

PROYECTO EGOKIDE 2021



*“Pertsona desberdinak
berdinak diren lekua”*

*“Un lugar donde
personas diferentes
son iguales”*

SARRERA

Mindara 2011ko Otsailaren 21ean jaio zen eta bere ekintzak 2012an hasten ditu Oarsoaldeako eskuladean jarduera fisiko inklusibo, kirol egokitua, osasuna eta aisialdiaren arloetan aniztasun funtzionala duten pertsonen zuzenduta. Horretarako, Egokide proiektua sortzen du erabiltzaileen beharrei erantzuna emateko helburuarekin. 2020an Mindara Elkarteak 59 familia bazkide izan ditu eta 65 pertsona baino gehiagori eskeini dizkio bere ekintzak.

MISIOA

Mindarako misioa jarduera fisiko inklusiboa, kirol egokitua, aisialdia eta formakuntza bermatzea, sustatzea eta garatzea pertsonal profesionalizatuen bidez. Hortaz gain, erreferente bat izan nahi dugu jarduera fisiko inklusiboa, kirol egokitua, aisialdia eta formakuntza arloetan erakundeentzat.

IKUSPEGIA

Mindarak aniztasun funtzionala duten pertsonen buruzko ikuspegi integrala du. Alde batetik, eskaintzen diren programek adin-tarte zabala hartzen dute (haurrak, gazteak eta erabiltzaileen helduak). Bestalde, programa horiek askotariko gaiak jorratzen dituzte (jarduera fisiko inklusiboa, kirol egokitua, aisialdia eta prestakuntza).

BALOREAK

Konpromezua eta inplikazioa: mindarako langile eta elkarte osatzen duten pertsonengatik.

Parte izan eta sentitu: baliozkoa da langile eta erabiltzaile guztiak proiektuaren parte sentitzea

Empatia: Oso talde enpatikoa dugu, begirada sentibera batetik lan egiteko aukera ematen duena.

Gaitasuna: Gure aholkularitza eta esku-hartzea erabiltzaileen ahalmen eta trebetasunetatik abiatzen dira

Unibertsaltasuna: Benetako interesa eragiten digu gertatzen denarekiko, eta eragina du bai kolektiboan, bai lan egiten dugun banakotasunetan.

HELBURUAK

1. Jarduera fisiko inklusiboa, kirol egokitua, aisia hezitzailea sustapena eta garapena.
2. Dibertsitate funtzionala duten pertsonentzat kirol gune inklusiboak bermatu.
3. Elkartearen dibulgazioa eta sustapena.

INTRODUCCION

Mindara nace el 21 de febrero de 2011 y comienza su actividad en la comarca de Oarsoaldea en el año 2012 en los ámbitos de la actividad física inclusiva, el deporte adaptado, la salud y el ocio dirigidas a personas con diversidad funcional. Para ello, crea el proyecto Egokide con el objetivo de dar respuesta a las necesidades de usuarios y usuarias. En 2020 Mindara ha tenido 59 familias socias de la Asociación y más de 65 personas atendidas en los diferentes programas que se han llevan a cabo.

MISIÓN

La misión de Mindara es garantizar la promoción y el desarrollo de la actividad física inclusiva, el deporte adaptado, el ocio y la formación a través de personal cualificado y profesional, además de ser una entidad referente para aquellas instituciones en materia de inclusión, actividad física inclusiva y deporte adaptado.

VISIÓN

Mindara tiene una visión integral acerca de las personas con diversidad funcional. Por un lado, los programas que se ofrecen abarcan un amplio rango de edades (infancia, juventud y adultez de los usuarios). Por otro lado, dichos programas se enfocan en temáticas variadas (la actividad física inclusiva, el deporte adaptado, el ocio y la formación).

VALORES

Compromiso e implicación: de todas las personas que trabajan y forman parte de Mindara.

El sentido de pertenencia: Es de gran valor que cada uno de los trabajadores, usuarios y usuarias se sientan parte de una colectividad.

Empatía: Contamos con un equipo altamente empático que permite trabajar desde una mirada sensible

Capacidad: Nuestro asesoramiento e intervención parten de las potencias y habilidades de las personas usuarias

La universalidad: Nos mueve un interés genuino por lo que ocurre y afecta tanto al colectivo y como a las individualidades con las que trabajamos

OBJETIVOS

1. La promoción y el desarrollo de la actividad física inclusiva, el deporte adaptado y el ocio formativo.
2. Garantizar espacios deportivos inclusivos a las personas con diversidad funcional.
3. La promoción y divulgación de la Asociación.



ZEHAR LERROAK

Elkarteak hurrengo zehar lerroak adoptatu ditu aurrera eramaten diren proiektu guztietan. Hauek, Mindaran zerbitzuak eskaintzen hasi ginenetik gureganatu ditugun esperientzietatik zehaztu dira.

Euskara: Kontratatura dauden begirale guztiek maila erdi-altua dute ekintzak gurea den hizkuntzan burutuko direla bermatzeko. Horrela, euskararen erabilera aisialdi, kirol, jarduera fisiko eta formakuntzan sustatzen ditugu.

Inklusioa: Elkarteak eskaintzen dituen ekintzak Oarsoaldeako eskualdeko haur, gazte eta heldu guztiéi zuzentzen dira. Zerbitzuak, ez dira bakarrik urritasuna duten pertsonetara zuzentzen, dibertsitate funtzionala duten edo ez duten haur, gazte eta helduek parte hartu dezakete kirol, aisialdi edo sozializazio espazio inklusiboak sortuz.

Genero berdintasuna: Gure jarduerak diseinatuta daude neska-mutilek berdintasun-parametroekin erlazionatzeko. Generoagatik diskriminatzen ez duten programak sustatzen ditugu. Hala, begiraleek zein begiraleek berdin dute gizonak edo emakumeak diren, erabiltzaileek ikus dezaten beren erreferenteak bidezkoak direla. Era berean, gure langile batzuk genero-ikuspegiko hezkuntzan trebatuta daude, eta horrek aukera ematen du bai programak bai egiten diren esku-hartzeak aberasteko.

Famili eta erabiltzaileen parte hartzea: Dibertsitate funtzionala duten familien beharren arabera sortu zen Mindara. Beraz, elkartearen garapenerako familien parte hartzea beharrezkoa izan da. Horretarako, zuzendari batzordea sortu zen, non tresna ezberdinen bidez zuzenean erabiltzaileen familiekin komunikatzeko aukera dago.

Erabaki profesionalak: Elkartea handitzen joan den heinean langile taldea ere handitzen eta garatzen joan da. Naiz eta familiek dituzten iritzi eta interesak funtsezkoak izan Mindarak aurrera eramaten duen ekintzetan, profesionalen erabakiak beharrezkoak dira egunerokotasuneko ekintzak bermatzeko.

EJES TRASNVERSALES

La asociación ha adoptado los siguientes ejes transversales en todos los proyectos que se llevan a cabo, éstos están definidos a través de la experiencia adquirida desde que comenzamos a ofrecer servicios específicos para los socios de Mindara.

Euskera: Todos los monitores contratados tienen un nivel medio-alto de euskera para garantizar que el desarrollo de las actividades se pueda realizar en este idioma. De esta manera, promovemos la utilización del euskera fuera del entorno formal y lo incluimos en el tiempo de ocio, deporte, actividad física y formación.

Inclusión: Las actividades que ofrece la asociación están abiertas a todas las niñas y niños de la comarca de Oarsoaldea. Es decir, los servicios no sólo se dirigen a personas con discapacidad, sino que trabajamos desde un enfoque inclusivo, de modo que facilitamos el encuentro entre niñas/os diversos, tengan o no diversidad funcional, para que puedan reconocerse mutuamente y disfrutar de espacios deportivos, lúdicos, de ocio y de socialización en común.

Igualdad de género: Nuestras actividades están diseñadas para que tanto niños como niñas se relacionen con parámetros de igualdad. Promovemos programas que no discriminen por razón de género. Así, tanto monitoras como monitores realizan sus funciones indistintamente de si son hombres o mujeres para que los usuarios vean que sus referentes son equitativos. Asimismo, varias de nuestras trabajadoras están formadas en educación con perspectiva de género, y ello permite que tanto los programas como las intervenciones que realizan se enriquezcan a este respecto.

Participación de familias y usuarios: Mindara se constituye a raíz de las necesidades que identifica un grupo de familias con niños y niñas con diversidad funcional. Por lo tanto, la participación de las familias en el desarrollo de la asociación es intrínseca. Para ello, disponemos de un equipo de junta directiva y herramientas con las que nos comunicamos directamente con los adultos referentes de los niños y niñas que conforman la asociación.

