

# TRANSICIÓN Á VIDA ADULTA

PROGRAMA destinado a mozos e mozas  
maiores de idade con TEA



## módulo VIDA INDEPENDENTE

**AUTOCOIDAD  
E HIXIENE PERSOAL**

**MANTEMENTO E  
SEGURIDADE NO FOGAR**

**MANTEMENTO  
DA SAÚDE**

**EMPREGO DE RECURSOS  
DA COMUNIDADE**



## módulo SOCIO-LABORAL

**HABILIDADES  
COMUNICATIVAS NO  
ENTORNO LABORAL**

**IMAXE E ADECUACIÓN**

**COMPETENCIAS LABORAIS  
E RESOLUCIÓN DE  
CONFLICTOS**

**XESTIÓN EMOCIONAL**



## módulo LECER E TEMPO LIBRE

**PLANIFICACIÓN E  
XESTIÓN DO  
TEMPO LIBRE**

**ORGANIZACIÓN E  
PLANIFICACIÓN DE  
ACTIVIDADES DE LECER  
NA COMUNIDADE**

O programa grupal de TRANSICIÓN Á VIDA ADULTA está dirixido a persoas con TEA con diferentes necesidades de apoio, comenzando no período de idade superior aos 18 anos. O obxectivo do programa é dotar das ferramentas necesarias para unha vida independente e potenciar a adquisición de habilidades socio-laborais. Deste xeito, o programa ten como finalidade fomentar a autonomía persoal no desempeño das tarefas cotiás e nas actividades de lecer dos usuarios e usuarias nos diferentes contextos da súa vida.



## módulo VIDA INDEPENDENTE

Os usuarios e as usuarias aprenderán diferentes estratexias e habilidades para conseguir unha maior autonomía nas súas actividades cotiás, como poden ser a hixiene persoal, a vestimenta, a adquisición de hábitos saudables, as tarefas de cociña, limpeza ou a seguridade no fogar. Abordaremos, ademáis, aquelas actividades en interacción coa comunidade, como a xestión de trámites e documentación básica, manexo de diñeiro, compras e o mantemento da saúde.

Para levar a cabo este móduco, fomentaremos a colaboración coas familias para unha xeneralización no ámbito domiciliario das diferentes actividades que se levarán a cabo.



## módulo SOCIO-LABORAL

Traballaremos de maneira activa o desenvolvemento de habilidades e competencias que permitan aos usuarios e ás usuarias enfrentarse ao mercado laboral con maior facilidade. Incidiremos en aspectos relacionados coa preparación de entrevistas de traballo, adquisición de competencias básicas, como habilidades de comunicación, imaxe e adecuación ao contexto laboral, resolución de conflitos, xestión emocional e autocontrol, flexibilidade ante cambios, etc.

Contaremos, ademáis, co servizo do orientador laboral, que manterá sesións individualizadas para promover un itinerario acorde aos perfís de contratación nos diferentes postos de traballo; programaremos saídas a diferenes empresas para un maior coñecemento dos sectores.



## módulo LECER E TEMPO LIBRE

Fomentaremos a adquisición de habilidades de xestión sobre o tempo libre e o aproveitamento de recursos comunitarios para a planificación, organización e execución de actividades de lecer. Promoveremos a participación dos usuarios e das usuarias aos programas de ocio internos e externos á asociación.