



SENDEROS

Proyecto de Ocio y Respiro familiar



 @TEATALAVERA

 @TEA_TALAVERA

 WWW.TEATALAVERA.COM

 651461183

 ASOCIACION@TEATALAVERA.COM

 C/ JOAQUINA SANTANDER, 4
45600 (TALAVERA DE LA REINA)

Índice

1. Descripción del Proyecto

- Colectivo al que se dirige
- Justificación de las necesidades
- Descripción del Proyecto

2. Desarrollo del Proyecto

3. Objetivos

- Objetivos generales
- Alineación con los ODS

4. Metodología

5. Temporalización

6. Evaluación

1. Descripción del proyecto

El programa **SENDEROS** persigue el objetivo de incluir estructuras interdisciplinares en un modelo de servicio de ocio integrador e innovador fomentando la participación de las personas con TEA en actividades que garantizan la exploración del ocio y tiempo libre. Además este proyecto promueve el respiro familiar.

Colectivo al que se dirige

El Trastorno del Espectro del Autismo (TEA) es un trastorno del neurodesarrollo, que se encuentra presente desde el nacimiento y que acompaña a la persona durante todo el ciclo vital.

Tomando como referencia el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales en su quinta edición (DSM-V, 2013), una de las necesidades de los TEA consiste en: “deterioro de la comunicación social y patrones de comportamiento restringidos y repetitivos en diversos contextos, intereses o actividades, y deficiencias persistentes en la comunicación y en la interacción social”.

Estas manifestaciones tienen un impacto muy significativo sobre la interacción social del individuo. En resumen, se destaca la necesidad de una adecuada implantación de programas dirigidos al desarrollo de habilidades comunicativas, así como la promoción de habilidades de autonomía y la participación de las personas con TEA en actividades lúdicas y recreativas en la comunidad en la que se desarrollan.

Este proyecto surge por la necesidad de fomentar la participación de las personas con TEA en actividades de la comunidad como estrategia para la exploración del ocio y tiempo libre y la promoción del desarrollo psicosocial y la calidad de vida de las personas con TEA y su inclusión.

Como área de actuación principal en este proyecto se destaca el fomento del ocio y tiempo libre de las personas con TEA y su participación activa en la comunidad.

Justificación de las necesidades

El término “ocio” etimológicamente proviene del latín “*otium*”, que significa reposo. A partir de esta definición etimológica, El Diccionario de la Real Academia Española, en su última edición (2014), lo define como el tiempo libre, fuera de las obligaciones y ocupaciones habituales. La sociedad actual en el territorio nacional, se caracteriza por el acceso y disfrute del ocio. En la mayoría de las unidades familiares o grupos sociales las actividades de ocio forman parte de nuestra rutina, siendo una práctica normalizada y rutinaria el hecho de disfrutar de una amplia oferta de ocio relacionada con viajes en familia, paseos por la montaña, visita a museos, salir al cine o a cenar, etc. De esta forma, el ocio forma una parte esencial de nuestras vidas y por ello las personas con discapacidad no son una excepción.

Siendo un derecho fundamental, el ocio se equipara a derechos humanos como la educación, el trabajo y la salud, y por esta razón se considera esencial su disfrute para el equilibrio ocupacional, bienestar físico y mental. Como cualquier otro derecho, ninguna persona debería ser privada de este derecho por razones de género, orientación sexual, edad, raza, religión, creencia, nivel de salud, discapacidad o condición económica. Tanto la Constitución en su artículo 49 como la Convención de la Organización de Naciones Unidas (ONU) sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad establecen que el ocio es un derecho para todas las personas con discapacidad.

Actualmente en Talavera de la Reina, no encontramos una oferta de ocio con servicios adaptados a las necesidades de las personas con TEA que les permitan desarrollarse en comunidad, por lo que se destaca la necesidad de coordinación entre las entidades de atención a personas con TEA con diferentes empresas del sector servicios para fomentar así el Ocio y el Tiempo Libre de nuestros usuarios. Tomando como referencia “la pirámide de necesidades” de Maslow, el ocio juega un papel fundamental en los escalones destinados a la autorrealización de los individuos.

De esta forma, desde nuestra entidad TEA TALAVERA buscamos la promoción de actividades y participación activa en talleres de naturaleza social, deportiva, lúdica y recreativa y artística; no solo para satisfacer necesidades básicas de desarrollo integral sino, además, para el disfrute y

realización individual de las personas con TEA. Nuestra actuación va dirigida a personas con TEA ofreciendo una intervención adaptada mediante programas específicos de apoyo y cooperación multidisciplinar para que la persona pueda desenvolverse, desarrollarse y participar en actividades que tienen lugar en su entorno próximo.

