



Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE EMPLEO, FORMACIÓN Y
TRABAJO AUTÓNOMO

Instituto Andaluz de la Juventud

CLAVE: AN-03

DENOMINACIÓN: DEPORTE PARA TOD@S

LUGAR: ESPERA (CÁDIZ)

FECHAS: DEL 16 AL 30 DE AGOSTO

MODALIDAD: INTERVENCIÓN SOCIAL

CARÁCTER: NACIONAL

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 20

EDAD: 18-30 AÑOS

CUOTA: 90 €

IDIOMAS: CASTELLANO

Ubicación:

Los pueblos de la comarca de la Sierra de Cádiz tienen un denominador común: un pasado fronterizo entre el mundo cristiano y el musulmán, de ahí que muchos de sus nombres acaban con la coletilla “de la Frontera”. El contexto en el que surgieron, ha terminado por configurar la estampa que ahora nos resulta encantadora: localidades fortificadas enclavadas sobre un monte y con casas encaladas según la tradición morisca. El lugar de realización del proyecto es Espera, un pequeño municipio de la Sierra de Cádiz, situado al norte de la provincia, en la Ruta de los Pueblos Blancos. Es un bello y típico pueblo blanco gaditano situado en una ladera cuya cima coronan los restos de un castillo. Espera ofrece una experiencia a todo color con el blanco de sus casas, el verde de su entorno natural y los imponentes restos de la historia vivida por el municipio.

Breve resumen del proyecto:

Este campo de voluntariado versa sobre la participación social de las personas con discapacidad en su comunidad a través de actividades físicodeportivas y de ocio. Nuestro proyecto nace tras comprobar cómo las artes marciales adaptadas, el senderismo, el ciclismo y otras experiencias de ocio y deporte; producen efectos físicos, psíquicos y sociales positivos en las personas con discapacidad y, evidentemente, en la población en general. El campo de voluntariado -Deporte para tod@s- atiende dos realidades esenciales: la diversidad funcional y las barreras de las zonas rurales. El propósito es abrir nuevas vías de aprendizaje informal entre jóvenes voluntarios y usuarios, que mejoren su calidad de trabajo y potencien las comunicaciones entre éstos.

Actividades principales:

Las actividades principales de -Deporte para tod@s- serán acciones físicodeportivas y de participación





Junta de Andalucía

**CONSEJERÍA DE EMPLEO, FORMACIÓN Y
TRABAJO AUTÓNOMO**

Instituto Andaluz de la Juventud

comunitaria con personas con diversidad funcional. Cabe destacar que el deporte se revela como herramienta para desarrollar habilidades físicas y para la rehabilitación, sin embargo, los objetivos también se encaminan al entrenamiento cognitivo y desarrollo socioafectivo. Las personas voluntarias se incorporarán como monitores de apoyo a la actividad ordinaria de la Asociación ANPEHI.

De forma más concreta, las actividades principales serán:

- a) Sesiones de artes marciales adaptadas: Impartimos clases de artes marciales adaptadas e inclusivas, en concreto Nihon Tai Jitsu, para personas con diversidad funcional. Las clases se caracterizan por tomar como agente transformador a la persona usuaria, por la promoción de sus capacidades y habilidades y el entrenamiento de nuevas destrezas para la vida diaria.
- b) Sesiones de senderismo: Actividades de senderismo con personas con movilidad reducida, poniendo en valor nuestro enclave natural y patrimonial y las diferentes y desconocidas herramientas existentes para la inclusión de las personas con discapacidad en el deporte.
- c) Sesiones de ciclismo: Personas con discapacidad sensorial visual, amputaciones y discapacidad intelectual severa pueden disfrutar de esta disciplina deportiva, mediante bicicletas adaptadas. Al igual que en las sesiones de senderismo, ponemos en valor nuestros parajes naturales y visibilizamos las opciones y alternativas existentes en el deporte.
- d) Sesiones de natación: El agua es el medio idóneo para ejercitarse mediante el movimiento con menor esfuerzo y dolor.
- e) Taller huerto ecológico: Para fomentar una alimentación saludable y el manejo de conceptos básicos de nutrición.
- f) Taller de vida independiente: En estas sesiones se trabajan las actividades básicas de la vida diaria. Por ejemplo: procesos para vestirse y desvestirse, cocinar, limpiar, ducharse, hacer la compra etc.

