



DIRIGIDO A VOLUNTARIOS CON PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN



Manual sobre Voluntariado con personas con síndrome de Down

16 PAZ, JUSTICIA
E INSTITUCIONES
SÓLIDAS



Colaboran:



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, CONSUMO
Y BIENESTAR SOCIAL



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Manual sobre Voluntariado con personas con síndrome de Down

Colabora:



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

“Todas las personas necesitan apoyo de otras en algún momento, o incluso a lo largo de toda su vida, para participar en la sociedad y vivir con dignidad. Ser receptores de apoyo y prestar apoyo a otras personas son dos funciones que todos compartimos como parte de nuestra experiencia humana, independientemente de la discapacidad, la edad o la condición social”

Informe de la Relatora Especial sobre los derechos de las personas con discapacidad, diciembre 2016.

DOWN ESPAÑA. Todos los derechos reservados.

Edita

DOWN ESPAÑA. 2019

Diseño, maquetación e impresión

APUNTO Creatividad

Dep. Legal: M-26076-2020

ISBN: 978-84-09-19622-7

Impreso en papel FSC



Respetuoso con
el medio ambiente

DOWN ESPAÑA:

Cruz de Oro de la Orden al Mérito de la Solidaridad Social - Ministerio Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad
Premio CERMI Medios de Comunicación e Imagen Social de la Discapacidad
Premio CERMI a la Mejor Trayectoria Asociativa
Premio Magisterio a los Protagonistas de la Educación
Premio a la Mejor Asociación de Apoyo a las Personas - Fundación Tecnología y Salud
Premio a la Solidaridad de la Asociación Española de Editoriales de Publicaciones Periódicas
Declarada de utilidad pública (UP /F-1322/JS)

Índice

	Pág.
Introducción	7
¿Qué es el síndrome de Down?	8
El papel del voluntariado	8
Principios del voluntariado en personas con síndrome de Down	8
Espacios y actividades para la participación del voluntariado	9
Perfil de las personas voluntarias	10
Pautas generales de comunicación y trato adecuado de las personas con síndrome de Down	10
Otros aspectos a valorar para la comunicación con las personas con síndrome de Down	10
¿Qué supone en términos personales hacer voluntariado con personas con síndrome de Down?	12
Derechos y obligaciones de las personas voluntarias	12
Para saber más	14
Entidades federadas Down España	15

Introducción

El presente manual tiene como propósito ofrecer información básica a las personas que de forma solidaria y altruista desean realizar tareas de voluntariado con personas con síndrome de Down dentro de las entidades que conforman DOWN ESPAÑA.

DOWN ESPAÑA es la organización de referencia del síndrome de Down en nuestro país. Se constituye en 1991, y agrupa a 90 asociaciones de síndrome de Down de toda España. Está presente en todo el territorio nacional, en las 17 comunidades autónomas españolas y en la ciudad autónoma de Ceuta. Es miembro fundador de la Federación Iberoamericana de Síndrome de Down (FIADOWN) y socio de la *European Down Syndrome Association* (EDSA).

La **visión de DOWN ESPAÑA** es que todas las personas con síndrome de Down desarrollen el proyecto de vida que ellas mismas determinen y sean ciudadanos activos de pleno derecho.

DOWN ESPAÑA tiene como **misión** facilitar la inclusión de las personas con síndrome de Down en todos los ámbitos de su vida y velar por el cumplimiento de la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad en España. Esta Convención, aprobada en 2006 por Naciones Unidas e incorporada a nuestro ordenamiento jurídico, tiene

como propósito promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales por todas las personas con discapacidad, y promover el respeto de su dignidad inherente.

Para cumplir con esta misión DOWN ESPAÑA apoya a las distintas instituciones federadas que la conforman mediante proyectos sostenibles e innovadores de intervención y formación dirigidas a las personas con síndrome de Down, sus familias, los profesionales y la sociedad en general. DOWN ESPAÑA también impulsa acciones de reivindicación, investigación y sensibilización.

Los **valores de DOWN ESPAÑA** como organización son:

- **Compromiso** con las personas con síndrome Down y sus familias.
- **Igualdad** de oportunidades.
- **Solidaridad y participación** de las personas con síndrome de Down.
- **Innovación** para mejorar día a día nuestro trabajo.
- **Liderazgo** en la búsqueda de la inclusión de las personas con síndrome de Down.
- **Excelencia** en todas las actuaciones, actividades y programas.

¿QUÉ ES EL SÍNDROME DE DOWN?

El síndrome de Down debe su nombre al apellido del médico británico John Langdon Haydon Down, que fue el primero en describir en 1866 las características clínicas que tenían en común un grupo concreto de personas, sin poder determinar su causa. Sin embargo, fue en julio de 1958 cuando el genetista francés Jerome Lejeune descubrió que el síndrome consiste en una alteración cromosómica del par 21.

El síndrome de Down es una alteración genética causada por la presencia de un cromosoma extra en las células del bebé. Los cromosomas están presentes en la mayoría de las células de los tejidos del cuerpo humano. La mayor parte de la gente tiene dos copias de todos los cromosomas. Las personas con síndrome de Down tienen tres copias del cromosoma 21. Es por esto que se le conoce también como trisomía 21.

El síndrome de Down **es la principal causa de discapacidad intelectual congénita** y la alteración genética humana más común. Se produce de forma espontánea, sin que exista una causa aparente sobre la que se pueda actuar para impedirlo. Se produce en todas las etnias, en todos los países, con una incidencia de una por cada 600-700 concepciones en el mundo. Únicamente se ha demostrado un factor de riesgo, la edad materna (especialmente cuando la madre supera los 35 años) y, de manera muy excepcional, en un 1% de los casos, se produce por herencia de los progenitores.

No es una enfermedad, tampoco existen grados de síndrome de Down, el efecto que la presencia de esta alteración produce en cada persona es muy variable. Las personas con síndrome de Down **muestran algunas características comunes pero cada individuo es singular**, con una apariencia, personalidad y habilidades únicas.

En España viven unas 35.000 personas con síndrome de Down, y un total de seis millones en el mundo. Entre el 30% y el 40% de las personas con discapacidad intelectual tienen síndrome de Down.

