



anfas

PROGRAMAS Y ACTIVIDADES

CURSO 2019-2020

PAMPLONA

NIÑOS Y NIÑAS

JÓVENES

PERSONAS ADULTAS

PERSONAS 3ª EDAD

PROGRAMAS PARA NIÑOS Y NIÑAS

ATENCIÓN TEMPRANA (3-6 años)

Precio: - Sesiones Individuales : 80 € al mes/1 sesión semanal

- Sesiones grupales (2-3 niños): 50 € al mes/1 sesión semanal

En este programa se potenciará el desarrollo del niño o niña con discapacidad o riesgo de padecerla, en las diferentes áreas: cognitiva, psicomotora, social y del lenguaje. Así mismo, se dotará de estrategias a las familias para que acompañen la evolución de sus hijos e hijas. Se realiza:

- Estudio y evaluación del niño/a.
- Tratamiento global e individualizado con la participación de las familias.
- Coordinación con otros profesionales que atienden al niño/a: escuelas infantiles, pediatras, centros educativos, etc.
- Sesiones de: - Estimulación Global - Logopedia

PSICOMOTRICIDAD Y MULTIESTIMULACIÓN (a partir de 3 años).

Precio: 40 € mensuales por una hora semanal*

En este programa se favorecerá la salud física y mental, el desarrollo integral y armónico de todas las capacidades de la persona con discapacidad intelectual o con trastornos del desarrollo, dominando de forma sana su movimiento corporal, mejorando así su relación y la comunicación con el mundo que los rodea.

INFORMÁTICA (a partir de 6 años)

Precio: 30 € mensuales por una hora semanal*

- En este programa se trabajan programas educativos, internet, herramientas básicas del ordenador.
- Las herramientas con las que se lleva a cabo el programa son: ordenadores, tablets, pizarra digital.
- Adaptamos la enseñanza y el aprendizaje a cada alumno/a.

NATACIÓN (a partir de 3 años)

Precio: 50 € mensuales por 45 minutos semanales*

- Actividad dirigida por una monitora de natación, un profesional de ANFAS y apoyada por personas voluntarias.
 - GRUPO 1: De 15:30 a 16:15
 - GRUPO 2: De 16:15 a 17:00
 - GRUPO 3: De 17.00 a 17:45

* Consultar disponibilidad de grupos y horarios.



HABILIDADES: ACADÉMICAS, SOCIALES Y DE COMUNICACIÓN (A partir de 6 años)*

Precio: - **Sesiones Individuales : 85 € al mes/1 hora semanal**
- **Sesiones por pareja o en grupo: 52 € al mes/1 hora semanal**

Este programa consta de tres áreas en las que se reforzará:

- **Logopedia, lenguaje y comunicación.**
- **Apoyo escolar:** lectura, escritura, cálculo, resolución de problemas y todas aquellas áreas a reforzar.
- **Habilidades Sociales:** relaciones interpersonales, aprender a jugar, normas de comportamiento, resolución de problemas cotidianos y utilización de los recursos de la comunidad para poner en práctica lo trabajado en las sesiones (mínimo una vez al mes).

Estas áreas se trabajan en coordinación con las familias y centros educativos a los que acuden los alumnos.

ACTIVIDADES LÚDICAS (a partir de 6 años)

Precio: 25 € mensuales*

Se llevan a cabo los sábados de 11:00 a 13:30 realizando:

- **Actividades de exterior:** excursiones, participación en actividades organizadas por diferentes entidades (Ayuntamiento, CIVICAN, Barrios, Mancomunidad...), etc.
- **Actividades de interior:** cuentacuentos, talleres de plástica, cocina, deporte, relajación, masaje, etc.

IMPORTANTE:

• Contamos con los niños y niñas que participaron el curso pasado en las actividades mencionadas. Los profesionales se pondrán en contacto con las familias para confirmar fechas de comienzo.

• **NUEVAS INSCRIPCIONES:** llamar al 948 27 50 00

PROGRAMAS PARA JÓVENES

INFORMÁTICA (a partir de 12 años)

Precio: 30 € mensuales por una hora semanal*

- En este programa se trabajan programas educativos, Herramientas básicas de informática, Paquete Office, uso correcto de las redes sociales, correo electrónico, aprendizajes funcionales a través de diferentes programas (Google Earth, Google maps, Gimp, Photoshop, Movie Maker, etc).
- Tenemos en cuenta los intereses y habilidades de cada participante.
- Las herramientas con las que trabajamos son ordenadores, tablets, pizarra digital, móviles.