Decisiones profesionales: La asociación ha ido creciendo y con ella el grupo de educadores y monitores que están en plantilla. Aunque la opinión de las familias y los intereses particulares de los usuarios son parte fundamental del trabajo que se realiza en Mindara, la opinión profesional en relación a los programas constituye una guía desde la que se desarrollan las actividades cotidianas.



JARDUERA ANITZA (ESKOLA KIROLA)

Jarduera anitzeko programan, 4 eta 16 urte bitarteko haur eta gazteei zuzendutako kirol-jarduera fisikoak egin nahi dira, garapen motor eta sozialerako eta ahalik eta autonomia handiena lortzeko. Parte-hartzaile guztiek jolas-txartela izan beharko dute jarduera anitzeko jardueretan parte hartzeko. Jarduerak 3 gunetan egingo dira:

1. Igeriketa, Galtzarabordako kiroldegian 30 erabiltzaileekin.
 - a. Asteleh: 16.30-17.15 / 17.15-18.00
 - b. Asteartea: 17:20-18:05 / 18:15-19:00
 - c. Osteguna: 16.30-17.15
2. Kirola eta Psikomotrizitatea, Galtzaraborda kiroldegian 8 erabiltzaileekin
 - a. Ostiraleko: 17:30-18:30
3. Kirol egokituaren hastapena, Koldo Mitxelena ikastolan 7 erabiltzaileekin
 - a. Asteazkeneko: 18:00-19:00

Igeriketaren esparruan, sei talderekin lan egingo dugu 2020-2021 ikasturtean zehar, ordu bakoitzeko hiru talderekin egoteko aukera eta gaitasuna baitugu. Talde guztientzat, saioek 45 minutuko iraupena izango dute; izan ere, ordubetekoak luzeegiak izan daitezke erabiltzaile batzuentzat.



Taldeetako hiruk astelehen eta ostegunetan egingo dituzte saioak, Teknikazio helburuarekin; alegia, taldeen adinak, ezaugarriak eta gaitasunak ahalbidetu dute igeriketa egokituaren munduan hastea. Beste bi taldeek astearteetan egingo dituzte saioak, igeriketan hasteko helburuarekin, 4 eta 9 urte bitarteko haurrak baitira.

Kirolaren hastapen-saioak Koldo Mitxelenako gimnasio zabalean egingo dira, eta, horri esker, hainbat jarduera egin ahal izango ditugu, COVIDeko neurri murriztaileetara egokitzeko. Programa honen saioen

MULTIAKTIVIDAD (DEPORTE ESCOLAR)

En el programa de Multiactividad, se pretende llevar a cabo actividades físico deportivas inclusivas destinadas a niños y niñas entre 4 y 18 años con y sin diversidad funcional para su desarrollo motor, social y obtención de la máxima autonomía. Todos los participantes deberán contar con tarjeta recreativa para la participación de actividades de multiactividad. Las actividades se van a llevar a cabo en 3 espacios diferentes:



1. Natación, en el polideportivo de Galtzaraborda con 30 usuarios y usuarias:
 - a. Lunes: 16.30-17.15 / 17.15-18.00
 - b. Martes: 17:20-18:05 / 18:15-19:00
 - c. Jueves: 16.30-17.15
2. Psicomotricidad y juegos cooperativos en el polideportivo de Galtzaraborda con 8 usuarios y usuarias.
 - a. Viernes: 17:30-18:30
3. Iniciación al deporte adaptado, en el gimnasio Koldo mitxelena con 7 usuarios y usuarias.
 - a. Miércoles: 18:00-19:00

En el ámbito de la natación, trabajaremos con seis grupos a lo largo del curso escolar 2020-2021, pues por cada hora podemos llevar a cabo hasta tres grupos. Las sesiones para todos los grupos tienen una duración de 45min, ya que valoramos que sesiones de 1h pueden llegar a ser demasiado largas para algunos de nuestros usuarios y usuarias. Tres de los grupos, realizarán las sesiones los lunes y jueves con un objetivo de tecnificación debido a que la edad, características y capacidad de los grupos han permitido que puedan iniciarse en el mundo de la natación adaptada. Los otros dos grupos, realizarán las sesiones los martes, con objetivos de iniciación a la natación, ya que son niños y niñas entre los 4 y los 9 años.

Las sesiones de iniciación al deporte, se llevarán a cabo en el amplio gimnasio de Koldo Mitxelena que nos

helburuak eta dinamikak aldatu dira hiruhileko bakoitzean; hiruhileko bakoitzean kirol-modalitate desberdinak landu baitira, eta kovid neurriek eta murrizketek erritmoa markatu dute. Era berean, neurri horietara egokitzeko, musika- eta mugimendu-saio batzuk egitea erabaki genuen, Erreterria gunen gorrian egonda neurriak ziurtatzeko materialik erabili gabe.

Saio hauen helburua erabiltzaileek talde on bat sortzea eta kirolaz modu osasuntsu eta dibertigarrian gozatzea izango da. Era berean, bakoitzak dituen gaitasunak identifikatzea, Kima programaren bidez etorkizunean kirola egiten lagundu ahal izateko.

Psikomotrizitate saioetarako eta jolas kooperatiboetarako, erabilera anitzeko gela bat izango dugu Galtzarabordako kiroldegian. Bertan, ostiraleroko, 17:30etik 18:30era, psikomotrizitatea lantzea izango da helburua, kirol-jolasen eta lankidetzaren bidez. Bertan, Mindarako materiala gordetzen dugu saioak bertan onenean egin ahal izateko. Era berean, neurri horietara egokitzeko, musika- eta mugimendu-saio batzuk egitea erabaki genuen, eremu gorrian egonda, hartu beharreko neurriak ziurtatuz, materialik erabili gabe.

Jarduera guztiak sei begiralez osatutako talde batek gauzatuko ditu, eta boluntarioen laguntza izango dute unean-unean.

Monitoreek, koordinatzaileekin batera, programazio bat egingo dute ikasturte hasieran, ikasturtean zehar gidari izango dutena. Bestalde, ikasturte hasieran, erabiltzaileen banakako helburuak finkatu dira, eta, horren arabera, erabiltzaileen bilakaera ebaluatuko da. Informazio guztia Google Drive-ren bidez partekatuko da koordinatzaileekin, ondoren deskargatu, inprimatu eta artxibatu ahal izateko. Gainera, hileroko bilduko dira jardueraren anitzeko jardueretan parte hartzen duten erabiltzaile guztien aldaketak eta hobekuntzak baloratzeko.



permitirá llevar a cabo diferentes actividades para ajustarnos a las medidas restrictivas del COVID. Este programa, ha ido cambiando los objetivos y dinámicas de las sesiones cada trimestre, llegando a trabajar sobre diferentes modalidades deportivas y las medidas y restricciones de covid han marcado el ritmo. Así mismo, para ajustarnos a estas medidas, se ha decidido llevar a cabo algunas sesiones de música y movimiento, sin utilizar material para asegurar las medidas estando Erreterria en zona roja.

El objetivo de estas sesiones, será que los usuarios y usuarias creen un buen equipo y disfruten del deporte de una forma sana y divertida. También, identificar las capacidades de cada una, para así, poder apoyarles en la práctica deportiva de cara a un futuro a través del programa Kima.

Para las sesiones de psicomotricidad y juegos cooperativos, dispondremos de una sala polivalente en el polideportivo de Galtzaraborda. Allí, todos los viernes de 17.30 a 18.30 niñas y niños tendrán como objetivo trabajar la psicomotricidad a través de diferentes juegos deportivos y dinámicas de cooperación. Allí es donde guardamos material de Mindara para poder llevar a cabo las sesiones en su mejor versión. Así mismo, para ajustarnos a estas medidas, decidimos llevar a cabo algunas sesiones de música y movimiento, sin utilizar material para asegurar las medidas estando en zona roja. Todas las actividades se llevarán a cabo por un grupo de seis monitores y monitoras, que puntualmente estará apoyado por personas voluntarias. Ellas, junto con la coordinadora, realizarán una programación al principio de curso que será su guía a lo largo del curso escolar. Por otro lado, a principio de curso se han fijado los objetivos individuales de los usuarios y usuarias y en función de eso va a ir evaluando la evolución de los mismos. Toda la información se compartirá a través de Google Drive con la coordinadora, para que después, se pueda descargar, imprimir y archivar. Además, todos los meses se reunirán para valorar posibles cambios y mejoras de todos aquellos y aquellas que forman parte de las actividades de Multiactividad.

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'J. J. J.' or similar.

EUSKAL PILOTA ESKOLA

Programa hau, urritasun fisiko edo intelektuala duten pertsona helduei zuzenduta dago.

Mindara elkarteak kontzientea da euskal pilota sustatu eta dibulgatzeko ekimenetan aniztasun funtzionala duten pertsonen parte hartzea bermatzeko beharrez bide-lagun izaten ari dela.

