



comkedem
associació de lleure i esport



MEMÒRIA D'ACTIVITATS 2015

ACTIVITATS GENERALS 2015... participants totals no repetits: 94 persones

SISTER ACT, EL MUSICAL

- 1) Data: 22 de febrer
- 2) Tipus: sortida cultural
- 3) Descripció: anada al teatre
- 4) Lloc: Teatre Tívoli, Barcelona

PIXAR 25 ANYS

- 1) Data: 21 de març
- 2) Tipus: sortida cultural
- 3) Descripció: visita a l'exposició
- 4) Lloc: CaixaFòrum, Barcelona

BATEIG DE VELA

- 1) Data: 2 de maig
- 2) Tipus: esport recreatiu
- 3) Descripció: navegació adaptada en embarcacions adequades
- 4) Lloc: l'Escala

SOPAR DE FI DE CURS

- 1) Data: 27 de juny
- 2) Tipus: sortida lúdica
- 3) Descripció: sopar per tancar el curs
- 4) Lloc: Barcelona

BOWLING PEDRALBES

- 1) Data: 10 d'octubre
- 2) Tipus: esport recreatiu
- 3) Descripció: partides de bitlles
- 4) Lloc: Can Travi, Barcelona

SOPAR DE FI DE CURS

- 1) Data: 27 de juny
- 2) Tipus: sortida lúdica
- 3) Descripció: sopar per tancar el curs
- 4) Lloc: Barcelona

CUINA PER AUTÒNOMS

- 1) Data: 3 d'octubre
- 1) Data: 14 de novembre
- 1) Data: 12 de desembre
- 2) Tipus: taller
- 3) Descripció: taller de cuina amb receptes pràctiques i adaptades
- 4) Lloc: Can Travi, Barcelona



escoles esportives de formació

bàsquet en cadira de rodes i hoquei en cadira electrònica

memòria 2015

Entitat

ASSOCIACIO DE LLEURE I ESPORT COMKEDEM www.comkedem.org

Data de constitució: 20/1/2004. NIF: G_63.419.451.

Membre de la Federació Catalana de l'Esplai www.fundesplai.org

Membre de la Federació ECOM www.ecom.cat

Membre de la Federació Catalana d'Esports de Persones amb Discapacitat Física
www.esportadaptat.cat

Membre de la Federació Esportiva Catalana de Paralítics Cerebrals www.fecpc.cat

Nº registre entitats jurídiques: 28.505

Nº registre Consell Català de l'Esport: A01054

Servei d'Activitats de lleure i esport COMKEDEM - S06457

Secció d'Entitat Privada d'iniciativa social - E04126

Nombre d'usuaris

Hi han participat 34 participants de 7 a 25 anys:

- 27 persones amb discapacitat física i 7 amics sense discapacitat.
- 18 participants era la primera vegada que participava.

Equip de monitors

Hi han participat 12 monitors-entrenadors de 21 a 47 anys.

Hi ha 4 debuts de participació.

Donant una primera oportunitat

Hem incorporat el nivell d'iniciació esportiva a les nostres activitats. Aquest nivell està destinat als nens/es amb edats compreses entre els 8 i 14 anys o nois/es més grans sense un bagatge previ en la activitat física o que s'estan adaptant a una nova situació després d'un procés rehabilitador.

L'objectiu d'aquest model d'equip és el de crear un espai on els nois puguin iniciar-se en l'esport. Lluny de les exigències de l'actual món competitiu. És una espècie de viver on els nois/es, quan estan preparats, fan el salt cap al següent estadi de la seva carrera esportiva, ja sigui en l'esport de competició o en l'esport recreatiu. El més important és transmetre els valors de l'esport i que mai no abandonin aquest món de la manera que sigui.

En aquest primer estadi treballem les habilitats motrius bàsiques genèriques de forma intensa i iniciem en la vivenciació de les habilitats específiques de la modalitat esportiva treballada a través de situacions sense oposició o joc reduït simple

El projecte al llarg de la present temporada ha estat molt satisfactori. Hem aconseguit iniciar un equip de bàsquet amb cadira de rodes amb 11 participants, on 8 dels quals era el primer cop que realitzaven una pràctica esportiva de forma regular. El procés de captació ha estat tant positiu que tenim un seguit d'usuaris que no hem pogut acceptar per les limitacions que té l'entitat a nivell de cadires esportives. De cara a la futura temporada treballarem en aquest apartat perquè aquests futurs esportistes puguin incorpora-se a la activitat.

El perfil d'aquests nois és molt jove, el que dota al projecte d'una singularitat que permet realitzar iniciatives diferents a la oferta existent, afavorint així la incorporació de nous esportistes.

