

# TRANSICIÓN Á VIDA ADULTA

PROGRAMA destinado a mozos e mozas  
maiores de idade con TEA



## módulo VIDA INDEPENDENTE

**AUTOCOIDADADO  
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.



## 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.

# TRANSICIÓN A LA VIDA ADULTA

PROGRAMA destinado a chicos y chicas mayores de edad con TEA



## módulo VIDA INDEPENDIENTE

**AUTOCAUIDADO  
E HIGIENE PERSONAL**

**MANTENIMIENTO E  
SEGURIDAD EN EL HOGAR**

**MANTENIMIENTO  
DE LA SALUD**

**EMPLEO DE RECURSOS  
DE LA COMUNIDAD**



## módulo SOCIO-LABORAL

**HABILIDADES  
COMUNICATIVAS EN EL  
ENTORNO LABORAL**

**IMAGEN Y ADECUACIÓN**

**COMPETENCIAS LABORALES  
Y RESOLUCIÓN DE  
CONFLICTOS**

**GESTIÓN EMOCIONAL**



## módulo OCIO Y TIEMPO LIBRE

**PLANIFICACIÓN Y  
GESTIÓN DEL  
TIEMPO LIBRE**

**ORGANIZACIÓN Y  
PLANIFICACIÓN DE  
ACTIVIDADES DE OCIO  
EN LA COMUNIDAD**

El programa grupal de TRANSICIÓN Á VIDA ADULTA está dirigido a personas con TEA con diferentes necesidades de apoyo, comenzando en el periodo de edad superior a los 18 años. El objetivo del programa es dotar de las herramientas necesarias para una vida independiente y potenciar la adquisición de habilidades socio-laborales. De esta manera, el programa tiene como finalidad fomentar la autonomía personal en el desempeño de las tareas cotidianas y en las actividades de ocio de los usuarios y usuarias en los diferentes contextos de su vida.



## módulo VIDA INDEPENDENTE

Los usuarios y las usuarias aprenderán diferentes estrategias y habilidades para conseguir una mayor autonomía en sus actividades cotidianas, como pueden ser la higiene personal, la vestimenta, la adquisición de hábitos saludables, las tareas de cocina, limpieza o la seguridad en el hogar. Abordaremos, además, aquellas actividades en interacción con la comunidad, como la gestión de trámites y documentación básica, manejo de dinero, compras y el mantenimiento de la salud.

Para llevar a cabo este módulo, fomentaremos la colaboración con las familias para una generalización en el ámbito domiciliario de las diferentes actividades que se llevarán a cabo.



## módulo SOCIO-LABORAL

Trabajaremos de manera activa el desarrollo de habilidades y competencias que permitan a los usuarios e a las usuarias enfrentarse al mercado laboral con mayor facilidad. Incidiremos en aspectos relacionados con la preparación de entrevistas de trabajo, adquisición de competencias básicas, como habilidades de comunicación, imagen y adecuación al contexto laboral, resolución de conflictos, gestión emocional y autocontrol, flexibilidad ante cambios, etc.



## módulo OCIO Y TIEMPO LIBRE

Fomentaremos la adquisición de habilidades de gestión sobre el tiempo libre y el aprovechamiento de recursos comunitarios para la planificación, organización y ejecución de actividades de ocio.

Promoveremos la participación de los usuarios y de las usuarias a los programas de ocio internos y externos a la asociación.