

## El próximo encuentro de la Escuela de Familias de la Fundación MAPFRE y DOWN ESPAÑA será en Girona

*Se trata de un proyecto que nació con el objetivo de dinamizar a las instituciones que integran DOWN ESPAÑA y favorecer el diálogo entre familias y profesionales.*

Será el próximo sábado 12 de mayo, y se pretende ofrecer oportunidades que favorezcan la autonomía y participación plena en la sociedad de las personas con síndrome de Down.

En este primer encuentro del año de la Escuela de Familias la formación se impartirá en la sede de DOWN GIRONA, en el número 1 de Carrer Riera de Mus de esta ciudad. La jornada se dividirá en dos bloques, uno por la mañana y otro por la tarde, en los que en cada uno se tratará un módulo:

### *. De 10:00 a 13:00 - Afectividad y sexualidad*

Los jóvenes y adultos con síndrome de Down han alcanzado en la actualidad cotas de autonomía importantes en ámbitos clave de la vida, como la educación y el empleo. Sin embargo, el desarrollo de una vida afectiva y sexual autónoma continúa siendo uno de los ámbitos en los que se han desarrollado menos apoyos eficaces, y en el que tanto las propias personas con síndrome de Down como sus familias encuentran falta de información, miedos, prejuicios y ciertos riesgos.

### *. De 15:00 a 18:00 - Pensar bien, para sentirse mejor*

Uno de los retos en la atención a personas en situación de dependencia es el papel que cumple la persona que le acompaña. En las familias esta tarea suele estar al cargo de la mujer. Este rol de persona de apoyo informal conlleva una serie de desajustes personales que se traducen en lo que vulgarmente llamamos “el cuidador quemado”. Capacitar a las personas que acompañan en técnicas de auto cuidado es el objetivo de esta sesión de trabajo. Aquí puede descargarse la documentación de este módulo.



Módulo 02b  
Pensar bien,  
para sentirse mejor