Por otro lado, desde que se iniciaron los primeros estudios sobre el impacto del autismo en la familia se ha tratado de analizar su influencia en los niveles de estrés familiar (DeMyer, 1979). Los datos muestran de manera indiscutible que muchas familias con hijos con TEA presentan niveles de estrés crónico significativamente superiores a los que presentan las familias con hijos con otros trastornos o con desarrollo típico (Wolf, 1989; Karisi y Sigman, 1997; Oizumi, 1997; Sanders y Morgan, 1997; Baker y cols., 2003; Baker y cols. 2005). Según Hblroyd y col. (1976); Bristol (1979, 1987); Koegel y col. (1992) y Konstanatareas y Hmatidis (1989), la presencia de estrés crónico en los padres se deriva, entre otros factores, de la aceptación del diagnóstico y de las dificultades que supone la convivencia diaria con una persona con TEA.

El estrés ejerce un efecto negativo sobre el clima emocional, el mantenimiento de una red social, las actividades de ocio, la organización económica familiar, la actividad y dedicación de la familia fuera del hogar y las interacciones dentro del núcleo familiar (Bebko y cols., 1987). Afecta, en general, a la convivencia, ya que las familias se ven sometidas, desde el principio, a modificaciones severas de su régimen de vida habitual con limitaciones desmedidas de su independencia (García y cols., 2006).

Por ello con este proyecto en el que se fomentarán actividades de ocio, se persigue también el objetivo de ofrecer actividades destinadas al respiro familiar que permitan regular el estado emocional de los componentes de la familia nuclear.

2 Desarrollo del proyecto

Ámbito de actuación

Actualmente, en nuestra ciudad y comarca no existe ningún recurso especializado donde se dé respuesta a las necesidades anteriormente expuestas.

Talavera y comarca.

Destinatarios

El proyecto **SENDEROS** se dirige a personas con un diagnóstico de TEA entre los 2 y los 33 años y a los miembros de su familia nuclear como beneficiarios directos del programa. Los perfiles de los destinatarios son muy diversos encontrando participantes de diferente nivel cultural, así como el nivel de ingresos, situación laboral y estatus social. Como **beneficiarios directos** contaremos con un 101 personas con un diagnóstico de TEA

Como **beneficiarios indirectos** denominaremos a los miembros de la familia extensa, así como a los trabajadores de las empresas colaboradoras en las actividades relacionadas con el proyecto y la Sociedad en general, contando con un total aproximado de unas 334 personas.

3. Objetivos

Objetivos generales

- Desarrollar acciones encaminadas a la mejora de la calidad de vida de las personas con TEA sus familiares, facilitando el acceso real y efectivo de sus derechos.
- Lograr el bienestar emocional de las personas con diagnóstico de TEA a través del fomento de actividades que promuevan la autodeterminación y el desarrollo personal individual.
- Desarrollar relaciones interpersonales a través de la promoción de las habilidades sociales y comunicativas de las personas con TEA dentro de entornos naturales y actividades lúdico recreativas.
- Proporcionar apoyo a la red de apoyo natural de la persona con TEA a través de la participación de la persona en actividades de ocio para familias (respiro).
- Ofrecer recursos y actividades para potenciar el desarrollo de la persona con TEA y de bienestar, posibilitando de forma más completa su integración en el medio familiar, escolar y social, así como su autonomía personal.
- Fomentar la inclusión de personas con TEA teniendo como objetivo la integración y participación en actividades y recursos de la comunidad.
- Fomentar el equilibrio ocupacional de las personas con TEA a través de una propuesta de actividades que promuevan la autonomía personal en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria y en el área del ocio y tiempo libre.

- Fomentar en la persona con TEA una participación activa en el desarrollo y disfrute de su ocio potenciando la adquisición de modos de comportamiento social.

Alineación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible

Objetivo 3. Salud y Bienestar - El proyecto **SENDEROS** impulsa acciones que promueven una vida sana a las personas con TEA y sus familias. El fomento del ocio y del equilibrio ocupacional contribuye al bienestar individual. Cada vez hay más estudios y ejemplos que lo demuestran, la creación del proyecto como espacio y mantenerlo de forma permanente, sin duda va a mejorar la salud mental de aquellos que apuesten por visitarlo y disfrutar de los eventos y la programación que se lleve a cabo.