Kirol hau Errenterian dextente finkatua dagoen arren, Oarsoaldeko eskualdeko beste herrietara eta euskal herrira zabaltzea nahi da. Horrexegatik, Mindarak aurrera jarraituko du bere zabalkuntza lanarekin pilotari berriak bilatuz, gurea den kirol modalitate hau iraganean jarraituko duela ziurtatzeko. Gipuzkoa eta Iparraldeko beste hainbat herrialdeetan jaiotzen hari dira ere euskal pilota egokituko kirol elkarteak. Kirol honek hainbat onura ditu erabiltzaileentzako; laguntasuna, lankidetzak, errehabilitazioa eta lehiaketa, pilotariak egunero gainditzen dituztelako oztopoak gurea den kirola praktikatzeko.

12 kirolari izango dira 2020-2021 denboraldian zehar astean bi egunetan zehar pilotalekuko entrenamenduetan parte hartuko duten jokalariek. Urritasun fisikoa duten 4 jokalariek eta adimenerritasuna duten 8 jokalariek parte hartu dute urte osoan zehar Gipuzkoako eta Iparraldeko erakustaldi, txapelketa eta liga ugarritan. Parte-hartzaileek kirol lizentzia izan beharko dute entrenamenduetarako eta euskal pilota egokituko lehiaketetarako.



ESCUELA DE PELOTA VASCA

Este programa está dirigido a personas adultas y autónomas con discapacidad intelectual y discapacidad física, que buscan en el juego de la pelota el desarrollo de su afición por este deporte.



La asociación Mindara es consciente de que está formando parte de una iniciativa que consiste en fomentar y divulgar el deporte tradicional vasco entre las personas con diversidad funcional.

Este deporte, está ya consolidado en Errenteria, pero necesita expandirse y abrirse a otras localidades de la comarca de Oarsoaldea y del resto de Euskadi. Por ese motivo, la asociación tiene la intención de continuar cumpliendo con la obligación de seguir trabajando para captar nuevos participantes que permite asegurar el futuro de un deporte que está naciendo en otros pueblos de Guipúzcoa e Iparralde y que aporta valores de socialización, rehabilitación y competición que destacan la superación y la entrega de los jugadores y jugadoras de este fantástico deporte.

Son 12 los jugadores y jugadoras que durante dos días a la semana participarán en los entrenamientos de frontón a lo largo de toda la temporada 2020-2021. 4 jugadores y jugadoras con discapacidad física y 8 con discapacidad intelectual han participado durante todo el año en diferentes exhibiciones, torneos y ligas en Gipuzkoa e Iparralde. Los participantes deberán contar con licencia deportiva para los entrenamientos y competiciones de pelota vasca adaptada.

MINDATXU UDALEKUAK

Jarduera berri hau dibertsitate funtzionala duten 4 eta 16 urte bitarteko haurrek beste guztiek bezalako uda bat izateko beharra identifikatu zelako sortu zen 2015. Urtean, udako udalekuez gozatu ahal izan zezaten elkarteko kide diren haur eta gazteek. Ikasturte osoan eskolaz kanpoko jarduerak eskaintzen baditugu, zergatik ez udan? Horrela, Mindarak dibertsitate funtzionala duten erabiltzaileen beharrei erantzun zien uztailean hiru astez, eta kolonia horiei esker ez balitz, gainerako haur gehienek udan duten gozamenetik kanpo gera litezke.

2020. urte honetan Komintxu proiektuak ordezkatu zuen Mindatxu proiektua. Proiektu horrek, elkartearen programa guztiei erantzun zien uztailean eta abuztuan zehar pandemiaren egoera pailatzeko.

2021. urtean, Mindatxu proiektua berreskuratuko dugu eta uztailean zehar burutuko da. Oarsoaldea eskualde eta inguruko dibertsitate funtzionala duten eta ez duten erabiltzaileekin. Dibertsitate funtzionala duten haurren eta gazteen sozializazio- eta aisialdi-beharrari erantzunez, izan ere, mindarako proiektu guztietan bezala, inklusioa presente dagoelako.

Aurten, asteak gaika banatuko ditugu; hala, hilean zehar programatutako jarduera guztiek testuinguru eta helburu desberdinak izango dituzte.

Naturaren astea
Kirolaren astea
Uraren astea
Animalien astea

Mindatxu udalekuak uztailaren 5etik 30era burutuko dira, eta hainbat irteera, bisita, txango eta tailer gauzatuko dira Oarsoaldea eta inguruko ikastetxe, erakunde, kirol-klub eta kolektiboekin elkarlanean, haurren eta gazteen parte-hartze inklusiboa sustatuz.

COLONIAS MINDATXU

Esta nueva actividad, surgida en el año 2015, nació de la necesidad de que los niños y niñas asociados/as, entre 4 y 16 años con diversidad funcional, tuvieran un verano como todos los demás, pasando unos días en unas colonias. Durante todo el curso ofrecemos diferentes actividades extraescolares, ¿por qué no durante el verano? De este modo desde Mindara se dio respuesta a las necesidades de los usuarios y usuarias con diversidad funcional durante tres semanas en el mes de Julio, que si no fuera gracias a estas colonias podrían quedar excluidos del disfrute que la mayoría de los demás niños tienen en el periodo estival.



Este año 2021, retomamos este proyecto sustituido en el año 2020 por el proyecto Komintxu, que dió respuesta a todos los programas de la asociación durante los meses de julio y agosto para paliar la situación de la pandemia.

Mindatxu se llevará a cabo durante todo el mes de Julio con usuarios y usuarias con y sin diversidad funcional de la comarca de Oarsoaldea y alrededores. Respondiendo así a la necesidad de socialización y ocio de los niños, niñas y jóvenes con diversidad funcional, ya que, como en todos los proyectos de Mindara, la inclusión está presente.

Este año, dividiremos las semanas por temáticas, así, todas las actividades programadas a lo largo del mes tendrán un contexto y objetivo diferente.

Semana de la naturaleza
Semana del deporte
Semana del agua
Semana de los animales

Las colonias Mindatxu se desarrollarán desde el 5 hasta el 30 de Julio, realizando diferentes salidas, visitas, excursiones y talleres en colaboración con centros, entidades, clubs deportivos y colectivos de la comarca de oarsoaldea y alrededores, fomentando la participación inclusiva de los niños, niñas y jóvenes.

KIMA PROGRAMA

Mindara Elkartearen helburu nagusietako bat dibertsitate funtzionala duten pertsonen artean jarduera fisikoa, kirola eta osasuna sustatzea denez, 2015eko irailean hasi zen Kima programa, hasiera batean,aldi baterako eta banaka erantzuteko pertsona horien kirol-beharrei, eta eskualdeko kirol-klubetan sartzea sustatzeko.

Programa hau 2020-2021 denboraldirako, Oarsoaldeko hiru pertsonek parte hartuko dute hiru esparru desberdinetan: handbikeko entrenamenduak Oiartzunen astearteetan, igeriketako banakako saioak ostegunean Galtzarabordan eta mahai-tenisaren praktikaren eremuan psikomotrizitatea eta osasun-arazoak hobetzeko astearteak Gamongo mahai-tenisean eta Ostiralak hegalak kirol-zentroan.

Gure ustez, pertsona horien komunitatean bertan kirola egiten hasteak onurak izango ditu haien egoera fisikoan, sozialean eta emozionalean. Mindaratik banan-banan laguntzen diegu pertsona horiei, eta orientazioa ematen diegu esperientzia berri honen lehen urratsak positiboak izan daitezen. Hori funtsezkoa da, pixkanaka-pixkanaka jarduerarekiko atxikimendua sortzea nahi badugu, pertsonen garapen integralerako ohitura osasungarri eta onuragarri bihurtuz. Programa honen helburua dibertsitate funtzionala duten pertsonak beren herriko klub edo kirol-instalazioetan sartzea da.



Kima programako entrenamendu eta saioak Errenteriako Marpex Pontika Kirol Taldearen, hegalak Zabalik Fundazioaren eta Oiartzungo Madalensoro kiroldegia laguntzarekin egingo dira. Parte-hartzaileek Kima programan parte hartzeko jolas-txartela izan beharko dute.

PROGRAMA KIMA

Dado que la Asociación Mindara tiene entre sus principales objetivos la promoción de la actividad física, el deporte y la salud entre las personas con diversidad funcional, presenta este programa que se inició en septiembre del 2015 para responder de forma inicial, temporal e individualizada a las necesidades deportivas de estas personas promoviendo la inclusión en los diferentes Clubs deportivos de la comarca.



Este programa se va a llevar a cabo para la temporada 2020-2021 con tres personas de Oarsoaldea en tres ámbitos diferentes: entrenamientos en handbike los martes en Oiartzun, sesiones individuales de natación los jueves en Galtzaraborda y en el ámbito de la práctica del tenis de mesa para la mejora de la psicomotricidad y de los problemas de salud. Los martes en el club de tenis de mesa de Gamon y viernes en el centro deportivo Hegalak.