EL PAPEL DEL VOLUNTARIADO

Buena parte de las asociaciones que conforman DOWN ESPAÑA buscan personas voluntarias que colaboren en sus distintos proyectos de apoyo a este colectivo.

Las actividades de las personas voluntarias tendrían dos objetivos fundamentales:

1. Favorecer que las personas con síndrome de Down puedan ejercer su derecho de **elección y control** sobre su propia vida.
2. Favorecer su **participación y su plena inclusión en la comunidad**.

PRINCIPIOS DEL VOLUNTARIADO EN PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN

Los principios que deben guiar el trabajo de las personas voluntarias son los siguientes:

- **Valoración de la diversidad como forma de respeto a la dignidad.** El respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con síndrome de Down como parte positiva de la diversidad y la condición humana es la base y fundamento del trabajo de las personas voluntarias.
- **No discriminación e igualdad de oportunidades.** Las personas con síndrome de Down tienen los mismos derechos y obligaciones que sus conciudadanos y deben disponer, al igual que éstos,

de las oportunidades necesarias para su pleno desarrollo. La discriminación contra cualquier persona por causa de su discapacidad supone un atentado contra su dignidad, personalidad y autoestima.

- **Participación e inclusión.** El apoyo de las personas voluntarias debe promover que las personas con síndrome de Down puedan participar y contribuir a mejorar la sociedad de forma igualitaria, autónoma y solidaria.
- **Promoción integral de la autonomía personal.** Las personas con discapacidad tienen derecho a expresar su opinión libremente sobre todas las cuestiones que les afectan, y a recibir asistencia apropiada con arreglo a su discapacidad y edad para poder ejercer ese derecho. La labor de las personas voluntarias debe estimular, en la medida de lo posible, la capacidad de decisión de las personas con síndrome de Down.
- **Uso de los recursos de la comunidad.** Las personas voluntarias deben facilitar que las personas con síndrome de Down participen y disfruten de los recursos y servicios públicos comunitarios.
- **Intervención de las personas con síndrome de Down.** La participación activa de la persona con síndrome de Down en las decisiones que afecten a su vida es inherente a su dignidad humana y constituye una exigencia imprescindible en su evolución hacia una vida autónoma e independiente.

ESPACIOS Y ACTIVIDADES PARA LA PARTICIPACIÓN DEL VOLUNTARIADO

Las personas voluntarias pueden ofrecer apoyo a las personas con síndrome de Down en distintos espacios y actividades. Entre los primeros se encuentra el espacio asociativo, la vía pública, equipamientos comunitarios de cultura y ocio (cine, centros culturales...), campamentos vacacionales... En cuanto a las tareas estas pueden ser de acompañamiento, supervisión, colaboración en la adquisición de aprendizajes básicos.

Algunos ejemplos de estas actividades de voluntariado son:

- **Programa de ocio y tiempo libre.** Club de ocio (fin de semana, días escolares no lectivos), Campamento Vacacional y Urbano (verano), Salidas de fin de semana y/u otras actividades de ocio que pudieran surgir. Taller de habilidades sociales: Acompañamiento puntual para autonomía en desplazamientos, participación en el desarrollo del taller...
- **Programa de Autonomía y Vida Independiente.** Se contemplan una serie de intervenciones/acciones formativas dirigidas a la consecución de una vida autónoma e independiente para las personas con síndrome de Down.
- **Programa de refuerzo escolar.** Apoyo en las tareas escolares, refuerzo de cultura general, lectura, matemáticas, lengua, etc.
- **Talleres de Autonomía.** Diferentes talleres para la iniciación en la autonomía en habilidades básicas como talleres de cocina, desplazamientos por la ciudad, gestión del dinero...

PERFIL DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

En ocasiones será necesario que la persona voluntaria cuente con conocimientos específicos sobre la tarea en la que apoya a la persona con síndrome de Down. Ahora bien, no se necesita formación específica para realizar voluntariado con personas con síndrome de Down. Lo más importante es contar con una serie de actitudes y competencias humanas básicas:

- Saber escuchar.
- Saber acoger y respetar a las personas.
- Reconocer lo valioso de la diversidad humana.
- Orientación hacia el trabajo en equipo.
- Compromiso.
- Disposición para aprender.

Por otro lado, cada asociación puede establecer requisitos concretos para las personas voluntarias de acuerdo con la actividad para la que se necesite de su apoyo. Por ejemplo, ser mayor de edad, contar con determinada titulación etc.

PAUTAS GENERALES DE COMUNICACIÓN Y TRATO ADECUADO DE LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN

- Mantener una actitud natural, abierta y sencilla.
- Tratar a la persona de acuerdo a su edad.
- Anticipar las actividades y las situaciones: ¿qué va a pasar?, ¿qué está pasando?...
- Respetar su ritmo.
- Respetar sus decisiones (aunque no te parezcan adecuadas).
- Las personas con síndrome de Down tienen derechos, pero también obligaciones: es importante apoyarlas para que cumplan con ellas.
- Facilitar y promover su relación con otras personas.

- A la hora de tomar decisiones: acotar las posibilidades en menos opciones “prefieres x o y”.
- No mentir ni esconder información.
- Las personas con dificultad en el aprendizaje son propensas a tener problemas al leer notas, carteles, avisos, etc. Es bueno apoyarles a la hora de comprender lo que estén leyendo.
- La información importante hay que presentarla en lectura fácil, pero recuerde que algunas personas necesitarán también explicación verbal y apoyos gráficos.
- Evitar infantilizarles.
- Utilizar frases cortas, claras y sencillas. No utilizar lenguaje abstracto o tecnicismos. Lenguaje sencillo, accesible y cotidiano. La información, cuanto más clara mejor.
- No adelantarse a las frases de la persona, acomodarse a su ritmo, dándole opciones de intervenir y respetando sus silencios.
- Hablar directamente a la persona (aunque parezca que no entiende porque no contesta o no fija la mirada).
- Hablar de forma clara y pausada, comprobar que ha comprendido (preguntar si lo ha entendido, pedir que repita la información, hacer preguntas y que conteste).
- Ofrecer ayuda si la necesita. Preguntar.

OTROS ASPECTOS A VALORAR PARA LA COMUNICACIÓN CON LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN

Lo primero: escuchar.

