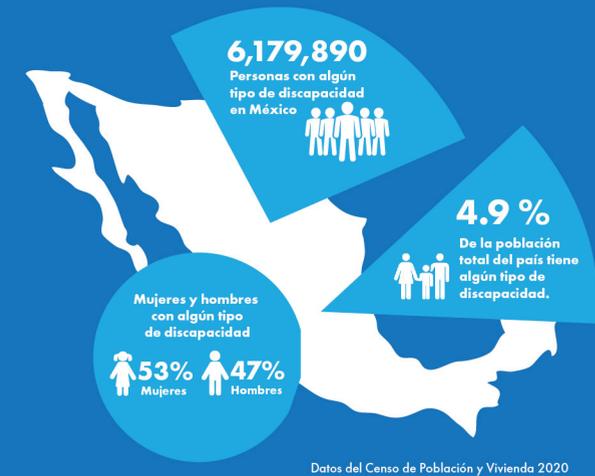


# ¿Qué es la discapacidad intelectual?

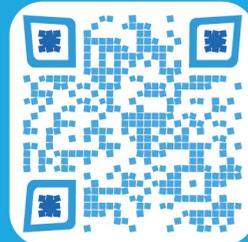
Es una condición de vida donde existen limitaciones intelectuales que al interactuar con los obstáculos en la sociedad impactan en el ejercicio de los derechos y en el acceso a oportunidades.



# PROGRAMA YMCA VIDA INDEPENDIENTE

“Un camino de vida independiente para jóvenes con discapacidad intelectual leve.”

## Visítanos



Cómo llegar



Sitio web

Escanea QR

## Contáctanos

[programasatizapan@gmail.com](mailto:programasatizapan@gmail.com)

55 7113 7198 55 2164 9145

Calle Benito Juárez Mz 79 Lt 1, Esq. Ignacio López Rayón, Col. Emiliano Zapata II, Atizapán de Zaragoza. 52918, Edo. de México.

[ymca.org.mx/PY\\_Vida\\_Ind](http://ymca.org.mx/PY_Vida_Ind)

@YMCAespecial

@ymcaeducacionespecial

## DESARROLLO DE HABILIDADES DE VIDA COTIDIANA





# ACTIVIDADES



**Habilidades para la vida**  
Sociales, sexualidad, educación emocional.



**Habilidades de vida cotidiana**  
Manejo del dinero y movilidad en Transporte público.



**Prácticas de calle**  
Visitas culturales y recreativas.



**Grupos: Autogestores y terapéutico**  
Reflexión sobre temáticas de jóvenes, manejo de situaciones personales y de salud mental.



**Deportivas**  
Acondicionamiento físico, natación y otros deportes.



**Computación**



**Cocina**



**Manualidades**



**Autocuidado e higiene personal**



**Académicas funcionales**  
Matemáticas, lenguaje y comunicación, ciencias sociales y naturales.

**DESARROLLAMOS Y FORTALECEMOS HABILIDADES DE VIDA EN PERSONAS DE 15 A 40 AÑOS DE EDAD CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL**



## NUESTRO OBJETIVO

Que los jóvenes alcancen gradualmente mayor funcionamiento y autonomía en su vida cotidiana, así como más participación en su familia y comunidad.

Para lograr los objetivos trabajamos y hacemos alianzas con familias, instituciones y empresas.

## ESPACIOS DE COLABORACIÓN



Grupo de familias



Grupo de hermanos



Sensibilización a instituciones y comunidad



Capacitación para la inclusión laboral en empresas



## PROGRAMA

En **Vida Independiente** fortalecemos y ampliamos el desenvolvimiento en vida cotidiana y proyecto de vida.

## NUESTROS VALORES

- Respeto
- Honestidad
- Responsabilidad
- Bondad
- Tolerancia
- Trato digno