Entendemos que, la iniciación a una práctica deportiva en la propia comunidad de estas personas, va a beneficiar su condición física, social y emocional. Desde Mindara apoyamos a estas personas de forma individualizada y les orientamos con el objetivo de que los primeros pasos en esta nueva experiencia sean positivos. Esto es esencial si queremos que poco a poco se cree una adherencia a la actividad, convirtiéndose en un hábito incuestionablemente saludable y beneficioso para el desarrollo integral de las personas. El fin de este programa es la inclusión de las personas con diversidad funcional en clubs o instalaciones deportivas de su localidad. Los entrenamientos y sesiones del programa Kima se llevarán a cabo con la colaboración del Club deportivo Marpex Pontika de tenis de mesa de Rentería, la Fundación Hegalak Zabalik y el polideportivo Madalensoro de Oiartzun. Los participantes deberán contar con tarjeta recreativa para la participación en el programa Kima.

MINDY PROGRAMA

Asmo handiko proiektu honen helburua teknologia berrien inguruko prestakuntza-ibilbide bat sortzea da, dibertsitate funtzionala duten pertsonak, aukeraberdintasunean, prestakuntza-aldian zehar eskuratutako trebetasunak eta gaitasunak gara ditzaketen enpresetara (aldeztatik identifikatuak) iritsi ahal izan daitezten. Horrela, lan-munduan sartzea errazten dugu. Mindy programa 2016ko urtarrilean jarri zen martxan, Mindararen egoitzan, 8 eta 13 urte bitarteko 6 parte-hartzaileekin, berritzailea eta sortzailea, eta Hirusec (programari ezagutza teknikoa ematen dion segurtasun informatikoko enpresa) eta Usoa Martínez (programaren alderdi didaktikoari arreta ematen dion Pedagoga soziala) bezalako profesionalen lankidetzari esker.

Mindy programa etorkizuneko jarduera bat da, eta dibertsitate funtzionala duten pertsonak teknologia duten lanpostuak eskuratu ahal izatea ahalbidetuko du. Horrela, programaren erabiltzaileak tresna erabilgarrietan eta praktikoetan gaitzen ditugu, ondoren lan-bizitza garatzeko, teknologia guztion egunerokoan baitago. 2020-2021 ikasturtean, teknologia berriei buruzko saioak Mindararen egoitzan egingo dira, 11-19 urte bitarteko 9 erabiltzaileekin (5 ikaskideko bi taldetan banatuta), asteartero, 17,15-19,15 bitartean, aurretik izendatutako langileen laguntzarekin eta begirale laguntzaile batekin. Ikastaro honetan, lan-metodoa mentoringa da, eta monitoreek erabiltzaileei laguntzen diete interesatzen zaizkien proiektuak garatzen. Proiektu horien bidez, beren motibazioetara hobekien egokitzen diren gailuak, tresnak eta aplikazioak erabiltzen ikasten dute. Gainera, teknologiaren inguruko esperientzia motibatzaileak gehitzeko, lan-mundua eta informatikarekiko hurbiltasuna hurbilagotik ezagutzeko aukera emango diguten irteerak egingo ditugu. Programaren helburu orokorrak:

- Proiektuaren plangintza
- Gailu, tresna eta aplikazio informatikoen bidez proiektua garatzea
- Teknologia berrietan trebetasunak eta gaitasunak eskuratzea
- Dibertsitate funtzionala duten pertsonen, aukeraberdintasunean, profil zehatzak eskatzen dituzten enpresetan (aldeztatik identifikatuak) sartzeko aukera ematea.
- Garapen profesionalerako lan-dinamika erabilgarriak integratzea.

Proiektuak 5 urte hauetan izan duen bilakaera ikusita, ulertu dugu guztiek ez dutela ikaskuntza-prozesu bera.



PROGRAMA MINDY

Este ambicioso proyecto tiene como objetivo la creación de un itinerario formativo en nuevas tecnologías que posibiliten el acceso de las personas con diversidad funcional, en igualdad de oportunidades, a aquellas empresas (previamente identificadas) donde puedan desarrollar sus habilidades y competencias adquiridas en el transcurso de su periodo formativo. De esta manera facilitamos su acceso al mundo laboral. La puesta en marcha del programa Mindy, en Enero del 2016 en la sede de Mindara, con 6 participantes de 8 a 13 años, innovador y creativo, fue posible gracias a la colaboración de profesionales como Hirusec (empresa de seguridad informática que aporta el conocimiento técnico al programa) y Usoa Martínez (Pedagoga social que atiende la parte didáctica del programa).



El programa Mindy es una actividad de futuro que va a permitir que las personas con diversidad funcional puedan acceder a puestos de trabajo en los que la tecnología esté presente, así capacitamos a los usuarios del programa en herramientas útiles, prácticas, para el posterior desarrollo de su vida laboral ya que la tecnología está en el día a día de todos. A lo largo del curso 2020-2021 las sesiones de nuevas tecnologías se llevarán a cabo en la sede de Mindara con 9 usuarios y usuarias de entre 11-19 años (divididos en dos grupos de 5 compañeros), todos los martes entre las 17,15-19,15 con el apoyo del personal nombrado anteriormente y con una monitora auxiliar. Este curso el método de trabajo es el mentoring y los monitores acompañan a los usuarios en el desarrollo de proyectos de su interés mediante los que aprenden a utilizar dispositivos, herramientas y aplicaciones que mejor se adapten a sus motivaciones. Además, para añadir experiencias motivadoras alrededor de la tecnología, realizaremos salidas que nos permitirán conocer más de cerca el mundo laboral y la cercanía con la informática. Objetivos generales del programa:

- Planificación de proyecto
- Desarrollo de proyecto mediante dispositivos, herramientas y aplicaciones informáticas
- Adquirir habilidades y competencias en nuevas tecnologías
- Posibilitar el acceso de las personas con diversidad funcional, en igualdad de oportunidades, a aquellas empresas (previamente identificadas) que soliciten perfiles concretos.

Horregatik, 2020-2021 ikasturtean, erabiltzaileek proiektuak lan egingo dute, batzuek banaka eta beste batzuek taldean, betiere beren interesekin bat datorren helburu batekin, teknologia berrien bidezko lan-etorkizunari begira. Ikasturte honetarako egindako metodologia-aldaketa erabiltzaileen beharrak aldatu direlako gertatu da, baita taldean 5 urte daramatzaten erabiltzaile batzuk daudelako eta hasi berriak diren beste batzuk daudelako ere. Horregatik, taldea bitan banatu da; horrela, denbora gehien daramatenek, ezagutza gehien dutenek, beren proiektuen agintea hartzeko ardura dute, laster bizitza profesionalera jauzi egiteko gai izan daitezzen.



- Integrar dinámicas de trabajo útiles para el desarrollo profesional.

Al observar la evolución del proyecto durante estos 5 años, hemos comprendido que no todos tienen el mismo proceso de aprendizaje. Por eso mismo, durante el curso 2020-2021 los usuarios y usuarias trabajarán por proyectos, algunos lo harán de manera individual y otros en grupo, siempre con un objetivo acorde a sus intereses personales de cara a un futuro laboral que incluye las nuevas tecnologías. El cambio metodológico realizado para este curso se debe a que las necesidades de los usuarios han cambiado, también a que en el grupo hay algunos usuarios que llevan 5 años y otros que acaban de empezar. Por eso se ha dividido el grupo en dos, de manera que los que más tiempo llevan, los que más conocimientos tienen, están en la responsabilidad de tomar las riendas de sus propios proyectos para que pronto sean capaces de dar el salto a la vida profesional.

FUTBOLA

2019-2020 denboraldirako proiektua futbol egokitutako eskola bat martxan jartzea da hauetan asteroko entrenamenduak jarriko dira konpetiziorako bidea hasteko helburuarekin aisialdiko alderdia ahaztu gabe eta kirolak eskaintzen dituen baloreak azpimarratuz, errespetua, lankidetzaz, gaitzuz jarrera, harreman sozialak, autonomia pertsonala eta norberaren diziplina. Denboraldirako egutegia eskola egutegia jarraituz izango da entrenamenduak 2019ko urrian hasiko direlarik denboraldia 2020ko ekainean amaituko delarik

Parte hartzeko gutxieneko adina 12 urtetan ezarri da, adin horretan bukatzen bait dute "eskola kirola". Halere adin gutxiagoko parte hartzaileak izan daitezke eskola kirol ohikoan parte hartzerik ez ba dute. Kirolariak kirol lizentzia edo aisialdiko txartela izan beharko dute futbol eskolan parte hartu ahal izan dezaten.