Gracias a las acciones del proyecto **SENDEROS** se promueve el bienestar físico y mental a través de la oferta de actividades de ocio y vida saludable tales como actividades deportivas, recreativas y de descanso para el fomento del equilibrio ocupacional y bienestar emocional de personas con TEA y sus familias.

Objetivo 8. Trabajo decente y crecimiento económico: La prioridad es promover la creación de riqueza fomentando el empleo sostenible, la accesibilidad, la igualdad y el respeto al medio ambiente. El proyecto **SENDEROS** promoverá acciones de contratación de personal de apoyo atendiendo a variables de género, edad, origen, diversidad. En esta línea se considera primordial concienciar al equipo técnico de especialistas sobre la importancia de garantizar un disfrute y desarrollo laboral en igualdad de condiciones, inclusive para las personas que presente algún tipo de discapacidad física, sensorial o intelectual.

Objetivo 10. Reducción de las desigualdades: El proyecto **SENDEROS** ofrece un programa basado en actividades y acciones que fomentan las oportunidades de desarrollo para la reducción de la desigualdad de las personas con TEA en el territorio nacional a través del acceso y participación en actividades de ocio en la comunidad. Así como el disfrute de recursos de la comunidad a través de la adaptación de los entornos próximos en los que se desarrolla la persona con TEA.

Objetivo 11. Ciudades y comunidades sostenibles. Impulsando actividades con el objetivo de informar y sensibilizar a la sociedad sobre las particularidades de las personas con TEA para que las ciudades y comunidades, incluyendo aquellas zonas que se alejan de la localidad de referencia individual, logren ser inclusivas, seguras, resilientes y sostenibles.

Objetivo 12. Producción y consumo responsable. Este proyecto persigue la sostenibilidad a través del fomento de actividades de ocio de bajo impacto económico en entornos rurales y al aire libre, que promueven el consumo responsable, el consumo dentro de negocios locales y zonas rurales.

Objetivo 17. Alianzas para lograr los objetivos. Gracias al proyecto **SENDROS** se crean y fortalecen las alianzas público - privadas con la sociedad civil, la administración y las empresas para el desarrollo de nuestros proyectos y actividades, dirigidos siempre a la mejora de la calidad de vida de las personas con TEA y sus familias. Además se crean lazos de unión entre las empresas proveedoras de servicios y actividades que formarán parte del proyecto y en las que participarán las personas con TEA.

4 Metodología

Con el proyecto **SENDEROS** se propone una oferta de **programas de ocio inclusivo y respiro familiar** a través de propuestas de actividades recreativas y lúdicas adaptadas a las necesidades, intereses e individualidades de nuestro colectivo. Para ello, se considera crucial garantizar la accesibilidad universal contando con un **equipo de especialistas y profesionales** cualificados para la organización y coordinación de la propuesta de ocio.

Gracias a la propuesta del proyecto **SENDEROS** persigue promover actividades de ocio en entornos rurales y de carácter cultural de calidad que permitan a las personas con TEA disfrutar, aprender y crecer como personas dentro de la sociedad a través de acciones que fomentan **valores** de:

- Sentido de pertenencia a un grupo.
- Convivencia y el aprendizaje.
- Desarrollo personal y autodeterminación individual.
- Sostenibilidad y reducción del impacto económico
- Aceptación y respeto hacia las relaciones sociales y personales o la interdependencia.
- Compromiso con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)

Las oportunidades de ocio, permiten que las personas con Trastorno del Espectro del Autismo convivan y formen parte de la sociedad. Por ello, es necesario diseñar programas, que propicien acciones dirigidas a la promoción del bienestar personal de la persona con TEA y su familia. Asimismo, el desarrollo de programas de respiro familiar facilitará la conciliación de su vida personal y laboral con la familiar.

Esto nos demuestra que, por un lado es fundamental generar **programas de respiro familiar**, que faciliten a la familia el disfrute de su propio tiempo de ocio y el mantenimiento de sus relaciones sociales. Así como **programas de ocio** destinados a favorecer el desarrollo personal y social de las personas con discapacidad. Por esa razón, el ocio inclusivo es un mecanismo esencial para lograr el

bienestar emocional, el desarrollo de las relaciones interpersonales, proporcionar un apoyo a las familias y fomentar la integración de las personas con discapacidad por ejemplo en el ámbito laboral.

Actividades y programas de ocio y respiro familiar

NaturaTEA

El **programa NaturaTEA** es un proyecto que acoge acciones, talleres y actividades encaminadas a fomentar las actividades de ocio y tiempo libre en personas con TEA dentro de la naturaleza. Para el desarrollo de este taller los profesionales de TEA Talavera en colaboración con Granja escuela bilingüe Camelot abren las puertas a una nueva forma de ocio para las personas con TEA a partir del fomento y participación en un entorno en la naturaleza con actividades con animales y dinámicas al aire libre. El programa promueve interacciones positivas entre las personas con TEA y los animales, facilitando el desarrollo de habilidades sociales y fortaleciendo los lazos emocionales. Se parte de la base de que los animales pueden ser una fuente de motivación y facilitar la comunicación de las personas con autismo. El programa debe incluir acciones que promueven la expresión verbal y no verbal, como hablar al animal, acariciarlo o utilizar señas para darle comandos. Además este programa pone su foco de interés en la interacción social, desarrollo de destrezas de regulación y disfrute del ocio y el tiempo libre.

Los **objetivos** propuestos en este programa son:

- Fomentar la interacción social y la tolerancia a contextos y actividades desconocidas
- Trabajar la comunicación verbal y no verbal a nivel comprensivo y expresivo.
- Estimular la empatía y la comprensión emocional
- Promover la relajación y reducir el estrés a través de regulación con animales
- Desarrollar habilidades motoras y cognitivas de orden superior y básicas.

Las **actividades** dentro del taller NaturaTEA son:

- Taller de veterinaria
- Taller de animales de la granja
- Huerto ecológico
- Taller de ciencia divertida
- Taller de mascotas
- Reptiles y animales exóticos
- Cetrería y aves Rapaces

Campamento Urbano

El programa **Campamento Urbano TEA** es una iniciativa diseñada para proporcionar una experiencia de ocio en un entorno urbano, adaptado a las necesidades y características específicas de las personas con autismo. Este tipo de campamento se enfoca en actividades recreativas, sociales y educativas, brindando un ambiente seguro y estructurado donde los participantes pueden desarrollar habilidades, fortalecer su autonomía y disfrutar de nuevas experiencias en un entorno inclusivo durante los meses en los que no hay tareas académicas.

El campamento urbano genera oportunidades para que las personas con autismo interactúen y se relacionen con sus compañeros y monitores, promoviendo un ambiente inclusivo y de aceptación mutua. Además el programa ofrece actividades y ejercicios que ayudan a las personas con autismo a desarrollar habilidades sociales y habilidades prácticas, básicas e instrumentales de la vida diaria. Estas experiencias brindan oportunidades de aprendizaje, estimulación cognitiva y enriquecimiento cultural, fomentando la curiosidad y el interés por el entorno que les rodea.

Los **objetivos** que se han llevado a cabo durante el campamento han sido los siguientes:

- Explorar el ocio y tiempo libre a través de diversas actividades basadas en los intereses
- Participar en ocio de una forma inclusiva dentro de la comunidad
- Promover el desarrollo de habilidades sociales

- Proporcionar experiencias educativas y culturales a la persona con autismo.
- Fomentar la participación e inclusión social de la persona con TEA en actividades lúdicas y recreativas.
- Mejorar y fortalecer la autonomía personal del usuario en sus hábitos y rutinas.
- Fomentar la autoexpresión y la creatividad.

Cabe destacar que es fundamental adaptar los objetivos del campamento urbano a las necesidades y capacidades individuales de cada participante con autismo, garantizando un entorno seguro, estructurado y con el apoyo adecuado de profesionales especializados en el trastorno del espectro autista.

Las **actividades** que se llevan a cabo en el campamento urbano son:

- Talleres de arte, música, teatro o danza adaptados a las necesidades individuales pueden proporcionar una vía de comunicación y liberación emocional para las personas con autismo.
- Juegos de roles, talleres de comunicación y actividades de trabajo en equipo para facilitar el aprendizaje social.
- Actividades deportivas: Natación, senderismo, Kayak, etc.
- Dinámicas y juegos de habilidades sociales que implican el establecimiento de conversaciones, el contacto visual, la toma de turnos, el reconocimiento de emociones.
- Se pueden organizar actividades de grupo, juegos cooperativos y proyectos en equipo para fomentar la participación activa y el sentido de pertenencia.
- Movilidad en la comunidad: Uso del transporte público, la orientación en la ciudad, el manejo del dinero o la preparación de comidas sencillas.
- Visitas y salidas a museos, exposiciones, lugares históricos u otros espacios educativos y culturales relevantes en el entorno urbano.

