

YA LO SABÍA

NÚMERO 13 DICIEMBRE 2015



EN ESTE NÚMERO ENCONTRARÁS...

LOS FRUTOS DEL OTOÑO P. 2

FAMOSOS P. 2

VIAJES P. 3 Y 4

MAGIA SOLIDARIA P. 5

DEPORTES P. 6

LA CASA DE MIS SUEÑOS P. 7

DIBUJO COLECTIVO P. 8

SÁLVAME P. 8

COMO DISFRUTO YO P. 9

INSERCIÓN LABORAL P.10 Y 11

LA ENTREVISTA P. 12

LA PISCINA P. 13

TALLER DE NATURALEZA P. 13

LAS ELECCIONES P. 13

ESPECIAL NAVIDAD P. 14 Y 15

HORÓSCOPO P. 16

FOTO COLECTIVA P 17

PASATIEMPOS P. 18

Todos los artículos han sido elaborados por las personas usuarias del C.O. Estar 5.
Hemos transcrito tal cual su trabajo, respetando su forma de expresión.

LOS FRUTOS DEL OTOÑO BY BERNABELA Y PILAR

Los frutos del otoño son: los cítricos como la mandarina y la naranja, frutos secos como las nueces y las castañas, las manzanas, las uvas... y las verduras y hortalizas como acelgas, achicoria, apio, puerro.....



FAMOSOS: AURYN Y SWEET CALIFORNIA BY ANGEL R.



Auryn y Sweet California son a día de hoy dos de los grupos más exitosos musicalmente de nuestro país.

Auryn está formado por cinco chicos que son: Álvaro, Carlos, Dani, Blas y David. En la actualidad tiene cuatro discos en el mercado, este año han publicado su cuarto album "Ghost Town" que se lanzó el pasado 4 de diciembre, sus fans le llaman auryners

por que les adoran muchísimo.

Sweet California está formado por tres chicas que son: Alba, Rocio y Sonia: en la actualidad tiene dos discos en el mercado, este año han publicado su segundo album



"Head For The Stars" que se lanzó el pasado 18 de septiembre, sus fans le llaman sweeties por que les adoran mucho con nosotras en las redes sociales y las quiero mucho con sus fans.

VIAJES

MI VIAJE A MARINA DOR BY AURORI



El día 22 de noviembre me fui con mis padres a Marina Dor y eran solo 5 días hasta el día 26 Llegamos al hotel al mediodía a la hora de comer ese día lo teníamos libre así por la tarde nos fuimos a dar una vuelta por la playa y ese día nos fuimos a ver una atracción que había todas las noches mis padres estuvieron bailando y las comidas eran de buffet también hicimos varias excursiones la primera nos fuimos a Sagunto y la gente se enfadaba con la guía porque no podían ver la iglesia por la tarde me fui con mi madre a un balneario para estar bastantes relajadas al día siguiente nos fuimos a onda y vimos algunas iglesias por-

que nos dijeron que no se podía entrar por que roban en la iglesias así que la guía les dijo tengo una sorpresa para vosotros y era entrar en una iglesia que era súper grande y muy bonita cuando salimos nos dijo la guía que se habían enfadado con la otra guía que teníamos en el hotel también se fueron a ver un castillo yo me quede con mi padre y me fui a dar una vuelta y por la tarde fuimos al balneario porque era el ultimo día y luego nos fuimos a dar una vuelta por marina dor también vimos una cabalgata y el ultimo día nos fuimos a villa real a donde los naranjos y nos regalaron un montón de naranjas mi madre por la tarde se fue hacer un masaje y yo me quede con mi padre que me fui a dar una vuelta y hice un montón de fotos y me lo he pasado muy bien aquí os dejo una foto mía en Marina Dor .

PARÍS BY DAVID F.



En Noviembre hemos estado en París mis padres y yo. Me ha gustado mucho. Subimos a la Torre Eiffel, vi el Arco del Triunfo y dimos un paseo por los Campos Elísios. Fuimos en barco por el Río Sena. También conocí París de noche, todo iluminado.....

