

Nota: Esta ficha debes subirla en el formulario de la web del Encuentro en el apartado: Ficheros adjuntos/evidencias,

<https://buenaspracticas.plenainclusion.org/add-practice>

[Emplea la extensión de los apartados que consideres, pero ten en cuenta que el documento no puede superar las 6 páginas]

Objetivos de la práctica

Objetivo general:

Fomentar la **vida independiente y la inclusión social** de personas con discapacidad intelectual (DI) en Gipuzkoa, a través del desarrollo de habilidades, la promoción de la participación social y el apoyo a sus familias, contribuyendo así a mejorar su calidad de vida y empoderamiento.

Objetivos específicos:

1. Favorecer la adquisición de **habilidades necesarias para la vida independiente** de personas con DI.

o Descripción: Implementar un programa de formación centrado en habilidades básicas para la vida independiente, adaptado a las necesidades de las personas con DI.

2. Aumentar la **participación social y prevenir el aislamiento** de las personas con DI que ya viven de manera independiente.

o Descripción: Desarrollar actividades comunitarias y espacios de encuentro que promuevan la inclusión social y el bienestar.

Desarrollo de la práctica

[fases de la puesta en marcha y desarrollo, señalando los recursos utilizados, las actuaciones realizadas, los contratiempos y dificultades surgidas durante el proceso de implantación, las lecciones aprendidas y el sistema de evaluación. Evidencia visual (fotografías/videos)]

Nota: Poner aquí los enlaces para acceder a su visualización.

- **Detección de necesidades y diseño del programa**

A partir del contacto directo con personas con discapacidad intelectual, profesionales y familias, en 2022 se identificó la necesidad de una formación progresiva que facilitara el tránsito a la vida independiente.

- **Organización y captación de participantes**

Se lanzó una convocatoria abierta en distintas comarcas de Gipuzkoa. La puesta en marcha se realizó allí donde se formó un grupo mínimo de personas interesadas, adaptando el calendario y los espacios según el contexto local.

- **Inicio de los talleres semanales**

En 2022 se iniciaron las sesiones formativas de una hora y media de duración, centradas en habilidades prácticas: gestión del hogar, alimentación, compras, higiene, uso del transporte, relaciones sociales, etc. Desde entonces se han desarrollado tres promociones de la formación, la última vigente aún.

- **Desarrollo de la experiencia en la vivienda piloto**

En paralelo, se puso en marcha una fase avanzada de formación en un entorno real de convivencia. Durante estancias en la vivienda piloto, las personas participantes aplicaron lo aprendido, convivieron de forma autónoma con apoyos puntuales y evaluaron sus propias capacidades. La primera experiencia piloto se realizó el 2023, y la segunda en 2024.

- **Formación continua**

Además se desarrollaron unos talleres formativos para las personas que ya viven de manera independiente, con el fin de promover el desarrollo de habilidades para la vida independiente entre las personas usuarias del programa de apoyo familiar para la vida independiente de ATZEGI.

- **Nuevos retos**

Para este próximo curso se ha propuesto el desarrollo de una escuela de familias y una formación para jóvenes con edades comprendidas entre 12 y 20 años para el empoderamiento y el desarrollo de la autonomía.

Recursos utilizados

- **Humanos:** el equipo profesional en cada promoción ha sido de una coordinadora del programa y un equipo de formadoras en vida independiente. Además, han participado en la formación personas expertas por experiencia,
- **Materiales:** Espacios para el desarrollo de los talleres, material didáctico de creación propia y una vivienda piloto completamente equipada.
- **Colaboraciones:** Coordinación con centros educativos y recursos comunitarios.

Actuaciones realizadas

- Diseño e impartición de talleres semanales en varias comarcas.
- Acompañamiento individualizado a participantes.
- Coordinación logística y técnica para estancias en la vivienda piloto.
- Encuentros de grupo para refuerzo social y emocional.
- Reuniones de seguimiento entre profesionales, participantes y familias.

Contratiempos y dificultades surgidas

- **Desigual implantación territorial,** los grupos de formación se configuraron únicamente en aquellas comarcas en las que había un mínimo de personas que permitieran desarrollar la actividad.
- **Ritmos de aprendizaje muy diversos,** que requirieron mayor flexibilidad en los contenidos y apoyos.