Para las personas, ser escuchadas significa “ser importantes”, sentir que son tenidas en cuenta, tal como son.

Significa ser respetadas, valoradas y queridas.

- Es imposible no comunicarse cuando nos relacionamos.
- La comunicación es verbal y no verbal.
- Tiene efectos cognitivos y emotivos.
- Es circular de ida y vuelta.

En relación a los componentes verbales, la adecuación del uso de un correcto lenguaje en el trato es imprescindible no solo para conseguir nuestros objetivos, sino para evitar conflictos y generar un mayor clima de entendimiento. Entre los aspectos más importantes destacan: utilizar un lenguaje y un vocabulario que sea claro, concreto, descriptivo y fácil de entender. Para ello es conveniente evitar expresiones negativas que dificultan la comunicación eficaz entre el emisor y el receptor, porque despiertan emociones a veces contradictorias que fomentan una actitud defensiva.

La comunicación no verbal en relación a las personas con síndrome de Down es de suma importancia porque suele ser lo primero que entienden. En general cuando hay una inadecuación entre lo que se dice y el cómo se dice, el contenido de la información se suele interpretar por el lenguaje no verbal, es decir, cómo se ha emitido. A continuación, se señalan, entre otros, algunos aspectos significativos de la comunicación no verbal:

- **La mirada:** Indica que atendemos a alguien, que nos interesa lo que dice, que nos importa. La mirada es una llave importante que abre y cierra los canales de comunicación a la vez que regula los turnos en el uso de la palabra, es decir cuando hay que hablar y cuando hay que escuchar. Hay que tener en cuenta que las personas que miran a la cara cuando se comunican, manifiestan tener mayores habilidades sociales en las relaciones interpersonales.
- **La expresión facial:** Debe ser coherente con el contenido del mensaje. Una de las más impor-

tantes expresiones de ánimo, que todos conocemos es la sonrisa que transmite tranquilidad y que en general crea un clima muy beneficioso en cualquier situación.

- **Los gestos:** Sirven para ilustrar, enfatizar y /o sustituir lo que se puede expresar con las palabras. Tanto los gestos como el contacto físico y la postura corporal sirven para manifestar actitudes en el proceso de comunicación, tales como cercanía, afecto, enfado, poder, encuentro y colaboración.
- **Los contextos:** Es definitivo tener en cuenta cuando nos comunicamos los contextos en los que transmitimos la información y los lugares en los que estamos. Así mismo hay que tener en cuanto la presencia o ausencia de otras personas ya que este dato puede modificar lo que decimos por la significación que tiene para quien escucha ante la presencia de otras personas en su entorno.
- **Tono y volumen de voz:** No olvidemos que para articular bien es necesario pronunciar con claridad y que las inflexiones de voz mantienen la atención y que al modular el tono de voz se expresa mejor lo que queremos transmitir. De igual manera, el ritmo lento enfatiza y da más importancia a lo que comunicamos.

La comunicación verbal por lo general es un acto consciente. Cuando hablamos o nos hablan solemos prestar nuestra atención al significado del discurso. Por el contrario, la comunicación no verbal se desarrolla en la penumbra del inconsciente. Lo no verbal surge del campo de las emociones, sentimientos, estados de ánimo. Por esta razón es de gran importancia lo que expresa la comunicación no ver-

bal. La mirada puede expresar ternura, gratitud, odio, desprecio, miedo y el tono de voz energía, rabia, impaciencia, pena, apatía, indiferencia.

Ante este complejo panorama, la comunicación requiere tener una serie de habilidades que nos permitan captar los mensajes de nuestro interlocutor de una forma adecuada. Algunas de estas habilidades son, escuchar activamente, resumir, hacer preguntas y empatizar. Desarrollando estas habilidades conseguiremos captar mejor la información, estimular a nuestro interlocutor a que se comunique con tranquilidad, entender las señales que acompañan a su expresión verbal y lograr que la persona con la que nos comunicamos se sienta comprendida.

¿QUÉ SUPONE EN TÉRMINOS PERSONALES HACER VOLUNTARIADO CON PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN?

- Es una oportunidad para aportar y aprender.
- Contribuirás a la lucha contra los estereotipos, los prejuicios y las prácticas nocivas.
- Podrás ayudar a la toma de conciencia respecto a las capacidades y aportaciones de las personas con discapacidad a la sociedad.
- Estarás apoyando a un colectivo vulnerable en favor de su autonomía y plena inclusión social.

DERECHOS Y OBLIGACIONES DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

La Ley 45/2015, de 14 de octubre, de Voluntariado establece los derechos y obligaciones que tienen las personas voluntarias. Es aconsejable conocerlos:

Derechos:

- a) **Recibir** regularmente durante la prestación de su actividad, **información, orientación y apoyo**, así como los **medios materiales** necesarios para el ejercicio de las funciones que se les encomienden.
- b) **Recibir** en todo momento, a cargo de la entidad de voluntariado, y adaptada a sus condiciones personales, la **formación necesaria** para el correcto desarrollo de las actividades que se les asignen.
- c) **Ser tratadas en condiciones de igualdad, sin discriminación, respetando su libertad, identidad, dignidad** y los demás derechos fundamentales reconocidos en los convenios, tratados internacionales y en la Constitución.
- d) **Participar activamente en la organización en que se inserten**, colaborando en la elaboración, diseño, ejecución y evaluación de los programas o proyectos, de acuerdo con sus estatutos o normas de aplicación y, en la medida que éstas lo permitan, en el gobierno y administración de la entidad de voluntariado.
- e) **Estar cubiertos, a cargo de la entidad de voluntariado, de los riesgos de accidente y enfermedad derivados directamente del ejercicio de la acción voluntaria** y de responsabilidad civil en los casos en los que la legislación sectorial lo exija, a través de un seguro u otra garantía financiera.
- f) **Ser reembolsadas por la entidad de voluntariado de los gastos realizados en el desempeño de sus actividades**, de acuerdo con lo previsto

en el acuerdo de incorporación y teniendo en cuenta el ámbito de actuación de voluntariado que desarrollen.