2019-2020 Denboraldian zehar asteroko entrenamenduaz gain, ostegunero 17.00-18.00 izango direla 10 erabiltzaile parte hartzaileekin, aurten egin diren moduan hiru edo lau topaketa antolatu nahi dira beste edozein arrazoiengatik futbol eskolan parte hartu ezin dutenak, beste kirol konpromisoak, urruntasuna etab. parte hartzeko aukera eduki dezaten.



FÚTBOL

Para la temporada 2020-2021 el proyecto tiene como objetivo mantener los entrenamientos semanales de futbol con el objetivo de iniciar el camino hacia la competición sin olvidar el aspecto lúdico, incidiendo en los valores que aporta el deporte como son el respeto, la colaboración, el espíritu de superación, las relaciones sociales, la autonomía personal y la autodisciplina



La edad mínima para la participación en la escuela de fútbol adaptado se establece en los 12 años, edad a la que finalizan "eskola kirola" si bien se prevé la participación de jugadores de menor edad que no tienen la opción de participar en las actividades de deporte escolar. Los participantes deberán contar con tarjeta recreativa para la participación en la escuela de fútbol.

Esta temporada, hemos formalizado la coordinación y desde Mindara, se ha contratado a una persona con formación y experiencia como entrenador y otra como voluntaria remunerada, además de la persona voluntaria por parte del CD Oiartzun. Esto, facilitará la comunicación, programación y seguimiento del proyecto, pudiendo así supervisar todo lo que ocurre directamente desde Mindara.

Durante la temporada 2020-2021 se prevén además de los entrenamientos semanales que se realizarán los jueves de 17.30 a 18.30 donde participarán 10 usuarios y usuarias, la realización de al menos dos encuentros tal y como se han realizado durante la pasada temporada para que puedan participar los jugadores que por diferentes motivos no pueden participar en la escuela de fútbol adaptado por edad, otros compromisos deportivos, lejanía del domicilio, etc. Pero las limitaciones por medidas y restricciones covid son vitales para el desarrollo de las mismas.

MUSIKOTERAPIA

Mindara elkartean uste dugu musikaren bitartez gure sentimenduak eta emozioak garatu ditzakegula, musikak barnean ditugun gauzak azalera eta partekatzen laguntzen digu, instrumentuen eta ahotsaren bitartez portaerak erregulatu, sozializazio prozesua hobetzeko bide berri bat irekiz.

Musika aisialdi bezala ulertu badezakegu, baita terapia modu bat bezala ere. Musikak animatu, lasaitu, aktibatu, mantsotu egiten gaitu eta faktore guzti hauen konbinazioak dibertsitate funtzionala duten pertsonen autonomia eta pertsonalitatea garatzea ahalbidetzen du.

Musikoterapiako talde eta bakarkako saioak Mindarako egoitzan aurrera eramango dira asteen zehar parte hartuko duten 15 erabiltzaileekin. Haiek, disfrutatu, sentitu, dantzatu, barre egin, eta nahi izan duten guztia espresatzeko aukera izan dute musikaren bidez espazio honetan 45 minutuz asteen. Musicoterapeuta bat dago kontratatuta proiekturako eta berak, helburuak, jarraipenak eta ebaluazioak burutzen ditu erabiltzaile bakoitzeko.



MUSICOTERAPIA

Desde la asociación entendemos que la música es una de las expresiones en las que podemos desarrollar nuestros sentimientos, emociones y donde la música hace exteriorizar y compartir aspectos internos que abran el camino de la socialización, del aprendizaje del comportamiento por medio del uso de instrumentos y de la voz.



La música se puede entender como ocio, pero también como terapia. En este último caso la música suaviza, anima, activa, relaja, y la combinación de todos estos factores posibilita que sea una terapia que mejore la personalidad y la autonomía de las personas con diversidad funcional.

Llevaremos a cabo semanalmente las sesiones de musicoterapia tanto individuales como grupales en la sede de Mindara los jueves por la tarde y sábados por la mañana. 15 usuarios y usuarias participarán y disfrutarán, sintiendo, bailado, riendo, expresando todo lo que necesitan a través de la música en este espacio durante 45min a la semana. Habrá una musicoterapeuta contratada para este proyecto y ella realizará los objetivos, seguimientos y evaluaciones de cada usuario o usuaria para compartirlo con la coordinadora de programas



SENTSIBILIZAZIOA ETA DIBULGAZIOA

IKASTOLETAN:

Mindara elkarteari oso garrantzitsua iruditzen zaio bizi garen gizarteak aniztasun funtzionala duten haur eta gazteek dituzten zailtasunak ezagutzea eta horregatik lantzen ditu sentsibilizazio eta dibulgazio jardunaldiak. Ezinbesteko eginkizun bat bezala dauka Mindarak lan hau, inguruan ditugun pertsonen aniztasun funtzionalaren mundua ezagutu, ulertu eta "ezberdinekin" bizitzen ikas dezaten.

Gure programa, haur, gazte eta nerabezeroan daudenei zuzenduta dago. Dibertsitatearen baloreak hezkuntzan oinarrituz, iraganean gizarte inklusiboago baten protagonistak izango direlako.

Oarsoaldeako

eskualdeko ikastoletan aurrera eramango ditugun sentsibilizazio jardunaldietan, alderdi teorikoa landuko dugu; urritasun motak, kirol egokitua eta Mindara elkartearen zer diren, kolektiboari buruzko kontzeptuak argi eduki behar dituztela ulertzen dugulako. Bestalde, alderdi praktikoa landuko dugu; slalom gurpildun aulkian, goallball eta itsuen zirkuitoa, horrela, urritasun ezberdinak dituzten pertsonen egoeran jartzeko aukera izango dute. Bukatzeko, denon artean hausnarketa egingo genuke; nola sentitu dira, ze traba ikusi dituzte.



Programaren Helburu orokorrak:

- Elkarteari lana dibulgatu
- Herritarrek dibertsitate funtzionala duten pertsonengan sentsibilizatu
- Jarduera fisikoa edo kirol egokituaren garrantzia dibulgatu

SENSIBILIZACIÓN Y DIVULGACIÓN

EN COLEGIOS:

La Asociación Mindara es consciente de la importancia de la sensibilización, divulgación y visualización, en el entorno que nos rodea y de las dificultades que los jóvenes con diversidad funcional tienen a lo largo de su vida.



Es un objetivo de la asociación que las personas se impliquen y conozcan el mundo de la discapacidad para comprenderlo y aprender a convivir con "el diferente".

Nuestro programa, está dirigido a niños y niñas, jóvenes y adolescentes en edad escolar, educando en el valor de la diversidad ya que el día de mañana serán protagonistas de una sociedad más inclusiva.

En las jornadas de sensibilización que llevaremos a cabo en los colegios e ikastolas de la comarca de Oarsoaldea, se trabajará por un lado la parte teórica; tipos de discapacidad, modalidades de deporte adaptado y qué es Mindara, ya que entendemos que necesitan conocer y diferenciar diferentes conceptos del colectivo. Y, por otro lado, la parte práctica; slalom en silla de ruedas, goallball y circuito de ciegos para que así puedan empatizar con diferentes tipos de discapacidad. Para finalizar, todos y todas juntos haremos una reflexión sobre todo lo aprendido: como se han sentido, que dificultades han sentido etc.

Objetivos generales del programa:

- Divulgar la labor de la asociación
- Sensibilizar a la ciudadanía hacia las personas con diversidad funcional
- Divulgar la importancia de la actividad física y/o deporte adaptado

IKASTOLETAKO PROGRAMAZIOA

TEORIA: (40min +-)

- Zer da urritasuna?
- Ze urritasun mota daude?
- Kirol egokitua VS jarduera fisikoa
- Kirol egokitu motak
- Goazen Mindara ezagutzera!

PRAKTIKA: (1h +-)

Gurpildun aulkiekin jolasak:

- Slalom gurpildun aulkian.
- Saskibaloia gurpildun aulkian.

Itsuentzako jolasak:

- Binaka (batek begiak estaliak eta besteak gidari bezela), zirkuitu bat egin beharko dute, mugara iristerakoan gidariak, objektu mota bat emango dio itsuari, eta itsuak asmatu beharko du ukimenaren bidez.
- Denak batera, begiak estaliz, ilara zuzen batean jarriko dira. Begiraleak "Ya" esaterakoan, korrika hasi beharko dira, uste dutenean paretara iritsi direla gelditu eta antifaza kendu ¿pentsatzen genuen tokira iritsi gara?

Hausnarketa:

- Nola sentitu gara?
- Ze jolas gustatu zaigu gehiago?
- Zein da gehien kostatu zaiguna?
- Pertsona hauen egoeran jarri gara?
-?

FAMILIEKIN:

Mindara Elkarteko kide diren familiei prestakuntza eta/edo hitzaldiak eskaintzea, aldeaz aurretik identifikatutako gaiei buruz, aniztasun funtzionala duten pertsonen zaintzaile gisa arduratzen eta arduratzen baitira gai horietaz.

