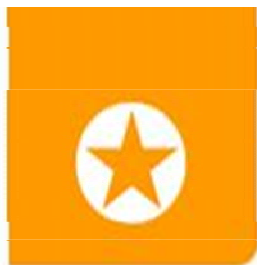


897

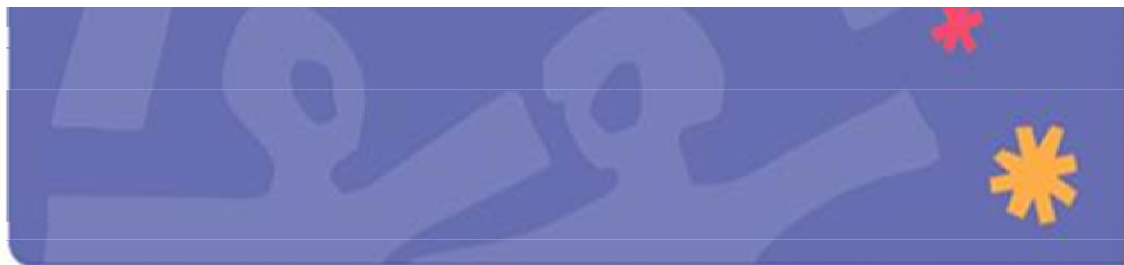


# INSOLAMIS TE INFORMA





897



Saludo del equipo de redacción...Página 3



Nuestro día a día.....Página 4



Salud y bienestar.....Página 6



Deportes.....Página 7



Viajes y ocio.....Página 8



Cosas que deberías saber .....Página 9



Información .....Página 10



Pasatiempos ..... Página 12

# SALUDO DEL EQUIPO DE REDACCIÓN



Hola a tod@s!!!

Aquí estamos de nuevo con nuestra revista.

Queremos que la lea todo el mundo.

Esperamos que os guste, porque la hemos hecho nosotros, poco a poco y con mucho esfuerzo.

Ojalá sea interesante para vosotr@s.

A disfrutarla!!!



## NUESTRA CASTAÑADA

Hemos hecho una castañada organizada por las chicas de prácticas, con la colaboración de Mercedes Sastre (Castañera).

Para asar las castañas hay que echar carbón en el asador.

Les hicimos un pequeño corte en la cáscara, para que no exploten en el fuego.

Los niños de la ludoteca de Puente Ladrillo (TAS) se encargaron de hacer los cucuruchos y rajar las castañas junto con el personal de prácticas.

Asamos las castañas en el patio, aunque hacia frio, así que quien quiso comerlas dentro en la sala, podía hacerlo.

Pusimos música, una de las canciones que escuchamos fue “La castaña salmantina”.

Nos ha encantado aprender a hacer castañas asadas, y sobre todo comerlas!!!

¡¡ Estaban muy ricas !!



## CONCIERTO DE NAVIDAD

El viernes 17 de diciembre tuvo lugar en Insolamis un concierto de música de villancicos.

Organizado desde la actividad de musicoterapia y con la colaboración especial de las chicas de prácticas y voluntarias, junto con nosotros.

Para respetar las medidas anti covid, primero fue a verlo una agrupación y después la otra agrupación.

Hemos estado practicando mucho tiempo para que todo saliera bien.

Tocaron un montón de instrumentos: caja china, cajón flamenco, cascabeles, triángulo, las cortinas, las maracas, el palo de lluvia, el piano, el violonchelo, el violín y la flauta travesera.

Nos gustó muchísimo y fue muy entretenido.

## FELIZ DÍA DE LA CHOCOLATADA

Para continuar con un gran día, preparamos una chocolatada.

Compramos leche y chocolate de hacer.

Lo pusimos en una cazuela y la pusimos a calentar. Había que remover sin que se quemara. Y después lo servimos con bizcochos.

También respetando las medidas de seguridad lo hicimos por agrupaciones.

Estaba buenísimo, para chuparse los dedos.



## NUESTRAS RECETAS DE COCINA



## BROCHETAS DE FRUTAS

Hola chicos y chicas, hoy os enseñamos a cocinar brochetas de frutas.

Los ingredientes que necesitamos son: una pera, una manzana, una naranja y chocolate.

Los utensilios que necesitamos son: un cuchillo o pelador, una tabla, palitos de brocheta, un plato.

El primer paso es pelar la fruta,

luego la cortamos con un cuchillo en cachitos medianos, metemos en los palitos la fruta mezclándola.

y por ultimo, echamos el chocolate encima de la fruta.

Riquísimo

Nos lo hemos pasado muy bien haciendo esta receta y esperamos que vosotros también la disfrutéis.



# DEPORTE



## LIGUILLA DE INSOLAMIS

Como otros años, participamos en la liguilla intercentros.