Una oferta esportiva continuada de qualitat

Oferir un servei continuat que ens permeti treballar de forma profunda i significativa amb els nois creiem que és la millor manera d'assolir els objectius establerts. Per aquest motiu un indicador molt vàlid en el nostre cas és el número de hores d'atenció a cada noi. La entitat realitza una mitjana de 30 entrenaments anuals, 10 partits, 5 activitats esportives puntuals i 5 activitats complementàries a l'esport. Tot això suposa un total de 3,25 hores setmanals per usuari.

A nivell tècnic la entitat també a intentat realitzar un salt qualitatiu respecte la metodologia de planificació i treball de les temporades dels equips. Per incidir en aquest punt s'ha dotat als nostres entrenadors d'una base documental extensa que permeti, per una banda, facilitar una actuació coordinada de tots els components del equip tècnic, i per altra banda, ajudar a organitzar i expandir els coneixements del nostre personal.

La implantació d'aquest model ha estat molt positiva per part dels usuaris. I a llarg termini permetrà a la entitat mantenir i potenciar el model esportiu iniciat aquesta temporada. Malgrat que aquesta evolució no la podem reflectir directament en els resultats esportius dels equips, en una futur pròxim estem convençuts que començarem a veure els resultats. Preferim tenir paciència i realitzar un molt bon procés formatiu, perquè en el moment que els nostres jugadors creixin i igualin la mitjana d'edat de la lliga puguin assolir el màxim de les seves capacitats.

ESCOLA I EQUIP D'HOQUEI

PARTICIPANTS

A la temporada hi han participat un total de 9 jugadors:

Carlota Bardera Izaguirre	Jugadora	16 anys
Pau López Díaz	Jugador	15 anys
Sergi Ciprés Casas	Jugador	14 anys
Oliver Estig Vilela	Jugador	11 anys
Oscar Bernárdez Moreno	Jugador	16 anys
Bertoldo Leao de Amorim	Jugador	22 anys
Marta Manzano Fuentes	Jugadora	24 anys
Arnau Camps Burgos	Jugador	12 anys
Sergi Fernández López	Jugador	17 anys

STAFF TÈCNIC

A la temporada hi han participat un total de 4 persones:

Marc García Collado	AAFE	
	Primer entrenador	25 anys
Oriol Ferrús López	Fisioterapeuta	
	Segon entrenador	23 anys
Pau Segarra Segarra	Ajudant	24 anys

ENTRENAMENTS

Durant l'any, s'han fet 34 entrenaments de dues hores de durada, els dissabtes de 12 a 14 hores, a l'escola Sagrat Cor de Sarrià de Barcelona.

MATERIAL

Al llarg de la temporada s'han tingut que realitzar reparacions i inversions de manteniment a algunes bateries de cadira i comandaments.

COMPETICIÓ (TEMPORADA 14-15)

S'han jugat 8 partits oficials en dos competicions diferents: lliga catalana, campionat i de Catalunya. A més a més s'ha disputat 1 partit d'exhibició.

Lliga catalana

J1 ADB	Vs	CKM	10 - 5
J2 CKM	Vs	Sant Rafael	0 - 15
J3 Dracs	Vs	CKM	4 - 5
J4 CKM	Vs	ADB	2-9
J5 Sant Rafael	Vs	CKM	16-0
J6 CKM	Vs	Dracs	5-3

CLASSIFICACIÓ	PJ	PG	PE	PP	GF	GC	PUNTS	DIF
1. SANT RAFAEL	6	6	0	0	105	23	12	+82
2. ADB BARBERA	6	4	0	2	75	46	8	+29
3. COMKEDEM	6	2	0	4	17	57	4	-40
4. DRACS	6	0	0	6	12	83	2	-71

Campionat de Catalunya

P1 CKM	Vs	Sant Rafael	5-19
P2 Dracs	Vs	CKM	2- 3

CLASSIFICACIÓ	PJ	PG	PE	PP	GF	GC	DIF
1. Sant Rafael	2	2	0	0	41	10	+11
2. ADB BARBERA	2	1	0	1	13	24	+9
3. COMKEDEM	2	1	0	1	8	21	-13
4. Dracs	2	0	0	2	4	16	-12

VALORACIÓ

Ha estat un començament de temporada una mica complicat ja que s'ha fet un canvi d'entrenador. Amb motivació i amb moltes ganes de fer coses noves i diferents, s'ha tirat endavant amb èxit. L'equip tenia un joc d'equip molt limitat amb incoherències tècniques i tàctiques i falta de motivació pel joc. De manera que primer es va treballar en l'aspecte més important, la il·lusió i la motivació, amb algunes dinàmiques i xerrades.

Durant tota la temporada s'han treballat els aspectes tàctics i tècnics, de manera que els jugadors han millorat bastant fins al punt de divertint-se jugant. S'ha intentat crear una certa estabilitat dintre l'equip creant un 5 inicial fixe de manera que els millors jugadors surtin primer i anar fent canvis amb una certa coherència per no desestabilitzar el joc.