AUTOGESTIÓN (a partir de 16 años)

Precio: 15 € mensuales por una hora semanal*

Con este programa conseguiremos los siguientes objetivos:

- Desarrollar habilidades de autonomía personal y social.
- Fomento de la participación en la Asociación y en la Comunidad.
- Aprendizaje en la toma de decisiones y elecciones.
- Aprendizaje de habilidades de comunicación y trabajo en grupo.

Las reuniones son quincenales.

PSICOMOTRICIDAD Y MULTIESTIMULACIÓN

(a partir de 12 años) • Precio: 40 € mensuales por una hora semanal*

Con este programa se favorece la salud física y mental, el desarrollo integral y armónico de todas las capacidades de la persona con discapacidad intelectual o con trastornos del desarrollo, dominando de forma sana su movimiento corporal, mejorando así su relación y la comunicación con el mundo que los rodea.

HABILIDADES PARA LA VIDA DIARIA

(a partir de 16 años) • Precio: 30 € mensuales por una hora semanal*

Miércoles de 16:45 a 17:45, de 18:00 a 19:00 y de 19:00 a 20:00

En este programa se llevan a cabo sesiones monográficas de:

- Hábitos de autonomía personal y doméstica
- Salud y Seguridad
- Organización administrativa
- Afectividad, sexualidad y emociones
- Otras en función de las necesidades de los/las participantes

** Consultar disponibilidad de grupos y horarios.*



ACTIVIDADES DE OCIO (De 12 a 20 años)

Precio: 10 € mensuales por una hora semanal*

- **Taller de baile:** Lunes de 18:00 a 19:00.
- **Taller de manualidades:** Lunes de 19:00 a 20:00.
- **Baile Salsa:** Martes de 18:00 a 19:00
- **Sevillanas:** Jueves de 18:00 a 19:00
- **Danzas Vascas:** Viernes de 18:00 a 19:00.
- **Actividades de exterior:** Bolera, cine, deporte, excursiones, actividades culturales, actividades organizadas por diferentes entidades (Ayto. Civicán, mancomunidad, ...) Martes de 18:00 a 20:00, sábados y domingos por la tarde de 17:00 a 20:00.

HABILIDADES: ACADÉMICAS, SOCIALES Y DE COMUNICACIÓN (De 12 a 20 años)*

Precio: - Sesiones Individuales : 85 € al mes/1 hora semanal

- Sesiones por pareja o en grupo: 52 € al mes/1 hora sem.

Este programa consta de tres áreas en las que se reforzará:

- **Logopedia, lenguaje y comunicación.**
- **Apoyo escolar:** lectura, escritura, cálculo, resolución de problemas y todas aquellas áreas a reforzar.
- **Habilidades Sociales:** relaciones interpersonales, aprender a jugar, normas de comportamiento, resolución de problemas cotidianos y utilización de los recursos de la comunidad para poner en práctica lo trabajado en las sesiones (mínimo una vez al mes).

Estas áreas se trabajan en coordinación con las familias y centros educativos a los que acuden los alumnos.

IMPORTANTE:

· Contamos con los y las jóvenes que participaron el curso pasado en las actividades mencionadas. Los profesionales se pondrán en contacto con las familias para confirmar fechas de comienzo.

· **NUEVAS INSCRIPCIONES:** llamar al 948 27 50 00

PROGRAMAS PARA PERSONAS ADULTAS

INFORMÁTICA

Precio: 30 € mensuales por una hora semanal*

- En este programa se trabajan programas educativos, Herramientas básicas de informática, Paquete Office, uso correcto de las redes sociales, correo electrónico, aprendizajes funcionales a través de diferentes programas (Google Earth, Google maps, Gimp, Photoshop, Movie Maker, etc).
- Tenemos en cuenta los intereses y habilidades de cada participante.
- Las herramientas con las que trabajamos son ordenadores, tablets, pizarra digital, móviles.

