

*Achieve with us.*<sup>®</sup>

## CONTACTA NOS

- 562-803-4606
- [www.thearcaoc.org](http://www.thearcaoc.org)
- 12049 Woodruff Avenue  
Downey, CA 90241



*Los Angeles & Orange Counties*

## GUÍA de PROGRAMA Para Participantes



*Los Angeles & Orange Counties*

# CARTA del Director Ejecutivo;

Hola y bienvenido a los Condados de The Arc Los Ángeles y Orange. Estamos emocionados de que se una a nuestra familia de Arc. Nuestra misión es defender y ofrecer servicios a personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo y apoya activamente su plena inclusión y participación en todos los aspectos de la comunidad a través de programas y servicios. The Arc promueve los principios de autodeterminación, dignidad y calidad de vida para todas las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo.

Los condados de Arc Los Ángeles y Orange creen que todas las personas, incluidas aquellas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, tienen derecho a influir en su propia vida diaria y a perseguir visiones de un futuro diferente. Por lo tanto, ofrecemos una variedad de programas para que usted y su familia los consideren. Todos nuestros programas están centrados en la persona y nos enorgullecemos de ofrecer planes de estudio donde los participantes aprenderán nuevas habilidades, participarán en la comunidad y harán amigos en entornos divertidos y amorosos.

Tómese un tiempo para leer sobre todos nuestros programas y elija la experiencia de la que le gustaría formar parte. Quiero agradecerle por elegir The Arc, esperamos ser parte del viaje de su vida!

Atentamente,



Emilio Sosa  
Director Ejecutivo

## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### La Caminata del Arc por la Independencia

Nuestro Arc Walk anual es nuestro evento más grande del año y atrae a más de mil personas de comunidades locales que desean unirse a nosotros para crear conciencia y defender a las personas con IDD. Es una caminata de una y tres millas en apoyo a la comunidad IDD que ocurre en Stonewood Center en Downey con música, puestos de vendedores, comida y diversión, patrocinada por empresas, familias y clubes locales



### Torneo Anual de Golf The Arc and Downey Rotary Club

The Arc LAOC se asocia con el Club Rotario de Downey para organizar un torneo de golf en beneficio de The Arc, sus programas y los participantes a los que servimos. Tanto los entusiastas como los jugadores ocasionales se registran para jugar en equipos, pujar por artículos de subasta y disfrutar de un día jugando al golf con otros miembros de la comunidad. Las ganancias se utilizan para enriquecer nuestros programas y financiar eventos para nuestros participantes



*Achieve with us.*<sup>®</sup>

# PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES

Arc LAOC se compromete a apoyar a nuestros participantes mayores para que puedan jubilarse de forma natural con sus compañeros, con éxito y dignidad. Nuestro programa inclusivo para personas mayores permite a las personas con IDD funcionar de la manera más independiente posible durante el mayor tiempo posible manteniéndose activos en la comunidad, fomentando amistades y compensando cualquier deterioro relacionado con la edad. Para ayudar a satisfacer las necesidades sociales, vocacionales, psicológicas y físicas de nuestros participantes de 50 años en adelante, The Arc LAOC facilita el acceso a una variedad de salidas sociales y comunitarias, como:

- Museos históricos
- Asistir al cine y jugar a los bolos
- Disfrutar de mercados de agricultores, centros naturales, etc.
- Visitar a compañeros en centros locales para personas mayores

Los horarios individuales se determinan en función de los objetivos de cada individuo y las actividades disponibles en la comunidad. Nos esforzamos por mantener la coherencia y la compatibilidad con los facilitadores y participantes. Los facilitadores brindan apoyo para muchos tipos de horarios, incluidos aquellos que desean continuar trabajando a tiempo parcial.



# PROGRAMA DE DESARROLLO PROFESIONAL

El Programa de desarrollo profesional es un programa de actividades con orientación profesional diseñado para capacitar a las personas con IDD para que alcancen sus objetivos laborales autodeterminados. Arc LAOC apoya a los participantes en entornos laborales y en la comunidad con miras a maximizar su independencia y autosuficiencia. Los participantes logran esto en entornos laborales reales al familiarizarse y adaptarse a la atmósfera y las demandas del empleo regular. CDev apoya a los participantes en áreas tales como:

- Redacción de currículums y habilidades para entrevistas
- Capacitación en transporte
- Búsqueda de empleo
- Comunicación y habilidades sociales para el avance profesional

El programa prepara a las personas con IDD para un empleo remunerado en la comunidad donde de otro modo carecerían de oportunidades laborales. Los participantes aprenden y

desarrollan habilidades importantes mientras trabajan como voluntarios en una variedad de entornos como oficinas, tiendas, iglesias, salones, etc. El resultado final del programa es conseguir un trabajo y hacer la transición al programa de Empleo con Apoyo, donde los participantes serán emparejados con asesores laborales para recibir apoyo en el lugar de trabajo.