Per poder millorar el rendiment esportiu ha sigut necessari treballar en tots els aspectes:

Tècnics. Els jugadors han fet entrenaments individualitzats i específics. D'aquesta manera aconseguim que cada jugador pugui entrenar totes aquelles parts que té unes majors carències. De la mateixa manera s'han fet entrenaments pensant en grups de semblants, stic de peu i els stics de mà. Al treballar entre iguals aconseguim una major implicació i profunditat en els exercicis.

Tàctics. Al principi de la temporada l'equip va treballar en el posicionament tàctic. Era primordial establir unes pautes dintre del camp per crear una harmonia en el joc i els moviments dels jugadors. Van tindre una ràpida adaptació encara que en els partits més complicats era més difícil mantenir l'ordre.

Gràcies al treball realitzat en la temporada passada els jugadors han entès l'importància dels entrenaments, de manera que hem tingut una assistència molt regular durant tota la temporada.

En general tota la temporada l'equip ha tingut una actitud molt positiva, amb ganes de guanyar partits i de participar en ells. La relació amb les famílies han sigut molt bones, sempre han ajudat en el que poden inclús han millorat animant als jugadors i esperonant en els moments més complicats de la temporada.

ESCOLA DE BÀSQUET

PARTICIPANTS

A la temporada hi han participat un total de 13 jugadors:

Víctor Hermosilla Fernández	Jugador	12 anys
Eva Zhi Boada Luna	Jugadora	9 anys
Joan Cortina Nogueras	Jugador	9 anys
Sergi de Dios Jimenez	Jugador	9 anys
Alejandro Baca Menacho	Jugador	12 anys
Cristina Aguilera Perez	Jugadora	13 anys
Hanna Valero Martín	Jugadora	13 anys
Dídac Albertos Carné	Jugador	14 anys
Anna Muxí Bartrolí	Jugadora	16 anys
Julio Cesar Romano	Jugador	18 anys
Boris Tosas Rojas	Jugador	20 anys
Aleix Cabré Romero	Jugador	12 anys
Roger Barrero Sorribas	Jugador	14 anys

STAFF TÈCNIC

A la temporada hi han participat un total de 3 persones:

Jordi Sansabrià Ribatallada	CAFE	
	Primer entrenador	30 anys
Oriol Ferrús López	Fisioterapeuta	
	Segon entrenador	23 anys
Lluís Turró Roca	Ajudant	47 anys

ENTRENAMENTS

Durant l'any, s'han fet 24 entrenaments de dues hores de durada, els dissabtes de 12 a 14 hores, a l'escola Sagrat Cor de Sarrià de Barcelona.

COMPETICIÓ

L'equip, al tractar-se d'un nivell d'iniciació i al no disposar de cap lliga amb rivals de característiques similars, s'ha optat en no participar en cap competició oficial.

MATERIAL

En l'apartat de material s'han centrat els esforços en aconseguir la cessió de les cadires esportives per a poder donar resposta a la demanda de l'activitat aconseguint-se les següents cessions:

- Fundació Johan Cruyff – 4 cadires
- FCEDF – 6 cadires

La compra de cadires s'ha posposat a l'espera de finançament.

VALORACIÓ

La proposta inicial de trencar amb els esquemes pre-existents en el bàsquet amb cadira de rodes ha donat uns resultats molt satisfactoris ja que ha permès iniciar a 14 jugadors, 10 dels quals era el primer cop que han realitzaven una pràctica esportiva de forma regular, i 4 noies potenciant l'esport femení adaptat (un percentatge molt superior a altres experiències similars).

La implementació del nou model esportiu ha consistit en l'elaboració d'una extensa base documental per a la planificació esportiva per a professionalitzar la tasca dels entrenadors. Amb ella s'ha aconseguit facilitar una actuació coordinada de tots els components del equip tècnic, i per altra banda, ajudar a organitzar i expandir els coneixements del nostre personal.

Tant a nivell de jugadors com de les famílies s'ha creat un grup cohesionat. La seva implicació ha estat molt alta i s'han integrat bé a la dinàmica regular d'activitats de l'entitat. Aquesta implicació és un punt molt gran on incidir, ja que permetria incrementar la base social de l'entitat.

ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES

7 de març	Partit amistós Dracs Guttmann	Lloret de Mar
12 d'abril	Diumenges inclusius FCEDF	Barcelona
25 d'abril	Jornada esportiva Sant Joan de Déu	Esplugues
3 de maig	Vela adaptada	L'Escala
4 de juny	Open Day Fundació Johan Cruyff	Barcelona
6 de juny	Entrenament inclusiu Lluïsos de Gràcia	Sagrat Cor
27 de juny	Sopar de fi de curs	Barcelona
4 de juliol	Partit exhibició Campionat d'Espanya Escolar	Sabadell
10 d'octubre	Sortida a la bolera	Barcelona
24 d'octubre	Entrenament inclusiu Global Basket Vallès	Sabadell
29 de novembre	Jornada esportiva Amics d'en Biel	Cardedeu
12 de desembre	Entrenament inclusiu Global Basket	
	Sopar de Nadal	Barcelona



C(o)mk(e)d(e)m

**colònies per a
nens i nenes amb discapacitat**

Sau

del 22 al 26 de juliol de 2015

memòria

Projecte

Colònies a Sau

Nombre d'usuaris

Hi han participat 18 nens/-es i adolescents dels 7 als 24 anys (11 amb discapacitat i 7 sense), a més de 4 monitors-assistents personals (1 d'elles coordinadora general). 11 d'aquest participants son de Catalunya, 1 d'Aragó, 2 de Mallorca, 1 de Polònia, 3 de **França/ Bèlgica**,

Incidències

No hi va haver cap incident important a destacar. Només dir que, a l'últim instant, vam tenir la baixa d'un participant a causa d'uns temes mèdics i que a l'hora de fer l'activitat de caiac vam tenir més contratemps dels previstos per ficar-nos a les embarcacions ja que el nivell d'aigua del pantà era força baix i la rampa per accedir-hi estava en força mal estat de conservació.

Calendari de realització

Setembre 2014. Reserva de l'allotjament.

Abril. Pre-inscripció

Maig. Inscripció. Recerca de monitors.

Juny. Formació de monitors i 2 reunions de preparació

Juliol. 2 reunions de preparació.

Activitats

La temàtica de les activitats d'aquestes colònies van ser esportives, tant va ser així que el centre d'interès va ser les olimpíades però no unes convencionals, sinó on a vegades es competia en equips, altres individualment i on es valorava absolutament tot, no només els resultats en les diferents proves i jocs/ esports (veure annex).

Desviacions:

- Teníem previst i programat fer una sèrie d'esports, jocs i activitats, però ens vam veure obligats a reduir-les per poder acabar les que començàvem i no

anar a corre cuita amb les altres activitats. Ens vam decantar per sacrificar algunes activitats de les que teníem previstes i fer així, activitats de qualitats davant de la varietat i quantitat, d'aquesta manera aconseguíem que els nens i nenes gaudissin de la feina feta sense l'estrès d'haver d'estar iniciant tot d'activitats noves cada dos per tres. Pensàvem que s'avorririen i per això teníem previstes moltes activitats diferents per si alguna no els agradava o durava prou però tot el que vam fer els va agradar i s'hi volen quedar jugant més temps. Ens vam adaptar al seu ritme i preferències. Vam invertir força temps preparant amb els nens i nenes, els materials per després fer l'activitat i això ens va obligar a destinar-hi més temps del previst i voler dedicar més temps del que havíem programat per jugar-hi i acabar les competicions per no fer només un tastet, per exemple, de la bocchia i del joc de xapes.

- La nostra intenció, saben el perfil d'usuaris que ens venien, era fer piscina cada dia, finalment, per culpa del temps meteorològic i de l'agenda tant apretada que teníem vam fer la meitat dels dies. Els participants haguessin volgut fer més piscina però van ser conscients que no es possible fer-ho tot i que a vegades s'ha d'escollir.

- Teníem prevista per l'activitat de caiac. Vam parlar en repetides ocasions amb els organitzadors de l'activitat, ens vam assegurar que els nostres participants, persones amb mobilitat reduïda, alguns dels quals van en cadira de rodes, no tinguessin cap handicap a la hora de pujar-hi; ens vam dir que no havia cap problema però a la hora de la veritat vam veure un panorama diferent al que ens imaginàvem, havíem de recorre molts metres per una rampa en pendent pronunciada que estava en un estat molt lamentable, ho vam superar però va alentir molt el procés de pujar i baixar de l'embarcació a més de gastar moltes energies físiques dels monitors/-es, a més que vam haver de baixar els caiacs fins a la riba del pantà.

VALORACIÓ

Activitats.

- Ens congratulem per haver modificat les activitats i haver evitat anar tant saturats com hagués passat si haguéssim complert amb el que teníem previst.
- El taller de xapes els hi va encantar, tot el procés tant la preparació com jugar amb elles.
- La gimcana no va sortir com esperàvem, en realitat però, va ser molt positiu, als nens els hi va agradar i en general s'ho van passar bé.
- Ens vam adaptar al ritme dels nens, fet a desatacar i valorar positivament.
- Les activitats van sortir molt bé.
- Vam potenciar poc el panell de puntuacions i el centre de interès però tampoc es va necessitar gaire ja que els participants no ho demanaven i les activitats funcionaven molt bé i no era requerit.
- L'activitat del caiac va ser molt xula, divertida i va valdre la pena però ens vam sentir enganyats, ja que no estava massa adaptat, va anar tot molt bé però va resultar dura pels monitors/-es ja que per accedir a les embarcacions no era gents fàcil.
- Algunes activitats les haguéssim pogut fer fora de la casa, a l'aire lliure.
- Participants es van quedar amb les ganes de fer activitats conjuntes a la piscina.