TORREVIEJA BY JUAN

Fui con mi familia a torre vieja en el puente de diciembre , fui de compras, comí pizza también fuimos a comer a Benidorm tome batido de chocolate me lo pase muy bien . Fuimos a pasear por el Paseo Marítimo de Torrevieja. Me lo pasé

muy bien y se lo recomiendo visitar a mis compañeros.



INVESTIGACIÓN

PARTICIPATIVA: LA PSICOMOTRICIDAD BY JAN

Se entiende como psicomotricidad a la intervención educativa o terapéutica que tiene como objetivo el desarrollo de las habilidades motrices, expresivas y creativas a través del cuerpo, lo cual significa que este enfoque se centra en el uso del movimiento

para el logro de este objetivo.

¿Para que sirve?

Sirve para estirar los huesos. Los músculos y mantenerse en forma.

¿Te gusta?

si. Para tener buena salud.

FUNDACIÓN ABRACADABRA: MAGIA SOLIDARIA BY ALMU

El jueves, nos fuimos de excursión a ver un espectáculo de magia, que estaba en el antiguo matadero que esta en Legazpi. Lo primero que hicimos es coger el autobús que era el 130, luego cogimos otro que era T32 hasta Legazpi, cuando llegamos allí nos encontramos con el centro de Pintor Rosales y empezó el espectáculo de magia. Salieron tres ma-

gos haciendo los trucos de magia , también sacaban a la gente para que les ayudaran, en una de ellas salió un compañero que se llama Ricardo. Los trucos eran sacar un conejo de la chistera, otro era cambiar los pañuelos de diferentes colores y muchos trucos mas....



DEPORTES

COMPETICIÓN DE NATACIÓN SPECIAL OLIMPICS BY BORJA

El día once de diciembre fuimos a la competición de natación organizada por Special Olympics.

Los estilos de nado eran croll, braza, espalda y mariposa.

Se preparaban los compañeros y salían a la piscina a toda prisa cuando decían “preparados, listos, ¡ya!”

Les daban agua y las las medallas por participar.

Yo ayudé a los compañeros.

FUTBOL BY SANTIAGO

El real Madrid últimamente quiere luchar en todos los frentes y a veces fracasa echándole la culpa a los arbitrajes porque a veces son muy malos y a veces son muy regulares señalando penaltis que no son y los espectadores se cansan de animar culpando al arbitro de su

arbitraje que no ha sido del todo bueno y protestan contra el suso dicho arbitro porque en teoría les paga la real federación de fútbol porque el Madrid tiene que tirar para adelante en la clasificación de la liga bbva de la primera división.

ESPAÑA EN LA EUROCOPA BY SERGIO

España jugó contra Turquía hace unos días. Ahora juega otra vez contra Turquía en 2016. España esta jugando bien en la Eurocopa. El equipo de este año es muy bueno. El entrenador es Vicente del Bosque y siempre lo ha hecho muy

bien.

Esperamos que España gane un año más 2016 la Eurocopa y en 2020 el mundial.