Actividades complementarias:

- a) Protocolo y seguridad ante la COVID19: Dada la realidad de pandemia actual y la situación de especial vulnerabilidad de las personas usuarias, haremos un breve repaso por los protocolos a seguir para la prevención de la COVID19.
- b) Conceptos básicos sobre discapacidad: Información sobre los diferentes tipos de discapacidad (discapacidades físicas o motoras, discapacidades sensoriales y discapacidades psíquicas o mentales) y cuáles son las actitudes y pautas recomendadas a seguir en cada caso. Esta sesión contará con un



Junta de Andalucía

**CONSEJERÍA DE EMPLEO, FORMACIÓN Y
TRABAJO AUTÓNOMO**

Instituto Andaluz de la Juventud

círculo que permita vivenciar algunas discapacidades como el uso de silla de ruedas o la privación de la vista y/o el oído.

c) Metodologías participativas y el deporte como herramienta: Es importante que las personas voluntarias aprendan diferencias básicas dentro del deporte para personas con discapacidad. Deporte de alto nivel, deporte de base, movimiento paraolímpico, etc.

d) Otras formas de comunicación: Pictogramas y lengua de signos. Formación inicial en sistemas básicos de comunicación para personas con discapacidad intelectual o discapacidad auditiva. Conocimiento de estructuras básicas de comunicación mediante pictogramas y lengua de signos española.

e) Vida diaria y asistencia a personas con diversidad funcional: Herramientas para evitar lesiones y ayudar a cuestiones como traspaso de silla de ruedas a cama o comer en la mesa (por ejemplo, persona con parálisis cerebral severa, beber con pajita).

f) Formación básica en igualdad de género: Dar a conocer conceptos básicos para la corresponsabilidad y la igualdad efectiva entre mujeres y hombres. Se pondrá especial atención a las problemáticas de las mujeres con discapacidad y las mujeres del medio rural. Contarán con técnicas como el debate, dinámicas y juegos, visionado de material audiovisual, la exposición por grupos, role play, testimonios etc.

Actividades lúdico-recreativas y socioculturales:

- Piscina.
- Instalaciones deportivas: Fútbol, baloncesto, pádel, etc.
- Visita al castillo de Fatetar y Ermita de Santiago.
- Visita al Museo Arqueológico de Espera.
- Visita al Molino de los Diezmos: Es un edificio típicamente andaluz del siglo XVIII, construido para la recepción de los extinguidos diezmos y primicias. En el siglo XVIII, todavía existía la ley de dar a la Iglesia, de la cosecha que se recogiera, lo que entonces se llamaban diezmos, es decir, de cada diez partes de cosecha había que entregar una a la Iglesia, y primicias, que quiere decir que esa parte que se daba era la primera. Actualmente el Molino de Espera es una pequeña empresa familiar que moltura aceitunas desde 1878 y que en su quinta generación como almazareros siguen produciendo aceite con el mayor de los esmeros y dedicación considerándose albacea de una tradición centenaria, compaginando las técnicas tradicionales de elaboración con el acopio de las innovaciones producidas en el sector para



Junta de Andalucía

**CONSEJERÍA DE EMPLEO, FORMACIÓN Y
TRABAJO AUTÓNOMO**

Instituto Andaluz de la Juventud

la conservación y mejora de sus aceites.