Participants.

- Hem tingut un bon grup, molt bona entesa entre la majoria d'ells, bon ambient, ens van ajudar molt, i es veia que tenien ganes de passar-s'ho bé.
- Vam tenir problemes assistencials amb un participant i sobre tot amb la seva cadira ja que la portava trencada i s'anava desmuntant contínuament, la que portava de recanvi no estava massa millor i no ens feia gaire cas i alentia molt tot.

Allotjament/ casa/ menjar.

- Vam tenir un malentès pel que fa al primer àpat, va ser culpa per no mirar el contracte, allà posava que no veníem a dinar i en realitat si ho vam demanar i vam aparèixer a dinar, per sort ens ho van poder arreglar i va quedar en una anècdota.
- Vam tenir problemes amb els lavabos en quan a llums i desaigues, es notava una mica de poc interès per part dels responsables de la casa com si no li donessin la importància que en realitat tenia, es va arreglar poder utilitzar lavabos d'habitacions que no teníem contractades
- Tocava olives cada dia però estem molt satisfets amb les cuineres ja que es van portar molt bé amb nosaltres: ens donaven i feien més menjar quan en volíem més i ens van fer menjar sense ceba per un noi que no sabíem que li sentava malament i per tant no vam poder avisar amb molta antelació, un tracte excel·lent.
- L'aigua de boca segueix sent molt dolenta com sempre.
- Les instal·lacions son adaptades però el lavabo i la dutxa podrien haver més ajudes tècniques.

Hàbits.

- Van anar prou bé, en alguns els va costar el fet de desparar la taula, però els hàbits d'higiene van anar (dents, dutxes, etc.)
- En el menjador, la dinàmica que es produïa era àgil i bona però a vegades entre plat i plat anava lent, va ser bo destinar dos persones per ocupar-se i repartir el menjar i hagués anat millor si haguéssim tingut 2 safates amb el menjar, ho vam demanar però no ens ho van fer.
- S'haguessin pogut pensar o treballar més algunes dinàmiques per no sempre repetir les mateixes coses/ bromes.

Infraestructura.

- El caiac va resultar complicat; en canvi, amb l'empresa d'autocars perfecte, el conductor molt amable, es notava que treballava agust, ens va ajudar en tot.

Monitors.

- Hem format un bon equip.
- Ha resultat cansat perquè dormíem poc, sobretot per culpa de les reunions nocturnes.
- Ens hem compenetrat molt bé, s'ha tingut una bona actitud, tothom ha estat actiu i predisposat.
- S'ho han passat bé, han gaudit i aprés. En general han estat força contents.

Organització.

- S'ha de ser més productius, sempre començàvem tard les reunions i també acabaven tard, ha faltat puntualitat. Ha colònies també, sempre acabàvem molt tard les reunions, per evitar això, el millor és tenir fet tot abans que comencin les colònies, és a dir, preparat de casa i posar uns objectius i un horari i anar per feina, tenir-ho pensat abans de reunint-se.

Coordinació.

- No s'ha trobat a faltar res, els monitors no s'ha hagut de "menjar cap marron" perquè la coordinadora actuava com a tal i s'ocupava dels problemes. Es van dir les coses que s'havien de dir als participants, a la casa i als monitors tot i que no sempre va resultar. El Jordi no respectava a la coordinadora en alguns moment i actuava com si ho fos ell, sobreexcedint-se en alguns moment del seu paper, feia masses coses, no ho feia de mala fe, segurament no se'n donava compte però invaïa competències dels altres, inclús d'altres monitors/-es, la coordinadora, tot i intentar-ho no ho va poder parar o evitar. És veritat també, que tots vam aprendre de tots.

ANNEX

Programació d'activitats inicial

	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
<i>9h</i>		<i>Esmorzar</i>	<i>Esmorzar</i>	<i>Esmorzar</i>	<i>Esmorzar</i>
10 a 13h	11h Can travi	Jocs d'aigua Piscina	Piragüa	Fútbol gaèlic Piscina	Piscina Recollir Notes Valoració Diplomes
<i>13:30 h</i>	<i>Dinar</i>	<i>Dinar</i> (Crear sobre notetes)	<i>Dinar</i>	<i>Dinar</i>	<i>Dinar</i>
16:30 a 19:30h	- Instal·lació - Presentacions (personals i centre d'interès) - Personalització - Normes - Volta reconeixement	Descoberta entorn Competició boccia i jocs punteria Dutxes	Campionat de xapes Piscina	Preparar cerimònia: medalles, copas, actuacions. Dutxes	15h Marxar 17h Can Travi
<i>20h</i>	<i>Sopar</i> - Bústia amistat	<i>Sopar</i>	<i>Sopar</i>	<i>Sopar</i>	
21:30 a 23h	Proves/ improshow	Gimcana	Lluita lliure	Cerimònia clausura i festeta	
23 a 24h	<i>Habitacions</i>	<i>Habitacions</i>	<i>Habitacions</i>	<i>Habitacions</i>	
00 a 01h	<i>Reunió</i>	<i>Reunió</i>	<i>Reunió</i>	<i>Reunió</i>	

