulta de personas con SD.
- Establecer líneas de intervención transversales y adaptadas a cada individuo.
- Ofrecer acompañamiento y apoyo emocional a las familias en esta etapa vital.

Objetivos específicos

- Promover el bienestar emocional y la calidad de vida.
- Mantener la autonomía personal.
- Impulsar un estilo de vida saludable a través de diferentes iniciativas.
- Favorecer la socialización y la creación de redes de apoyo.

Desde el Área de Vida Adulta y Envejecimiento Activo, se llevan a cabo diversas acciones para alcanzar estos objetivos, contando siempre con el apoyo y colaboración de los agentes implicados en el desarrollo vital de cada persona (familia, equipo de profesionales, cuidadores y otros).

Se ofrece desde el Área:

- Programas específicos de valoraciones individuales
- Grupos reducidos de prevención para el envejecimiento de personas con SD, programa Impulsa-T
- Grupos reducidos de atención e intervención a personas con SD, programa Activa-T
- Sesión de intervención individualizada para usuarios/as y familiares
- Grupos psicoeducativos para familiares



Notas de organización del área

- Para la incorporación en los programas de **Asindown Vida Adulta y Envejecimiento Activo** será imprescindible tener toda la documentación requerida en la matrícula.
- La matrícula en el servicio supone un compromiso de permanencia, aun así, las altas y las bajas habrán de comunicarse por escrito antes de los días 20 de cada mes para poder tramitar la gestión pertinente. Las altas estarán condicionadas al número de plazas disponibles
- Las notificaciones oficiales sobre el funcionamiento del área se harán vía mail y a través de las profesionales de referencia. Se ruega faciliten la misma dirección de correo electrónico para los diferentes servicios.
- En el supuesto de que la persona beneficiaria efectúe la devolución de un recibo, la entidad contactará con la familia de la persona beneficiaria, informando de la situación. Para regularizar el pago del recibo devuelto se efectuará dentro del mismo mes en el que se ha efectuado la devolución.

Transcurrido el mismo y habiéndose producido la misma situación, el área de administración contactará de nuevo con la familia advirtiéndole de que en caso de un nuevo giro, y que este no sea pagado, se procederá a dar de baja del servicio a la persona beneficiaria. Asimismo, la Fundación cobrará 1€ por cada recibo devuelto.

Si durante el curso existiese un impago o devolución de 3 meses consecutivos o no consecutivos, se procederá a causar baja del servicio.

- Es importante que ante cambios significativos de los datos familiares y/o situación familiar nos lo hagan saber para actualizar la base de datos y/o poder asesorarles de la forma más pertinente.
- El número de cuenta facilitado en la matrícula se mantendrá durante todo el curso académico. Únicamente se podrá cambiar la domiciliación bancaria por causas justificadas.
- Cuando haya una ausencia de la persona usuaria justificada a nivel médico de larga duración (operaciones, hospitalizaciones,...) se tendrá que consultar el procedimiento a seguir. Se ruega que ante enfermedades contagiosas u otras infecciones se comunique previamente para valorar la asistencia al servicio.
- En caso de separación /divorcio de los progenitores, la solicitud será firmada obligatoriamente por los dos progenitores, excepto en aquellos casos en los que a uno de ellos se le haya retirado la patria potestad.
- En caso de omisión de información relevante, o no veracidad intencionada de la misma, será motivo de anulación de matrícula, en consonancia con el artículo 9.2 del reglamento de régimen interno de la Fundación Asindown.
- El cargo de los servicios se realizarán en pagos mensuales que se realizarán el día 10 de cada mes.
- Los horarios de intervención se asignarán bajo criterio profesional.



**Para cualquier duda
puede ponerse
en contacto con
las personas
responsables del
área, a través del
correo electrónico:
[envejecimiento@
asindown.org](mailto:envejecimiento@asindown.org)
o al teléfono
678 563 862**

1

Programa ACTIVA



Programa dirigido a personas con SD que se encuentran en la etapa adulta. Es un programa con vertiente terapéutica y rehabilitadora desde una perspectiva integral, que se centra en las dimensiones cognitivas, físicas y emocionales de la persona para promocionar su bienestar y mantener su autonomía personal. Uno de los objetivos principales del programa es frenar el deterioro cognitivo asociado a las personas con SD que se encuentran en la etapa adulta. A lo largo del mismo se ofrecen las siguientes actividades y/o iniciativas:

- Estimulación de todas las áreas implicadas en los procesos cognitivos.