Ikusi dugunez, gero eta ohikoagoa da familiek WhatsApeko taldea erabiltzea, dibertsitate funtzionala duen pertsona bat zaintzeko laguntza, diru-laguntza eta tresnei buruz dituzten zalantzak argitu ahal izateko. Prestakuntza horiek hainbat profesionalak emango dituzte, bai Mindarako langileek, bai kanpoko eragile eta erakundeek. Horrela, aliantzak sortuko dira eta

PROGRAMACIÓN EN COLEGIOS

TEORÍA: (40min +-)

- ¿Qué es la discapacidad?
- ¿Qué tipos de discapacidad existen?
- Deporte adaptado VS actividad física
- Tipos de deporte adaptado
- ¡Vamos a conocer Mindara!

PRÁCTICA: (1h +-)

Juegos en silla de ruedas:

- Slalom en silla de ruedas
- Baloncesto en silla de ruedas

Juegos para personas ciegas:

- En parejas (uno con los ojos vendados y el otro guía), deberán realizar un recorrido con diferentes obstáculos, al completar el recorrido el guía entregará un objeto y la persona ciega deberá adivinar a través del tacto qué objeto es.
- Todos juntos con los ojos vendados, se colocarán en línea y deberán empezar a correr. Pararán, cuando crean que han llegado a la pared. Se quitarán los antifaces y... ¿hemos llegado donde pensábamos? (se repetirá varias veces, de diferente manera para que vayan cogiendo confianza)

Reflexión:

- ¿Cómo nos hemos sentido?
- ¿Qué juego nos ha gustado más?
- ¿Cuál nos ha resultado más difícil?
- ¿Nos hemos puesto en la situación de esos colectivos?
- ¿....?

FAMILIAS:

Se trata de ofrecer formaciones y/o charlas a las familias socias de Mindara Elkartea sobre temas, previamente identificados, que les preocupan e incumben como cuidadores de personas con diversidad funcional.

Hemos observado que cada vez es más común que las familias hagan uso del grupo de Whatsapp creado para que éstas puedan apoyarse y resolver sus dudas respecto a ayudas, subvenciones y herramientas destinadas al cuidado de una persona con diversidad funcional.



familiak aipatutako arazo bati irtenbidea emango zaio.

Horietan, familien desinformazio-premiei erantzutea izango da helburu nagusia, eta horiei erantzutea edo Oarsoaldea eskualdeko gizarte-eragileengana bideratzea. Hori dela eta, aurreikusten dugu 2021ean prestakuntza eta/edo hitzaldi hauek eskaini ahal izango dizkiegula Mindara Elkarteko kide diren familiei:

1. Afektibitatea eta tratu onak
2. Berritzegunea eta curriculumaren egoitzapena derrigorrezko eskolatzeko etapan
3. Familia giroetan sortzen diren gatazkak
4. Bizi kalitatea eta ahalduntzea

Programaren helburuak:

1. Familiak kezkatzen dituzten gaiak identifikatzea
2. Dibertsitate funtzionala duten familien beharrei erantzutea
3. Oarsoaldea eskualdeko gizarte-eragileekin elkarlana bultzatzea

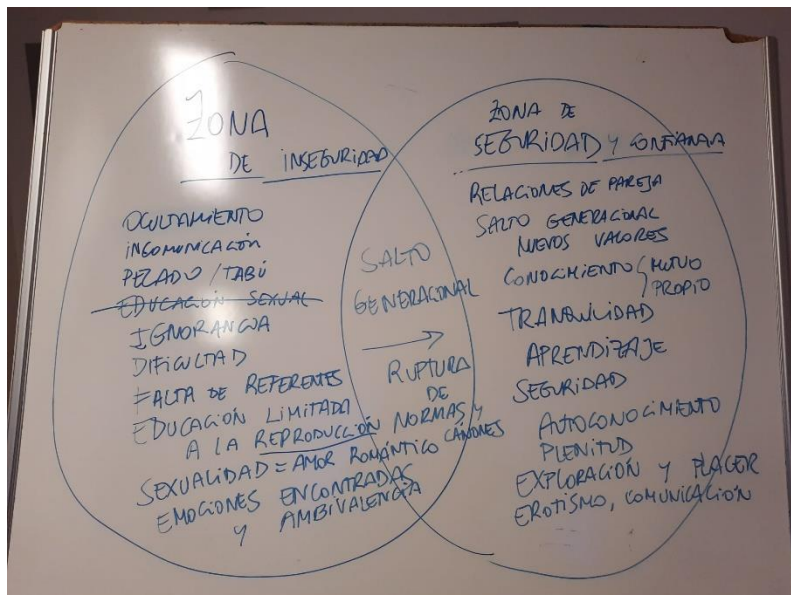
Estas formaciones se impartirán por diferentes profesionales, tanto por trabajadores y trabajadoras de Mindara como agentes y entidades externas, creando así alianzas y dando solución a un problema que las familias referencian.

En ellas, el objetivo principal será atender las necesidades de desinformación de las familias y resolver o derivar a las mismas a agentes sociales del entorno de la comarca de Oarsoaldea. Por ello, preveemos que en el año 2021 podremos ofrecer estas formaciones y/o charlas a las familias socias de Mindara Elkartea:

1. Afectividad y buenos tratos
2. Berritzegune y adaptación curricular en etapa de escolaridad obligatoria
3. Resolución de conflictos en entorno familiar
4. Calidad de vida y vida independiente

Objetivos del programa:

1. Identificar los temas que les preocupan a las familias
2. Atender las necesidades de las familias con hijos e hijas con diversidad funcional
3. Trabajar en colaboración con agentes sociales del entorno de la comarca de Oarsoaldea



LORATZEN

Loratzen, 2018an sortutako programa berri bat da, Mindarako familiek planteatutako beharrei erantzuna emateko helburuarekin sortuta. Dibertsitate funtzionala duten 11-19 bitarteko Oarsoaldea eskualdeko gazteek parte hartzen dute, autonomia eta garapen pertsonala hobetzeko, nerabezaroan, aldaketa fisiko, intelektual eta emozionalen aldaketak esperimintatzen dituztelako. Loratzeneko topaketetan bizikidetzak praktikatzeko da eta gai afektiboak eta erlazionalak (sexualitatea, adiskidetasuna, eskola-jazarpena, familia-harremanak) zein materialak (diruaren erabilera eta kontsumoa, edo desgaitasuna duten pertsonen eskubideak eta betebeharrak) jorratzen dira. Udan, talde-topaketetan maiztasuna areagotzen da, geldialdi akademikoaren etapa honetan laguntza egokia emateko.

Loratzen programan, gazteek parte-hartzaile hutsaren rola gainditzeko dute, eta paper aktiboa betetzen dute programaren diseinuan, bai jarduerak proposatuz, bai horien garapena kudeatuz. Hezitzaileek erraztasun- eta bitartekotza-rola dute, eta gehiago hurbiltzen da laguntzera, direktibitate baina. Mindarako lokalak funtsezko garrantzia du loratzen-en, taldeko kide izatearen sententzia errotzeko aukera ematen baitu: gazteek erabili egiten dute, zaindu egiten dute eta topaketa bakoitzean espazioaz arduratzen dira, eta horrek arreta jartzen laguntzen du.

Programaren helburuak:

- Norberaren ahalmenak eta trebetasunak (gorputzekoak, afektiboak, harremanetakoak eta intelektualak) esperimintatzeko hezkuntza-espazio bat sustatzea, gazteen bizitzan lagungarri izango diren aurreko esperientzia sendoak sortuz.
- Gazteei laguntzea beren adinean erabakigarriak diren gaietan, hala nola sexualitatean edo drogen kontsumoan, kontzientzia eta espiritu kritikoa areagotzeko, arriskuak murriztearen eta plazera, askatasuna eta erantzukizuna maximizatzearen ikuspegitik.
- Leku seguru bat sortzea, desgaitasunari heltzeko eta dibertsitate funtzionala dagoenean gizarteko bizitzari buruz galdetzeko: zer esan nahi duen desgaituta egoteak maila sozialean, desgaitasunaren estigmari erreparatzea eta

LORATZEN

Loratzen es un programa creado en 2018 y parte de la necesidad planteada por parte de las familias de Mindara. Es un programa donde participarán jóvenes con diversidad funcional. En un rango de edad que va de los 11 a los 19 años y que habitan en la comarca de Oarsoaldea. Loratzen busca el desenvolvimiento personal y el desarrollo de la autonomía y de las habilidades relacionales de sus integrantes: adolescentes, que, como es propio de esa etapa, están transitando por cambios a nivel físico, mental y emocional.