Es un mundialito de fútbol donde también participan otras asociaciones: afim, aspar la besana, feafes, la encina, ránquines.

Cada quince días se juega un partido en el que se enfrentan los distintos equipos.

No solo jugamos al fútbol, hacemos ejercicio y disfrutamos con nuestros amigos.

Este trimestre hemos perdido, pero hemos disfrutado como enanos.



## BATUKA

Por las tardes tenemos la actividad de Batuka.

Bailamos muchas cosas.

Cada grupo hemos elegido una canción: “Vida de Rico” y Millones de Camilo, BTS Butter y Dynamite, Beggin de Maneskin, Mon Amour de Aitana y Zzoilo.

Estamos aprendiendo a hacer twerking, es muy divertido.

Queremos hacer un baile en Tik Tok, ya os informaremos para poder verlo.



# VIAJES Y OCIO

## DE COMPRAS POR EL CENTRO COMERCIAL

### “EL TORMES”

Desde la actividad de ocio, hemos ido a pasar la tarde al Centro Comercial.



Allí estuvimos viendo tiendas para poder comprarnos algo que nos gustara con el apoyo de nuestros monitores.

Nos compramos pulseras, sudaderas, camisetas, jerseys...

Nos encantó ir de compras!!

Después fuimos a tomar algo a un bar.

Ha sido genial!



## TARDE DE DIVERSION EN BAR MONUMENTAL

Fuimos con ocio con un grupito de amigos al bar monumental .

Allí había muchos juegos: el Ahorcado, dardos, futbolín y también billar.

Fuimos juntos dando un paseo desde la plaza, hacia mucho frio, pero nos abrigamos bien.

Nos gustan mucho los juegos de mesa pero lo que mas nos gusta es estar con los amigos.

Tomamos refrescos, batido de chocolate, bocadillos de jamón serrano, fanta, batidos de vainilla, café descafeinado, cocacola y muchas cosas mas...

Estuvimos allí hasta las nueve y fueron a recogernos nuestra familias. Lo pasamos muy bien!!





# COSAS QUE DEBERÍAS SABER



## EMPEZAMOS LAS PRACTICAS

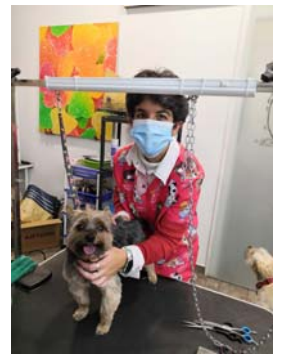
Tenemos una insertora laboral que nos ha conseguido unas prácticas para encontrar trabajo el día de mañana.

Las prácticas se desarrollan fuera de Insolamis.

Las empresas donde se van a realizar son:

Peluquería canina Marian (camino de las aguas), la escuela Katiuskas (calle Almería) y el colegio Sagrado Corazón de Jesús (Avenida Reyes de España).

Esther, que va a estar en la peluquería canina Marian, se ocupará de lavar, secar y jugar con los perros que asistan al negocio.



Marta, que acudirá a la escuela Katiuskas, leerá cuentos infantiles, estará pendiente de los niños y jugará con ellos.

Conchi realizará tareas de conserje en las Jesuitinas como por ejemplo, hacer fotocopias y realizar el acompañamiento a los niños que lo necesiten.



Desde nuestra experiencia nos gustaría que hubiera más empresas en las que pudiéramos realizar este tipo de prácticas.

# INFORMACIÓN

## VACUNACIÓN EN INSOLAMIS

Más del 95% de las personas que formamos Inso-lamis estamos vacunados con la pauta completa.



## GRACIAS EQUIPO DE BALONMANO CIUDAD DE SALAMANCA

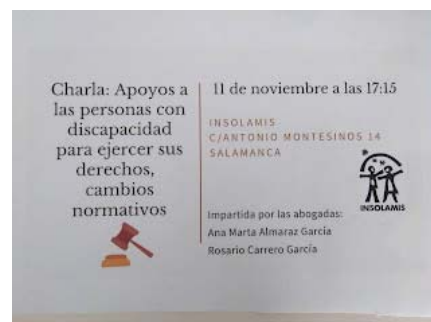
La recaudación del último partido de este trimestre ha sido íntegramente destinada a Insolamis.

Muchísimas gracias!!!



## CHARLA INFORMATIVA A FAMILIAS

Las familias han podido resolver sus dudas sobre los derechos y los cambios de normativa de la mano de dos abogadas. Ha sido muy interesante.



## VUELVEN LAS PERSONAS DE PRÁCTICAS Y VOLUNTARI@S A INSOLAMIS

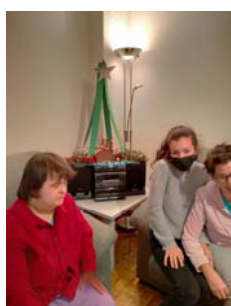
Este año, con la “nueva normalidad” vuelven l@s alumn@s de prácticas a Insolamis.