- Fomento y mantenimiento de la autonomía y promoción de hábitos de vida saludable.
- Adquisición de una vida social plena y orientada a una alta satisfacción personal atendiendo sus gustos y deseos.
- Actividad física (fisioterapia, yoga, estimulación motriz)
- Trabajo en autogestión emocional (inter e intrapersonal)
- Atención psicológica, formación y asesoramiento a familiares.
- Visibilidad del colectivo de SD en la etapa adulta.



PERSONAS BENEFICIARIAS

Personas con síndrome de Down en etapa adulta



HORARIO Y CALENDARIO:

El programa ACTIVA-T está sujeto al calendario formativo y se desarrolla de septiembre de 2025 a julio de 2026. El horario es de lunes a viernes de 09:00 a 17:00.



RELACIÓN DE SERVICIOS:

- Información, orientación y asesoramiento a familias.
- Tramitación de ayudas.
- Derivación y orientación a otros servicios del área.
- Información legal en temas de discapacidad que está a disposición de la Fundación.
- Atención al usuario/a y atención telefónica.
- Elaboración de informes y certificados.
- Información y recursos de interés para las familias.

- Tutorías y entrevistas con la persona usuaria y familia.
- Elaboración y adaptación de materiales curriculares.
- Evaluación de la conducta adaptativa e informes profesionales.
- Participación en otras actividades y proyectos transversales y complementarios al área.
- Gestión de recursos formativos comunitarios: Prácticas, convenios

2**Programa IMPULSA-T**

Programa dirigido a personas con SD que se encuentran en la etapa adulta. Es un programa con vertiente terapéutica y preventiva para mejorar las capacidades cognitivas, emocionales y físicas de las personas con SD. Uno de los objetivos principales del programa es frenar el deterioro cognitivo asociado a las personas con SD que se encuentran en esta etapa vital.. A lo largo del mismo se ofrecen las siguientes actividades y/o iniciativas:

- Estimulación de todas las áreas implicadas en los procesos cognitivos.
- Trabajo en autogestión emocional (inter e intrapersonal)

- Fomento y mantenimiento de la autonomía y promoción de hábitos de vida saludable)..

ÁREAS DE TRABAJO

- Área cognitiva.
- Habilidades sociales e inteligencia emocional.
- Vida autónoma, salud y bienestar. Promoción de la autonomía personal, así como el mantenimiento de la toma de decisiones mediante el aprendizaje y el desempeño de habilidades cotidianas

**PERSONAS BENEFICIARIAS**

Personas con síndrome de down en etapa adulta.

**HORARIO Y CALENDARIO:**

El programa se desarrolla durante 3 horas semanales, de lunes a viernes, en horario de mañana o tarde a especificar a principio de curso, durante los meses de septiembre a junio.

**RELACIÓN DE SERVICIOS:**

- Información, orientación y asesoramiento a familias.
- Tramitación de ayudas.
- Derivación y orientación a otros servicios del área.
- Información legal sobre discapacidad que está a disposición de la Fundación.
- Atención presencial y telefónica.
- Elaboración de informes y certificados.
- Información y de recursos de interés para las familias.

- Tutorías y entrevistas con la persona usuaria y familia.
- Elaboración y adaptación de materiales curriculares.
- Evaluación de la conducta adaptativa e informes profesionales.
- Participación en otras actividades y proyectos transversales y complementarios al área.
- Gestión de recursos formativos comunitarios: Prácticas, convenios

1

Activa

	Coste real/ Cuota (1)	Cuota con SEPAP solicitado pendiente de resolución (2)
lunes a viernes 09:00 a 17:00 Septiembre a julio, con servicio de comedor	770 €/mes	500 €/mes

2

Impulsa-t

	Coste real/ Cuota (1)	Cuota con SEPAP solicitado pendiente de resolución (2)
GRUPO DE MAÑANAS	110 €/mes	74 €/mes
GRUPO DE TARDES	110 €/mes	74 €/mes

(1) Coste Real Servicio/ Cuota:

- Que pagará la familia sin solicitud del SEPAP.
- Que aportará la familia si por negligencia o falta de diligencia del solicitante no puede finalizar el expediente.
- Que paga la familia si ya tiene aprobado el SEPAP, ya que la Generalitat a través de la prestación vinculada al servicio cubre total o parcialmente el importe.