- g) **Disponer de una acreditación identificativa de su condición de voluntario** en la que conste, además, la entidad de voluntariado en la que participa.
- h) **Realizar su actividad de acuerdo con el principio de accesibilidad universal** adaptado a la actividad que desarrollen.
- i) **Obtener reconocimiento de la entidad de voluntariado**, por el valor social de su contribución y por las competencias, aptitudes y destrezas adquiridas como consecuencia del ejercicio de su labor de voluntariado.
- j) **Que sus datos de carácter personal sean tratados y protegidos** de acuerdo con las normas vigentes en relación con la protección de datos de carácter personal.
- k) **Cesar en la realización de sus actividades como voluntario en los términos establecidos en el acuerdo de incorporación.**

Deberes:

- a) **Cumplir los compromisos adquiridos con las entidades de voluntariado en las que se integren**, reflejados en el acuerdo de incorporación, respetando los fines y estatutos de las mismas.
- b) **Guardar la debida confidencialidad** de la información recibida y conocida en el desarrollo de su acción voluntaria.

c) **Rechazar cualquier contraprestación material o económica** que pudieran recibir bien de las personas destinatarias de la acción voluntaria, bien de otras personas relacionadas con su acción voluntaria.

d) **Respetar los derechos de las personas destinatarias** de la acción voluntaria en los términos previstos en el artículo 16.

e) **Actuar con la diligencia debida y de forma solidaria.**

f) **Participar en las tareas formativas previstas** por la entidad de voluntariado para las actividades y funciones confiadas, así como en las que con carácter permanente se precisen para mantener la calidad de los servicios que presten.

g) **Seguir las instrucciones de la entidad de voluntariado** que tengan relación con el desarrollo de las actividades encomendadas.

h) **Utilizar debidamente la acreditación personal y los distintivos de la entidad de voluntariado.**

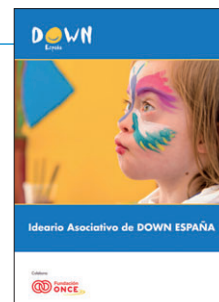
i) **Respetar y cuidar los recursos materiales** que ponga a su disposición la entidad de voluntariado.

j) **Cumplir las medidas de seguridad y salud** existentes en la entidad de voluntariado.

l) **Observar las normas sobre protección y tratamiento de datos de carácter personal** de acuerdo con las normas vigentes en relación con la protección de datos de carácter personal.

PARA SABER MÁS

Ideario asociativo de DOWN ESPAÑA



El síndrome de Down hoy



¿Me puede tocar a mí?



Comunicación y apoyos a personas con discapacidad intelectual



ENTIDADES FEDERADAS DOWN ESPAÑA:

ANDALUCÍA

DOWN ANDALUCÍA. ANDADOWN
(Federación Andaluza de Asociaciones
de Síndrome Down)
C/Tierra, 5 Acceso A.
41020 – Sevilla.
Tlfno.: 954 51 67 75. Fax: 954 51 40 06.
E-mail: coordinacion@downandalucia.org.
<http://www.downandalucia.org>.

DOWN GRANADA
C/ Perete, 36.
18014 – Granada.
Tlfno.: 958 15 16 16.
E-mail: asociacion@downgranada.org.
www.downgranada.org.

BESANA. ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN
CAMPO DE GIBRALTAR
C/ San Nicolás 1, Edificio Mar bajo.
11207 – Algeciras (Cádiz).
Tlfno.: 956 60 53 41. Fax: 956 60 53 41.
Móvil 666 19 72 41.
E-mail: besana@hotmail.com.

DOWN CÁDIZ. LEJEUNE
C/ Periodista Federico Joly, s/n.
11012 – Cádiz.
Tlfno.: 956 29 32 01 / 616 324 544.
Fax: 956 29 32 02.
E-mail: downcadiz@gmail.com.
www.downcadiz.com.

ASODOWN. ASOCIACIÓN SÍNDROME DE
DOWN (DOWN CHICLANA)
Ctra. La Barrosa. Parque Público "El Campito", s/n.
11130 – Chiclana de la Frontera (Cádiz).

E-mail: asodown@hotmail.com.
<http://www.asodown.com>.
Tlfno.: 956 53 78 71. Fax: 956 53 78 71.

ASOCIACIÓN DOWN JEREZ ASPANIDO
C/ Zaragoza, 9.
11402 – Jerez de la Frontera (Cádiz).
Tlfno.: 956 32 30 77. Móvil: 647 466 042.
E-mail: administracion@downjerezspanido.org.
www.downjerezspanido.org.

ASOCIACIÓN CENTRO DOWN. CEDOWN
Plaza de los Ángeles, parcela 9, local 5.
11403 – Jerez de la Frontera (Cádiz).
Tlfno.: 956 33 69 69 Fax: 956 33 69 69.
E-mail: cedownjerez@gmail.com.
www.cedown.org.

DOWN BARBATE. ASQUIPU
C/ Julio Romero de Torres nº8-10.
11160 – Barbate (Cádiz).
Tlfno.: 956 43 45 53. Fax: 956 43 35 46
E-mail: down@asiquipu.com.
www.asiquipu.com.

DOWN ALMERÍA - ASALSIDO
C/ José Morales Abad, 10.
04007 – Almería.
Tlfno.: 950 26 87 77. Fax: 950 26 28 07
E-mail: almeria@asalsido.org.
www.asalsido.org.

DOWN CÓRDOBA
C/ María la Judía, s/n.
14011 – Córdoba.
Tlfno.: 957 49 86 10 / 676 98 61 95.
Fax: 957 40 15 16.
E-mail: administracion@downcordoba.org.
www.downcordoba.org.

DOWN JAÉN Y PROVINCIA

C/ Federico Mayor Zaragoza s/n.

Edificio Down Jaén.

23009 – Jaén.

Tlfno.: 953 26 04 13. Fax: 953 08 53 33.

E-mail: info@downjaen.org.

DOWN MALAGA

C/ Pierrot, 27.

29006 – Málaga.

Tlfno.: 952 274 040. Móvil 665 67 82 04

E-mail: downmalaga@downmalaga.com.

www.downmalaga.com.

DOWN DE RONDA Y LA COMARCA - ASIDOSER

C/ Lauria, 37-B, Local 1.

29400 – Ronda (Málaga).

Tlfno. : 952 87 29 79 Fax: 952 87 29 79.

E-mail: asidoser@telefonica.net.

DOWN 21 SEVILLA PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN.

C/ Enrique Marco Dorta, Nº 2 Acceso a Local Bajo.

41018 – Sevilla.

Tlfno.: 954 41 80 30 / 954 41 95 94.

Fax: 954 41 98 99.

E-mail: tsocial@aspanri.org/

aspanri@aspanri.org www.aspanri.org.

Asociación Provincial Síndrome de Down de Sevilla.

Avda. Cristo de la Expiración, s/n, bajos, Local 4.

41001 – Sevilla.

Tlfno.: 954 90 20 96. Fax: 954 37 18 04.

E-mail: info@downsevilla.org.

www.downsevilla.org.

DOWN HUELVA AONES

Calle Tesoro del Carambolo sn.

21007 – Huelva.

Tlfno.: 959 50 59 14 / 651 170 929.

E-mail: aoneshuelva@hotmail.com.

www.nuestronombre.es/aones.

DOWN EL EJIDO

C/ Cuenca nº 2, Bajo.

04700 – El Ejido (Almería).

Tlfno.: 950 48 76 43 Fax: 950 48 76 43.

E-mail: ejido@asalsido.org.

www.downelejido.org.

DOWN HUELVA. VIDA ADULTA

Dirección Fiscal: C/ Rascón, 24 1ºB.

21001 – Huelva.

Local para envío de Documentación administrativa: Plaza de La Malagueña, Bloque 30-31.

21006 – Huelva.

Tlfno.: 959 22 39 90 / 602 81 22 88.

E-mail: avadi-downhuelva@hotmail.com.

FUNDACIÓN DOWN JÉREZ ASPANIDO

C/ Zaragoza, 9.

11402 – Jerez de la Frontera (Cádiz).

Tlfno.: 956 32 30 77 Móvil: 647 466 042.

E-mail: administracion@downjerezaspanido.org.

www.downjerezaspanido.org.

FUNDACIÓN LOS CARRILES

Polígono industrial Rubira Sola.

C/ Olula del Río,3.

04867 – Macael (Almería).

Tlfno.: 950128265/ 625398675.

www.fundacionloscarriles.com.

ARAGÓN

DOWN HUESCA

Avda. de los Danzantes, 24. Bajo.

22005 – Huesca.

Tlfno.: 974 22 28 05 Fax: 974 22 28 05.

E-mail: adminis@downhuesca.com.
www.downhuesca.com.

DOWN ZARAGOZA
C/ Lagos de Coronas, 30-34.
50011 – Zaragoza.
Tlfno.: 976 38 88 55. Fax: 976 38 88 55.
E-mail: fundacion@downzaragoza.org.

UP& DOWN ZARAGOZA
C/ Luis Oro 9, 2º izquierda
50005 – Zaragoza.
Tlfno.: 671 589 959.
E-mail info@upanddown.es.

ASTURIAS

DOWN PRINCIPADO DE ASTURIAS
C/ Historiador Juan Uría, 11.
33011 – Oviedo.
Tlfno.: 98 511 33 55. Fax: 98 511 69 26.
E-mail: downasturias@downasturias.org.
www.downasturias.org.

BALEARES

FUNDACIÓN ASNIMO.
Ctra. Palma - Alcudia, Km. 7,5.
07141 – Marratxi (Baleares).
Tlfno.: 971 60 49 14. Fax: 971 60 49 98.
E-mail: asnimo@asnimo.com.
www.asnimo.com.

DOWN MENORCA
Avenida Menorca, 27 Local 1.
07703 – Mahón.
Tlfno.: 871 59 07 00.
E-mail: info@downmenorca.org.

FUNDACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE ISLAS
BALEARES (FSDIB)
Ctra. de Palma-Alcudia Km. 7,5.
7141 – Marratxi.
Tel.: 971 604 995. Móvil: 636 736 026.
E-mail: asnimotutela@hotmail.com;
direccion@fsdib.es

CANARIAS

ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE LAS
PALMAS
C/ Eusebio Navarro, 69, 3º.
35003 Las Palmas de Gran Canaria.
Tlfno.: 928 36 80 36. Móvil: 674 12 22 14.
E-mail: info@downlaspalmas.com.
www.downlaspalmas.com.

DOWN TENERIFE. TRISÓMICOS 21
C/ Henry Dunant S/N.
IES José de Anchieta 2ª Planta.
38203 San Cristóbal de la Laguna (Tenerife).
Tlfno.: 922 26 11 28. Fax: 922 26 11 28.
E-mail: asociacion21@gmail.com.
www.downtenerife.com.

CANTABRIA

FUNDACIÓN SÍNDROME DE DOWN
DE CANTABRIA
Pº General Dávila, 24 A, 1º C.
39005 – Santander.
Tlfno.: 942 27 80 28
E-mail: administracion@downcantabria.com.

CASTILLA Y LEÓN

DOWN CASTILLA Y LEÓN
C/ Alcotán 35 local.
47012 – Valladolid.

Tlfno.: 983 22 78 06. Fax: 983 22 78 06.
E-mail: downcyl@downcastillayleon.es.
www.downcyl.org,

DOWN ÁVILA

Avda de España nº 35, bajo.
05004 – Ávila.
Tlfnos.: 920 25 62 57 / 22 26 40.
Fax: 920 25 34 48.
www.downavila.es

DOWN LEÓN. AMIDOWN

Calle San Antonio s/n. Grupo Escolar Cervantes.
24008 – León.
Tlfno.: 987 08 49 48. Fax: 987 80 79 48.
E-mail: amidown@amidown.org.
www.amidown.org.

DOWN BURGOS

Paseo de Pisones, 49.
09001 – Burgos.
Tlfno.: 947 20 94 02. Tlfno Cepap.: 947 27 41 22.
E-mail: gerencia@sindromedownburgos.org;
downburgos@sindromedownburgos.org;
administracion@sindromedownburgos.org
www.sindromedownburgos.org

ASDOPA. ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE PALENCIA

C/ Antonio Álamo Salazar, 10 bajo.
34004 – Palencia.
Tlfno: 979 71 09 13 Fax: 979 71 09 13.
E-mail: downpalencia@downcastillayleon.es.

DOWN SALAMANCA

C/ Francisco Gil, 11-13.
37003 – Salamanca.
Tlfno.: 923 18 79 03. Fax: 923 18 79 03
E-mail: downsalamanca@downcastillayleon.es
www.downsalamanca.org

DOWN SEGOVIA

Centro Integral de Servicios Sociales CISS.
C/ Andrés Reguera, s/n (Bº de la Albuerca).
40004 – Segovia.
Tlfno.: 921 44 33 95.
E-mail: asidosegovia@gmail.com.
www.downsegovia.es.

ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE ZAMORA

C/ San Lázaro, 6, 2º E.
49025 – Zamora.
Tlfno.: Domicilio social: 980 51 08 64.
E-mail: sousasan06@gmail.com /
a.s.down.zamora@gmail.com.

DOWN VALLADOLID.

Plaza Uruguay, s/n (Arturo Eyrías).
47014 – Valladolid. Apartado de correos 5353.
Tlfno.: 983 22 09 43. Fax: 983 22 81 26.
E-mail: downvalladolid@downcastillayleon.es.
www.downvalladolid.org.

FUNDABEM. FUNDACIÓN ABULENSE PARA EL EMPLEO

C/ Río Tera, Nº 17. Polígono de las Hervencias.
05004 – Ávila.
Tlfnos: 920 22 39 47 / 920 35 10 54 /
649 440 257.
Email: dirprogramas@fundabem.es.
www.fundabem.com.

CASTILLA LA MANCHA

FEDERACION DOWN CASTILLA LA MANCHA

Vivero de Empresas.
Calle de Dinamarca, 4. Planta 3, modulo nº1
45005 Toledo
Tlfno.: 925 114 555. Móvil: 697 942 238
E-mail: federacion@downcastillalamanca.org

DOWN CIUDAD REAL. CAMINAR
C/ Socuellamos nº3.
13005 – Ciudad Real.
Tlfno.: 926 21 47 02.
Centro atención temprana: 926 21 47 02.
E-mail: downcaminar@downcaminar.org.

DOWN GUADALAJARA
C/ Tomás Camarillo Nº 21.
19005 – Guadalajara.
Tlfno.: 949 22 27 44. Móvil: 607 61 22 39.
Fax: 949 22 27 44.
E-mail: administracion@downguadalajara.org.

DOWN TOLEDO
C/ Río Marches, parcela 44 nave 2.
45007 – Toledo.
Tlfno.: 925 23 41 11. Fax: 925 24 50 09.
E-mail: administracion@downtoledo.org.
www.downtoledo.org.

DOWN CUENCA. ADOCU
Paseo del Pinar s/n, chalet.
16003 – Cuenca.
Tlfno.: 969 21 13 29. Fax: 969 21 13 29.
E-mail: asindocu@hotmail.com.

ASOCIACIÓN aDown. Asociación SD Valdepeñas
C/ Bataneros, 7
Apdo. de Correos 270
13.300 – Valdepeñas (Ciudad Real).
Tlfno.: 926 32 01 68. Móvil: 686 23 72 80.
E-mail: asociacionadown@gmail.com.
www.adown.es.

ASOCIACIÓN DOWN TALAVERA
Sede: Avda. de Madrid s/n.
Instituto de Ciencias de la Salud, 2ª planta.
45600 – Talavera de la Reina.

Tlfno.: 652 49 29 89.
E-mail: administracion@downtalavera.org.
www.downtalavera.org.

CATALUÑA

COORDINADORA SINDROME DE DOWN DE
CATALUNYA-DOWN CATALUNYA
C/ Pere Vergés, Nº 1 planta 8, Puerta 7.
08020 – Barcelona.
Tlfno.: 93 278 08 11.
E-Mail: info@sindromedown.cat.
www.sindromedown.cat.

DOWN LLEIDA
Plaça Sant Pere, 3 baixos.
25005 – Lleida.
Tlfno.: 973 22 50 40. Fax: 973 22 50 40.
E-mail: info@downlleida.org.
www.downlleida.org.

FUNDACIÓ PROJECTE AURA
Rda. General Mitre, 174.
08006 – Barcelona.
Tlfno.: 93 417 76 67. Fax: 93 418 43 17.
E-mail: info@aurafundacio.org.
www.aurafundacio.org.

DOWN GIRONA. ASTRID 21
C/ Riera de Mus ,1.
17003 – Girona.
Tlfno.: 972 23 40 19. Fax: 972 22 27 48.
www.astrid21.org.

ANDI.DOWN SABADELL
Calle de la República nº 35-39.
08202 – Sabadell.
Tlfno.: 93 725 07 99.
Administración 608 79 28 23.

At. Psicopedagògica: 608 792 823.
At. Inserción laboral: 608 792 826.
E-mail: info@andisabadell.org.
www.andisabadell.org.

DOWN TARRAGONA
Paseo Misericordia Nº 28 Bajos 1.
43205 – Reus (Tarragona).
Tlfno.: 977 756 536. Móvil: 695 177 108 /09.
E-mail: info@downtarragona.org.
www.downtarragona.org.

FUNDACIÓN CATALANA SÍNDROME DE DOWN
C/ Comte Borrell, 201-203, entresuelo.
0802 – Barcelona (Cataluña).
Tlfno.: 932 157 423. Fax 932 157 699.
E-mail: efranquet@fcsd.org.
www.fcsd.org/es/.

FUNDACIÓN TALITA
Santaló, 10 2º1ª.
08021– Barcelona
Tlfno.: 93 434 43 55. Móvil 902 302 203.
Fax 93 434 43 55.
E-mail: info@fundacionalita.org.
www.fundacionalita.org.

CEUTA

DOWN CEUTA
C/ Velarde, 25. Edificio “Don Manuel” – Bajo, 1.
51001 – Ceuta.
Tlfno.: 956 51 03 85.
Coordinadora del centro, Marina 657 60 36 16.
Fax: 956 51 69 83.
E-mail: downceuta@hotmail.com.

EXTREMADURA

DOWN EXTREMADURA
C/ José Hierro, s/n.
06800 – Mérida (Badajoz).
Tlfnos.: 924 33 07 37/ 924 31 71 50.
Fax: 924 31 79 98.

DOWN MÉRIDA
C/ José Hierro, s/n.
06800 – Mérida (Badajoz).
Tlfno.: 924 31 71 50. Móvil: 618 653 287.
E-mail: direccion@downmerida.com.
programas@downmerida.com.
www.downmerida.com.

DOWN BADAJOZ.
Asociación Síndrome de Down de Badajoz
Avda. María Auxiliadora, nº 2.
06011 – Badajoz.
Tlfno.: 924 25 91 35. Fax: 924 25 91 35.
E-mail: somosdownbadajoz@gmail.com

DOWN ZAFRA
Avda. de la Estación, 105.
06300 Zafra (Badajoz).
Tlfno.: 924 555 763.
E-mail: direccion@downzafra.org.

DOWN DON BENITO – VVA DE LA SERENA
Centro Educativo Municipal.
C/ San Juan, 3- 2ª Planta.
06400 Don Benito (Badajoz).
Tlfno.: 924 808 160.
E-mail: direccion@downdonbenito.es.

DOWN PLASENCIA
Avda. Virgen del Puerto, s/n.
(C. Menores Valcorchero).

Notificaciones al: Apdo Correos 136.
10600 – Plasencia (Cáceres).
Tlfno.: 927 42 63 90. Móvil: 630 790 755
Fax: 927 42 63 90.
E-mail: direccion@downplasencia.org.

DOWN CÁCERES – Asociación Síndrome de
Down de Cáceres.
Plaza de Espíritu Santo, s/n.
10005 – Cáceres.)
Tlfnos.: 927 22 74 35 / 927 21 22 33.
Móvil Gerente: 655 00 88 34.
E-mail: direccion@downcaceres.org.

GALICIA

FEDERACIÓN DOWN GALICIA
Rúa Alejandro Novo González, 1.
15706 – Santiago de Compostela (A Coruña).
Tlfno.: 981 58 11 67. Fax: 981 53 44 56.
E-mail: downgalicia@downgalicia.org.
www.downgalicia.org.

DOWN FERROL. TEIMA
C/ Álvaro Cunqueiro Nº1 Entlo.
15403 – El Ferrol (La Coruña).
Tlfno.: 981 32 22 30. Fax: 981 32 22 30.
E-mail: teimadownferrol@teimadownferrol.org.
www.down-teima.iespana.es.

DOWN LUGO
C/ Miguel de Cervantes, 34 bajo.
27003 – Lugo.
Tlfno.: 982 24 09 21. Fax: 982 24 09 21.
E-mail: downlugo@downlugo.org.
www.downlugo.org.

DOWN PONTEVEDRA “XUNTOS”
C/Gorgullón, 41.
36003 – Pontevedra

Tlfno.: 986 86 55 38. Fax: 986 86 55 38.
E-mail: xuntos@downgalicia.org.
www.downxuntos.org.

DOWN VIGO
C/ Portela, nº 48, bajo.
36214 – Vigo (Pontevedra).
Tlfno.: 986 20 16 56.
E-mail: downvigo@downvigo.org.

DOWN COMPOSTELA - FUNDACIÓN
Rúa Alejandro Novo González, 1.
15706 – Santiago de Compostela (La Coruña).
Tlfno.: 981 56 34 34.
E-mail: fundacion@downcompostela.org.
www.downcompostela.org.

DOWN CORUÑA
Avda. Pedralonga, s/n.
15009 – A Coruña.
Tlfno.: 981 26 33 88.
E-mail: administracion@downcoruna.org.
www.downcoruna.org.

DOWN OURENSE
C/ Francisco Huerta y Vega nº 1 bajo izquierda.
32004 – Ourense.
Tlfno.: 988 37 03 13. Fax: 988 37 03 13.
E-mail: downourense@downgalicia.org.
www.downourense.org.

MADRID

FUNDACIÓN APROCOR
C/ Vicente Morales, 5.
28043 – Madrid.
Tlfno.: 91 388 63 67. Fax: 91 721 97 96.
E-mail: sonia.arguello@fundacionaprocor.com.
fundacion@fundacionaprocor.com.
www.aprocor.com.

ASOCIACIÓN DANZA DOWN
"Compañía Elías Lafuente".
C/ De la Costa Verde, 15.
28029 – Madrid.
Tlfno.: 913568601. Movil: 685 64 65 41.
E-mail: danzadownelias@gmail.com.
www.danzadown.es.

ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE TRES
CANTOS. SONRISAS DOWN
C/ Travesía Brisa, 6-5ºB
28760 Tres Cantos
Tlfno.: 918032339. Móvil: 640 06 28 11.
E-mail: sonrisasdown@gmail.com.

FUNDACIÓN UNICAP
C/Cerro de Álamos Blancos, 66.
28035 – Madrid.
E-mail: mestacio@fundacionunicap.org.
info@fundacionunicap.org.
Tlfno.: 626 097 314.
www.fundacionunicap.org.

MURCIA

ASIDO CARTAGENA. ASOCIACIÓN PARA LA
ATENCIÓN INTEGRAL DE LAS PERSONAS CON
SÍNDROME DE DOWN DE CARTAGENA Y SUS
FAMILIAS.
Avda. de Génova nº 7 , Polígono Residencial
Santa Ana.
30319 – Cartagena (Murcia).
Tlfno.: 968 51 32 32. Fax: 968 5163 07.
E-mail: correo@asidocartagena.org.

FUNDOWN
Fundación Síndrome de Down Región de Murcia
Pº Escultor Juan González Moreno 2.
30002 – Murcia.

Tlfno.: 968 22 52 79. Fax: 968 22 53 66.
E-mail: fundown@fundown.org.
cati@fundown.org. www.fundown.org.

ASSIDO MURCIA. ASOCIACIÓN PARA PERSONAS
CON SÍNDROME DE DOWN
Plaza Bohemia, 4.
30009 – Murcia.
Tlfno.: 968 29 38 10. Fax: 968 28 29 42.
E-mail: info@assido.org.
www.assido.org.

DOWN MURCIA. AyNOR
C/ Luis Vives, 1-B.
30110 – Cabezo de Torres (Murcia).
Tlfno.: 608 24 80 36.
E-mail: aynorjoven@gmail.com.