ANNEX

Programació d'activitats realitzada

	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
9h		<i>Esmorzar</i>	<i>Esmorzar</i>	<i>Esmorzar</i>	<i>Esmorzar</i>
10 a 13h	11h Can travi	<ul style="list-style-type: none"> - Crear sobre notetes - Preparació pilotes de boccia - Normes - Piscina (waterpolo) 	Piragüa Preparació de xapes i camps	Piscina (zumba)	Recollir Notes Valoració Diplomes
13:30 h	<i>Dinar</i>	<i>Dinar</i>	<i>Dinar</i>	<i>Dinar</i>	<i>Dinar</i>
16:30 a 19:30h	<ul style="list-style-type: none"> - Instal·lació - Presentacions (personals i centre d'interès) 	Competició boccia Dutxes	Campionat de xapes	Preparar cerimònia: medalles, copes, actuacions. Dutxes	15h Marxar 17h Can Travi
20h	<i>Sopar</i> Bústia amistat	<i>Sopar</i>	<i>Sopar</i>	<i>Sopar</i>	
21:30 a 23h	Personalització de grups	Gimcana	Campionat de xapes	Cerimònia clausura i festeta	
23 a 24h	<i>Habitacions</i>	<i>Habitacions</i>	<i>Habitacions</i>	<i>Habitacions</i>	
00 a 01h	<i>Reunió</i>	<i>Reunió</i>	<i>Reunió</i>	<i>Reunió</i>	



Estada autònoma
per a adolescents amb discapacitat
Càmping "La Ballena Alegre – Sant Pere Pescador
del 1 al 8 d'Agost del 2015

MEMÒRIA BÀSICA

Projecte

Estada autònoma per a adolescents.
Càmping "La Ballena Alegre" (Sant Pere Pescador) del 1 al 8 d'Agost del 2015.

Nombre d'usuaris:

Hi han participat 10 participants de 16 a 21 anys (9 persones amb discapacitat física i 1 amic i/o familiars sense discapacitat) i 6 monitors de 21 a 28 anys.

Tipologia i origen dels usuaris:

Hi han participat 9 persones amb discapacitat física i 1 amic i/o familiars sense discapacitat. Un dels participants era la primera vegada que venia a una activitat de l'Associació. Tots els participants són de Catalunya menys una participant que prové de Madrid.

Equip de monitors

Hi han participat 6 monitors de 19 a 28 anys: 1 coordinador-assistent i 5 monitors-assistents. Els monitors són tots ells de Catalunya, de la província de Barcelona. Hi ha dos de les monitores que és el primer cop que venen a Comkedem.

Calendari de realització

19 de Maig	Visita al càmping amb els participants
30 d'Abril – 4 de Maig	preinscripció
1 de Juny	inscripció
27 d'Abril	Presentació de les activitats d'estiu 2012 al Mas Guinardó (Bcn)
14 de juny	I Reunió de preparació de l'Estada Autònoma
27 de Juny	II Reunió de preparació de l'Estada Autònoma
19 de juliol	III Reunió de preparació de l'Estada Autònoma i formació assistencial de monitors
6 de setembre	Reunió Valoració General de l'Estada Autònoma

Incidències

- Els Bungalows tenien un espai de maniobra de les cadires de rodes molt reduït, fent que qualsevol desplaçament per l'interior d'alguns participants es fes complicat.
- El reduït espai per a maniobrar feia impossible accedir amb cadira de rodes dins les habitacions, sent indispensable la transferència dels participants des del passadís.
- L'excés de mobles a dins dels Bungalows era més un obstacle que no pas una utilitat.
- La cuina era molt estreta, donant lloc a ésser impossible accedir amb cadira elèctrica.
- Els fogons i la pica no estaven adaptats.
- La dutxa era plana i adaptada, encara que s'omplia d'aigua tot el terra amb facilitat, creant una situació assistencial perillosa per a les transferències.
- Vam trobar a faltar un espai ampli on poder realitzar les activitats.

- Algunes voreres dins del Camping no estaven adaptades, fent que els participants circulessin pel carrer.
- Molta dificultat per a accedir a la zona de platja. No existia una tarima de fusta amb carpa que permetés establir-se y estirar-se. Només existia la tarima del propi camí, fent impossible accedir a altres punts de la platja.