Un total de nueve personas de prácticas de Psicología, Atención Sociosanitaria a Personas Dependientes en Instituciones Sociales, Integración Social, Educación Social, Promoción e Intervención Socioeducativa con Personas con Discapacidad, Trabajo Social y Logopedia.

También hemos recibido dos voluntarias del Máster de Musicoterapia.

Poco a poco vamos retomando nuestra normalidad.

Gracias a todas por elegirnos!



## VOLVEMOS A LA UNIVERSIDAD

De nuevo hemos vuelto a la Univerusal, la Universidad Inclusiva.

Asisten cuatro usuarios de primer curso, y tres usuarios de segundo y de tercer curso.

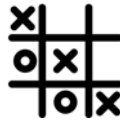
Van cada 15 días, junto con otras asociaciones, a la Facultad de Ciencias Sociales.

Allí, diferentes profesores imparten distintas asignaturas, de una forma adecuada a las necesidades de los asistentes.

Venga es@s universitarios!!!



# PASATIEMPOS



## SOPA DE LETRAS: VILLANCICOS NAVIDEÑOS

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

LOS PECES EN EL RÍO

NOCHE DE PAZ

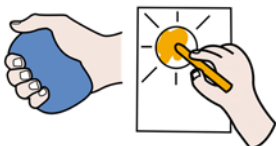
MI BURRITO SABANERO

LA MARIMORENA

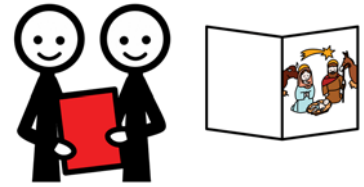
CAMPANA SOBRE CAMPANA

YA LLEGÓ NAVIDAD

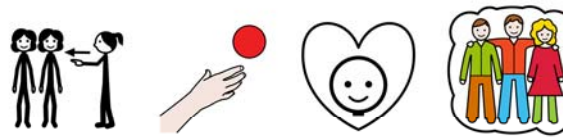
RELÁJATE COLOREANDO ESTE MANDALA



# NUESTRA FELICITACIÓN



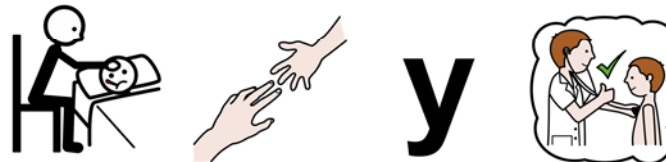
FELIZ NAVIDAD Y FELIZ AÑO NUEVO



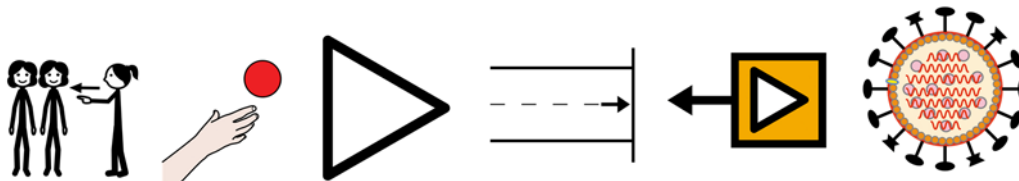
OS DESEAMOS A MOR, AMISTAD



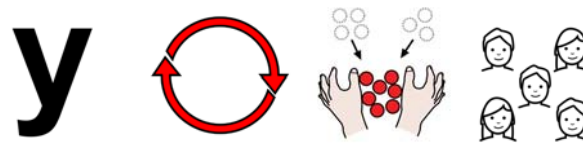
CARIÑO, RESPETO, ABRAZOS, LLEVERNOS BIEN,



CUIDARNOS, AYUDARNOS Y SALUD.



DESEAMOS EL FIN DEL CORONAVIRUS



Y VOLVERNOS A JUNTAR.







## ¡Estamos en las redes!

Puedes seguir nuestro día a día en:



[www.insolamis.org](http://www.insolamis.org)



[www.lospensamientosdeloschicosdeinsolamis.blogspot.cc](http://www.lospensamientosdeloschicosdeinsolamis.blogspot.cc)



[www.insolamissolidario.blogspot.com](http://www.insolamissolidario.blogspot.com)



**Twitter:** @insolamistrota



**Facebook:** @Insolamis integración sociolaboral



**Youtube:** <https://www.youtube.com/user/Insolamis>



Calle Antonio Montesinos, 14

37003, Salamanca

[gerencia@insolamis.org](mailto:gerencia@insolamis.org)

[www.insolamis.org](http://www.insolamis.org)

983 18 68 59