# PROYECTO VIVIENDA COMUNITARIA

## 1. PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Tener discapacidad intelectual implica alteraciones psicológicas cualitativas en el desarrollo de funciones sociales, cognitivas y comunicativas que limitan la capacidad de las personas para relacionarse con otros, llevar una vida autónoma e integrarse satisfactoriamente en la comunidad. Las personas con discapacidad intelectual presentan en mayor o menor medida, dificultades en la comunicación, interacción social, imaginación y campo de intereses.

Algunas características de las personas con discapacidad intelectual:

| | |
|---|---|
| **Comunicación** | - Ausencia parcial o total del lenguaje y/o comunicación verbal no funcional.<br>- Lenguaje y/o temas repetitivos de conversación.<br>- Inversión pronominal (ej. Habla de sí mismo en tercera persona).<br>- Poco control e incomprensión de las diferentes posturas corporales y/o gestos faciales.<br>- Alteración del tono, ritmo y la entonación del discurso. |
| **Interacción Social** | - Aislamiento y/o pasividad social, mostrando más interés por determinados objetos que por las personas que le rodean.<br>- Interés por la interacción con los demás, pero presenta una interacción desadaptada: dificultades en la capacidad empática e incomprensión de ciertas reglas sociales y del comportamiento que de ellos se espera. |
| **Imaginación y Campo de Intereses** | - Patrones de conducta ritualistas y repetitivos.<br>- Resistencia al cambio y perseverancia por la invariabilidad del ambiente.<br>- Pueden desarrollar intereses específicos o preocupaciones por temas peculiares.<br>- Capacidad imaginativa limitada.<br>- Dificultad para la planificación |

Algunas personas con discapacidad intelectual tienen asociadas patologías y **graves problemas de conducta** que limitan sus posibilidades si no tienen los apoyos necesarios. Cuando hablamos de graves problemas de conducta nos referimos a comportamientos obsesivos, ansiedad, conductas disruptivas, problemas de sueño, autolesiones graves e incluso agresiones físicas a la persona que tienen cerca. Cuando estos comportamientos se agravan se hace necesaria la

intervención de un apoyo profesional y de recursos que les ayuden en su día a día.

Sin embargo, los datos recogidos en los últimos años nos demuestran que **CON** los **APOYOS** oportunos las personas con discapacidad intelectual **SON CAPACES DE ALCANZAR SUS METAS Y SU DESARROLLO PERSONAL A TRAVÉS DE PROYECTOS PERSONALES** como los de cualquier otra persona, en muy diversos ámbitos: formativos, culturales, laborales, etc.

## 2. VIDA DIGNA Y EN COMUNIDAD

La Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad establece en el artículo 19 que la vida independiente es un derecho:

*<<Los Estados Partes en la presente Convención reconocen el derecho en igualdad de condiciones de todas las personas con discapacidad a vivir en la comunidad, con opciones iguales a las de las demás, y adoptarán medidas efectivas y pertinentes para facilitar el pleno goce de este derecho por las personas con discapacidad y su plena inclusión y participación en la comunidad, asegurando en especial que:*

*a) Las personas con discapacidad tengan la oportunidad de elegir su lugar de residencia y dónde y con quién vivir, en igualdad de condiciones con las demás, y no se vean obligadas a vivir con arreglo a un sistema de vida específico;*

*b) Las personas con discapacidad tengan acceso a una variedad de servicios de asistencia domiciliaria, residencial y otros servicios de apoyo de la comunidad, incluida la asistencia personal que sea necesaria para facilitar su existencia y su inclusión en la comunidad y para evitar su aislamiento o separación de ésta.*

*En España, la Ley de Igualdad de Oportunidades, No Discriminación y Accesibilidad Universal de las Personas con Discapacidad define la vida independiente como "la situación en la que la persona con discapacidad ejerce el poder de decisión sobre la propia existencia y participa activamente en su comunidad, conforme al derecho al libre desarrollo de la personalidad">>.*

La autonomía en sentido estricto es tomar decisiones sin depender de otros, pero todos dependemos de otros para poder realizar nuestro proyecto de vida, y eso es lo verdaderamente importante: los apoyos de los que disponemos para hacer un plan de vida propio. Hay que favorecer y potenciar siempre la autonomía, y para ello, es preciso, poner a disposición de las personas, los instrumentos que favorezcan la toma de decisiones, pero lo más importante, para tener un proyecto de vida propio, es proporcionar los apoyos para que las personas con discapacidad intelectual y sus círculos de apoyo, identifiquen sus metas y las puedan alcanzar, en un entorno comunitario, sin segregación. Por esto, lo importante no es tanto reivindicar el concepto de vida independiente, sino el de proyecto de vida propio, el de vida digna y en comunidad.

## 3. NECESIDAD DEL PROYECTO

Las personas con discapacidad intelectual necesitan apoyos a lo largo de toda su vida. La realidad, es que cuando llegan a la edad adulta, ven restringidas sus posibilidades de vida plena debido a la carencia de recursos que les den los apoyos apropiados. La falta de recursos públicos y privados está generando situaciones dramáticas que hacen que tanto las personas con discapacidad intelectual como sus familias no tengan una vida digna.

Como hemos explicado anteriormente, algunas personas con discapacidad intelectual tienen asociadas patologías y trastornos graves de conducta (comportamientos obsesivos, ansiedad, conductas disruptivas, problemas de sueño, autolesiones graves e incluso agresiones físicas a la persona que tienen cerca) que limitan sus posibilidades si no cuentan con los apoyos necesarios (área comunicativa, conductual, sanitaria, social, etc.). Esta carga está siendo asumida por los familiares, generando altos costes económicos[1], pero también emocionales, psicológicos, relacionales y sociales. El día a día de una familia con una persona adulta con discapacidad intelectual puede llegar a ser muy conflictivo. En los casos que se dan estas situaciones se agrava el problema creándose un clima familiar insostenible, existiendo daño físico y psicológico para ambas partes, y se hace necesario un apoyo profesional que trabaje con la persona con discapacidad intelectual y también con la familia de manera integral.

Es preciso dar solución a estas situaciones ofreciendo a las personas con discapacidad intelectual una opción de vivienda compartida donde se puedan trabajar los problemas de conducta profesionalmente y dónde se puedan desarrollar proyectos de vida buena. Además, se quiere apoyar a las familias para que sigan este proceso y puedan tener una relación saludable con su hijo.

Los adultos con discapacidad intelectual deberían poder disfrutar de los ciclos vitales como cualquier persona y llegar a independizarse de sus padres y madres, así como los familiares vivir sin ser eternos cuidadores y gozar de una relación sana con sus hijos.

En la actualidad existe una larga lista de espera para las plazas públicas en residencias, que son escasas y no se conceden cuando el problema aparece. La realidad es que no hay plazas de vivienda para las personas y familias que lo demandan. Además, los pocos recursos que existen son macro-residencias con un modelo asistencial y generalista que no suele estar adaptado para que las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL puedan desarrollar sus proyectos de vida.

[1] Informe FEAPS: “El sobreesfuerzo económico que la discapacidad intelectual o del desarrollo ocasiona en la familia en España 2014”.

Las personas con discapacidad intelectual tendrán su hogar en una vivienda comunitaria, a la que tienen derecho como cualquier ciudadano, con los apoyos especializados formados para poder llevar una vida digna y en comunidad; y las familias cubrirán su necesidad, siendo apoyadas durante el proceso y partícipes del proyecto, interviniendo para que ellos también mejoren su estándar de calidad de vida. Las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL no deberían llegar a un proyecto de vida independiente cuando las familias tienen una urgencia y no pueden hacerse cargo de los cuidados, en la concepción de este servicio **debemos promover el derecho y evitar la urgencia**.

## 4. ¿POR QUÉ PISOS Y NO RESIDENCIAS?

Las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL tienen derecho a vivir en sociedad y no en ambientes segregadores, como tradicionalmente han sido las residencias.

Ofreciendo viviendas incluidas en la comunidad, estamos ofreciendo una experiencia enriquecedora, tanto para las personas que finalmente vivirán en ellas, como para el resto de la sociedad.

Por tanto, la respuesta más clara a la pregunta "¿por qué pisos y no residencias?" seguramente será la siguiente: «PORQUE ES UN DERECHO».

Con 30 años, a nadie le gusta pasar los 345 días del año y las 24 horas de cada día en el mismo sitio, ni vivir en una residencia.

Además, es una evidencia científica, que la calidad de vida de las personas con discapacidad es mayor cuando éstas viven en modelos comunitarios (pisos en la comunidad, o similar) que cuando lo hacen en residencias. Desde un análisis de costes, es cierto, que los modelos residenciales, permiten en un primer momento algunos ahorros, al realizar economías de escala, pero, como de nuevo señalan los estudios, esa reducción de costes es un espejismo; si se realiza un análisis completo de coste-eficacia, ante iguales inversiones, los resultados en calidad, son muy superiores en modelos comunitarios. Esto es debido a que los modelos residenciales, debido a la insatisfacción que producen llevan a la búsqueda de mejoras, con aumentos de personal de apoyo, que encarecen el servicio, pero no mejoran los resultados.

**Actualmente se está dando un movimiento internacional de desinstitucionalización de las personas con discapacidad: Reino Unido, Europa, Canadá, EE. UU, etc**. Sin ir más lejos, en Madrid, hay entidades que ya han declarado públicamente que no van a construir más residencias y que van a iniciar un proceso de desinstitucionalización de las personas que están en las residencias que ya tienen, en favor de pisos u otros modelos comunitarios.

Por lo que podemos concluir que, desde un punto de vista ético, técnico y económico, los modelos residenciales no son una alternativa deseable, ya que, la única ventaja que pueden tener, es que son más cómodos para su gestión, pero no producen buenos resultados en comparación con los modelos comunitarios.

## 5. DE LA INSTITUCIÓN A LA VIVIENDA DIGNA

¿Qué es una vida institucionalizada y por qué limita la posibilidad de una vida buena?

La institucionalización es un proceso de reglas y normas tipificadas cuya continuidad en el tiempo confiere a las organizaciones un papel de "entidad" que sobrevive más allá de los individuos. Este proceso da a la organización la apariencia de calidad y de objetividad. Desde la atención social y psicológica una institución se identifica con establecimientos especializados que modifican personas porque las educan, curan o reinsertan (M. Domenech, F. J. Tirado, S. Traveset, y A.Vitores).

Algunas características de las instituciones:

- Las rutinas diarias se administran formalmente, duchas, descansos, comidas y horarios se unifican se gestionan colectivamente.
- La vida de la persona se aparta total o parcialmente de las otras personas que viven en comunidad.
- Se vive y se trabaja o mantiene ocupación en un mismo lugar o edificio.
- Las actividades programadas son obligatorias y se integran para alcanzar los objetivos de la entidad y no de las personas.
- Se vive y convive con muchos otros.
- Las personas pueden estar privadas de objetos y entornos que son parte de su identidad.
- Centralizan la vida, la entidad cubre con diferentes servicios la vida de la persona.

En 1960 se produjo en Estados Unidos la desinstitucionalización del mundo psiquiátrico y este avance hacia la vida comunitaria tuvo grandes detractores por dejar a los pacientes más graves sin suficiente amparo y de nuevo con el único refugio de su vida familiar.

El equilibrio más adecuado de gestión de las instituciones lo encontramos en lo que el mundo de la salud mental llama los gestores de casos que en el acuerdo marco de los DISCAPACIDAD INTELECTUAL aparece una semejanza en los llamados referentes de plan. Una figura que permite la gestión mixta del "dentro/fuera" con límites muy claros. Y que tiene las siguientes características:

- La vida no se desarrolla en un único establecimiento, la vida se desarrolla en centros sociales, viviendas comunitarias gestionadas o no por organizaciones, recursos comunitarios. El programa completo de la persona no se implementa en ninguno de ellos.
- Un conjunto de personas mantiene una relación no presencial a través de esos referentes de plan o coordinadores. Las entidades diferentes se engloban dentro de la red de la persona.

La vivienda digna es un resultado de la interdependencia de derechos humanos fundamentales tales como el derecho a la vida, a la salud, a la vida privada y a la vivienda adecuada.

Este derecho se halla reconocido en el Pacto internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales en su artículo 11 "el derecho de toda persona a un nivel de vida adecuado para sí misma y para su familia, incluyendo alimentación, vestido y vivienda adecuadas y una mejora
continuada de las condiciones de existencia".

Algunos elementos para considerar que estamos en una vivienda adecuada para las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL pueden ser:

- **El lugar** en el que está ubicada la vivienda, no alejada de entornos que permitan el acceso a la vida comunitaria y cultural.
- **La gestión ajustada del equilibrio entre seguridad y libertad**, no podríamos considerar sólo las cuestiones de ausencia de peligros si éstas impiden el ejercicio de la participación y del desarrollo personal usando las **oportunidades de realización** que ofrecen los servicios en la comunidad, las relaciones interpersonales, familiares, el ejercicio de la ciudadanía activa, la **flexibilidad de rutinas**, horarios y comportamientos diarios.
- **La habitabilidad,** asegurando el abrigo, confort y condiciones de aislamiento acústico, térmico y el ambiente saludable de la vivienda.
- **Los gastos soportables**, con una visión de bienestar social desde un modelo colaborativo entre el tercer sector, el ciudadano y la administración pública, las personas deben habitar en una vivienda asequible asegurando las ayudas necesarias para poder tener una vida buena.
- **Adecuación cultural**, la construcción de la vivienda debe estar conectada con la expresión de la identidad cultural y la diversidad de la vivienda y su elección debe favorecer el desarrollo de los proyectos personales y sociales.
- **La seguridad jurídica de la tenencia**, al estar protegido frente al desalojo arbitrario cambiando de modelos comunitarios a modelos asistenciales.
- **La disponibilidad de servicios materiales e infraestructura**; el acceso permanente a los alimentos y su almacenamiento, a la energía, a las instalaciones de aseo y de emergencia adecuados.
- **La accesibilidad.** El modelo de apoyos de los servicios profesionales debe estar basado en el apoyo activo, la accesibilidad cognitiva, el apoyo conductual positivo y los servicios centrados en la persona.

## 6. ASISTENCIA PERSONAL

No todas las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL adultas necesitan el mismo modelo de vivienda. Desde la asociación también queremos impulsar otro tipo de apoyos para la vida adulta relacionados con la vivienda, pero que no impliquen la incorporación a una plaza de este tipo, sino, por ejemplo, apoyos para la vida en un hogar propio que podrían ser coordinados o supervisados desde IDEM INCLUSIÓN. Estos apoyos profesionales serían de carácter estable, a diferencia de los que se prestan para el respiro familiar y permitiría paliar la carga de atención de los padres y/o tutores y el desarrollo personal de la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL.

Hay muchas personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL que prefieren seguir viviendo con sus padres y con apoyos individualizados de asistencia personal podrían hacerlo. Estos apoyos evitarían que algunas personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL tuvieran que precipitar su paso a una plaza de vivienda, cuando en realidad no lo desean.

Siempre que la persona y la familia reúnan una serie de características (preferencia por estos apoyos, vivienda propia, cierta capacidad económica, etc.) desde IDEM INCLUSIÓN trataremos de favorecer estos apoyos de asistencia personal, para lo cual es necesario avanzar en prestaciones públicas específicas.

Podemos definir al asistente personal de personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL como un profesional que apoya a una persona de manera individualizada, en cualquier contexto de su vida y acordando los apoyos siempre con ella y/o su círculo de apoyo.

El objetivo principal de esta figura profesional es contribuir a mejorar la calidad de vida de la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL, facilitando y mediando para que el contexto se adapte a sus necesidades. Para ello, es importante tener en cuenta los requisitos que deben darse en la asistencia personal[5]:

- Debe existir siempre un contrato profesional que vincule a la persona que recibe el apoyo y al asistente personal.
- La persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL y/o su círculo de apoyo siempre van a determinar dónde, cómo y cuándo se van a dar los apoyos.
- La persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL y/o su círculo de es la encargada de elegir quién va a ser su asistente personal.

- El asistente personal no debe dar más apoyo del estrictamente necesario.

Creemos que hay que avanzar en respuestas de asistencia personal, en algunas personas como alternativa al Centro de Día, y en otras como complemento a los apoyos recibidos en el Centro de Día, como solución de apoyos para la vida independiente, por ejemplo, en una vivienda propia.

## 7. BENEFICIARIOS

### Personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Este proyecto, en esta fase de su desarrollo, pretende dar apoyo profesional en entorno de vivienda a **18 personas con discapacidad intelectual**. Se espera que mediante la intervención profesional los beneficiarios del proyecto mejoren sus estrategias adaptativas, así como se fomenten sus inquietudes e intereses para conseguir que puedan llegar a tener una vida buena. Basándonos en el modelo de calidad esperamos los siguientes resultados:

- Impacto en los proyectos de vida de las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL a través de actividades basadas en sus metas, intereses y motivaciones (**Planes Individuales de Vida y Planificación Centrada en la Persona).**
- Mayor participación en actividades en la comunidad y actividades de ocio. (**Inclusión social**)
- Mayor autonomía, cuidado personal y empoderamiento. (**Autodeterminación**)
- Apoyo en las actividades domésticas y situaciones de la vida diaria. (**Vida independiente**).
- Mejora de la relación familiar y apoyo emocional y psicológico para las familias. (**Planificación Centrada en la Familia)**

## Familias

Las familias de las personas con discapacidad intelectual viven un nivel considerable de angustia y estrés desde el primer síntoma que se detecta, normalmente alrededor del año y medio, que modifica de un modo radical las vidas de todos los miembros del sistema familiar.

**Las familias de personas con discapacidad intelectual ven claramente incrementado su nivel de estrés respecto de familias con hijos con desarrollo típico**. Los recursos que poseen son mucho más escasos que los de familias sin miembros con discapacidad. Un primer problema es que estos recursos son mucho más caros de lo habitual, dado que se requiere personal con experiencia para tratar con sus hijos. El coste de esos apoyos no es el único problema, a éste debemos añadirle la escasez de monitores, canguros, etc. con la suficiente formación paratratar adecuadamente a personas con discapacidad intelectual. Igualmente, las familias tienen que cargar también con la lucha permanente para que se reconozcan las necesidades y derechos por parte de las instituciones públicas y la sociedad. En resumen, las familias que tienen un miembro con discapacidad intelectual:

- Funcionan y se organizan como el resto de familias, según diferentes factores:

  - Las características personales de cada miembro.
  - Nivel de cohesión.
  - Permeabilidad / rigidez respecto al entorno. (Capacidad para relacionarse).
  - Jerarquía entre los subsistemas (parental, filial, fraterno, familia de origen.)
  - Valores, Mitos, Poder, creencias, etc.
  - Recursos disponibles.

- Pero viven una situación especial:

  - Tienen una responsabilidad que va más allá de las expectativas normales de la conducta parental.
  - Situación NO provisional.
  - Alto nivel de estrés.
  - Fatiga.
  - Vida social restringida.
  - Consecuencias en la economía familiar (+ costes, - ingresos).
  - Alto coste emocional.

- Permanente preocupación y ansiedad por la salud y el futuro de la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL.
- Lucha permanente con instituciones y servicios para obtener apoyos.
- Aspiraciones frustradas.
- Cuando la familia tiene más hijos, preocupación por los otros hijos, sentimiento de culpabilidad o excesiva carga para el hermano/a.
- En IDEM INCLUSIÓN, además las familias tienen varios roles como gestores de una asociación, miembros de la junta directiva, padre o madre, etc…

Llegadas a determinada edad, las familias de algunas personas con discapacidad intelectual cuyos hijos-as tienen asociadas patologías y trastornos graves de conducta que limitan sus posibilidades si no cuentan con los apoyos necesarios (área comunicativa, conductual, sanitaria, social, etc.) necesitan una alternativa de vivienda.

Desde IDEM INCLUSIÓN se quiere dar solución a estas situaciones ofreciendo a las personas con discapacidad intelectual una opción de vivienda compartida donde se puedan trabajar los problemas de conducta profesionalmente, pero, además, se quiere apoyar a las familias para que sigan este proceso y puedan tener una relación saludable con su hijo.

## 8. DESCRIPCIÓN TÉCNICA DEL PROYECTO

### Fines

- Proporcionar a las personas con discapacidad intelectual de IDEM INCLUSIÓN un lugar donde habitar, una solución de vivienda de calidad y un acompañamiento a sus proyectos de vida a través de actividades basadas en sus metas, intereses y motivaciones. Disponer de una vivienda digna es un derecho de todas las personas.
- Apoyar a las familias de las personas con discapacidad intelectual en la relación con su hijo/a. Las familias no deben encontrarse solas y deben ser apoyas por toda la comunidad dentro del marco de una sociedad justa y solidaria.

### Objetivos generales

- Conseguir metas personales de la persona con Trastorno del Espectro del Discapacidad intelectual (DISCAPACIDAD INTELECTUAL).
- Conseguir la adquisición, desarrollo y mantenimiento de las capacidades de cada persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL a la que se preste apoyos a través del Servicio de Vivienda.
- Favorecer su desarrollo personal.
- Favorecer la inclusión social en la comunidad.
- Favorecer la autonomía.
- Promover proyectos de vida adulta e independiente

## Objetivos específicos

| | |
|---|---|
| **Respecto a las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL** | ▪ Mejorar su calidad de vida (su bienestar físico, material y emocional, su desarrollo personal, su autodeterminación, sus relaciones interpersonales, su inclusión en la comunidad y la ejercitación y salvaguarda de sus derechos).<br>▪ Mantener la participación de la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL en su medio habitual de vida: personal, familiar y comunitario. |
| **Respecto a las familias y otras personas allegadas a la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL** | ▪ Mejorar el desarrollo de habilidades de vida independiente.<br>▪ Potenciar el rol facilitador de la familia en la consecución de metas de la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL.<br>▪ Fomentar la relación familiar entre las personas que utilizan el servicio de Vivienda y sus familias |
| **Respecto al entorno comunitario** | ▪ Crear y mantener relaciones de colaboración con otras instituciones y agentes comunitarios.<br>▪ Conseguir que la presencia de viviendas inclusivas en el entorno comunitario no sea una excepción, sino algo normalizado y habitual.<br>▪ Contribuir a que la comunidad entienda las necesidades y el potencial de participación de las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL en ese entorno comunitario. |
| **Respecto a la organización y prestación del servicio** | ▪ Reivindicar ante la administración los derechos de las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL a tener una vivienda digna y en la comunidad.<br>▪ Mantener condiciones de calidad de los medios materiales que posibiliten el desarrollo de actividades (incluidas manutención y atención especializada) y otros servicios complementarios.<br>▪ Mantener condiciones de calidad de los medios personales en cuanto a:<br>- organización de programas,<br>- coordinación y trabajo multidisciplinar,<br>- suficiencia de profesionales que apoyan a las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL,<br>- nivel de actualización formativa de esos profesionales. |