AGUILAS DOWN
C/ Marín Menú, 4 bajo.
30880 – Águilas (Murcia).
Tlfno.: 968 41 24 08. Móvil: 626 760 291.
E-mail: aguilasdown@gmail.com.

DOWN LORCA
Calle Lope Gisbert, Nº26.
30800 – Lorca (Murcia).
Tlfno.: 680 788 651 (Pepe Ortuño-presidente).
669 252 736 (Mª Ángeles Espín-Vicepresidenta).
E-mail: downlorca@hotmail.com.

DOWN CIEZA
C/Constitución, 23, bajo.
30530 – Cieza (Murcia).
Tlfno.: 606 55 20 08.
E-mail: downcieza@gmail.com.

NAVARRA

DOWN NAVARRA
ASOCIACION SINDROME DOWN DE NAVARRA
Calle Cataluña, 18 bajo.
31006 – Pamplona (Navarra).
Tlfno.: 948 26 32 80 Fax: 948 26 32 80
E-mail: administracion@sindromedownnavarra.org.
www.sindromedown.navarra.org.

PAÍS VASCO

DOWN ARABA. ISABEL ORBE.
C/ Castillo de Lantarón nº8 Bajo.
01007 – Vitoria.
Tlfno.: 945 22 33 00.
E-mail: coordinacion@downaraba.org.

FUNDACIÓN SINDROME DE DOWN Y OTRAS
DISCAPACIDADES PAIS VASCO-FSDPV
C/ Virgen de Begoña, 12-14 Trasera.
48006 – Bilbao.
TlfnoS.: 944 790 284 / 946 611 222.
E-mail: down@downpv.org.

LA RIOJA

DOWN LA RIOJA. ARSIDO
Plaza Martínez Flamarique nº 8- Bajo 1.
26004 – Logroño (La Rioja).
Tlfno.: 941 27 25 95.
E-mail: roberto.vitoria@arsido.org.
www.arsido.org.

VALENCIA

ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN
DE CASTELLÓN
Avda. Alcora, 130, 1º Edificio Bancaja.
12006 – Castellón.
Tlfno.: 964 25 14 27.
E-mail: info@downcastellon.com.
www.downcastellon.com.

FUNDACIÓN SÍNDROME DE DOWN
DE CASTELLÓN
Avda. Alcora, 132, Bajo.
12006 – Castellón.
Tlfno.: 964 25 14 27 / 25 05 43.
E-mail: administracion@downcastellon.com.
www.downcastellon.com.

DOWN ALICANTE – ASOCIACIÓN ALICANTINA
DE SINDROME DOWN
Local para envio de Documentación administra-
tiva: C/ Alberola, 5. Entresuelo. 03007. Alicante.
Sede Social: C/ Médico Pedro Herrero 1, bajo A.
03006 Alicante.
Tlfno.: 96 511 70 19. Fax: 96 511 70 19.
E-mail: downalicante@downalicante.org.
www.downalicante.org.

DOWNVAL “TREBALLANT JUNTS”
C/ Calle Guardia Civil 23, esc. 3, pta 3.
46020 – Valencia.
Tlfno. : 667 22 07 21.
E-mail: administración@downvalencia.es.

Manual sobre Voluntariado con personas con síndrome de Down



www.sindromedown.net
www.mihijodown.com
www.centrodocumentaciondown.com
www.creamosinclusion.com

ANDALUCÍA: Down Andalucía · Down Almería-Asalsido · Asodown · Down 21 Sevilla · Down Barbate-Asiquipu · Besana-Asociación Síndrome de Down Campo de Gibraltar · Down Cádiz-Lejeune · Cedown · Down Córdoba · Down El Ejido · Down Granada · Down Huelva-Aones · Down Huelva Vida Adulta · Down Jaén · Down Jerez-Aspanido Asociación · Down Jerez-Aspanido Fundación · Down Málaga · Down Ronda y Comarca · Down Sevilla y Provincia · Fundación Los Carriles **ARAGÓN:** Down Huesca · Down Zaragoza · Up & Down Zaragoza **ASTURIAS:** Down Principado de Asturias **BALEARES:** Fundación Asnimo · Fundación Síndrome de Down Islas Baleares · Down Menorca **CANARIAS:** Down Las Palmas · Down Tenerife-Trisómicos 21 **CANTABRIA:** Fundación Síndrome de Down de Cantabria **CASTILLA Y LEÓN:** Down Castilla y León · Down Ávila · Down Burgos · Down León-Amidown · Down Palencia-Asdopa · Down Salamanca · Down Segovia-Asidos · Down Valladolid · Asociación Síndrome de Down de Zamora · Fundabem **CASTILLA LA MANCHA:** Down Castilla La Mancha · aDown Valdepeñas · Down Ciudad Real-Caminar · Down Cuenca · Down Guadalajara · Down Talavera · Down Toledo **CATALUÑA:** Down Catalunya · Down Sabadell-Andi · Down Girona-Astrid 21 · Down Lleida · Down Tarragona · Fundació Catalana Síndrome de Down · Fundació Projecte Aura · Fundación Talita **CEUTA:** Down Ceuta **EXTREMADURA:** Down Extremadura · Down Badajoz · Down Cáceres · Down Don Benito-Villanueva de la Serena · Down Mérida · Down Plasencia · Down Zafra **GALICIA:** Down Galicia · Down Compostela Fundación · Down Coruña · Down Ferrol-Teima · Down Lugo · Down Ourense · Down Pontevedra-Xuntos · Down Vigo **MADRID:** Danza Down · Fundación Apracor · Sonrisas Down · Fundación Unicap **MURCIA:** Águilas Down · Asido Cartagena · Asido Murcia · Down Cieza · Down Murcia-Aynor · Fundown · Down Lorca **NAVARRA:** Down Navarra **PAÍS VASCO:** Down Araba-Isabel Orbe · Fundación Síndrome de Down del País Vasco **LA RIOJA:** Down La Rioja Arsidio **COMUNIDAD VALENCIANA:** Down Alicante · Asociación Síndrome de Down de Castellón · Fundación Síndrome de Down Castellón · Downval-Treballant Junts

Síguenos en:

