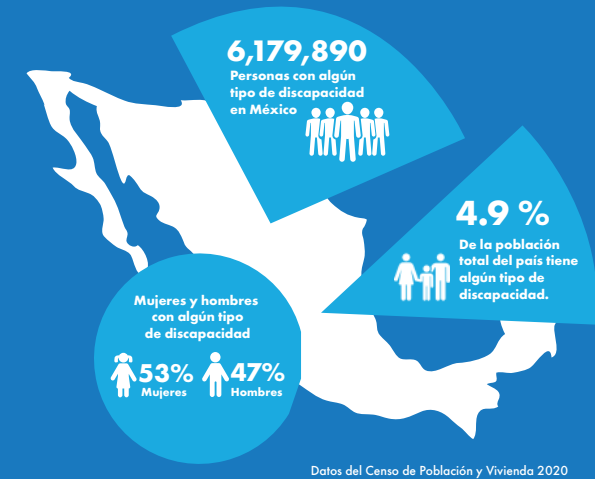


# ¿Qué es la discapacidad intelectual?

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.



## CAPACITACIÓN E INCLUSIÓN LABORAL



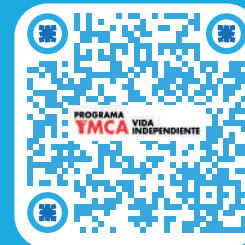
# PROGRAMA YMCA VIDA INDEPENDIENTE

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

### Visítanos



Cómo llegar



Sitio web

Escanea QR

### Contáctanos

ymcaespecial@gmail.com

55 5590 7254 / 55 5698 5712

Canal de Othenco 162, Col. Barrio Santiago Norte. Iztacalco, CDMX 08240

ymca.org.mx/PY\_Vida\_Ind

@YMCAespecial

@ymcaeducacionespecial





# 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**



**Inclusión laboral**  
Capacitación, empleo y seguimiento.



**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

### NUESTROS VALORES

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

## PROGRAMAS

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

En **Capacitación e Inclusión Laboral** se desarrollan habilidades para obtener y mantener un empleo con seguimiento.

**Club Social** es un espacio de convivencia con actividades recreativas y de ocio.