

## CLUB DE OCIO ASPANIAS

Juana María Sánchez Aniorte

E-mail: [aspaniaselche@hotmail.com](mailto:aspaniaselche@hotmail.com)

*Nuestra participación en este encuentro de ocio y tiempo libre, pretende ser un foro de reflexión e intercambio de experiencias con respecto al ocio en las personas con discapacidad. Las investigaciones sobre este tema demuestran la importancia del ocio positivo en la mejora de calidad de vida de estas personas. Desde los centros de ocio se pretende desarrollar habilidades sociales para potenciar la capacidad de autogestión del ocio y el tiempo libre en las personas con discapacidad.*

El Club de Ocio, es un centro de ocio y tiempo libre dependiente de ASPANIAS, constituye un punto de encuentro para un grupo de personas que acuden cada fin de semana a disfrutar de las actividades que en él se programan.

Mediante actividades lúdicas, se pretende conseguir la integración de personas con discapacidad en múltiples contextos como: cultura, arte, música, deporte, entretenimiento, fiestas, juegos...El ocio es un recurso muy atractivo para conseguirlo, a todos nos gusta disfrutar de nuestro ocio y hacerlo a través de actividades agradables y placenteras. Hay quien prefiere pasar la tarde en una cafetería, otros sin embargo prefieren pasear o ir al cine o visitar una exposición cultural.

Para que existan estas preferencias previamente se han tenido que ofertar un repertorio de actividades de ocio para que las personas con discapacidad puedan elegir y decidir en cuál implicarse. En el Club de Ocio se ofrece esta variedad de alternativas para pasar el tiempo libre, con el fin de posibilitar su participación en numerosas actividades de la forma más normalizada e integradora posible.

Dentro de los objetivos del Club de Ocio destacan primordialmente el de ofrecer apoyos para acceder a recursos comunitarios, motivar a la persona hacia la toma de decisiones y la participación, y otro muy importante: el potenciar el deporte como vía de incorporación social de la persona con discapacidad, pues a través de él se consigue mejorar la calidad de vida. Las actividades deportivas (partidos de fútbol, utilización de instalaciones deportivas, ..) resultan muy beneficiosas, pues la inmensa mayoría no tiene hábitos deportivos y no conoce las ventajas de practicarlos, por ello la necesidad de potenciarlos.

El Club de Ocio organiza actividades específicas para las personas con discapacidad, pero lo que realmente pretende es

dotarles de habilidades para que por ellas mismas puedan acceder a todos los medios y recursos que ofrezca la comunidad. Se pretende crear más líneas de actuación ofreciendo apoyos necesarios para desarrollar su autonomía, de manera que por sí mismas tomen decisiones, expresen sus necesidades, gustos e intereses, oferten sus propias actividades y sepan participar en ellas teniendo un ocio lo más normalizado posible en el entorno en el que viven.

*Juana María Sánchez Anierte  
Coordinadora del Club de Ocio*