

ANEXO A.3

1.- DENOMINACIÓN DEL PROGRAMA/ ACTUACIONES: Programad promoción de estilos de vida saludables ASPANIES en movimiento

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

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

4.- COLECTIVO DE ATENCIÓN: Personas con Discapacidad intelectual o del desarrollo

5.- NÚMERO DE BENEFICIARIOS: 80 apx. Mayores de 4 años.

- Aspanies en Movimiento.- 92 apx. Mayores de 4 años.

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)

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 o del desarrollo, 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 o del desarrollo 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 mantener 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 más saludable

9.- PRESUPUESTO TOTAL: 34.024,02 €

10-DESGLOSE DE GASTOS CORRIENTES:

Personal Mínimo previsto:

- 2 monitores ½ jornada.
- **Gasto en Personal: 32.524,02 €**
- **Gastos de actividades 1.500,00€**

Alimentación; 500,00

Material Fungible; 500,00

Material educativo. 500,00