Convive

Nuestro programa **Convive** para personas con autismo, es una iniciativa diseñada para brindar una experiencia de convivencia en un entorno rural adaptado a las necesidades y características específicas de las personas con autismo. Este programa ofrece la oportunidad de vivir en una casa rural junto con otros participantes y monitores, participar en actividades al aire libre y disfrutar de un entorno natural, promoviendo la autonomía, el desarrollo personal y la inclusión social. Este programa ofrece un ambiente lúdico de convivencia que se materializa en escapadas de fin de semana con pernocta a un entorno de convivencia rural o casa rural.

El entorno rural ofrece la oportunidad de conectar con la naturaleza y participar en actividades al aire libre, promoviendo el estilo de vida saludable de las personas con autismo. Esto favorecerá el bienestar físico y emocional de los participantes y promoverá la exploración y la conexión con el entorno natural.

El objetivo principal de este programa es promover la convivencia entre los participantes, proporcionando un entorno de grupo en el cual puedan compartir experiencias y establecer relaciones sociales significativas. Se fomentará el respeto, la cooperación y el apoyo mutuo, organizando actividades en equipo, juegos grupales y momentos de reflexión y diálogo. Esto puede incluir tareas como cocinar, limpiar, cuidar del entorno, realizar compras o mantener la organización de los espacios. Estas actividades brindarán la oportunidad de fortalecer habilidades prácticas y fomentar la independencia.

Además, el entorno de convivencia rural proporciona un espacio propicio para la comunicación y la expresión emocional. El programa debe ofrecer actividades que promuevan la comunicación verbal y no verbal, como momentos de conversación, dinámicas de grupo, expresión artística y actividades terapéuticas.

Los **objetivos** del programa son los siguientes:

- Fomentar la convivencia y la interacción social:
- Potenciar el contacto con la naturaleza y actividades al aire libre:
- Desarrollar habilidades de vida diaria y autonomía.

- Estimular la comunicación y la expresión emocional
- Fomentar el disfrute y la diversión.

Las **actividades** a desarrollar son:

- Rutas de senderismo y caminatas
- Natación en piscina
- Aclimatado de las instalaciones
- Actividades recreativas
- Observación de la flora y fauna y actividades recreativas al aire libre
- Turismo por la ciudad
- Realización de listado de compra para el transcurso del fin de semana
- Compra para acondicionamiento en supermercado local
- Visita de museos, cafeterías y lugares emblemáticos.
- Gymkhana urbana.
- Talleres de expresión musical, artística.
- Sesión de juegos de mesa
- Visualización de películas.
- Estructuración del Tiempo libre: tiempo sin dispositivos, piscina, tomar el sol.
- Actividades de la vida diaria: aseo, vestido, desvestido, realización de maleta y orden del cuarto. Limpieza de las instalaciones
- Actividades de Cocina y elaboración de receta.

RUTEA

El **programa de convivencia y salidas Rutea** para personas con autismo es una iniciativa diseñada para proporcionar experiencias de convivencia y salidas grupales adaptadas a las necesidades y características específicas de las personas con autismo. Este programa busca fomentar la interacción social, promover la autonomía y brindar oportunidades de exploración y disfrute en diferentes entornos, contribuyendo al desarrollo personal y la inclusión social. De esta forma, se

plantean convivencias temáticas de un día, en las que las personas con TEA y sus familias disfrutarán de una excursión, salida o actividad puntual brindando la oportunidad de explorar y disfrutar de diferentes entornos, como parques, museos, zonas recreativas, espacios culturales y lugares de interés, talleres, etc.

El programa se centra en el bienestar emocional de los participantes, brindando experiencias enriquecedoras y momentos de disfrute. Las actividades propuestas contribuirán a la reducción del estrés, el fortalecimiento emocional y la promoción del bienestar general.

Los **objetivos** del programa RUTEA son:

- Fomentar la interacción social y el establecimiento de relaciones entre los miembros de la familia extensa
- Promover la autonomía y la toma de decisiones
- Proporcionar experiencias en diferentes entornos
- Fortalecer el bienestar emocional y el disfrute de las personas con TEA y/o Familia.
- Conocer nuevas actividades de ocio y disfrute para la persona con Tea y/o familia.