# PROGRAMA DE APOYO DE EMPLEO

El programa de Apoyo de Empleo ayuda a los individuales con IDD formar, trabajar, y alcanzar sus objetivos a través de educación y capacitación basadas en sus habilidades y intereses únicos, maximizando así su funcionamiento en el entorno laboral y en la comunidad y al mismo tiempo aumentando la independencia y autosuficiencia. Esto se hace en tres fases:

- **Asesoramiento:** El Equipo de Desarrollo Laboral de Arc of LAOC ofrece asesoramiento y gestión de casos adaptados a cada individuo, ayudando con el desarrollo de un plan de empleo diseñado específicamente para el individuo.
- **Desarrollo laboral:** coordinamos con cada individuo para determinar una estrategia de obtención de empleo basada en las especificaciones del individuo.



- **Entrenamiento laboral:** Los participantes trabajan con un entrenador laboral designado para guiar. Las etapas iniciales del trabajo implican entrenamiento, apoyo y orientación cercanos y frecuentes.

Los participantes se familiarizan y se adaptan a la atmósfera y las demandas del empleo en entornos laborales reales con el equipo de Arc detrás de ellos. Nuestros entrenadores de trabajo calificados ayudan a los participantes aprender nuevas habilidades, desarrollar relaciones laborales saludables y trabajar profesionalmente con su equipo directivo, así como con problemas no relacionados con el lugar de trabajo que pueden obstaculizar la capacidad de un empleado para realizar exitosamente en el trabajo.

# SERVICIO DE CATERING *por* ARTES CULINARIAS

Nuestro servicio de catering ha sido un componente del Programa de Artes Culinarias desde 2017. El programa está diseñado para ofrecerle a los participantes experiencia práctica en la preparación y servicio de comidas a mayor escala y en situaciones más diversas.

Los participantes estudian y trabajan con chefs ejecutivos, sirviendo catering de calidad para grupos de entre 20 y 150 personas en nuestras instalaciones para banquetes y conferencias, así como fuera del sitio para entrega o recogida. Nuestros chefs ejecutivos han desarrollado menús de catering que ofrecen una variedad de opciones de comida para cualquier ocasión:

- **Desayuno, almuerzo y cena**
- **Aperitivos y Tablas de Embutidos**
- **Menús navideños de temporada**
- **Productos horneados**

Los participantes participan en todos los aspectos del catering, incluida la preparación y el servicio de alimentos, el mantenimiento de las instalaciones y el servicio al cliente, teniendo siempre en cuenta la seguridad y la higiene.



# PROGRAMA DE ARTES CULINARIAS



El Programa de Artes Culinarias involucra a personas con IDD interesadas en aprender las habilidades necesarias para una carrera en el campo de las artes culinarias, incluida la cocina, el servicio de alimentos, el servicio de banquetes, el catering y el mantenimiento general. El programa, dirigido por dos chefs ejecutivos, combina la teoría y la aplicación práctica de destrezas y habilidades en una gran cocina comercial de última generación de 2000 pies cuadrados y un salón de banquetes totalmente operativo con capacidad para 150 personas. Las estrategias de instrucción incluyen:

- Cocinando
- Comida y servicio al cliente
- Servicio de banquetes y catering
- Mantenimiento general de los espacios de trabajo
- Trabajo en equipo y comunicación

El programa prepara a las personas con IDD para un empleo remunerado en la industria de servicios de alimentos. Con la orientación de nuestros chefs ejecutivos, los participantes determinan sus propias metas y/u objetivos específicos orientados a la cocina. Todas las prácticas se realizan al ritmo y estilo de aprendizaje de cada individuo para maximizar su máximo potencial

## CENTRO REAGAN Y SALÓN DE BANQUETES PARA RENTAR

¡Nuestro Centro Reagan y Salón de Banquetes bellamente renovado ya está abierto para reservaciones! ¿Necesita un lugar para celebrar una boda, un cumpleaños, una quinceañera, un baby shower, una celebración de la vida o cualquier otra ocasión especial? ¿O necesita un espacio para una conferencia, o reunión de negocios? Celebre su evento o realice su conferencia en The Arc LAOC, mientras apoya programas que benefician a las personas con discapacidades. Con una capacidad de hasta 150 personas, nuestro salón y nuestra sala de conferencias están disponibles cualquier día de la semana. Combine nuestros servicios de Catering con su reservación, y podrá disfrutar de la fiesta mientras nos deja el trabajo a nosotros; además, maximizará su impacto en nuestros participantes y programas. Para menús, más información o para reservar su evento, envíe un correo electrónico a [admin@thearclaoc.org](mailto:admin@thearclaoc.org).



# PROGRAMA DE ARTES CREATIVAS

El propósito del Programa de Artes Creativas es apoyar a las personas con IDD interesadas en la autoexpresión y la creatividad. La teoría y la aplicación práctica se combinan con la educación y la exploración para ofrecer una experiencia artística inmersiva. Los participantes experimentan con una variedad de medios y géneros en el aula con la orientación del personal de Arc LAOC.

El programa se centra en la concienciación sobre el arte, la educación y el desarrollo de habilidades. Dentro del alcance de la actividad, se abordan áreas de habilidades que aumentan la autosuficiencia y la interacción con los demás mientras participan en los siguientes formatos artísticos:

- Artes visuales
- Arte tridimensional
- Arte abstracto
- Arte artesanal
- Arte en medios electrónicos
- Artes escénicas, utilizando una variedad de herramientas, técnicas y estilos
- Excursiones a una variedad de lugares específicos de arte

Cada participante cuenta con los medios para explorar sus talentos y pasiones, identificar sus objetivos y decidir qué quieren lograr en el mundo de las artes.



# PROGRAMA DE INTEGRACIÓN COMUNITARIA (CIP)

## ExCELS

No se puede subestimar la importancia que tiene para el bienestar personal sentirse bienvenido y incluido en la comunidad. Muchas veces, los adultos con IDD luchan por encontrar oportunidades de inclusión y integración comunitaria. Arc LAOC diseñó el Programa de Integración Comunitaria (CIP) para ofrecer a los participantes una variedad de actividades sociales y comunitarias de su elección de la manera más integrada posible. Este es un programa muy activo que involucra a los participantes en actividades comunitarias diariamente.

La intención del programa es ofrecer a los adultos con IDD una variedad de opciones comunitarias para satisfacer sus necesidades sociales, vocacionales, educativas, psicológicas y físicas. Se abordan

áreas de habilidades que aumentan la independencia, la interacción con los demás y la satisfacción en la vida. Las personas planifican sus actividades y un facilitador capacitado los acompaña para ofrecer el apoyo, asistencia o orientación que necesiten. Las opciones se crean en función de las preferencias individuales incluyen:

- Caminatas
- Días de playa
- Excursiones a museos, lugares de interés histórico, mercados de agricultores, muelles, etc.
- ¡Mucho más!

Los participantes practican la toma de decisiones al elegir actividades y excursiones, y el personal de The Arc LAOC los apoya con énfasis en hacer amigos y enriquecer los apoyos naturales.

Experimentar la comunidad a través de habilidades de aprendizaje educativo (ExCELS) es el programa excepcional y apropiado para la edad de The Arc LAOC que ayuda a las personas con IDD a desarrollar habilidades básicas de la vida diaria, independencia personal y autodeterminación, con un enfoque en la integración exitosa en la comunidad. La instrucción incluye habilidades de comunicación verbal y no verbal, capacitación básica en computación para perfeccionar el pensamiento y la destreza, así como salidas comunitarias que incluyen compras y visitas a lugares públicos de interés y cultura.

Arc LAOC tiene como objetivo la integración comunitaria, la participación en la toma de decisiones, el cuidado de uno mismo, el mantenimiento de una buena salud y bienestar, y la participación en las actividades de la vida diaria,

garantizando al mismo tiempo que los participantes sean tratados con dignidad y respeto. Las áreas de habilidades abordadas incluyen:

- **Habilidades para la vida diaria**
- **Educación**
- **Integración y sensibilización comunitaria**
- **Comunicación**
- **Habilidades sociales interpersonales y autodefensa**
- **Ocio, recreación y autocuidado**

El personal de ExCELS ayuda a educar y involucrar a las personas con IDD para que se defiendan a sí mismas, buscando sus opiniones y discutiendo sus preferencias en actividades y servicios del personal en otros lugares. Los facilitadores también ofrecen a las personas oportunidades para cambiar sus servicios, expresar sus inquietudes o hacer preguntas sobre los servicios que reciben.