No hi va haver cap problema greu d'actitud ni de compliment de normes per part dels participants.

ACTIVITATS

Dissabte 1:

Arribada a Can Travi. Acabar de preparar el material per part dels monitors i carregar-ho al vehicle privat de una de les monitores. Anar tots junts fins a Sant Pere Pescador.

Arribada dels Monitors. Dinar de monitors al restaurant del Camping mentre esperem a l'arribada dels participants.

Arribada dels Participants. Cadascú amb el seu vehicle privat. Acomodament d'habitacions. Normes de la casa i de l'estada autònoma. Control de la documentació sanitària i de participació.

Presentació de l'estada. Presentació dels espais que han de gestionar ells, la normativa i la les pautes de convivència

Compra. Visita al supermercat per a comprar els aliments i preparació del sopar comú.

Sopar comú. Primer sopar de germanor de tots els participants per que tothom es conegui.

Diumenge 2:

Preparació de l'activitat de la Fraternitat. Per grups de Bungalows, els participants preparen la simbologia, logotips, salutacions, crits d'identificació, decoració dels bugalows i demés per a crear un grup de bungalow com les fraternitats americanes.

Compra. Visita al supermercat per a comprar els aliments.

Dilluns 3:

Piscina. Els diferents grups de Bungalow van a la piscina comunitària i alguns proven d'accedir a la platja.

Activitat del Contracte de Lloguer. Activitat destinada a explicar i donar consells sobre els drets i deures de les persones que vulguin llogar un pis, doncs al ser participants adults, en la vida autònoma i independent caldrà que siguin capaços de gestionar un possible lloguer d'una vivenda adaptada. S'entrega un dossier explicatiu.

Gincama. Es realitza la gincama per tot el Camping, amb activitats molt diverses.

Sortida Nocturna. Els participants decideixen sortir de festa a la discoteca del Camping.

Dimarts 4:

Platja. Els participants decideixen anar a la platja tot el matí.

Activitat de Relax Adaptat. Es participa en una activitat de relaxació, respiració i de coneixement intern.

Compra. Visita al supermercat per a comprar els aliments.

Sortida Nocturna. Els participants decideixen sortir de festa a la discoteca del Camping.

Dimecres 5:

Excursió. Excursió als Aiguamolls de l'Empordà on els participants gaudeixen de l'aire lliure i es grava part del videoclip promocional. Posteriorment ens dirigim a Cadaqués, on es dina, es grava un altre part del videoclip i es pren la fotografia de grup.

Dijous 6:

Masterchef. Activitat destinada a que els participants compressin menjar i, per Bungalows, prepararessin un primer, segon i postres per tal que un jurat els qualifiqués i decidís quin grup era el vencedor. Desgraciadament, a causa de la limitació econòmica dels participants, aquesta activitat va ésser modificada i es va decidir fer un dinar popular, on cada grup aportaria un dels plats.

Joc de taula i piscina. Els participants realitzen jocs de taula al voltant de la piscina comunitària.

Sortida Nocturna. Els participants decideixen sortir de festa a la discoteca del Camping.

Divendres 7:

Matí a la piscina.

Quiz. Es posa en marxa l'activitat del Quiz, en la que per grups de Bungalow, han de contestar a unes preguntes sobre les diferents activitats i vivències durant la setmana. En cas d'encertar, guanyen un punt, en cas de no encertar, són empastifats amb una pistola d'aigua i farina.

Dissabte 8:

Acabem de recollir i netejar.

Arribada dels pares per a recollir als participants

Arribada a les 15h a Can Travi.

Activitats transversals

Documental. Es grava a cada participant en una entrevista, on se li fan preguntes de caire personal, sobre la seva vida, les seves il·lusions, projectes de futur, què ha aportat l'entitat de Comkedem al seu dia a dia, etc. Cada participant es gravat a un punt diferent del Camping per a donar més originalitat. Amb aquest recull, es preten preparar un documental sobre les seves vides des de que van entrar a l'entitat. Cada dia es grava una entrevista a un participant.

Videoclip. Es grava a tot el grup cant i ballant la cançó "Ser Diferent" del grup de música "ACCIÓ" atès que la lletra està molt relacionada amb la discapacitat. Així, s'enregistren diferents plans en diferents llocs (Camping, Aiguamolls de l'Empordà, Cadaqués) i, amb tot aquest material, es prepara un videoclip amb els participants com a protagonistes. Tot plegat es realitza al llarg de la setmana.

Temps lliure. Al ser una estada autònoma vam reservar en horari d'activitats espais on ells podien decidir què fer. *Objectiu: potenciar el desenvolupament autònom dels participants sense guia, estimular el diàleg entre ells.*

Desviacions

Vam invertir l'ordre de les activitats en dues ocasions per causes organitzatives de l'equip de monitors. La resta d'activitats van seguir com estaven programades i amb bons resultats, alt grau de participació i motivació en la majoria d'elles.

