897

INSOLAMIS TE INFORMA

CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO

SERVICIO DE OCIO Y DEPORTE

INSOLAMIS

CENTRO DE DÍA Y OCUPACIONAL

SERVICIO DE FAMILIAS

SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMIA PERSONAL

SERVICIO DE ASISTENTE PERSONAL

ÍNDICE

SALUDO DEL EQUIPO DE REDACCIÓN 3

NUESTRO DÍA A DÍA……..3

SALUD Y BIENESTAR…….6

ENTREVISTAS……..8

DEPORTES……..10

VIAJES Y OCIO……12

CINE Y MÚSICA……...14

INFORMACIÓN A FAMILIAS Y VOLUNTARIADO……15

PASATIEMPOS……16

SALUDO DEL EQUIPO

Hola a tod@s!!

Os presentamos nuestra revista, aquí podrás encontrar información sobre Insolamis y todo lo que hacemos.

Hemos puesto mucha ilusión y esperamos que os guste.

Un saludo!

NUESTRO DÍA A DÍA

JORNADAS LÚDICAS SALUD Y DISCAPACIDAD

El día 28 de septiembre participamos en las Jornadas lúdicas de Salud y Discapacidad en el Parque de los Jesuitas.

En estas jornadas estuvimos varias entidades de Salamanca relacionadas con la discapacidad.

Se hicieron actividades diferentes: un taller de alimentación dado por la Cruz Roja, zumba y yoga.

Después comimos un bocadillo todos juntos.

Por la tarde tuvimos discoteca móvil y todos bailamos.

Estas jornadas nos han parecido muy útiles y divertidas donde hemos podido estar con nuestros amigos y conocer a gente nueva.

Nos gustaría que se hicieran más jornadas de este tipo.

JORNADA PARÁLISIS CEREBRAL

El día 3 de octubre de 2018 celebramos una Jornada por el día de la Parálisis Cerebral.

La Parálisis cerebral está causada por una lesión en el cerebro.

Afecta a movimiento y la postura de esta persona .

Diferentes Asociaciones y colegios nos juntamos en la Plaza de Anaya . Varias personas leyeron el manifiesto.

L@s chic@s de Aspace hicieron un *flashmob* con una academia de baile y bailamos todos juntos.

SUBIDA DEL MARIQUELO A LA CATEDRAL

El día 31 de octubre fuimos a ver al Mariquelo subir a la Catedral.

Hizo mucho frío y casi se pone a llover.

Todos los años sube ese día a lo más alto y toca una charrada.

Da gracias a Dios porque en el terremoto de Lisboa de hace muchos años no pasó nada en Salamanca.

VISITA A LA FACULTAD DE COMUNICACIÓN

El día 7 de noviembre, el grupo de Revista visitamos la Facultad de Comunicación.

Fuimos a que los estudiantes nos dieran consejos para hacer mejor nuestra Revista.

Les contamos quiénes somos y qué hacemos en INSOLAMIS.

Pasamos un rato muy divertido en la clase y después tomamos un café en el bar de la Facultad.

SALUD Y BIENESTAR

TALLER DE AUTOESTIMA

El taller de Autoestima se ha hecho en Insolamis los días 19 y 26 de noviembre.

La chica que lo ha llevado a cabo se llama Cristina.

El día 19, expresamos nuestros pensamientos positivos y negativos hacia los compañeros en voz alta. Al mismo tiempo nos íbamos pasando una cuerda, de unos a otros y formamos con ella una tela de araña.

El día 26, Cristina comenzó la actividad dibujando un corazón en la pizarra y contando cosas buenas y malas suyas.

Después, cada uno fuimos contando nuestras cosas buenas y malas en alto, y qué personas son las más importantes en nuestra vida.

COMUNÍCATE CONMIGO

Todos los jueves, 4 chicas de INSOLAMIS vamos a la Facultad de Enfermería de la Universidad Pontificia, a participar en el proyecto "*Comunícate conmigo".*

Allí hay un Centro de Simulación, donde los estudiantes de enfermería hacen prácticas.

El objetivo del proyecto es que los estudiantes de Enfermería, y también de Logopedia hagan prácticas con personas con discapacidad intelectual.

Por nuestra parte, el objetivo es conseguir comunicarnos con los profesionales sanitarios, ser capaces de expresar aquello que nos pasa y de preguntar lo que no entendemos.

ENTREVISTA A: VICTOR ALEJO

¿Cómo se llama el proyecto en el que participáis?

- Se llama Univerusal. Nos dan clase los profesores de la facultad, a tres chicos de Insolamis, y a otros chicos de otras asociaciones de Salamanca.

¿En qué lugar se hace?

- En la Facultad de Ciencias Sociales.

¿Cuántos años vais a estar allí?

- 2 años.

¿Qué hacéis allí en la Universidad?

- Atendemos a lo que nos dicen, tomamos apuntes, nos ponen vídeos...

Y una vez al mes tenemos una Masterclass, que es una clase más específica para aprender algo, por ejemplo, el otro día nos enseñaron a manejar el ordenador, programas, correo, etc.

¿Cómo te sientes al asistir a la Universidad?

- Bien, con los compañeros estoy a gusto y me llevo bien, a algunos los conocía ya.

Algunos temas me gustan más que otros, y los profesores se esfuerzan mucho.

¿Qué temas trabajáis allí?

- Historia, informática, ocio y tiempo libre, adiestramiento de animales…

LA GACETA

MARTES, 30 DE OCTUBRE DE 2018.

ACCIDENTE AÉREO

Las autoridades de Indonesia buscan con mínimas esperanzas supervivientes del Boeing 737 que se estrelló con 188 personas a bordo en el mar de Java Página 63

SOLARI, PARCHE A LOPETEGUI

El Real Madrid prescinde del técnico vasco y encarga revertir la situación, de manera "provisional", al técnico del Castilla Página 48

La Universidad, pionera en integrar a las personas con discapacidad

La institución académica ha puesto en marcha un programa único en el país por el que 30 alumnos con algún tipo de limitación se formarán dos cursos en las aulas del Estudio

Solo el 1 por ciento de los universitarios tiene acreditadas limitaciones en sus facultades

Salimos en prensa

DEPORTES

LIGUILLA INTERCENTROS

Cada lunes por la mañana nos juntamos con otros centros para echar un partido de futbol en el pabellón Julian Sánchez el Charro.

Hacemos amigos, nos lo pasamos bien, hacemos ejercicio… participamos Afim, Afemc, La Encina, Ariadna, Insolamis y Aspar la Besana

Este año vamos mal en la liga, perdemos los partidos, tenemos que entrenar más…

Lo importante de esta liguilla no es ganar, es participar y pasar un ratito agradable entre amigos.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Cada miércoles por la mañana vamos a pabellón Julián Sánchez “El Charro” para realizar la actividad de deporte.

Allí corremos, hacemos ejercicios de piernas y brazos, movemos las piernas, botamos el balón y lo metemos en la canasta.

Hacemos circuitos con conos y aros y echamos partidos de baloncesto. También jugamos al badminton.

De este modo hacemos ejercicio y pasamos un buen rato.

UNIDOS POR EL DEPORTE

Coincidiendo con el día de la Discapacidad, varias asociaciones de la ciudad, y 3 colegios de Carbajosa de la Sagrada, participamos en un encuentro deportivo.

Se hicieron diferentes actividades: padel, baloncesto, hockey, yoga, balonmano, zumba, goalball, rugby, y una batukada para finalizar.

Fue un día entretenido en el que niños y personas con discapacidad compartimos deporte y risas.

VIAJES Y OCIO

RUMBO A MADRID

El segundo fin de semana de noviembre un grupo de amigos de Insolamis cogimos la maleta y nos marchamos a Madrid en un microbús.

Durante el viaje paramos a tomar algo en Ávila y cuando llegamos a San Lorenzo del Escorial fuimos al albergue a dejar nuestras cosas.

Nos organizamos por habitaciones, comimos, nos echamos la siesta y salimos a ver el pueblo.

El resto del día fue tranquilo.

El sábado después del desayuno nos fuimos a ver el Museo de Ciencias Naturales, con animales y dinosaurios.

Después de comer dimos un paseo por la Castellana, merendamos cerca de Colón y dimos otro paseo por el Retiro.

El domingo visitamos el Museo del Escorial, vimos los cuadros y entramos en una tienda de recuerdos.

Después comimos en una pizzería, hicimos las maletas y volvimos a Salamanca.

CINE Y MÚSICA

¡¡CAMPEONES!!

La sensación del momento.

Resumen: *"Marco es un entrenador profesional de baloncesto que tiene la obligación de entrenar a un equipo compuesto por personas con discapacidad intelectual. Lo que comienza como un reto difícil se acabará convirtiendo en una lección de vida."*

Una película divertida, con un mensaje que no te dejará indiferente.

Nosotros la hemos trabajado en autogestores, junto con el documental que han publicado después, y nos ha ayudado mucho.

Os animamos a verla!!!!

VOLUNTARIADO Y SERVICIO A FAMILIAS

3er ENCUENTRO DE FAMILIAS

"CALIDAD DE VIDA FAMILIAR EN LA EDAD ADULTA"

El 29 de septiembre de 2018, en Almenara de Tormes, celebramos nuestro tercer encuentro de familias.

Se trataba de crear un espacio de confianza en el que valorar el esfuerzo y el apoyo que realizan las personas con sus familiares.

Charlamos, reflexionamos, nos formamos, nos enriquecimos los unos a los otros y disfrutamos además de una rica paella.

En honor a la vida, plantamos entre todos un árbol autóctono, que crecerá, al igual que nuestra lucha, por una mejor calidad de vida de nuestros familiares.

INFORMACIONES DE INTERÉS

No te pierdas el próximo trimestre nuestros talleres de vida independiente ¡¡ya os iremos contando!!!

JUGANDO CON EL TIEMPO

A	P	H	Z	R	O	M	B	O	T	B	Y	C
C	E	X	E	D	W	E	V	R	F	G	V	I
H	N	I	U	X	T	J	I	S	R	O	K	R
L	T	M	Q	U	A	A	N	Ñ	P	D	O	C
E	A	B	M	I	N	G	O	T	H	A	I	U
O	G	C	D	G	X	A	O	F	N	R	A	L
D	O	I	U	J	L	K	E	N	I	D	S	O
T	N	L	V	Z	Y	O	B	F	O	A	J	M
N	O	I	C	E	P	A	R	T	A	U	P	Q
R	G	I	C	L	U	G	N	A	T	C	E	R

PALABRAS DESORDENADAS

BUSCA 5 HERRAMIENTAS NECESARIAS PARA TALLER

W	I	R	E	O	A	K	I	J	B
F	H	Y	P	V	C	G	A	X	A
O	Z	T	U	B	W	B	N	A	S
R	Q	I	L	C	O	D	O	U	T
S	T	J	L	H	G	O	L	Ñ	I
P	L	E	G	A	D	E	R	A	D
R	G	R	M	J	K	V	Q	E	R
O	U	A	X	C	B	E	I	A	R
F	E	S	F	E	E	O	M	A	R
A	L	I	C	A	T	E	P	A	B

.

¿QUIÉN ES QUIÉN?

Soluciones: Luis Ángel, Pablo, Jorge, Ana María, Marta Sánchez, Juan Alberto

¡¡¡ESTAMOS EN LAS REDES!!

PUEDES SEGUIR NUESTRO DÍA A DÍA EN:

WWW.INSOLAMIS.ORG

www.lospensamientosdeloschicosdeinsolamis.blogspot.com

www.insolamissolidario.blogspot.com

Twitter: @insolamistrota

Facebook: Insolamis Integración sociolaboral

Youtube:

https://www.youtube.com/results?search_query=insolamis