En los encuentros de Loratzen se practica la convivencia y se abordan temas tanto afectivos y relacionales (la sexualidad, la amistad, el acoso escolar, las relaciones familiares) como materiales (el manejo del dinero y el consumo, o los derechos y las obligaciones de las personas con discapacidad). Durante el verano, se intensifica la frecuencia de los encuentros grupales, con el objetivo de realizar un acompañamiento adecuado en esta etapa de parón académico.

En Loratzen, los jóvenes trascienden el rol de meros participantes y desempeñan un papel activo en el diseño del programa, tanto proponiendo actividades como gestionando el desarrollo de las mismas. Las educadoras tienen un rol de facilitación y mediación, que se acerca más al acompañamiento que a la directividad. El local de Mindara tiene una significancia clave en Loratzen, ya que permite arraigar la sensación de pertenencia al grupo: los jóvenes lo usan, lo cuidan y se hacen cargo del espacio en cada encuentro, y ello facilita el agenciamiento.

Objetivos del programa:

- Promover un espacio educativo donde experimentar las propias potencialidades y habilidades (corporales, afectivas, relacionales e intelectuales), generando experiencias precedentes y sólidas que sirvan de apoyo en la vida de los jóvenes.
- Acompañar a los jóvenes en temas cruciales a su edad como la sexualidad o el consumo de drogas, para aumentar la consciencia y el espíritu crítico, desde el

inpaktu horretaz jabetzea, eta, era berean, talde-prozesu bat irekitzea, gazte bakoitzak bere posizioa har dezan fenomeno horren aurrean.

Aurreikusten ditugun prestakuntza horiez gain, funtsezkoa da erreferentzizko familiekin banakako bilerak egitea, lantzen ari garen guztia ezagutu, partekatu eta balioesteko. Bilera horiek hiruhileko bakoitzaren hasieran eta amaieran egingo dira, erabiltzaile bakoitzaren banakako jarraipen osoa egiteko, familiei hezkuntza-laguntza emateko eta tresnak eskaintzeko, gazte bakoitzaren balorazioa trukatzeko eta esku hartzeko irizpideak bateratzeko. Halaber, parte-hartzaile bakoitzarekin banakako bilerak egitea aurreikusten dugu. Bilera horien helburua erabiltzaile bakoitzaren beharrei entzutea eta erantzutea izango da, baita parte-hartzaile bakoitzak proiektuari buruz dituen helburuak, iritziak eta itxaropenak kontuan hartzea ere. Horrela, Loratzen-en hausnarketarako gune pertsonal bat egongo da, non parte-hartzaile bakoitzak balantzea egin eta bere prozesu pertsonala baloratu ahal izango duen.



Gainera, proiektuaren antolaketa eta plangintza guztiz aldatzen dira. Loratzen-en egindako bi urte hauetan, taldeak eraldaketa ugari izan ditu, eta helduago eta aberatsago bihurtu da. Horregatik, ikasturte honetan, Loratzen 2.0 bihurtu da: loratzen egotetik fruitua ematera pasatu garelako.

Hala, 2021erako proiektuaren antolaketa honela egituratuko da parte hartuko duten 10 gazteei beharrak erantzuteko asmoarekin:

Hileko 1º ostirala: batzarra – 3H

Hileko 2º ostirala: tailerra – 3H

Hileko 3º larunbata: topaketa – 6 ordu

BATZARRA: batzarretan, entzunak izateko eta entzuteko esperientzian sakontzeko aprobetxatuko dugu, espazio seguru batean: etenik eta iritziarik gabe. Batzarrak hainbat puntu jorratu behar ditu: alde batetik, gure emozioak identifikatuko ditugu eta horiei izena ematen ikasiko gara; aldi berean, gehiago ezagutuko dugu elkar eta norbera zein bizi-unetan dagoen jakingo dugu. Gainera, batzar horietan proiektuaren bi alderdi erabakiko dira: hurrengo tailerrean landuko den gaia eta hurrengo topaketan egingo den plana.

enfoque de la reducción de riesgos y la maximización del placer, la libertad y la responsabilidad.

- Generar un lugar seguro en el que abordar la discapacidad e interrogarnos sobre la vida en sociedad cuando se tiene diversidad funcional: qué supone estar discapacitada/o a nivel social, enfocar en el estigma de la discapacidad y tomar conciencia de este impacto, además de abrir un proceso grupal que permita a cada joven tomar su propia posición ante este fenómeno.

Además de estas formaciones que prevemos realizar, son vitales las reuniones individuales con las referentes familiares, para conocer, compartir y poner en valor todo lo que vamos trabajando. Estas reuniones, se llevarán a cabo al inicio y final de cada trimestre, Para hacer un seguimiento individual completo a cada usuario, brindar apoyo educativo a las familias y ofrecerles herramientas, intercambiar la valoración de cada joven y aunar criterios de intervención. También prevemos realizar reuniones individuales con cada participante. Estas reuniones tendrán como objetivo escuchar y atender las necesidades de cada usuario, así como tener en cuenta los objetivos, opiniones y expectativas de cada uno de los participantes acerca del proyecto. De este modo en Loratzen existirá un espacio personal de reflexión en donde cada participante podrá hacer balance y valorar su proceso personal.

Además, la organización y planificación del proyecto cambia completamente. A lo largo de estos dos años de recorrido en Loratzen, el grupo ha experimentado numerosas transformaciones, volviéndose más maduro y rico. Por eso, este curso escolar Loratzen se transforma en Loratzen 2.0: hemos pasado de estar floreciendo a dar fruto.

Así, la organización del proyecto para el año 2021 se estructurará de la siguiente manera atendiendo las necesidades de los 10 jóvenes participantes en el programa:

1º Viernes del mes: Asamblea – 3h

2º Viernes del mes: Taller – 3h

3º Sábado del mes: Encuentro – 6h

ASAMBLEA: en las asambleas aprovecharemos para ahondar en la experiencia de escuchar y ser escuchada/o en un espacio seguro: sin interrupciones y sin juicio. La asamblea tiene varios puntos a tratar: por un lado, identificaremos nuestras emociones y aprenderemos a darles nombre; al mismo tiempo nos conoceremos más y sabremos qué momento vital está atravesando cada cual. Además, en estas asambleas se decidirán dos aspectos del proyecto: el tema a tratar en el próximo taller, y el plan a realizar en el próximo encuentro.

TAILERRA: hezitzaileek taldeak aurreko batzarrean erabakitako gaia landuko dute eta prestakuntza-tailerrak egingo dituzte: teknika artistikoen bidez (idazketa librea, mural kolektiboak egitea, collage), taldeko jolas eta dinamiken bidez, edo zine forum bidez eta bideoak ikusiz, hautatutako gaien sakonduko da, sensibilizatzeko, kontzientziatzeko eta hausnarketak partekatzeko hezkuntza-asmoarekin. Hona hemen gai horietako batzuk: eskola-jazarpena, normaltasun-eredua, legezko ezgaitasuna, edo etorkizunerako erreferenteak gazteentzat.

TOPAKETA: elkarrekiko konpainiaz gozatzeko eta elkarlaneko esperientzien bidez ikasteko topaguneak. Zinema, gastronomia, zuzeneko musika, txangoak eta gazteek batzarrean proposatutako bestelako kultur eta aisialdi jarduerak. Jarduera horietan, sormena garatzea, desberdintasunak kudeatzea eta komunitatean bizitzen ikastea eskatzen duten erabaki- eta inprobisazio-uneak agertzen dira.

2021. urtean, proiektuak hainbat prestakuntza monografiko izango ditu, eta gure hezitzaileek Loratzen osatzen duten gazteen erreferentziko familiei emango dizkiete. Helburu bikoitza izango da: batetik, gure taldearen ezagutza espezializatua aplikatzea; eta, bestetik, gure erabiltzaileen erreferentziko familiei eskaintako laguntza eta tresna pedagogikoen hornidura zabaltzea, haiekin dugun harremana aberastuz. Erreferentziatzko senideekin honako alderdi hauek lantzea aurreikusten dugu:

- Sexualitatea eta afektibitatea aniztasunean oinarritutako ikuspegi batetik
- Pantailak kontzienteki erabiltzea eta autoerregulazioa (mugikorra, kotsola, ordenagailua)
- Berdinen eta familia-sistemen arteko harremanak: inklusioa eta bazterketa, gatazketan laguntzea, rola eta tratu onak.

Loratzen proiektuak ospe handia duenez bai Mindaran bai inguruko sareetan, proiektuaren bilakaerak adierazten du hazkundera, finkatzera eta, beharbada, erreplikagarritasunera bideratutako proiektua dela.

TALLER: Las educadoras trabajaran el tema que el grupo haya decidido en la asamblea anterior y realizaran talleres formativos: mediante técnicas artísticas (escritura libre, realización de murales colectivos, collage), juegos y dinámicas grupales, o cine fórum y visionado de vídeos, se profundizará en el tema escogido con la intención educativa de sensibilizar, concienciar y compartir reflexiones. Algunos de estos temas son: el acoso escolar, el patrón de normalidad, la incapacitación legal, o los referentes de futuro para las y los jóvenes.