Lecciones aprendidas

- La convivencia real en vivienda piloto **genera aprendizajes mucho más profundos** que los talleres en aula.
- El **aprendizaje en la comunidad y a través de experiencias reales** resulta mucho más atractivo y significativo para las personas participantes.
- **La flexibilidad y adaptación continua** del programa es fundamental para responder a las necesidades de cada persona.
- La formación no solo mejora habilidades prácticas, sino que **refuerza la autoestima y la toma de decisiones.**

Sistema de evaluación

- Evaluaciones iniciales, intermedias y finales con cada participante.
- Observación directa y registro de progresos en autonomía.
- Valoración cualitativa del impacto en la autoestima, motivación y relaciones sociales.
- Recogida de impresiones mediante encuestas a participantes y profesionales.

Evidencia visual

A continuación, se aportan algunos enlaces a la web de Atzegi mostrando referencia al programa formativo, que muestran momentos clave del proceso de aprendizaje.

Información general del programa:

[Apoyo Familiar a la Vida Independiente](#)

Algunas noticias relacionadas:

- [Formaciones de vida independiente](#)
- [Formación en habilidades para la Vida Independiente](#)
- [Formación avanzada para la vida independiente](#)
- [Formación para la vida independiente con Inmakulada Ikastola](#)

Método empleado para la puesta en marcha

La puesta en marcha del Programa de Formación para la Vida Independiente se basó en un enfoque **participativo, flexible y centrado en la persona**, garantizando que cada paso respondiera a las necesidades reales de las personas con discapacidad intelectual y de su entorno.

El método empleado se desarrolló en las siguientes fases:

1. Diagnóstico participativo

Se inició con una fase de escucha activa, a través de encuentros con personas con discapacidad intelectual, familias y profesionales. Esta fase permitió identificar los intereses, motivaciones y barreras más frecuentes para el acceso a una vida autónoma.

2. Diseño colaborativo del programa

Con base en el diagnóstico, se definió una estructura modular de formación, que incluyera tanto sesiones teóricas como prácticas, y una fase vivencial en un entorno real. Se diseñaron contenidos ajustados a diferentes niveles de autonomía, con una metodología activa y vivencial.

3. Implantación progresiva y territorial

El programa se adaptó a la realidad de cada comarca, iniciándose allí donde se alcanzó un grupo mínimo de personas interesadas.

4. Selección del equipo profesional

Se conformó un equipo multidisciplinar con experiencia en vida independiente.

5. Planificación de recursos y apoyos

Se habilitaron espacios accesibles para los talleres semanales y se acondicionó una vivienda piloto con todas las condiciones necesarias para garantizar una experiencia real de convivencia. Se definieron protocolos de apoyo, seguimiento y evaluación.

6. Comunicación

Se realizaron acciones de difusión para dar a conocer el programa y fomentar una mirada positiva sobre la vida independiente de las personas con discapacidad intelectual.

Este enfoque metodológico permitió **una implementación ordenada, flexible y adaptada**, donde la participación activa de las personas con discapacidad fue un elemento clave desde el inicio.

Principales resultados obtenidos.

[incluir evidencia documental/vídeo]

Nota: Para presentar las evidencias y los vídeos si se estima necesario, debes incluir aquí los enlaces de acceso.

En ningún caso debes subir documentos en word o pdf sobre las evidencias, sino colocar en este apartado los enlaces donde poder acceder a las mismas.

Desde el 2022 se han realizado 3 ediciones de la formación básica en la que han participado una media de 36 personas por curso.

11 personas más han participado en la formación avanzada en vivienda piloto en las tres ediciones que se ha realizado.

Finalmente, la formación continua ha beneficiado a las personas usuarias del programa de apoyo a la vida independiente que actualmente apoya a 65 personas en la puesta en marcha y desarrollo de su proyecto de vida independiente.

