Curs 10-11

FUNDACIÓ CATALANA SÍNDROME DE DOWN

Programa d'activitats formatives

Adreçat a persones amb discapacitat intel·lectual a partir de 16 anys

La FUNDACIÓ CATALANA SÍNDROME DE DOWN (FCSD) és una entitat privada, sense ànim de lucre que fou constituïda el 30 de març de 1984 i declarada d'utilitat pública el 24 d'octubre del mateix any.

Objectius:

- Creació, ampliació i millora dels serveis que a cada moment es considerin rellevants per cobrir les necessitats que sorgeixen.
- Ésser un òrgan permanent d'estudi, recerca i formació en els àmbits biomèdic, psicològic, pedagògic i social.
- Qualsevol altre activitat relacionada amb els anteriors objectius, que responguin a les necessitats socials, personals i familiars de les persones amb discapacitat en general.

La Fundació considera fonamental la formació continuada de la persona amb discapacitat intel·lectual perquè a través d'ella s'afavoreix l'autonomia i la inserció social. A mesura que la persona participa, manifesta un major interès per viure les experiències que el seu entorn li proporciona i, alhora, augmenta el seu coneixement.

La finalitat de la formació continuada es concentra en donar la possibilitat d'accedir a una vida normalitzada el més completa possible, tot respectant les inquietuds culturals, artístiques, estètiques, ètiques i facilitar els estris que permetin accedir a aquells coneixements i activitats que puguin proporcionar una bona qualitat de vida.

Formació continuada

Servei de Formació d'Adults

MATINS d'octubre a juny

APROFITA EL MATÍ

Dia de realització: dilluns a divendres
Horari: 9.30 a 13.30 h.
Preu: 210 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

L' augment de l'esperança de vida de la població amb discapacitat intel·lectual planteja nous reptes. A la tercera edat, les necessitats de les persones canvien i cal ampliar els models d'atenció adreçats a elles i a les seves famílies, que també envelleixen.
La Fundació, sensible a aquesta nova realitat, ofereix el recurs "Aprofita el matí", pensat per a donar resposta a aquelles persones grans que, per diferents raons, es troben en situació de desocupació laboral o d'inactivitat.

Objectius:

- Ampliar la xarxa social: entreteniment, companyia i relació.
- Mantenir competències intel·lectuals: taller de memòria, taller d'escriptura, taller de lectura, arts plàstiques i fotografia.
- Mantenir un bon estat físic: ball, ioga i esports.

Formació continuada
Servei de Formació d'Adults

TARDES d'octubre a juny

AUTONOMIA EN ELS DESPLAÇAMENTS

Dia de realització: dimecres
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 65 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Coneixement de la xarxa de transport públic, dels referents geogràfics de la ciutat de Barcelona i de tot allò necessari per desplaçar-se de manera autònoma i per sentir-se capaç d'assumir aquesta responsabilitat.

AULA DE FORMACIÓ D'ADULTS

Dia de realització: dijous
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 65 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Coneixements culturals i formació acadèmica per tal d'augmentar les competències instrumentals de l'alumnat.

MITJANS TECNOLÒGICS

Dia de realització: dilluns
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 65 €/mes
Lloc: seu de la Fundació

Coneixements dels mitjans tecnològics propis de la societat actual: ordinador, telèfon mòbil, càmera fotogràfica, webcam...

ACTIVITAT FÍSICA I SALUT

Dia de realització: dimarts i dijous
Horari: 19 a 20 h.
Preu: 65 €/mes
Lloc: variable, segons l'activitat

Proposta d'activitats físiques i pre-esportives per fomentar hàbits de vida saludables i millorar l'estat cardiorespitarori. Pensat per posar-se en forma sense intencionalitat competitiva.

ÚS I MANEIG DELS DINERS

Dia de realització: dilluns
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 65 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Coneixement de les diverses monedes i bitllets existents i càlcul mental. Coneixement de la relació aproximativa entre producte i preu. Nocions bàsiques de gestió de l'economia personal i de formes alternatives de pagament: targeta de crèdit i caixer automàtic.

CLUB DE LECTURA. NOVETAT!

Dia de realització: dimecres
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 65 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

A partir de lectures conjuntes de diferents tipus de textos es crearan debats per tal de treballar amb els participants la comprensió i l'opinió crítica i reflexiva.

Activitats de lleure
Servei de Formació d'Adults

TARDES d'octubre a juny

BALLS DE SALÓ

Dia de realització: divendres
Horari: 18.45 a 19.45 h.
Preu: 35 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Oportunitat de gaudir del ball a través de l'aprenentatge de diferents ritmes: country, tango, rock, merengue, etc.

BALL MODERN

Dia de realització: dijous
Horari: 17.30 a 18.30 h.
Preu: 35 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Ajudar l'alumne a combinar l'esforç físic, la tècnica i la música per tal de poder gaudir de les seves sensacions i moviments.

CANT

Dia de realització: divendres
Horari: 17.45 a 18.45 h.
Preu: 40 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Taller basat en la relació de la veu, el cos i el moviment. Pretén aproximar la tècnica del cant d'una manera orgànica i lúdica. La finalitat és compartir l'experiència del so des de múltiples vessants.

TALLER DE PINTURA

Dia de realització: dilluns
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 50 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Espai destinat a la creativitat a partir de produccions plàstiques que potencien l'experimentació, l'expressió i la descoberta de diferents materials i tècniques pictòriques (tinta, tècniques d'estampació i d'impressió).

SESSIONS DE CINEFÒRUM

Dia de realització: 1 divendres al mes
Horari: 17 a 20 h.
Preu: 10 € per sessió, soci amic gratuït
Lloc: seu de la Fundació

Al llarg del curs es realitzaran diverses sessions de cinema amb debat organitzat entorn del film projectat.

TEATRE

Dia de realització: dilluns o dimarts
Horari: 18.15 a 19.45 h.
Preu: 40 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

En un context lúdic i distès, l'objectiu de l'activitat és conèixer i explorar les diferents tècniques d'improvisació teatral i, a partir d'exercicis teòrics i pràctics, donar l'oportunitat d'exercitar la creativitat, l'observació, l'escolta, el sentit de l'humor, la memòria, la concentració i la capacitat de comunicació de tots els participants.

Activitats de lleure

Servei de Formació d'Adults

TARDES d'octubre a juny

DESCOBRIR BARCELONA AMB LA FOTOGRAFIA DIGITAL

Dia de realització: dijous
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 50 €/mes
Lloc: seu de la Fundació

Taller que combina l'aprenentage en l'ús de la càmera fotogràfica digital (descàrrega de fotos, muntar galeria d'imatges, comprimir-les, etc.) amb el descobriment dels racons més interessants de Barcelona.

Seminari TRIMESTRAL

RECURSOS PER ENTRETENIR-SE (1er trimestre). NOVETAT!

Dia de realització: divendres
Horari: 17.30 a 19.30 h.
Preu: 50 €/mes
Lloc: espai 2 de la Fundació

Espai per a conèixer diferents recursos que ajudin a aprofitar el temps lliure. Des dels clàssics jocs de taula als més actuals, així com tot un ventall d'activitats per passar-ho bé sol o amb amics.

Habilitats personals

Servei d'Atenció Terapèutica

TARDES d'octubre a juny

GRUP D'HABILITATS PERSONALS

Dia de realització: dimecres
Horari: 17.15 a 19.15 h.
Preu: 90 €/mes
Lloc: seu de la Fundació

Coneixement i acceptació d'un mateix, adquisició d'estratègies de relació i preparació per a la vida adulta i la inclusió social.

GRUP D'HABILITATS COMUNICATIVES

Dia de realització: dijous
Horari: 18 a 20 h.
Preu: 65 €/mes
Lloc: seu de la Fundació

Adreçat a persones que volen millorar les seves habilitats comunicatives. S'incideix en aspectes del llenguatge que afavoreixen el progrés en el seu ús.

Formació laboral

Servei d'Integració Laboral "Col·labora"

CURS D'INICIACIÓ AL TREBALL (CIT)

Horari: dilluns a dijous de 9 a 13 h. i dimecres de 9 a 17 h.
Durada: a determinar (en funció de la convocatòria del Departament de Treball)
Preu: gratuït
Lloc: espai 2 de la Fundació

Curs de formació bàsica i funcional, del servei d'integració laboral "Col·labora", que constitueix un primer pas per aquelles persones que volen incorporar-se al món laboral. Els continguts s'orienten totalment cap a les estratègies i habilitats bàsiques necessàries per a desenvolupar-se, en aquelles activitats que qualsevol persona autònoma ha de dur a terme diàriament (gestions, desplaçaments, tràmits per a la documentació personal, presa de decisions, saber buscar informació, utilització de les guies, etc.).

CURSOS DE FORMACIÓ CONTÍNUA PER A TREBALLADORS

Horari: 2 tardes a determinar
Durada: de gener a juny, a confirmar
Preu: gratuït
Lloc: seu de la Fundació

Cursos de reciclatge per a treballadors en actiu. Es treballen mòduls relacionats amb la millora de l'eficàcia del treballador: habilitats socials, resolució de problemes, organització del treball, etc.

MATRÍCULA

Si voleu més informació, concertar una entrevista amb el professional o assabentar-vos de les condicions d'accés a cadascun dels cursos, podeu trucar a la secretaria de la Fundació al telèfon 932 157 423 (extensió 0, Gemma Serrano).

- **Les places són limitades.**
- **La Fundació es reserva el dret d'anul·lar qualsevol curs si el nombre d'inscrits no arriba al mínim de places i de canviar el lloc de l'activitat.**
- **Preu de matrícula: 50€. Cursos trimestrals 25€. "Soci amic": matrícula gratuïta.**
- **Oferim condicions especials en el preu per als que s'inscriguin a més d'un curs no gratuït.**
- **Només es retornarà l'import de la matrícula en el cas que la Fundació anul·li algun curs.**
- **Les inscripcions s'acceptaran per rigorós ordre de recepció.**

Inscripcions: **de l'1 al 23 de juliol**

FUNDACIÓ CATALANA SÍNDROME DE DOWN

Seu: Comte Borrell, 201, ent. 08029 Barcelona
Espai 2: València 79, 1er 1a 08029 Barcelona

Tel. 932 157 423 • Fax 932 157 699
secretaria@fcsd.org • www.fcsd.org