

ANEXO A.3

**1.- DENOMINACIÓN DEL PROGRAMA/ ACTUACIONES:
PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES**

- 1.1. Aspanies en Movimiento
- 1.2. Día Mundial sin Tabaco

2.- MOTIVACIÓN PÚBLICA Y SOCIAL: Mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual

3.- ENTIDAD (nombre y NIF): Asociación Melillense Prodiscapacitados de Melilla ASPANIES-PLENA INCLUSIÓN MELILLA G29950813

4.- COLECTIVO DE ATENCIÓN: Personas con Discapacidad intelectual

5.- NÚMERO DE BENEFICIARIOS: 33 apx. Mayores de 4 años.

- Aspanies en Movimiento.- 33 apx. Mayores de 4 años. (Estimación año 2020, 80))
- Día Mundial sin Tabaco.- 33 apx. Usuarios del Centro Ocupacional. (Estimación año 2020, 40))

6.- UBICACIÓN E INSTALACIONES: C/ Músico Granados 5/N Casa de la Juventud

7.- DURACIÓN PREVISTA (Calendario, horario) :

- Aspanies en Movimiento.- El proyecto tiene una duración anual (enero-diciembre)
- Día Mundial sin Tabaco.- El proyecto tiene una duración de tres meses (marzo-mayo), que finaliza con la participación el 31 de mayo en el día Mundial sin tabaco.

8.- MEMORIA TÉCNICA:**Objetivo:**

- El objetivo principal que se persigue es contribuir a reducir los problemas de salud relacionados con la mala alimentación, el sobrepeso o la obesidad y la inactividad física en el colectivo de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias.
- Con el fin de contribuir a la mejora física de las personas con discapacidad intelectual, se propone, ir aumentando de manera progresiva, las sesiones y horas semanales dedicadas a la actividad deportiva. Con esto se pretende iniciar en la actividad deportiva de manera continuada y casi diaria a personas con discapacidad intelectual que cuentan además con un ritmo de vida sedentario y así mejorar su calidad de vida, control y disminución del Índice de Masa Corporal y mantener hábitos de alimentación saludables.
- La idea es ir introduciendo más actividades lúdico- deportivas, dentro de talleres abiertos a esa posibilidad, como el taller de musicoterapia o el mismo taller deportivo, de manera que pueda ir en aumento dependiendo del grado de aceptación de los usuarios de la asociación.
- Otro de los objetivos que se persigue es introducir y matener hábitos de alimentación saludables , desarrollando distintos talleres de cocina que de manera transversal . logran un doble beneficio : mayor autonomía personal y una calidad de vida mas saludable

9.- PRESUPUESTO TOTAL: 29.015,48 €

10-DESGLOSE DE GASTOS CORRIENTES:

- **Personal Mínimo previsto:**
 - 2 monitores ½ jornada.
- **Gasto en Personal: 27.201,36 €**
- **Actividades y mantenimiento: 1.814,12 €**