(2) Regulado en las prestaciones vinculadas a la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia:

- Cuota con SEPAP solicitado pendiente de resolución.
- Cuota que aporta la familia si por condiciones ajenas a su voluntad no puede tramitar el SEPAP.



Organización del servicio de comedor

- Para la incorporación al servicio de comedor será imprescindible tener previamente en orden toda la **documentación** requerida en la matrícula.
- Para solicitar cualquier otro tipo de dieta especial (p. ej: dieta apta para celíacos/as, alergias/intolerancias específicas) será necesario adjuntar junto a este documento los informes médicos correspondientes que acrediten la alergia y/o intolerancia alimentaria en cuestión.
- No se podrá realizar el inicio en el servicio de comedor sin adjuntar dicho **certificado médico** que acredite la necesidad de menú especial.
- Todos las cuestiones, **dudas y comentarios** referentes al comedor se deben de realizar contactando con el correo comedor@asindown.org.
- El **horario del comedor es de 13:30 a 14:30**.



Para cumplimentar esta sección correctamente y/o aclarar cualquier cuestión pueden ponerse en contacto a través del teléfono 678 563 862 o del correo electrónico: comedor@asindown.org

3

PROGRAMAS COMPLEMENTARIOS



Atención psicológica

Desde el área psicosocial se plantea un modelo de intervención preventiva que nos permita tener una buena descripción de la personalidad con SD y otras discapacidades intelectuales para **prevenir y tratar posibles problemas**.

Tener acceso a un determinado número de sesiones nos ayuda a generar motivación y estrategias hacia el bienestar total, enseñamos aprendizajes enfocados al cuidado cuando en la persona aún no ha aparecido la problemática propiamente dicha, para retrasar la aparición de la patología y la intensidad con la que puede aparecer. Es importante la salud psicológica como una firme área transversal dentro del desarrollo humano.



Si están interesados/as pueden obtener más información y tramitar la matrícula a través del ÁREA PSICOSOCIAL, al teléfono **695 525 185**

o correo electrónico: atencion.psicosocial@asindown.org



Deporte

El coste de los servicios viene determinado por la duración del programa seleccionado.

BALONCESTO	Lunes y Miércoles de 16:00 a 17:00 (2 horas semanales); Pabellón Fuensanta	55 € mes
NATACIÓN	Martes y Jueves de 16:00 a 17:00 (2 horas semanales) Piscina Cubierta Mislata	55 € mes
BAILES Y DANZAS	Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 (2 horas semanales) Pabellón Fuentesa.	55 € mes
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	Martes y jueves de 17:00 a 18:00 (2 horas semanales) Sala de fisioterapia Pura Rebeldía Asindown	55 € mes
SENDERISMO	Inscripción del usuario/a + 3 miembros de familia directa	110 € año



Si están interesados/as pueden tramitar la matrícula a través del ÁREA DE DEPORTE, tel. **654 322 060**

o correo electrónico: deporte@asindown.org

- Todos los programas cuentan con participación y supervisión de monitores de Asindown.
- Programas diseñados para deportistas mayores de 12 años.
- Apto para todas las necesidades y adaptaciones.

3

PROGRAMAS COMPLEMENTARIOS



Programa de OCIO

A partir de 12 años, el programa contempla acciones de intervención y asesoramiento para que las personas participantes adquieran estrategias y habilidades que les permitan disfrutar de su tiempo libre y planificar actividades que favorezcan el encuentro y la participación social.

Los programas de ocio se estructuran en grupos heterogéneos con inquietudes similares, en los que se fomenta un ocio activo tanto en su programación como en su realización, contando con la implicación directa de los y las usuarias.



Para cualquier duda pueden ponerse en contacto con la coordinadora del área de ocio,
tel. 655 882 849
o correo electrónico:
ocio@asindown.org



Personas socias y/o asistentes a otros servicios



Personas no socias

Ocio viernes	34 €/mes	65 €/mes
Ocio viernes noche*	11 €/mes	11 €/mes

* Ocio viernes noche se ofrece a usuarios de Asindown que justifiquen, mediante contrato laboral, la no posibilidad de asistir al ocio de tardes.