ENCUENTRO: espacios de encuentro en los que disfrutar de la compañía mutua y aprender a través de las experiencias en común. Cine, gastronomía, música en vivo, excursiones y otras actividades culturales y de ocio propuestas por las y los jóvenes en la asamblea. En el transcurso de estas actividades aparecen momentos de decisión e improvisación que piden desarrollar la creatividad, gestionar las diferencias y aprender a vivir en comunidad.

En el año 2021, el proyecto sumará además una serie de formaciones monográficas, que serán impartidas por nuestras educadoras a las familias de las y los jóvenes que integran Loratzen. El objetivo será doble: por un lado, aplicar el conocimiento especializado de nuestro equipo; y, por otro lado, extender el apoyo brindado y la dotación de herramientas pedagógicas a las familias de nuestros usuarios, enriqueciendo así la relación que nos une con ellas. Prevemos trabajar los siguientes aspectos con los familiares referentes.

- La sexualidad y la afectividad desde un enfoque centrado en la diversidad
- Uso consciente de pantallas y autorregulación (móvil, consola, ordenador)
- Relaciones entre iguales y sistemas familiares: inclusión y exclusión, acompañamiento en conflictos, roles y buenos tratos.

Debido a que el proyecto Loratzen cuenta con una reseñable reputación tanto en Mindara como en sus redes cercanas, el devenir del proyecto indica que está encaminado al crecimiento, a la consolidación y, posiblemente, a la replicabilidad.



ELKARTEKO MUGIMENDUA

Mindara elkartearen eguneroko kudeaketarekin du zerikusia. Programen koordinazioarekin, jardueren programazioarekin, elkartearen kontabilitate- eta ekonomia-



administrazioarekin, gurasoekin eta elkarteko kideekin izandako harremanekin eta beste erakunde batzuekin (oarso, hegalak, etab.) eta eskualdeko beste gizarte-eragile batzuekin izandako bilera, topaketa eta lankidetzekin zerikusia duen guztia.

Ezin konta ahala bilera eduki gisa defini daitezke, baita ordutegi jakin batean elkartearen egoitzan ematen den arreta pertsonala ere. Udalak lagatuko lokal bat garbitu, erabili eta mantentzeko langile, monitore eta lanaldi erdiko koordinatzaile bat kontratatzeaz gain, udalarekin sinatutako lankidetzak-akordioek elkarrekin garatzen jarraitzen dute.

2021 urtean Mindararen hamargarren urteurrena ospatuko dugu. Horretarako, argazki erakusketa bat antolatu nahi dugu Errenteriako Xenpelar etxean. Bertan, bi astez, gure elkartearen ibilbideaz gozatu ahal izango dute nahi dutenek, hamar urte hauetako irudi, garaikur eta banderekin. Gainera, uda baino lehen familiei zuzendutako hiru jardura antolatu nahi ditugu, eta horiek COVID neurriek eta murrizketek ahalbidetzen digutenean gauzatuko ditugu.

Elkartearen logotipoaren aldaketa ere sortu dugu, gure hamargarren urteurrena aipatuz, eta honekin kamisetak eta jertseak sortu nahi ditugu Oarsoaldea eskualdean egiten dugun lana sustatzeko eta zabaltzeko.

Horrez gain, 2019an familiei zuzendutako prestakuntza eta batzar batzuei jarraipena ematen jarraituko dugu, dibertsitate funtzionala duen adingabe baten ardurapean dauden heldu gisa zuzenean dagozkien gaiekin; afektibitatea eta tratu onak, gatazken konponketa, kapazitismoa.

MOVIMIENTO ASOCIATIVO

Tiene que ver con la gestión diaria de la asociación Mindara. Todo lo relacionado con la coordinación de programas, programación de las actividades, administración contable y económica de la asociación, relación con padres y madres y miembros de la asociación. Y con las reuniones, encuentros y colaboraciones con otras entidades (oarso, hegalak etc) y otros agentes sociales de la comarca. Se puede definir como contenido a las reuniones innumerables, así como la atención personal que se lleva a cabo en un horario concreto en la sede de la asociación. Así como la contratación de una coordinadora a media jornada, monitores y personal de limpieza, utilización y mantenimiento de un local cedido por el ayuntamiento, los acuerdos de colaboración con el ayuntamiento hacen que la asociación siga su desarrollo.

Durante este año 2021 celebraremos el décimo aniversario de Mindara. Para ello, pretendemos organizar una exposición de fotos en la casa Xenpelar de Errenteria, donde durante dos semanas, las personas que quieran podrán disfrutar del recorrido de nuestra asociación con imágenes, trofeos y banderas de estos diez años de recorrido. Además, pretendemos organizar antes del verano tres actividades dirigidas a las familias, estas, las llevaremos a cabo cuando las medidas y restricciones COVID nos lo permitan, creando alianzas familiares y disfrutando de actividades en familia.

También hemos creado la modificación del logotipo de la asociación haciendo referencia a nuestro décimo aniversario y con este pretendemos crear camisetitas y sudaderas para la promoción y divulgación de nuestra labor en la comarca de Oarsoaldea.

Además, seguiremos dando continuidad a una serie de formaciones y asambleas que iniciamos en el año 2019 dirigidas a las familias con los temas que les incumben directamente como adultos a cargo de un menor con diversidad funcional.

Azken urteotan, Mindarako profesionalen eta erabiltzaileen familien lanaren bidez, kirol-arlotik haratagoko behar espezifikokoak identifikatu ditugu. Hala, hainbat programa sortu ditugu (Mindy eta Loratzen), dibertsitate funtzionala duten pertsonen parte-hartzea sustatzeko bizitzako edozein eremutan, pertsonalean edo profesionalean.

Batez ere, Mindarako erabiltzaileekin zuzenean lan eginez erantzun diegu behar horiei. Aldi berean, gero eta ohikoagoa da familienak artatzea, seme-alabei lehenetsuna ematen baitiete. Beraz, ezinbestekoa da, halaber, haiek garrantzitsuak izango diren espazio bat eskaintzea, erabiltzaile gazteekin eta haien guraso edo tutoreekin batera lan eginez.

Gizarte eta hezkuntza arloan zerbitzu hobek eskaintzeko eta profesionalen lana antolatzeko asmoz, Mindara elkarteak gizarte-zientzietan trebatutako pertsona bat kontratatuko du, koordinaziotik abiatuta, dibertsitate funtzionala duten pertsonak gizarteratzeko eta laneratzeko ikerketa- eta berrikuntza-lan horretan lagun dezan. Halaber, koordinazioarekin eta zuzendaritza-batzordearekin batera lan egingo du garapen komunitarioa sustatzeko, baita elkartearen Oarsoaldeko eskualdean komunitateko eragile aktibo izateko ere.

Mindara se encuentra en un momento de crecimiento, de sostenibilidad de proyectos llevados a cabo y sustentados durante los últimos años gracias a la profesionalidad y buena organización de los mismos. Este crecimiento de la asociación hace que reflexionemos sobre la misma, empezando a reconocer y a dar valor e importancia al aspecto emocional de las personas con diversidad funcional. Estas reflexiones, son derivadas de las necesidades que diariamente nos trasladan familias, trabajadoras y usuarios y usuarias. Por todo ello, durante el año 2021 Mindara contratará a una pedagoga con la intención de formalizar y dar forma a todas las ideas a través de proyectos de investigación y desarrollo social.

Durante los últimos años hemos identificado, a través del trabajo de los profesionales de Mindara y las familias de las personas usuarias, necesidades específicas más allá del ámbito deportivo. Así, hemos creado varios programas (Mindy y Loratzen) que pretenden promover la participación de las personas con diversidad funcional en cualquier ámbito de la vida, personal o profesional.

Principalmente, hemos dado respuesta a dichas necesidades a través del trabajo directo con los y las usuarias de Mindara. Al mismo tiempo, cada vez es más frecuente atender a las de las familias, que, en cierta manera, priorizan a sus hijos e hijas. Por tanto, es imprescindible también ofrecer un espacio en el que ellas sean las importantes, comenzando a trabajar en paralelo con los jóvenes usuarios y usuarias y sus padres, madres o tutores.

Con la intención de ofrecer mejores servicios y organizar la labor de los profesionales en el ámbito socioeducativo, Mindara elkartea contratará a una persona, formada en ciencias sociales que, desde la coordinación, acompañe esta tarea de investigación e innovación para la inclusión social y laboral de las personas con diversidad funcional. Así mismo, trabajará en conjunto con la coordinación y la junta directiva para promover el desarrollo comunitario y situar la asociación en posición de agente activo de la comunidad en la comarca de Oarsoaldea.