PSICOMOTRICIDAD Y MULTIESTIMULACIÓN

Precio: 40 € mensuales por una hora semanal*

Con este programa se favorece la salud física y mental, el desarrollo integral y armónico de todas las capacidades de la persona con discapacidad intelectual o con trastornos del desarrollo, dominando de forma sana su movimiento corporal, mejorando así su relación y la comunicación con el mundo que los rodea.

HABILIDADES PARA LA VIDA DIARIA

Precio: 30 € mensuales por una hora semanal*

Miércoles de 17:00 a 18:00, 18:00 a 19:00, 19:00 a 20:00.

En este programa se llevan a cabo sesiones monográficas de:

- Hábitos de autonomía personal y doméstica
- Salud y Seguridad
- Organización administrativa
- Afectividad, sexualidad y emociones
- Otras en función de las necesidades de los/las participantes

** Consultar disponibilidad de grupos y horarios.*





ACTIVIDADES DE OCIO

Precio: 10 € mensuales por una hora semanal*

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
De 6 a 7		Juegos de Mesa	Costura	Yoga y relajación	Baile
		Baile: Salsa		Baile: Sevillanas	
		Pintura	Música	Pintura	Danzas Vascas
De 7 a 8		Juegos de Mesa	Crea y Decora	Juegos de Mesa	Revista
		Pintura	Baile y Yoga	Pintura	
De 6 a 8		Cocina	Cerámica	Actividades Culturales	Cerámica



OCIO LOS SÁBADOS

Precio: 30 € mensuales*

Se llevan a cabo talleres de interior (pintura, manualidades, masaje, música, cocina...) y actividades de exterior: bolera, actividad deportiva, planetario, excursiones, participación en actividades organizadas por diferentes entidades (Ayuntamientos, CIVICAN, Barrios, Mancomunidad...).

- **Actividades para adultos con necesidades de apoyo extenso y generalizado "Oskarbi"**: Sábados por la mañana (10—13 h.)
- **Actividades de Grupos**: Sábados por la tarde (17—20 h.)

APOYO A LA VIDA INDEPENDIENTE

Precio: 5 € mensuales por cada hora de atención*

Mantener y mejorar la calidad de vida de las personas adultas para prolongar y consolidar el mayor tiempo posible su condición independiente, permaneciendo en su entorno habitual, prestando los apoyos que se requiera para ello.

AUTOGESTIÓN

Precio: 15 € mensuales por una hora semanal*

Con este programa se consiguen los siguientes objetivos:

- Desarrollo de habilidades de autonomía personal y social.
- Fomento de la participación en la Asociación y en la Comunidad.
- Aprendizaje en la toma de decisiones y elecciones.
- Aprendizaje de habilidades de comunicación y trabajo en grupo.

Las reuniones son quincenales.

*** Consultar disponibilidad de grupos y horarios.**

IMPORTANTE:

· Contamos con las personas que participaron el curso pasado en las actividades de personas adultas. Los/las profesionales se pondrán en contacto con las familias para confirmar fechas de comienzo.

· **NUEVAS INSCRIPCIONES:** llamar al 948 27 50 00

PADEL ADAPTADO

Precio: 75 € anuales* por 1 hora semanal. Curso de octubre a junio

Este año, como novedad y fruto de un acuerdo con “Navarra Pádel” ofrecemos la posibilidad de realizar un curso de Pádel Adaptado dentro del programa “Pádel sin Límites”.

Beneficios de practicar este deporte:

- Posibilidad de realizar ejercicio físico en unas instalaciones normalizadas.
- Atención individualizada: las adaptaciones que el monitor incluye en sus clases dependiendo de las necesidades de cada persona, hace que el alumno se sienta realizado, progrese y en definitiva se divierta.
- El pádel adaptado puede ser un factor de integración social además de beneficiar la salud y condición física y emocional de la persona que lo practica.

** Actividad subvencionada por Navarra Pádel en un 85%. Coste real del curso sin subvención: 450 €*

TERCERA EDAD

ENVEJECIMIENTO ACTIVO (+ 45 años)

Precio: Consultar tarifas

El programa tiene una **misión** clara que es la de proporcionar actividades adaptadas y apoyos ajustados a las necesidades de las personas con discapacidad intelectual mayores de 45 años o en proceso de envejecimiento, y también a la de sus familias, que les permitan envejecer de manera digna, activa y saludable, mejorando con todo ello su calidad de vida.

Destinatarios: personas con discapacidad intelectual y del desarrollo mayores de 45 o en proceso de envejecimiento.

Horario: de lunes a viernes de 10:00 a 13:00, por las mañanas durante todo el año (excepto Navidad, Semana Santa y San Fermín)

Existe un **Servicio de Conciliación** de 9:00 a 10:00 y de 13:00 a 14:00.

Realizamos sesiones con la **Psicóloga** y de **Estimulación multisensorial**.

Quien lo necesite dispone de un servicio de **Recogida en el domicilio**.

Una vez por semana hay **Fisioterapia** para las personas que lo soliciten.

Actividades: Taller de comunicación, cocina, actividad física, actividad cognitiva, salidas culturales, actividad artística, piscina...

OTROS SERVICIOS DE ANFAS

INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO

(Sin coste)

Si necesitas información sobre cualquier aspecto que afecte a tu familiar con discapacidad intelectual o con trastorno del desarrollo, puedes contactar con nuestra **Trabajadora Social** que te apoyará y asesorará en todos los aspectos que te preocupen.

RESPIRO FAMILIAR

Precio: 130 € cuota de fin de semana completo

Es un apoyo de carácter no permanente, dirigido a los familiares que conviven con personas con discapacidad intelectual o con trastornos del desarrollo, con el fin de facilitar la conciliación de su vida personal, familiar y laboral, prestando una atención temporal y a corto plazo a su familiar.

Este servicio se ofrece 3 fines de semana programados al año para cada grupo y se lleva a cabo entre los meses de febrero y diciembre (excepto junio, julio y agosto).

Cada salida de respiro familiar dura desde el viernes a las 18:30 h. hasta las 17:00 h. del domingo y se alojan en los albergues de Navarra.

Se organizan grupos según edad y necesidades de apoyo.

Durante el fin de semana de respiro se realizan actividades de ocio en función del tiempo, el grupo y sus necesidades (piscina cubierta, talleres, paseos, fiestas...).

Cada grupo cuenta con un profesional responsable y tantas personas voluntarias de apoyo como necesite el grupo.



GRUPOS DE APOYO FAMILIAR

(Sin coste)

Con estos grupos pretendemos:

- Mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y con trastornos del desarrollo de las familias creando condiciones positivas en el entorno familiar.
- Proporcionar a las familias el desarrollo de sus capacidades, el fortalecimiento de los vínculos del sistema familiar y una formación básica para conseguir que su comportamiento individual y familiar sea sano, creativo, eficaz y enriquecedor.

Todo ello se trabajará en:

- **Grupos de padres, madres y hermanos adultos/as**
- **Taller de hermanos/as Txikis, de forma lúdica.**

SECCIÓN TEA DE ANFAS

- Organizamos ESCUELAS DE FAMILIAS dirigida a familias y profesionales de niñ@s/jóvenes con TEA, con el objetivo de proporcionar apoyo las para afrontar el día a día dotándoles de estrategias para que ayuden a sus hij@s en su desarrollo físico, social y emocional, mediante una metodología teórico práctica. **Precio: 130 €**
- Realizamos VALORACIONES DE NIÑ@S/JÓVENES, que consiste en la valoración de las distintas áreas de desarrollo de la persona con el correspondiente informe de orientaciones y plan de intervención individualizado. **Precio: 270 €**

NUEVAS INSCRIPCIONES:

Llamar al 948 27 50 00



INSCRIPCIONES

Si quieres más información puedes pasarte por
las oficinas de ANFAS o contactar con:

Tfno. 948 27 50 00

**TODAS LAS ACTIVIDADES TIENEN
DURACIÓN DE CURSO ESCOLAR (9 meses).**

**LAS PERSONAS QUE SE DEN DE BAJA
PERDERÁN LA PLAZA**

Pintor Maeztu, 2, bajo trasera
31008 Pamplona
Tfno. 948 275 000
www.anfasnavarra.org



Entidad subvencionada por:

Nafarroako  Gobierno
Gobernua  de Navarra