## Programación de actividades de carácter colectivo e individual

Como ya hemos indicado anteriormente, uno de los principios por los que se guía la intervención en IDEM INCLUSIÓN es la individualización y por lo tanto la personalización del diseño de actividades encaminadas a conseguir objetivos individuales únicos. Junto con esto, se planificarán una serie de actividades comunes para todas las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL, como por ejemplo aseo personal, responsabilidades en el hogar, tiempo libre o actividades de ocio; pero la mayoría de actividades serán individuales según sus intereses, gustos y necesidades.

### ACTIVIDADES DE LA VIDA

- Reponer cuartos de baño
- Poner el lavavajillas
- Poner la lavadora y la secadora
- Recoger la ropa
- Barrer y fregar la casa
- Recoger la mesa
- Poner y quitar la mesa
- Hacer la cama
- Regar las plantas del jardín
- Preparar la merienda
- Limpiar cristales

### PROMOCIÓN DE LA SALUD

- Cuidar la alimentación
- Revisiones de peso
- Acompañamientos a revisiones médicas
- Administración de medicación
- Reposo en el domicilio ante enfermedad
- Paseos y actividad física
- Etc.

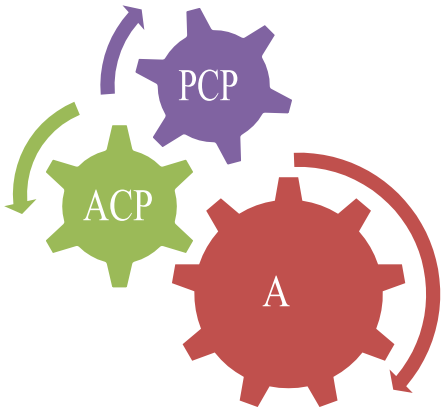
### AUTONOMÍA PERSONAL Y ALIMENTACIÓN

- Aseo personal diario
- Ducha
- Lavado de pelo
- Vestido
- Alimentación saludable y variada
- Revisión de ropa (limpia o sucia)

### PARTICIPACIÓN EN LA COMUNIDAD

- Paseos
- Uso de recursos comunitarios para ocio
- Uso del transporte público
- Uso de recursos públicos de salud
- Uso de recursos comunitarios en la atención de día

Estas actividades figurarán en el horario semanal combinadas con otras actividades planificadas según intereses o metas individuales relacionados con el desarrollo personal o laboral, según el caso. Dichas metas se identifican a través de un proceso de Planificación Centrada en la Persona (PCP), haciendo que los apoyos del servicio traccionen en base a la nombrada PCP, el Apoyo Conductual Positivo (ACP) y al Apoyo Activo, tal y como representa este esquema:



## Planificación Centrada en la Persona (PCP)

La Planificación Centrada en la Persona (PCP) es una metodología que facilita la autodeterminación en las personas que tienen dificultades para ejercerla, pero que no por ello tienen que renunciar a sus aspiraciones, a sus metas, a sus sueños. La PCP busca la autonomía, el respeto a la persona y el reconocimiento de sus derechos, fomenta las relaciones significativas y la inclusión.

Con cada persona de IDEM INCLUSIÓN se inicia una PCP creando un círculo de apoyo y con un facilitador del mismo. Desde este círculo de apoyo se realiza un perfil personal a través de mapas y posteriormente un plan de futuro con las metas y actividades a desarrollar por la persona con los apoyos que necesita.

(Se adjuntan ejemplos al final de este documento).

## Apoyo Conductual Positivo (ACP)

Nos basamos en el enfoque del Apoyo Conductual Positivo, con intervenciones multimodales que impliquen la modificación de entornos, y la enseñanza de estrategias de afrontamiento y resolución de problemas.

Muchas conductas se derivan de problemas de aprendizaje que pueden desaparecer mediante intervenciones acertadas. Por ello, trabajamos bajo un enfoque ecológico tratando de definir las funciones que cumple cada comportamiento para cada persona, analizando las características del entorno que le rodea, la funcionalidad de las actividades que realiza y la relación con sus intereses personales.