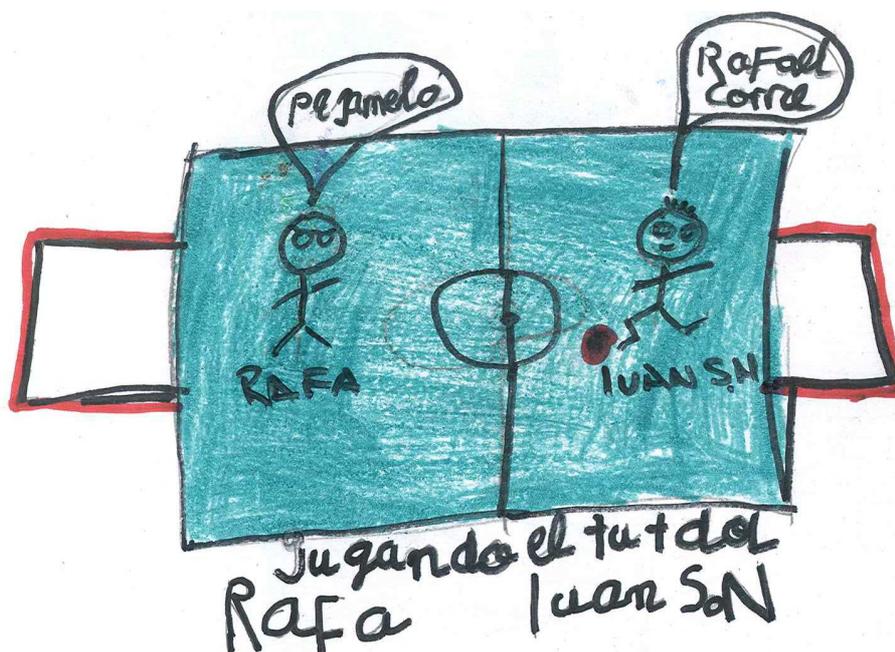


LA CASA DE MIS SUEÑOS BY TERE

En el canal divinity echan un programa de 2 hermanos gemelos JONATHAN Y DREW SCOTT ayuda a compradores a comprar una casa trasforman una casa que necesite reformas cada episodio comienza con los hermanos mostrando a los compradores una casa con todo lo que desean y tiene que rebasar sustancial mente su presupuesto pero la casa que esta lista para entrar se sale de su presupuesto y les enseña casa que

necesitan reforman que al principio a los compradores nos le convencen JONATHAN Y DREW les hace 2 proyectos de 2 casas y tiene que elegir 1. Las reformas duran 5 o 6 semanas según los problemas que JONATHAN que es el que hace la reforma. A veces se encuentra las cañerías mal pero deja la casa muy bonita. A mi me gusta mucho sobre todo lo bonita que queda las casas os recomiendo verlo y es muy entretenido espero que os guste mi articulo.

LA VIÑETA BY RAFA E IVAN S.M.



DIBUJO COLECTIVO BY BADER Y DANI



SÁLVAME BY SUSANA

Me gusta Belén Esteban, Toño Sanchis, Kiko Matamoros, Kiko Hernández, Mila Ximenez y Jorge Javier Vázquez. Lo veo cuando mi hermana pone Telecinco por las tardes cuando llego del taller.

Me pongo muy contenta cuando lo veo mientras me tomo un café y luego hago hago ganchillo. Mi hermana también me compra la revista para ver el cotilleo y así estoy enterada de todo.

Me gusta ver lo que ocurre pero cuando chillan y discuten y forman



tanto jaleo no me gusta y le digo a mi hermana que cambie de canal y lo cambia a TV2 a ver el programa de naturaleza para tranquilizarnos.

“COMO DISFRUTO YO”

BY IVÁN GAITE

Yo disfruto en la playa de la Bahía de el Puerto de Mazarrón.

Me gusta ver en la televisión de la sexta Crímenes Imperfectos.

Disfrute también de el taller de naturaleza, que hacemos en el taller, los arboles que estamos viendo son: de los arboles que se llaman castaño de Indias, Arce Real, Abedul, Falsa Aca-cia,Olivo,Tilo.

Disfruto de la canción de Cantores de Hispalis que se llama, “Por la bahía”, de el grupo A-HA. “Talk to me”. de escuchar la canción de George Michael Careless Whisper

De ver a mi tía Loli que es la hermana pequeña de mi padre.

Me gusta ver Gran Hermano, me gusta ver y disfrutar de una chica que se llama Alba que es la novia actual de mi hermano. De una serie fabulosa para mi que se llama Centro Médico.

Disfruto escuchando a la cantante Merche. De ver a mi amiga Chus que trabaja en un KiosKo de prensa del Pueblo de Vallecas, de mi gato

Moggy me le llevo a mi cama muchos días, de montar en la tiroli-na, de la película Minions, de los títulos de el Fútbol Club Barcelo-na que es el equipo de mis amo-res y me encanta cuando levantan trofeos. De la Boda de mi primo Alberto, de la psicomotricidad con Irene, disfruto muchísimo de el anuncio de boda de mi educa-dor Pepe y Mariola, que por cierto yo les regale dos toallas, de las canciones flamencas y sobre todo de mi cantante favorito de flamen-co que se llama Canelita. Disfruto cada da y en cada momento de un gran gran hombre que es mi padre que se llama Fernando, de mis amigos, Federico (padre e hi-jo), de Aurora, Aurori, Juan Anto-nio, Christian. De Alicia y Cristina Herrera que es Terapeuta Ocupa-cional, que hacia con ella gimna-sia , de Ivette Maria Falcon y de Erika Matilde Zisa que eran mis profesoras de músicas de la es-cuela de Villa de Vallecas. De mis clases de Cha- Cha- Cha con mi educadora Beatriz en el taller.

ÁREA DE INSERCIÓN LABORAL BY ANGELO, ALICIA Y BEA FERIA DE EMPLEO Y DISCAPACIDAD 2015

El día 19 de noviembre fuimos a la feria del empleo los del Área Inserción Laboral. Éramos ALMUDENA, BEATRIZ, IVAN GAITE, JAN, BORJA, ANGELO y ALICIA. Primero quedemos en Sierra de Guadalupe a las 8:30 de la mañana para ir todos juntos, de ahí cogimos el metro hasta tribunal L1, ahí cogimos la L10 hasta nuevos ministerios y de ahí cogimos la L8 hasta Campo de las Naciones. Vimos muchos stands, primero dimos una vuelta con GONZALO y luego solos y a la entrada nos dieron una mochila.

TALLER DE HIGIENE EN EL TRABAJO

El miércoles 2 de diciembre fuimos en metro a la lavandería donde estaba Alicia, de la Fundación. Estaban los centros Pintor Rosales, Estar 5 y los Yebenes. Fuimos a una charla de higiene en el trabajo. Lo dio paula y con juegos de "Verdadero y Falso". Después de la charla se fueron todos menos nosotros nos quedamos

Fuimos preguntando por stands y JAN, ANGELO, BORJA, BEA Y ALI echamos tres currículos y por ultimo nos dimos la ultima vuelta y nos hicimos una foto.



y nos pusimos a trabajar un poco. Doblamos camisetas y metimos la ropa en la lavadora y el rodillo. De los sacos sacábamos la ropa y separábamos la ropa por colores y algunos fuimos a entrevistarnos con Toñi de Responder. A la vuelta vinimos solos al taller.

MI EXPERIENCIA EN EL TRABAJO, POR PRIMERA VEZ EN LA LAVANDERÍA RESPONDER BY ALICIA

Hola soy Alicia y os voy a contar mi experiencia trabajando por primera vez en una lavandería de la fundación. La lavandería estaba en “laguna” en la L6 .

El primer día me costo soltarme por que no conocía a nadie pero poco a poco me solté mas con Ana y luego con Angel a lo primero fui muy despacio pero poco a poco cogí el tranquillo y fui mas rápido como todos y ahora os voy a explicar las maquinas que usaba en la lavandería.

Hay 3 maquinas que usaba..

1. lavadora: yo la cargaba y a veces descargaba y la separaba con una cajas blancas y por partes.

Camisetas jerséis y por otra parte los pantalones y por otra caja la ropa interior.

2. secadora: la cargaba y la ponía en marcha en estar y luego la sacaba...

3. rodillo: el encargado me tía por el rodillo y yo lo cojia y lo doblaba las sábanas y las servilletas y mucha cosas mas..

También doblaba ropa separaba ropa por color y venia ropa de Angel García y tenia experiencia por que tengo una hermana que trabajo en la lavandería.



LA ENTREVISTA: CONOCIENDO A SARA BY PATRI

¿Qué te gusta hacer con coco?

- jugar

- las fichas

¿qué haces los fines de semana

- dormir en casa

¿cómo te caen los compañeros?

- me caen bien

¿dónde te vas a ir en navidad?

- me voy a un cotillón con papa

¿qué ropa es tu preferida?

- las faldas

¿qué comida es tu favorita?

- los espaguetis

¿qué te gusta hacer en casa?

- pintar y hacer los deberes

¿qué levas a pedir a Papa Noel?

- cascos y pinturas

¿te gusta la cabalgata?

- sí

¿qué ves en la tele?

- películas

¿qué le vas a pedir a los reyes magos?

