

“YA LO SABÍA”

C.O. ESTAR 5



Número 41 ABRIL 2025. En este número encontrarás...

Cosas varias: Pág; 1, 2, 3 y 4.

Semana Santa: Pág: 5 y 6

Tv y música: Pág: 14, 15 y 16

Cosas de Estar 5: Pág: 7, 8, 9, 10 y 11

Horóscopo : Pág : 17

Arte en Estar 5: Pág: 12 y 13



FUNDACIÓN SER
APOYO a las personas con discapacidad intelectual

1. EL PUEBLO DE MI PADRE By: Iván S.M.

Cuando vamos al pueblo de mi padre disfrutamos del ambiente tranquilo, damos un paseo y saludamos a los vecinos.

Siempre llevo el balón de fútbol para que podamos jugar divertidos.

Cuando llega la hora de comer mi madre hace salchichas porque me gustan mucho, pero también vamos a comer a algún restaurante del pueblo si nos apetece.



2. MI NUEVA SOBRINA By: Pablo

El jueves de la semana pasada nació mi nueva sobrina. Es una niña muy guapa, ocupa muy poquito. Le han comprado un carro entre todos como regalo. Es la hija de mi sobrina Lorena que es la hija de Pili que es mi hermana. En realidad, la niña es mi sobrina nieta o sea que soy tío abuelo, tengo muchos sobrinos nietos, no me acuerdo ahora cuántos son, pero mi hermana lo sabe, yo les quiero mucho. Yo soy el padrino de mi sobrina.



3. MI CAMBIO LOOK By: Yasmín

Hoy os vengo a hablar de mi cambio de look, antes tenía color caoba y ahora estoy de morenaza.

El color que más me favorece es el negro. Me gustaría ser rubia pero me favorece más el negro.

Me gusta pintarme los labios y las uñas. Me siento guapísima!!

Mi madre me va a hacer un champú de romero con cebolla.



4. MÍ CUMPLE By: Juan

El sábado 29 de marzo cumplí 43 años. Lo celebré en mi casa. Han estado Ángel y la Lourdes, que son los profesores de bailes de salón, luego yo y luego mi padre y mi madre. Y luego hemos ido a bailar en una discoteca al lado de la clase. Hicimos una fiesta para comer merienda cena y luego los regalos. Elena, que es una amiga mía que también estuvo, me regaló una camiseta nueva. Y luego me han regalado un pijama de pantalón en verano y luego camiseta nueva que sale Micky Mouse, Sagrario y Gonzalo, que son los amigos de mi madre y de mi padre. Luego en Semana santa lo voy a celebrar con la familia y con mi niña Valeria y con los demás. Para celebrar el cumpleaños me fui a la peluquería para cortarme el pelo.



5. MÍ AMOR DE VERANO. By: Cinzia

Es un chico que conocí en las fiestas de Campo de Mirra. Es alegre y alto. Me lo paso muy bien con él en las fiestas me gusta su pelo, en general todo de él. Su sonrisa me hace sentirme enamorada de él, él vive en Valencia pero en agosto se va con sus padres a Campo de Mirra. Cuando llega a las fiestas me hace sentir bien y muy contenta de estar con él. Se llama Koke y ya le veo el próximo verano en Campo de Mirra.



6. ¡ VIVA LA VIRGEN DE ALTAGRACIA! By: María

Me llamo María, María Altagracia.

Mi nombre viene de una Virgen que se llama así precisamente, Virgen de Altagracia.

La Virgen de Altagracia es extremeña de Garrovillas, como yo. La virgen es de estilo gótico, pero yo no soy gótica. Casi todos los años la veo salir, me emociono cada vez que la veo, y ahora de pensarlo también. Siempre que pasa por debajo del arco, me da un vuelvo al corazón porque le pueden arrancar la cabeza o la corona.

El traje que lleva en la foto, es de los nuevos, es más moderno.

Este año no se si la veré, veremos para el día de septiembre.



7. ODOLLO, MI PÖEBLO MI PASIÓN By: Ángel H.

Mi pueblo Odollo está en la montaña. Es un pueblo grande. Iba mucho al bar del pueblo, que estaba en el campo de fútbol. Allí me sentaba a beber naranja. También ayudaba barriendo el suelo. Colocaba las sillas en el campo de fútbol para que la gente viera los partidos. La gente fumaba mucho y no me gustaba. Mi padre daba la paga para beber naranja. En el pueblo había muchas vacas y era muy feliz. Me gustaría volver que llevo mucho sin ir.



8. MI PUEBLO EN SEMANA SANTA By: Javi

Este año voy a mi pueblo en Semana Santa. Todo el mundo sabe cuál es mi pueblo, pero si no te has enterado es Daimiel.

En Semana Santa en Daimiel no pueden faltar las torrijas. Aunque también hay dulces típicos de mi pueblo.