- Yacimiento Arqueológico de Carissa Aurelia: El yacimiento de Carissa Aurelia está enclavado en una zona de pequeñas colinas y cerros de escasa altura que forman parte de las estribaciones de la Sierra de Gamaza y Sierra del Calvario, en los términos municipales de Espera y Bornos. De las distintas investigaciones realizadas se desprende que el poblamiento se inició en el Neolítico final o Calcolítico y perduró hasta época medieval.
- Asentamiento Iberico de Esperilla.
- Reserva Natural Complejo Endorreico de Espera: El Complejo Endorreico de Espera incluye tres lagunas, denominadas Hondilla, Salada de Zorrilla y Dulce de Zorrilla, protegidas en 1987 mediante Ley del Parlamento de Andalucía como Reservas Integrales Zoológicas, declarando además una Zona Periférica de Protección que las envuelve.
- Visita Iglesia Santa María de Gracia: Templo renacentista cuya construcción se inició en el siglo XVI para prolongarse hasta el XVIII, tras sufrir los terremotos de 1636 y 1755. Es uno de los más bellos templos de la provincia.

Alojamiento:

El alojamiento se realizará en el Polideportivo de Espera. C/Camino de Márquez, s/n, Espera.

Coordenadas GPS:

Latitud: 36873677

Longitud: 5801153

Cómo llegar:

- Carretera en vehículo propio/taxi/similares:

Desde Jerez de la Frontera: A-382 (Autovía de Arcos), salida 27 (indicaciones).

Desde Sevilla: Carretera Nacional IV, desvío de Espera (indicaciones)

- Bus. Desde Jerez de la Frontera:

Existe una línea de autobus, de la compañía DAMAS, que sale desde Jerez de la Frontera una vez al día (también con viaje de regreso Espera- Jerez de la Frontera). Pueden consultar horarios y tarifa en:

www.damas-sa.es

Incorporación y punto de encuentro:



Junta de Andalucía

**CONSEJERÍA DE EMPLEO, FORMACIÓN Y
TRABAJO AUTÓNOMO**

Instituto Andaluz de la Juventud

Lugar: Pabellón municipal de Espera. Pabellón polideportivo municipal, C/ Camino de Márquez, s/n, 11648, Espera, Cádiz. Se puede llegar al punto de encuentro caminando.

Día y hora: 16 de agosto de 2020 a las 12 horas.

Es necesario llevar:

Obligatorio:

D.N.I. o documento identificativo y tarjeta sanitaria o documento acreditativo de la cobertura sanitaria.

La no presentación de los documentos indicados anteriormente a la llegada, podrá suponer la no aceptación de la persona voluntaria en el campo.

Imprescindible:

Ropa deportiva, útiles de aseo y toalla de baño, traje de baño, chanclas, toalla de piscina y actitud positiva.

SI SIGUES ALGÚN TRATAMIENTO, NO TE OLVIDES DE TUS MEDICAMENTOS.

Aconsejable:

Crema solar y gorra.

Opcional:

Información y contactos:

Entidad organizadora:

Instituto Andaluz de la Juventud.

Dirección Provincial del Instituto Andaluz de la Juventud en Cádiz

Tfnos.: 956007500 / 600160444

Email: infocamposdevoluntariado.ca.iaj@juntadeandalucia.es

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelajuventud/patiojoven/patiojoven/Programas/Ocio>

Entidad que lo desarrolla:

Asociación de discapacitados físicos, psíquicos, sensoriales y orgánicos ANPEHI Tfno: 686088230 / Antonio Pedro Hirch / <https://anpehi.wordpress.com/>

Entidades colaboradoras:



Junta de Andalucía

**CONSEJERÍA DE EMPLEO, FORMACIÓN Y
TRABAJO AUTÓNOMO**

Instituto Andaluz de la Juventud

Ayuntamiento de Espera.

Asociación de Discapitados ESPÉRIDA.

Asociación de Personas con Discapacidad Intelectual ASPRODEME.

Observaciones: