

Projecte Espavila't a Tornabous

La **Fundació Friends** organitza aquest estiu a **Tornabous** (Urgell) estades d'entrenament per a la vida independent per a **joves amb Síndrome d'Asperger** (trastorn de l'espectre autista). El projecte anomenat **Espavila't**, es basa en el foment de la autonomia de les persones amb autisme, la integració en l'entorn i la dotació de respir a les famílies.

En períodes d'una setmana, des del 10 al 23 de juliol, i del 7 al 27 d'agost, un màxim de 4 joves conviuen en una casa a Tornabous amb un monitor especialitzat que els guiarà i els donarà les eines necessàries per a les **activitats pròpies de la vida adulta**: tenir cura del propi cos, cura de la llar, saber organitzar les diferents tasques, resoldre els conflictes de la convivència, planificar el lleure, i afavorir la integració en el propi entorn i la participació en la comunitat.

Tornabous, Tàrraga i voltants ofereix tots els serveis i entorns necessaris per a dur a terme el projecte. I l'acollida per part del poble està sent **excel·lent**, la qual cosa facilita molt l'adaptació dels nois.



Justificació

Espavila't 2017 neix de la necessitat de dotar les persones amb diagnòstic de TEA (Trastorn de l'espectre autista) d'eines i habilitats per a poder assolir una **vida independent plena** i donar **respir** a les famílies.

Les persones adultes amb TEA sovint arriben a la vida adulta amb menys autonomia que la resta de la població. Per aquest motiu un dels principals eixos vertebradors de la Fundació Friends és la promoció de la vida independent.

El col·lectiu.

La síndrome d'Asperger, és un **trastorn de l'espectre autista** que té com a principals característiques: dificultats en la comunicació, interessos restringits i repetitius, i desig d'invariància de l'entorn. Podríem dir que l'afectació es centra l'àmbit relacional i social, tot i que també hi ha mancances en la capacitat de planificació i previsió. Això els pot comportar certes dificultats per a dur una vida autònoma, però que es pot assolir mitjançant entrenament i certa supervisió.

Per norma general tenen un quocient intel·lectual dintre de la normalitat.

Fundació Friends

La Fundació Friends – Fundació Privada és una **entitat sense ànim de lucre** creada amb la finalitat de donar **suport a joves amb la síndrome d'Asperger** (Trastorn de l'Espectre Autista, TEA) i/o amb problemes de comunicació social, relació i empatia.

Ofereix serveis en l'àmbit del lleure, l'educació, la inserció laboral, la promoció de la vida independent i el suport a les famílies.

Més informació del projecte Espavila't

Objectiu específics

- Millorar la qualitat de vida dels joves TEA i les seves famílies.
- Adquirir habilitats i competències per a la millora de l'autonomia personal.
- Aprendre a gestionar el temps de lleure.
- Assolir les competències relatives a la cura del propi cos.
- Aprendre a definir tasques i a planificar-les en el temps.
- Millorar les habilitats socials i relacionals.
- Generalitzar els aprenentatges vers a les relacions socials.
- Afavorir espais de relació entre iguals.
- Dotar d'eines per a augmentar les relacions interpersonals.
- Ampliar el ventall d'interessos personals.
- Realitzar activitats esportives per a la millora del propi benestar físic.
- Descobrir noves formes de lleure fora de l'entorn familiar.

Activitats

Vida autònoma e independent:

- Assemblea diària per a definir i recordar les tasques necessàries a la llar, per a decidir i planificar les activitats de lleure, per a consolidar les normes de convivència i per a compartir inquietuds personals.
- Organització setmanal i definició dels àpats, què comprem i informació nutricional bàsica.
- Definició de les tasques de la llar, què hem de fer i com ho fem.
- Fer la compra setmanal.
- Cuinar el menjar.
- Definició dels hàbits i tasques per a la cura del propi cos.
- Planificació del temps de lleure, organització i cost econòmic de cada activitat.
- Elaboració d'un pressupost de despeses generals.
- Elaboració d'un pressupost de despeses personals.
- Assemblees finals per a valorar la setmana i què hem après.

Cohesió del grup:

- Planificar conjuntament les activitats de lleure per fer en grup.
- Cercar informació rellevant per cada activitat.
- Visitar centres cívics, ajuntaments, biblioteques, oficina de turisme o qualsevol altre recurs destinat al públic general.
- Posada en comú de les diferents ofertes públiques de la localitat.
- Definició de les diferents responsabilitats per a l'organització de les activitats.
- Realització de les activitats escollides.
- Posada en comú dels resultats i què podem millorar.

Fundació Friends

C/Aragó 227, Barcelona

93.487.55.44

www.fundaciofriends.org

comunicacio@fundaciofriends.org – Susanna Diaz Casas, comunicació.

lleure@fundaciofriends.org – José Llorca, coordinador de lleure