Las **actividades** son:

- Excursión a parques temáticos y acuáticos.
- Visita a museos
- Excursión a Zoológico
- Salidas al cine
- Salidas a restaurante de la comunidad
- Excursión a parques infantiles
- Fiestas y convivencias temáticas (disfraces, navidad)
- Excursión a ciudades vecinas
- Disfrute de actividades de ocio del entorno próximo.
- Talleres de cerámica, yoga, mindfulness, biodanza, etc
- Talleres alimentación, cocina saludable, cocina rápida.
- Sesiones de Scape Room
- Gymkhana urbana

Flota

Las personas con Trastorno del Espectro Autista (TEA) pueden beneficiarse significativamente de la participación en actividades deportivas adaptadas a sus necesidades. La natación es una excelente opción, ya que proporciona una experiencia sensorial única, puede ayudar a mejorar la coordinación motora, regular las emociones y fomentar la interacción social. Además, el medio acuático proporciona una sensación de tranquilidad y seguridad, lo que puede ser especialmente beneficioso para personas con TEA que pueden experimentar ansiedad en situaciones sociales o en entornos menos familiares. Este programa se desarrollará en colaboración con el Club de Natación Ciudad de Talavera de Talavera de la Reina.

Los objetivos del programa FLOTA:

- **Mejorar las habilidades motoras:** A través de ejercicios y actividades en el agua, el objetivo es mejorar la coordinación, el equilibrio y la destreza física de los participantes con TEA
- **Fomentar la socialización e inclusión:** Crear un entorno seguro y receptivo donde los participantes puedan interactuar con sus compañeros y entrenadores, fomentando así el desarrollo de habilidades sociales y la construcción de relaciones positivas.
- **Promover la comunicación y el lenguaje:** Utilizar situaciones de juego y trabajo en equipo para mejorar la comunicación verbal y no verbal de los participantes, fomentando una mayor comprensión y expresión del lenguaje.
- **Aumentar la autoestima y la confianza:** Proporcionar oportunidades para que los participantes logren metas personales en el agua, lo que ayudará a aumentar su autoestima y confianza en sí mismos.

- **Facilitar la regulación emocional:** El medio acuático puede ayudar a reducir la ansiedad y fomentar la relajación, proporcionando un espacio para la autorregulación emocional de los participantes.

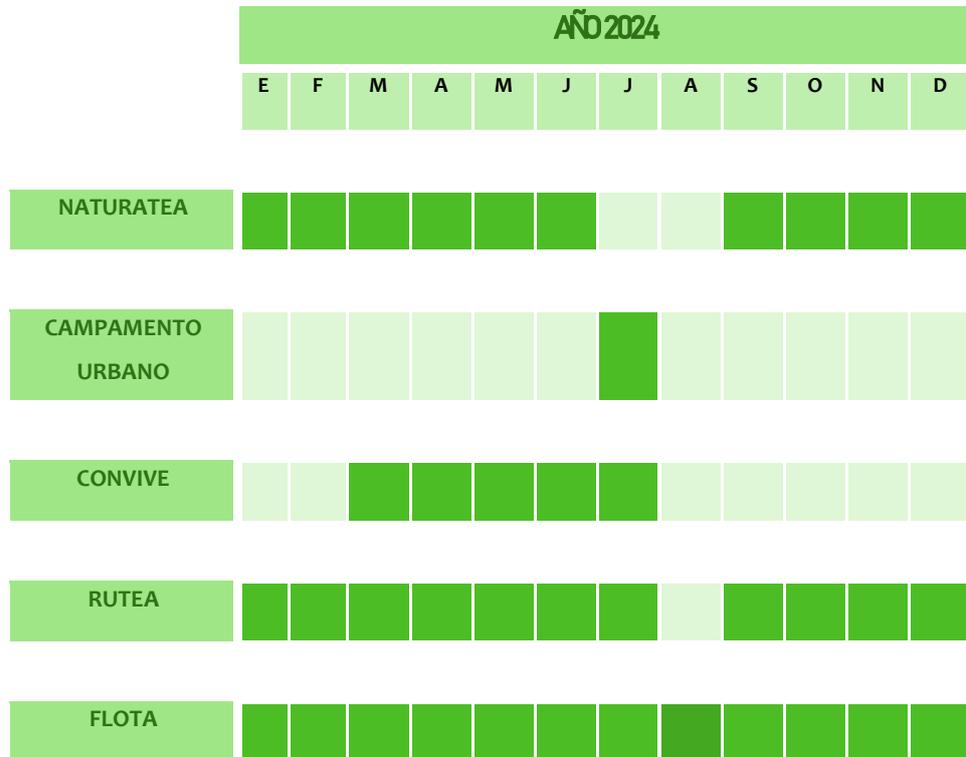
La **metodología** del programa FLOTA consiste en:

- **Evaluación inicial:** Cada participante será evaluado individualmente para comprender sus habilidades, experiencia, intereses, preferencias y necesidades específicas en relación con la actividad deportiva de natación.
- **Adaptación del entorno:** Se modificará el entorno de la piscina para asegurar la seguridad y comodidad de los participantes, como por ejemplo reducir ruidos, proporcionar iluminación adecuada y ofrecer áreas de descanso si fuera necesario.
- **Programa de actividades adaptadas:** Se diseñará un programa de natación personalizado que se adapte a las necesidades y capacidades individuales de los participantes con TEA. Se incorporarán ejercicios que desarrollen habilidades motoras, juegos grupales para fomentar la socialización y actividades que ayuden a mejorar la comunicación.
- **Apoyo profesional:** Contar con un equipo multidisciplinario que incluya entrenadores de natación con experiencia en el trabajo con personas con TEA, terapeutas ocupacionales y especialistas en TEA para proporcionar una guía y apoyo adecuados. Para ello se realizará coordinación directa entre los miembros del equipo de apoyo bidireccional, así en la que se llevará a cabo formación específica sobre trastornos del espectro del autismo y natación.
- **Evaluación y seguimiento:** Se llevará un registro del progreso individual de cada participante y se realizarán evaluaciones periódicas para medir los avances y realizar ajustes en el programa según sea necesario.
- **Participación de las familias:** Se fomentará la participación y apoyo de las familias en el proceso, ya que su colaboración es fundamental para el desarrollo integral de los participantes.

Al implementar este proyecto de actividad deportiva de natación adaptada para personas con TEA se espera proporcionar un espacio seguro, inclusivo y terapéutico donde los participantes puedan desarrollar sus habilidades y disfrutar de los beneficios físicos y emocionales de la natación.

Además, se busca promover una mayor conciencia y aceptación de las personas con TEA en la comunidad en general. En un futuro a largo plazo, se valorará la opción de crear un Club Deportivo para personas con TEA

5. TEMPORALIZACIÓN



6. EVALUACIÓN

La evaluación se concibe como un proceso continuo que afectará a todas las actividades del proyecto, así como a las actuaciones y su funcionamiento. Por ello, se hará un seguimiento de todas las actividades realizadas para comprobar el cumplimiento de objetivos que estaban programados de acuerdo con los indicadores, porcentaje de familias que solicitan las diferentes actividades, porcentaje de satisfacción del servicio, número de familias que acceden al Respiro familiar y número de personas que realizan las actividades.

Se establecerá un calendario de reuniones, donde se reflejará las reuniones planteadas inicialmente, siempre abierto a convocatorias nuevas, sí, así lo requieren todos los agentes implicados en el proyecto, como mínimo se celebrará una reunión mensual.

Se revisará la adecuación, coherencia, relevancia, suficiencia y grado de satisfacción de los participantes en el proyecto en reuniones periódicas para comprobar la consecución de objetivos y la existencia de necesidades no resueltas, y poder reorientar las actividades para solventar dichas necesidades. La evaluación se concibe como un proceso que afectará a todas las actividades del programa, así como a las actuaciones y su funcionamiento. La evaluación incluye una valoración cualitativa, en la que se realizará una memoria final donde constarán los aspectos positivos y mejorables de cada una de las actuaciones realizadas dentro del proyecto, una valoración cuantitativa, para la que se realizará una evaluación de indicadores, y una evaluación de la satisfacción de los participantes.

Se intenta operativizar al máximo la formulación de objetivos a conseguir, de forma que han de ser realistas, concretos, cuantificables y evaluables. Todos los integrantes de la asociación (las personas con TEA, las familias y los profesionales) participan directamente en la toma de decisiones y en la gestión del proyecto determinando las necesidades, diseñando y evaluando los resultados.

El objetivo final será analizar todos los datos en reuniones periódicas coordinadas del equipo, y cuantificar los indicadores de evaluación del proyecto. Los indicadores se establecen en base a los objetivos propuestos.

6.1. Instrumentos de valoración

Instrumentos de valoración cualitativa

Por un lado se utilizarán instrumentos de valoración cualitativos, principalmente la observación directa, observación indirecta y entrevista personal.

Además se elaborarán cuestionarios de diversos tipos (de opinión, de recogida de información..) con variables cualitativas que administrará el profesional de atención directa para las distintas actividades, y se analizarán todos los datos en reuniones periódicas coordinadas del equipo.

Los profesionales de atención directa y responsables del proyecto serán los agentes evaluadores, recogerán los datos que se desprendan de la observación y registros que servirán al final del proyecto como fuente de información a la hora de realizar la evaluación final.

Instrumentos de valoración cuantitativa

Para llevar a cabo una valoración más objetiva y de carácter cuantitativo, se utilizará un sistema de recogida de datos mediante formulario de puntuaciones y cuestionarios de carácter objetivo de recogida de información. En este estudio objetivo se detallan variables cuantitativas (puntuaciones, como números de participantes, número de asistencias, grados de competencia, etc), e índice de participación; y variables cuasi-cuantitativas de carácter ordinal (ej: grados de satisfacción con puntuación del 1- 5) que permitan registrar datos cualitativos en información numérica para valorar el grado de satisfacción, preferencia de participación en distintas actividades, etc.

Se revisará la adecuación, coherencia, relevancia, suficiencia y grado de satisfacción y participación de los participantes en el proyecto en reuniones periódicas para comprobar la consecución de objetivos y la existencia de necesidades no resueltas. Al finalizar el programa se calculará el índice de participación y satisfacción en las actividades propuestas que promueven el equilibrio ocupacional de las personas con TEA

Para medir este indicador, se utilizará una escala de participación y satisfacción que los participantes, es decir, las personas con TEA, completarán después de llevar a cabo las actividades propuestas. La escala incluye preguntas sobre la frecuencia de participación en las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria, así como en las actividades de ocio y tiempo libre. El índice de participación se calcula sumando el número de actividades en las que cada individuo ha participado y dividiéndolo por el número total de actividades propuestas. El índice de satisfacción se calcula tomando en cuenta la puntuación promedio otorgada por los participantes a la satisfacción con cada actividad.

Un aumento en el índice de participación y una alta satisfacción indicarían que las actividades propuestas están fomentando el equilibrio ocupacional de las personas con TEA, promoviendo su autonomía personal en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria, y facilitando la exploración y disfrute del área del ocio y tiempo libre.

6.2. Indicadores de evaluación

- Objetivo 1: Desarrollar acciones encaminadas a la mejora de la calidad de vida de las personas con TEA y sus familiares, facilitando el acceso real y efectivo de sus derechos
 - El 72% de personas con TEA y sus familiares que informan una mejora en su calidad de vida.
 - Se implementan un total de 10 de acciones implementadas para promover el acceso real y efectivo de los derechos de las personas con TEA y sus familias.

- Objetivo 2: Lograr el bienestar emocional de las personas con diagnóstico de TEA a través del fomento de actividades que promuevan la autodeterminación y el desarrollo personal individual.
 - El 75% de los participantes informan un aumento en su autodeterminación y desarrollo personal.

- 89 personas con TEA participaron en al menos 10 acciones con objetivos de fomentar la autodeterminación y el desarrollo personal individual, como talleres de habilidades sociales, programas de desarrollo de competencias, sesiones de orientación vocacional, grupos de apoyo o actividades recreativas.

- Objetivo 3: Desarrollar relaciones interpersonales a través de la promoción de las habilidades sociales y comunicativas de las personas con TEA dentro de entornos naturales y actividades lúdico recreativas

- Un 75% de personas con TEA participantes en el programa demuestran mejoras en sus habilidades sociales y comunicativas en entornos naturales y actividades lúdico recreativas.

- Objetivo 4: Fomentar la inclusión de personas con TEA teniendo como objetivo la integración y participación en actividades y recursos de la comunidad.

- El 85% de las personas destinatarias participó en actividades lúdico recreativas fomentando la inclusión en los recursos de su comunidad.

- Objetivo 5: Fomentar el equilibrio ocupacional de las personas con TEA a través de una propuesta de actividades que promuevan la autonomía personal en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria y la exploración y disfrute del el área del ocio y tiempo libre.

- Un 90% de los participantes indicaron un nivel de Satisfacción de “Muy Satisfecho” en el formulario de valoración del índice de satisfacción de las actividades propuestas que promueven el equilibrio ocupacional de las personas con TEA