- muñecas y un bolso

¿qué animal es tu favorito?

- el elefante

¿qué dulces son tus favoritos?

- los turrónes

¿qué color te gusta ?

- el amarillo

¿te gusta jugar?

- sí

¿qué deporte te gusta'?

- correr

¿te gusta la magia?

- mucho

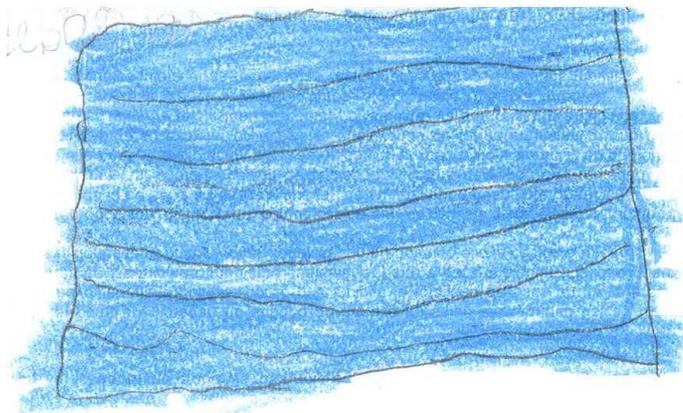
¿qué te gusta del centro?

y por ultimo ¿qué te gusta del circo?

- los payasos

LA PISCINA BY CLARA

Me gusta mucho la piscina porque estoy aprendiendo a nadar primero vamos al vestuario y nos cambiamos luego a la ducha. Nos metemos en la piscina damos vueltas para calentar y luego con el churro aprendo a nadar.



TALLER DE NATURALEZA BY DAVID B.



Nos separamos en grupos. Cada grupo elige un árbol del parque. Mi grupo tenemos el Olivo, el de las aceitunas. Lo visitamos a lo largo del año en distintas estaciones. Ya hemos ido en verano y en otoño. Cada vez que lo visitamos nos hacemos una foto y cogemos unas hojas y unos frutos para guardarlos.

LAS ELECCIONES DEL 20D BY RICARDO

Hay que votar a Mariano Rajoy cuando gane las elecciones. Como PP y los perdedores son Psoe, Podemos, Ciudadanos, izquierda unida ni upyd y son vagos. Un posible ganador es Mariano Rajoy gracias a los políticos



van a dar trabajo para los españoles.

Feliz navidad para todos.

NAVIDAD

LAS NAVIDADES DE MARÍA

La Nochebuena la voy a pasar en casa de mi hermana Hortensia y la Navidades en casa de mi hermana Pili. Vamos a comer, sopa de marisco, cordero, canapés, gambas a la gabardina, al ajillo....

Me gustan mucho estas fiestas, nos reunimos toda la familia, hermanas, sobrinos y padres.

También me gustan los regalos. Este año como me he portado muy bien me van a traer un buen regalo, unas gafas bifocales, unas zapatillas de deporte y alguna sorpresa más.....

EL VILLANCICO BY IÑAKI BLANCA NAVIDAD

Oh Blanca Navidad,
sueño y con la nieve alrededor,
blanca es mi primera
y es mensajera de paz y de puro amor

Oh Blanca Navidad, nieve
un blanco sueño y un cantar
Recordar tu infancia podrás
al llegar la blanca navidad.
Oh Blanca Navidad, sueño
y con la nieve alrededor,
blanca es mi primera

DIBUJO NAVIDEÑO BY ANGEL H.



y es mensajera de paz y de puro amor.

Oh Blanca Navidad, nieve
un blanco sueño y un cantar,
recordar tu infancia podrás
al llegar la blanca navidad.



LA COMIDA DE NAVIDAD BY PACO Y MARIO

Todos los años organizamos por estas fechas una comida de Navidad en la que participamos todos. Ponemos una mesa muy grande donde colocamos toda la comida: empanada, croquetas, tortilla, empanadillas, queso... Y dulces navideños.

Entre todos decoramos el mantel con nuestros dibujos, cantamos villancicos, nos hacemos fotos... Al final viene nuestras familias a brindar con todos nosotros.

EL CONCURSO DE BELENES BY JESÚS Y PABLO

Todos los años participamos en el concurso de Belenes que organiza la Fundación Ser. Participamos todos los Centro Ocupacionales, los pisos, la lavandería... Se otorgan tres premios a los mejo-

res y un diploma al resto de participantes.

Este año nuestro Belén es muy bonito y original, lo hemos hecho entre todos y esperamos ganar el primer premio. Esperamos que os guste...



HORÓSCOPO BY DAVID F., ALMU Y AURORI



ESCORPIO

ESCORPIÓN no te atragantes comiendo uvas porque si no vas acabar en urgencias.



GÉMINIS

GÉMINIS tener mucho cuidado con la sidra porque si bebes mucho vas a ir haciendo "eses".



CAPRICORNIO

CAPRICORNIO si eres malo te van a traer carbón del súper malo.



PISCIS

PISCIS si te toca la lotería me voy de viaje permanente.



ACUARIO

ACUARIO si bailas como un loco ten mucho cuidado al no torcer el tobillo.



ARIES

ARIES si te vas a la plaza mayor a ver los puestos ten mucho cuidado con los artículos de broma que te puede salir una caca.



LIBRA

LIBRA tener mucho cuidado con los belenes vivientes a ver si del susto te meas encima.



LEO

LEO hay que tener mucho cuidado con los pinos a ver si hay algún pino vivo y entonces te da un fuerte mareo.



SAGITARIO

SAGITARIO tener mucho cuidado en el metro a ver si te van a meter un billete falso y te da una depresión de caballo.



VIRGO

VIRGO hay que tener mucho cuidado con papa noel porque te puede traer un juego roto o jamón de plástico y no se puede ni jugar ni tampoco comer.



TAURO

TAURO no vayas a ninguna plaza de toros porque no es la época ahora y si hay ten mucho cuidado a ver si te vas a pinchar con algunas agujas.



CÁNCER

CÁNCER si te gusta tener mascotas tener mucho cuidado a ver si te va a morder creyendo que eres algo comestible si te gusta el dulce no te pases de la raya que se te sube el colesterol por las nubes y tendrás que ir al dentista.

FOTO COLECTIVA BY IRENE, JOSE MIGUEL Y ANTONIO



PASATIEMPOS: SOPA DE LETRAS BY JAVI

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

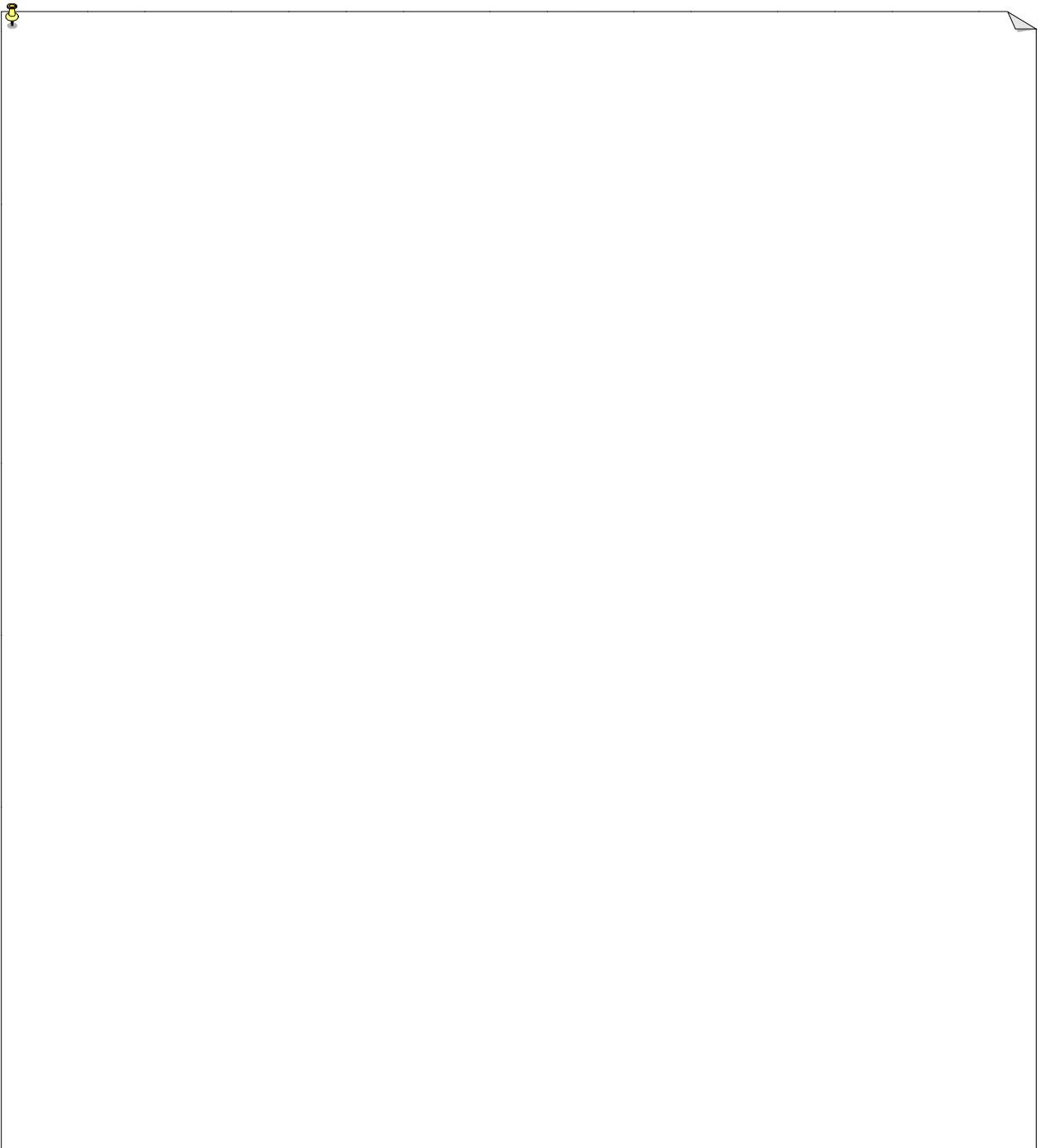
CAMPANA
REYES MAGOS

BELEN
CABALGATA
REGALOS

PAPANOEL
DINERO
AMOR

PERSONALIZA TU REVISTA YA LO SABÍA

AQUÍ OS DEJAMOS UN ESPACIO PARA QUE PODÁIS
TOMAR NOTAS, COMENTARIOS O SIMPLEMENTE DIBUJAR
SOBRE ESTE NÚMERO DE YA LO SABÍA
¡HAZ TU REVISTA ORIGINAL!



EXCURSIONES DE OTOÑO 2015



NATACIÓN SPECIAL OLIMPYCS



VISITA A “RESTAURANTE” EN VALLECAS

TODO EL EQUIPO DE “YA LO SABÍA” OS DESEA FELICES FIESTAS Y FELIZ AÑO 2016



YA ESTAMOS TRABAJANDO PARA EL PRÓXIMO NÚMERO DE
“YA LO SABIA”...
NO DESESPERES

Si tenéis alguna sugerencia, crítica o aportación no dudéis en escribirnos a:

concepcionate@fundacion-ser.org

CENTRO OCUPACIONAL: ESTAR-5

CAMINO DE HORMIGUERAS, 122 BIS 4 Q-1 28031- MADRID

TELF. 91 380 31 07 -

FAX: 91 534 27 59

E-MAIL: SER-MADRID@FUNDACION-SER.ORG — WEB: HTTP://WWW.FUNDACION-SER.ORG

“CENTRO CONCERTADO CON LA CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES Y FAMILIA COFINANCIADO AL 50% POR EL FONDO SOCIAL EUROPEO”



UNIÓN EUROPEA
FONDO SOCIAL EUROPEO
El Fondo Social Europeo invierte en tu futuro.



Dirección General de Atención
a Personas con Discapacidad
CONSEJERÍA
DE POLÍTICAS SOCIALES Y FAMILIA

Comunidad de Madrid