VALORACIÓ

Activitats i grau d'adaptació. Les activitats es van dur a terme tal i com estaven planificades, sense gairebé cap imprevist i amb uns resultats positius. Només el cas de l'activitat de Masterchef, que va ser substituïda per un dinar popular amb molt de caliu. Les activitats eren voluntàries i molt encaminades al creixement personal i autonomia i, per aquesta raó, els participants havien de valorar si volien o no participar en els tallers proposats. Finalment tots els usuaris van participar activament en totes les activitats. Vam reduir el nombre d'activitats en relació a anys anteriors per dos motius: el primer, per no omplir excessivament el temps dels participants amb milers d'activitats i, en segon lloc, per tal que, al tenir més temps lliure, aprenguessin a gestionar les tasques domèstiques diàries i l'interconnexió amb els altres participants. Aquesta modalitat va ser molt ben rebuda per part dels usuaris i monitors.

Participació. En general el grau de participació va ser molt bo doncs es van implicar en les diferents activitats que es van fer i es van ajudar uns i altres per la seva realització, tot i així existeixen diferents nivells de participació, és per això que l'equip de monitors vetlla per aconseguir una participació igualitària.

Grup. El grup estava bastant unit, s'ajudaven entre ells i no hi havia una divisió entre els acompanyants i els participants que utilitzen cadira de rodes. Els monitors no vam haver d'intervenir en cap moment en aquest aspecte, encara que el fet de conèixer en diferents Bungalows, feia que la unió entre els membres del Bungalow fos més present que no pas amb els altres participants d'altres grups.

Bungalows. Els bungalows eren petits i amb poc espai, la cuina era massa alta arribar-hi amb cadira de rodes, les habitacions tenien l'espai bastant limitat on els participants amb cadira no hi podien accedir i s'havien de fer les transferències des del passadís.

La distribució dels bungalows en filera dificultava la interacció entre els participants. De totes maneres, valorem positivament que el bungalow fos a peu pla.

Pel que fa als espais del càmping:

Els espais comuns del càmping estaven ben adaptats.

Hi havia varies piscines, una d'elles amb rampa d'accés i les altres sense adaptar.

Hi havia supermercat i es va convertir en el centre d'interaccions, doncs els participants van ser clients habituals per tal de preparar el menjar del dia.

Monitors. El nombre de monitors va ser l'adequat pel nombre de participants. Cal tenir en compte que dels 6 monitors, 2 eren totalment noves de manera que no coneixien la dinàmica de les activitats de lleure, però en general els monitors nous s'han adaptat prou bé al

funcionament i al grup de participants amb molt bons resultats. Cada monitor va complir les seves responsabilitats específiques.

Les reunions d'alguns vespres ajudaven a resoldre els petits contratemps que van sortir.

Els participants van valorar positivament la tasca assistencial i no va haver cap incident en aquest aspecte.

En algun moment els monitors van patir sobrecàrrega de tasques domèstiques doncs, al ésser les mans i cames d'alguns participants que no podien realitzar aquestes tasques, havien de fer-les per ells. Això va ocasionar que, entre tasques domèstiques com rentar plats, cuinar, netejar, etc i portar a terme les tasques assistencials, en alguns moments puntuals no fos possible arribar a tot, situació que es sol·lucionava amb la col·laboració dels altres monitors i participants de forma voluntària.

Horaris. Els horaris i el lloc de les activitats només s'anunciava unes hores abans per tal que els participants aprenguessin a organitzar-se en poc temps. Dins de petits contratemps, els horaris es van complir adequadament.

Material. En la preparació de les activitats vam tenir en compte que no disposàvem de gaire espais per guardar el material, així que vam agafar només l'imprescindible.

Els encarregats de material el tenien a la seva habitació i tots els participants tenien clar que l'havien de demanar a ells.

Hàbits. L'estona destinada als hàbits era les hores que estàvem als bungalows. Els participants van haver de gestionar-se la preparació dels àpats i la higiene personal, al llarg de l'estada es van facilitar espais en l'horari destinats a la higiene personal dels participants, sobretot per aquells que utilitzen cadira.

Pel que fa als hàbits de neteja dels bungalows en alguns grups no hi era gaire present i els monitors havien d'anar insistint en el tema.

Normes. Totes les normes van ser molt ben acceptades, doncs a diferència dels anys anteriors, aquest cop l'ús del mòbil no estava restringit (excepte durant les activitats si aquestes no requerien l'ús del mateix). Els participants van ser capaços de conivir amb les activitats i altres moments importants del dia amb l'ús racional del mòbil. Inclús en algunes activitats es van utilitzar els mòbils per a donar-li un ús més pràctic i útil que no pas el que habitualment s'està acostumat.