Resultados individuales obtenidos a través de las evaluaciones y encuestas de satisfacción:

- **Incremento en la autonomía personal:** las personas participantes han mejorado notablemente en habilidades relacionadas con la organización doméstica y el uso de la comunidad.
- **Desarrollo de la confianza y autoestima:** muchas personas han manifestado sentirse más capaces, seguras y motivadas para iniciar un proyecto de vida independiente.
- **Mejora en la toma de decisiones:** Se ha observado un mayor nivel de implicación personal en la elección de rutinas, resolución de conflictos y responsabilidad en las tareas diarias.
- **Reducción de la sobreprotección familiar:** El proceso ha generado un cambio positivo también en el entorno familiar, permitiendo una transición más fluida hacia la autonomía.

Cabe destacar que los resultados obtenidos a nivel individual han favorecido la consolidación de la metodología y ha supuesto una demanda creciente de nuevas ediciones del programa, tanto por parte de las personas con discapacidad intelectual como por sus familias. El programa formativo ha supuesto la visibilización de las capacidades de las personas con discapacidad intelectual en nuestro territorio.

Aspectos del trabajo que pueden ser relevantes para el tercer sector

El Programa de Formación para la Vida Independiente aporta aprendizajes y enfoques valiosos que pueden ser de gran utilidad para otras entidades del tercer sector que trabajan en el ámbito de la discapacidad intelectual o en proyectos de inclusión social. A continuación, se destacan algunos de los elementos más relevantes:

1. Modelo flexible y centrado en la persona

El diseño modular del programa, con diferentes niveles de intensidad (talleres semanales y estancia en vivienda piloto), permite adaptarse a las necesidades y ritmos de cada persona. Esta estructura lo hace fácilmente replicable en otros contextos geográficos o entidades con distintos recursos.

2. Enfoque territorial y comunitario

La descentralización del programa permite que personas de distintas comarcas accedan a la formación sin tener que desplazarse grandes distancias, promoviendo además el uso de recursos comunitarios locales. Este enfoque mejora la accesibilidad y refuerza la inclusión en el entorno natural de la persona.

3. Participación activa de las personas con discapacidad

Desde el diseño hasta la evaluación, las personas participantes han tenido voz y protagonismo. Este enfoque favorece la autodeterminación y empodera a las personas como agentes de su propio proceso de aprendizaje y cambio.

4. Sostenibilidad e integración en servicios existentes

Al estar enmarcado dentro del Servicio de Apoyo a la Vida Independiente de Atzegi, el programa aprovecha estructuras y equipos ya consolidados, lo que reduce costes de implantación y garantiza su viabilidad a largo plazo. Es un buen ejemplo de cómo innovar dentro de los marcos existentes.

5. Promoción de la desinstitucionalización y del derecho a decidir

El programa se alinea con los principios de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, y aporta herramientas prácticas para avanzar hacia modelos de vida elegida, en comunidad, alejados de lógicas asistencialistas o institucionales.

6. Transferibilidad del enfoque metodológico

La combinación de metodologías activas, formación vivencial y apoyos personalizados puede ser aplicada también a otros colectivos (personas mayores, jóvenes en transición, migrantes...), lo que amplía su utilidad como buena práctica en el conjunto del tercer sector.

Conclusiones

¿En qué medida la práctica ha tenido impacto en la vida de las personas y ha contribuido al cumplimiento de la misión de la organización y la del Movimiento Asociativo?

La implementación del **Programa de Formación para la Vida Independiente** ha supuesto un paso firme hacia un modelo de acompañamiento que pone en el centro a la persona, su voz y su proyecto de vida. Hemos comprobado que, cuando se ofrecen oportunidades reales de aprendizaje en contextos significativos, como la vivienda piloto, las personas no solo adquieren habilidades, sino también confianza, motivación y deseo de avanzar.

Este programa ha demostrado ser una **práctica viable, sostenible y transformadora**, no solo para quienes participan directamente, sino también para sus familias, sus comunidades y

las propias entidades que lo impulsan. Ha generado nuevas miradas, más inclusivas, más respetuosas y más comprometidas con los derechos de las personas con discapacidad intelectual.

Además, se alinea plenamente con la misión de Atzegi y con las **prioridades estratégicas marcadas en el horizonte 2030**, reforzando nuestro compromiso con la vida independiente, la desinstitucionalización y la participación activa.

Con esta experiencia, no solo consolidamos una metodología, sino que reafirmamos una convicción: **todas las personas tienen derecho a decidir cómo quieren vivir, y como sociedad, tenemos la responsabilidad de crear las condiciones para que eso sea posible.**