

Creando Conexiones Sociales

Establecer y mantener conexiones sociales es importante para desarrollar relaciones significativas. Las relaciones significativas y las experiencias sociales positivas son cruciales para facilitar la inclusión social y contribuyen a la calidad de vida. Estos son recursos en el área del norte de Virginia que ofrecen oportunidades sociales y recreativas para adultos jóvenes con discapacidades intelectuales y del desarrollo. Muchos de los programas se ofrecen tanto en persona como virtualmente.

Recreación Terapéutica

Los Servicios de Recreación Terapéutica brindan oportunidades para que niños y adultos con discapacidades desarrollen las habilidades que les permitan participar en los programas de recreación y ocio de su elección. Actualmente, los Servicios de Recreación Terapéutica se ofrecen como una combinación de oportunidades virtuales y presenciales, e incluyen servicios recreativos y salas sensoriales.

- Alexandria <https://www.alexandriava.gov/recreation-programs/therapeutic-recreation>
- Arlington <https://tinyurl.com/r6rzktw7>
- Fairfax <https://tinyurl.com/mry2wbaw>

Art Stream

<https://www.art-stream.org/>

ArtStream enseña técnicas de actuación y habilidades de comunicación en clases inclusivas diseñadas para personas de todas las edades con discapacidades intelectuales y del desarrollo. Los temas de las clases pueden incluir comedia, teatro musical, improvisación, oratoria, juegos de roles, baile en fiestas y habilidades sociales. Abierto para adultos mayores de 18 años.

Sociedad de Autismo del Norte de Virginia (ASNV)

www.asnv.org

ASNV ofrece tres oportunidades sociales diferentes para personas en el espectro. TAP es un grupo de apoyo de habilidades de vida y sociales para mayores de 20 años. Teen Time es para jóvenes de 13 a 19 años para reunirse y discutir temas de interés. Autism Social Club se reúne en persona el primer sábado de cada mes.

Programa de Ciudadanos de Best Buddies

www.bestbuddies.org/capitalregion/

El programa de ciudadanos de Best Buddies es un programa de amistad uno a uno para adultos con y sin discapacidades para conectarse entre sí en una amistad significativa. Está creado para personas mayores de 18 años que no están ya conectadas en uno de nuestros otros programas de amistad de Best Buddies. Una vez al mes, Best Buddies planificará y organizará completamente un evento grupal abierto a todos los ciudadanos emparejados y no emparejados en el programa.

Centro de En dependencia del Norte de Virginia

<https://www.ecnv.org/>

El Centro de En dependencia ofrece tres grupos sociales. Los ENDependents es un grupo social mensual que se reúne en la oficina de ECVN ubicada en Arlington. El Grupo TGIF es una oportunidad para que personas locales con y sin discapacidades se relajen juntas después de una semana larga. Los Young Adult Knights es para personas entre 18 y 30 años que viven en Herndon, Reston, Chantilly, Clifton, Fair Oaks, Centreville, Burke, Fairfax/Springfield. El grupo se reúne una vez al mes para una comida y una actividad divertida.

Centro Comunitario Judío del Norte de Virginia (The J)

<https://www.thej.org/specialneeds/classes-and-social-clubs/>

The J ofrece una variedad de clubes sociales y otros eventos para jóvenes adultos con discapacidades del desarrollo. ¡Going Places! Teens es para estudiantes de 8º a 12º grado. ¡Going Places! Young Adults & Adults es para mayores de 18 años. También se ofrecen actividades virtuales como Bingo, Trivia y Cocina.

Our Stomping Ground

<https://ourstompingground.org/>

Our Stomping Ground construye comunidades residenciales inclusivas que también ofrecen una variedad de programas, incluyendo clubes de lectura, noches de juegos, clases de arte y acondicionamiento físico y más. Algunos eventos están abiertos solo a residentes de una comunidad específica, pero otros están abiertos a cualquier persona en el área del norte de Virginia. Explore su calendario de eventos para ver qué oportunidades están disponibles.

Padres de Niños Autistas del Norte de Virginia (POAC)

<https://poac-nova.org/resources/>

POAC mantiene una lista de recursos de deportes adaptados, recreación y oportunidades de viaje para personas con discapacidades.

Social Grace LLC

<https://socialgracellc.com/>

Ofrece grupos de aprendizaje social virtuales y presenciales para estudiantes de secundaria y preparatoria, de 11 a 19 años. Estos grupos apoyan a los estudiantes para mejorar habilidades en hacer y mantener amigos, trabajar con otros, conversación, manejo de la ansiedad, flexibilidad, compromiso, autoconciencia, resolución de problemas, resolución de conflictos, toma de perspectiva, autoabogacía, estrategias de autorregulación y afrontamiento, y más.

Olimpiadas Especiales del Norte de Virginia (SOVA – Área 26)

<https://www.novasova.org/>

SOVA ofrece 23 deportes a más de 2500 atletas durante todo el año. También se ofrecen oportunidades virtuales.

SPIRIT Club

<https://www.spirit-club.com/>

SPIRIT Club ofrece una variedad de servicios de ejercicio inclusivos: clases de entrenamiento en línea virtual, clases grupales comunitarias, clases privadas de acondicionamiento físico para su organización y entrenamiento personal y en pareja. Ofrecen todas las versiones de sus servicios en línea.

Young Life Capernum

Young Life Capernaum brinda a los jóvenes con discapacidades intelectuales y del desarrollo la oportunidad de experimentar diversión y aventura, desarrollar amistades satisfactorias y desafiar sus límites mientras construyen autoestima a través de clubes, campamentos y otras actividades emocionantes.

Fairfax <https://cap.younglife.org/>

Arlington <https://ylcarlington.younglife.org/about-2/>