*Las intervenciones no se centrarán únicamente en eliminar la conducta, sino en comprender su función con el fin de desarrollar conductas alternativas*

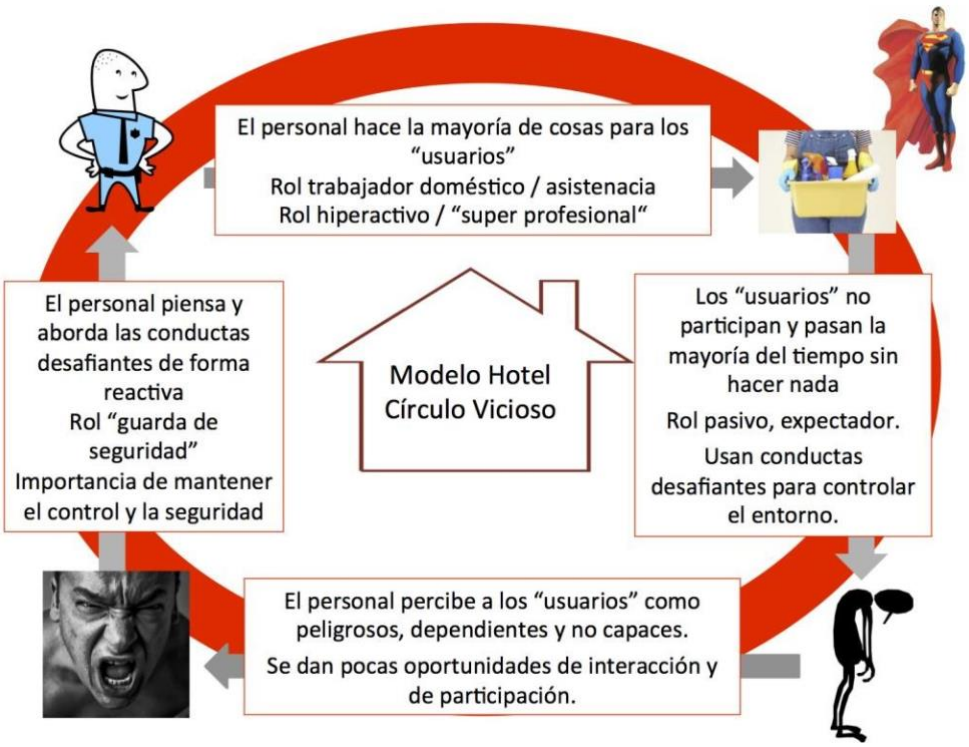
Como ya señalaban Carr y cols (1996): *"el mejor momento para poner en marcha una intervención en problemas de comportamiento es cuando estos no tienen*

## Apoyo Activo (AA)

Gracias a la experiencia de Reino Unido, y en especial, al trabajo de Kathy Lowe y Edwin Jones, en Gales, sabemos, que no es suficiente con que las personas no vivan en grandes residencias, es necesario además un estilo concreto en la forma de proporcionarles los apoyos que necesitan. Este estilo de apoyo debe estar basado en el Apoyo Activo, integrando el Apoyo Conductual Positivo y la Planificación Centrada en la Persona.

Este Apoyo Activo busca generar relaciones de apoyo más positivas y virtuosas, tratando de incrementar la participación de las personas en todas las acciones cotidianas y poner los valores en acción. El hecho de que las personas con discapacidad puedan participar en las situaciones diarias que les afectan, aumenta la sensación de control sobre su entorno, favorece la autoestima y genera una visión positiva de los apoyos sobre las propias personas a las que acompañan. Los estudios realizados en Gales demuestran el incremento de la autoestima tanto en las personas con discapacidad como en los equipos, así como la reducción de los problemas de conducta.

Dos diagramas pueden resumir el cambio que supone pasar de un estilo de apoyo a otro. El primer enfoque donde la persona no participa de las acciones cotidianas (modelo hotel) genera un círculo vicioso:



El segundo enfoque, que propone el apoyo activo, donde las personas participan mucho más en todas sus actividades cotidianas (entornos y apoyos adecuados), genera por el contrario un circulo virtuoso:

## Apoyo a familias

IDEM INCLUSIÓN es una Asociación formada por familiares y tutores de personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL. Son ellos los que dirigen la Asociación y toman las decisiones democráticamente a través de la Asamblea de socios y de los órganos que la gestionan.

La relación de colaboración entre profesionales y familiares es un aspecto fundamental en toda la organización. Existen distintos comités y comisiones formados por familiares, profesionales y voluntarios que intentan mejorar continuamente la vida y el funcionamiento de IDEM INCLUSIÓN.

Así, existe una Comisión de Centro de Día, una Comisión de Ocio, un Consejo Escolar (para el Centro Educativo), una Comisión de Vivienda, una Comisión de Familia, etc. Además, existen comités y grupos de trabajo transversales, también formados por familiares, voluntarios y profesionales como por ejemplo el grupo de Ética, el de Calidad, el de Comunicación y el de Formación.

Esto indica que la colaboración entre profesionales y familiares en IDEM INCLUSIÓN se ha potenciado y ha sido tradicionalmente muy estrecha y fructífera en acciones que contribuyen a mejorar el bienestar social y la integración de las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL.

En el Servicio de Vivienda, además de la Comisión de Vivienda, anteriormente mencionada, existen muchas vías de comunicación y de relación entre familias y profesionales:

- Contacto telefónico diario con familias (Conversaciones telefónicas, aplicaciones de mensajería instantánea…).
- Encuentros presenciales en las visitas a las personas que viven en la vivienda en los que se comparte oralmente la información.
- Reuniones individuales para consensuar la planificación anual de objetivos y actividades y también para repasar la evaluación anual.
- Información de cualquier aspecto relevante, noticias generales, actividades, profesionales, participación en eventos, alumnos de prácticas, etc. a través de boletines de noticias que se distribuyen periódicamente a través de correo electrónico (y en papel para la familia que lo solicite) y se cuelgan en la parte privada de la página web de IDEM INCLUSIÓN.
- Creación de grupos de apoyo a las familias para situaciones especiales y excepcionales.

El paso a la vivienda no debe significar la pérdida de relación de la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL con su familia, por eso se favorece también desde el Servicio de Apoyo a Familias apoyos para que esta relación pueda mantenerse:

- Apoyo individualizado en contexto natural.
- Formación.
- Grupos de apoyo mutuo.

## Apoyo en la comunidad y Ocio

El paso a un servicio de vivienda comunitaria supone un paso a la vida independiente y debe contemplar apoyos para que las personas participen en la vida comunitaria. Desde el servicio de vivienda y de atención de día se proporcionarán apoyos para esto, pero también será necesario mantener apoyos complementarios de servicios de ocio que permitan a las personas desarrollar aficiones e intereses, potenciar relaciones interpersonales, disfrutar de periodos vacacionales, etc.

## 9. EQUIPO PROFESIONAL

### Equipo

Los **profesionales de apoyo** contratados para apoyar a las personas con discapacidad intelectual en el piso son **personas con formación específica en discapacidad intelectual** y cuentan con una **amplia experiencia en Entidades del Tercer Sector** como profesionales de otros servicios y labores de voluntariado.

La Asociación cuenta con un Reglamento de Régimen Interno y protocolos de seguridad, emergencias, salud, sexualidad y de intimidad, para velar por los derechos de las personas con discapacidad intelectual en el ámbito del hogar.

Los apoyos se organizan atendiendo a las características y régimen de vida de los residentes en la vivienda, quienes podrán recibir apoyos por las tardes, noches, fines de semana y festivos.

El equipo de vivienda estará formado por 1 coordinador/a de servicio y cada vivienda contará con 2 integradores/as sociales que rotarán en los distintos turnos.

Los turnos del equipo de la vivienda son rotativos pactados con la entidad de tal manera que todos los profesionales pasan por todos los turnos.

La coordinación de los dos equipos profesionales es muy fluida y se articula en torno a los planes individuales de las personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL.

## Funciones del coordinador-a

- Asegurar el cumplimiento de los Planes del servicio de Vivienda.
- Organizar los recursos humanos, los recursos materiales y la actividad profesional.
- Motivar, involucrar a profesionales.
- Convocar y presidir reuniones del "equipo técnico de profesionales".
- Dinamizar la "Comisión de Vivienda".
- Propiciar la formación específica de los profesionales.
- Velar por la autonomía de los profesionales.
- Propiciar coordinación con otros servicios.
- Facilitar la comunicación y la participación de todos los grupos de interés (familias, profesionales, personas con DISCAPACIDAD INTELECTUAL).
- Evaluar: realizar un seguimiento de planes propuestos, detectar desviaciones que permitan tomar decisiones sobre modificar los planes o elaborar nuevos.
- Proponer cambios y mejoras en el servicio.
- Representar al Servicio de Vivienda en órganos internos de la Asociación y ante entidades externas (Comité Técnico de IDEM INCLUSIÓN, movimiento asociativo, Administraciones, etc.).

## Funciones del integrador-a

- Responsable del programa de entrenamiento en actividades de la vida diaria.
- Promover el nivel máximo de independencia personal y autonomía funcional de cada persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL.
- Prestar apoyos que se necesiten en distintas actividades cotidianas (locomoción, desplazamiento, vestido, alimentación, higiene personal, actividades domésticas, participación en actividades comunitarias, de ocio…)
- Apoyar y dinamizar para que se realicen las actividades diarias programadas para el grupo.
- Colaborar en las planificaciones individuales de la persona con DISCAPACIDAD INTELECTUAL
- Colaborar en las evaluaciones individuales de los adultos con DISCAPACIDAD