Las procesiones en mi pueblo son a las 06, 00, a las 17:00h y a las 20:00 horas.

Viene mucha gente a mi pueblo, se llenan las calles y los bares. Yo suelo ir al bar Piscis que está muy bien, y ponen migas y gachas de aperitivo.

Creo que me voy el día 14 de abril y estaré allí toda la semana.



9. SEMANA SANTA EN EL PUEBLO By: David.B.

En Semana Santa suelo ir a mi pueblo, Santa María del Berrocal, en Ávila. Voy con mi madre, mi hermano y mis sobrinas.

Cuando voy, visito la iglesia y voy a misa, algo que me gusta mucho. También doy un paseo para ver los molinos y disfrutar del paisaje. Además, como es costumbre, como torrijas con leche.

Todo esto que os he contado me gusta mucho, pero lo que mas me gusta es...

¡irme de cañas al bar del pueblo!



10. MIS PLANES EN SEMANA SANTA By: Eva L.

En Semana Santa tengo un planazo, y muy completito: me voy a Santander con mi hermana Ana a visitar a mi hermana mayor Maribel.

Santander no me gusta, me encanta. En Santander hago muchas cosas, como ir al campo a pasear, voy a la cabaña de mi hermana y veo animales que me encantan.

Mi hermana tiene un huerto y tiene de todo: lechugas, tomates, pimientos, ajo, cebolla..

En cuanto a la comida, Santander me encanta.

Mi favorito es el cocido montañés, ensalada de tomate y lechuga, morcillas y chorizos.



También iremos a alguna procesión, que me encantan.

Os deseo mucho cariño, amor cariñoso y besitos de miel y caramelo.

11. LAS TORRIJAS DE MI MADRE By: Rafa

Estas son las rosquillas del cascarón, se necesitan tres huevos, tres cascarones de aceite, tres cascarones de azúcar y tres cascarones de leche. Ralladura de un limón, media cucharita de canela y la harina.



12. MC DONALD By: Aurorí

El viernes 14 de marzo nos fuimos al Mc Donald todos allí cuando llegamos elegimos cada uno lo que habíamos elegido unos eran de pollo y otros de ternera nos fuimos al Mc Donald que está en Sierra de Guadalupe unos nos fuimos andando y otros se fueron en autobús nos lo pasamos muy bien y nos gustaría repetir otra vez el año que viene

Aquí os dejo con una foto de ese día.



D13. ESPEDIDA DE MIS COMPAÑEROS By:Tere

En diciembre se despidieron del taller para siempre Ángelo y Jan porque les hicieron fijos en la lavandería Ilunion, Ángelo se fue el 19 de diciembre y Jan el 20, al principio cuando nos lo dijeron ellos no me lo creía pero sí, era verdad, me puse triste por que llevaba muchos años con ellos en el taller y les iba a echar mucho de menos. Los quiero mucho sobre todo a Jan pero me alegro un montón por él y también a finales de febrero, se fue José a la lavandería donde están ellos. Ahora el taller no parece el mismo sin ellos por que ellos eran la alegría del centro, espero que les vaya bien a los 3 y que venga a ver-nos pron Siempre van a estar presentes aquí en ele taller.

Os mando un beso muy fuerte para los 3.

Os queremos mucho... Chicos mucho ánimo.

14. COMPETICIÓN DANZA By: Patri y Susi

El pasado 5 de abril fuimos a competir los de danza a la segunda competición fue por la tarde nos desplazamos hasta Alcalá de Henares. Hicimos dos bailes uno más lento en el que salían tres compañeros sentados en la silla y el resto bailábamos alrededor con un pañuelo en las manos. Luego bailamos la canción de Bebe la de Hoy vas a ser feliz. Almudena la educadora nos pintó los labios y nos puso brillos en los ojos. Álvaro nos grabó bailando y cantando mientras que salíamos al escenario y Almu nos hizo una foto en grupo. A mí, que soy Susi me gustaría repetir al año que viene. A mí, Patri, con otro baile más movido porque me encanta bailar y me lo paso genial bailando.



15. LOS BOMBEROS By: Bernabela

Esa excursión he de reconocer que nos ha gustado mucho.

Fuimos en el metro hasta la estación de Buenos Aires y fuimos andando hasta los bomberos. Cerca de los bomberos había unos árboles, pues ahí nos plantamos y desayunamos tan tranquilamente, un sitio súper bonito.

Los bomberos nos enseñaron todo, nos hicimos muchas fotos.

Se que lo estáis esperando, pues ahí va: sí, el bombero era guapo, y jovencito!



16. SOY LA NOEVA By: Alba

Hace poco entré en el piso, y 5 días después entré en el taller
Estoy muy contenta.

Las actividades que más me gustan son las salidas que hacemos en el taller
cada mes.

Estoy en inserción laboral buscando trabajo.

Con los que mejor me llevo son con Patri, Almu, Tere y Aurori

También me gusta mucho el taller de cocina del piso

En el piso me encuentro muy a gusto con mis compañeros y compañeras, son:
Pilar, Patricia, Belén y María.

Los fines voy a una asociación de ocio que se llama Ampao, allí hacemos
todo tipo de ocio.

17, ME ENCANTARÍA SER BOMBERO By: Antonio

Me gustaría ser bombero, además tengo cuerpo de bombero, estoy tó fuerte.



18. LA PISCINA By: Clara

¡Hola a todos y todas!

Me encanta la piscina de invierno, nadar y chapotear.

Soy buena nadadora y buceo como una trucha. Los juegos de agua también me gustan, competir y ganar es mi lema, no hay quien pueda conmigo.

Tengo tantas ganas de volver que cuento las horas, os quiero!



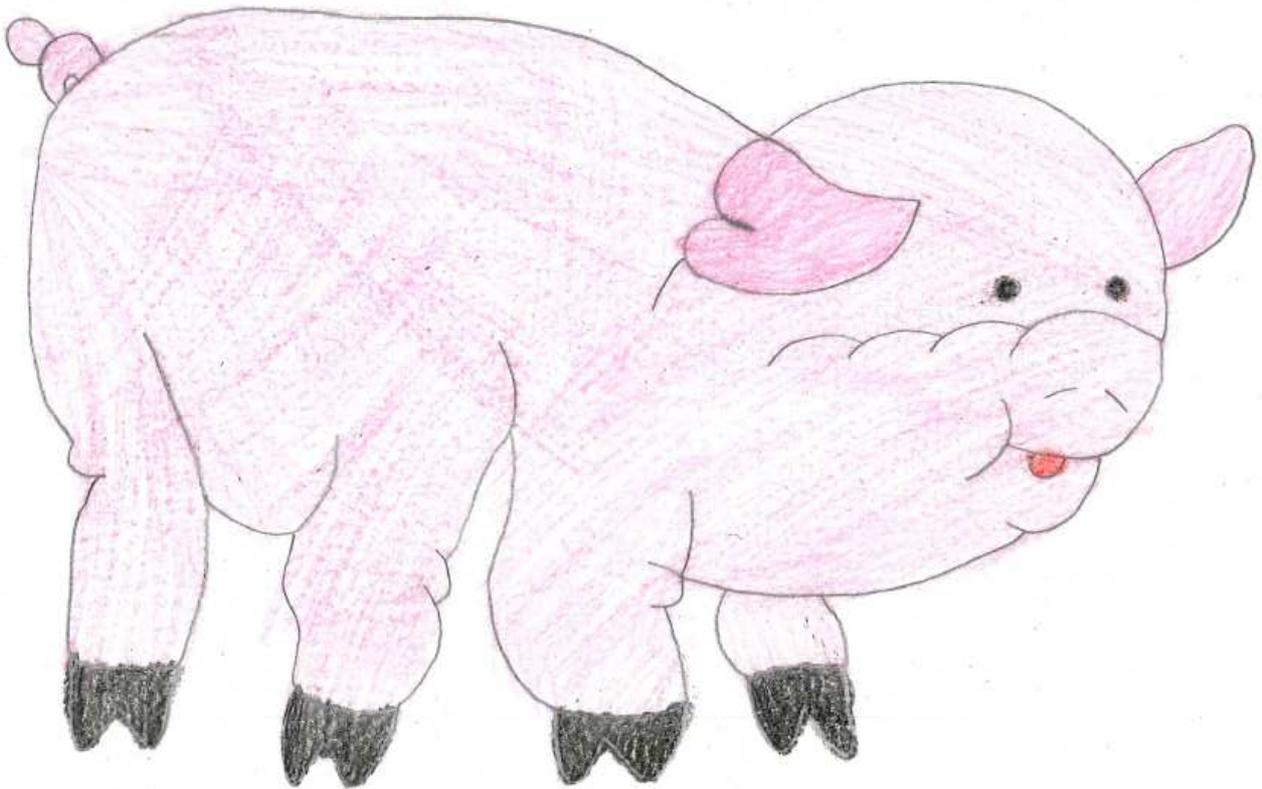
19. VALIDADORAS By: Almu

Empezamos a ir a un curso que empezó en mes de febrero en Pintor Rosales que se llama validadores de texto en lectura fácil. Somos en total 9 personas tres de cada centro en Vallecas estamos Tere, Aurori y yo , en Pintor Rosales están Javi L, Javi M y Daniela y por último están los de Yébenes que son

Nuria , Héctor y Fernando y vamos todos los jueves de 9:30 hasta las 11:00horas. También hemos dado la ortografía, la gramática etcétera en un cuaderno. Nos lo pasamos muy bien y aprendemos muchas cosas nueva cada jueves con Sandra, sobre todo mucha cosas de accesibilidad para que entendamos los textos más fácil de entender.



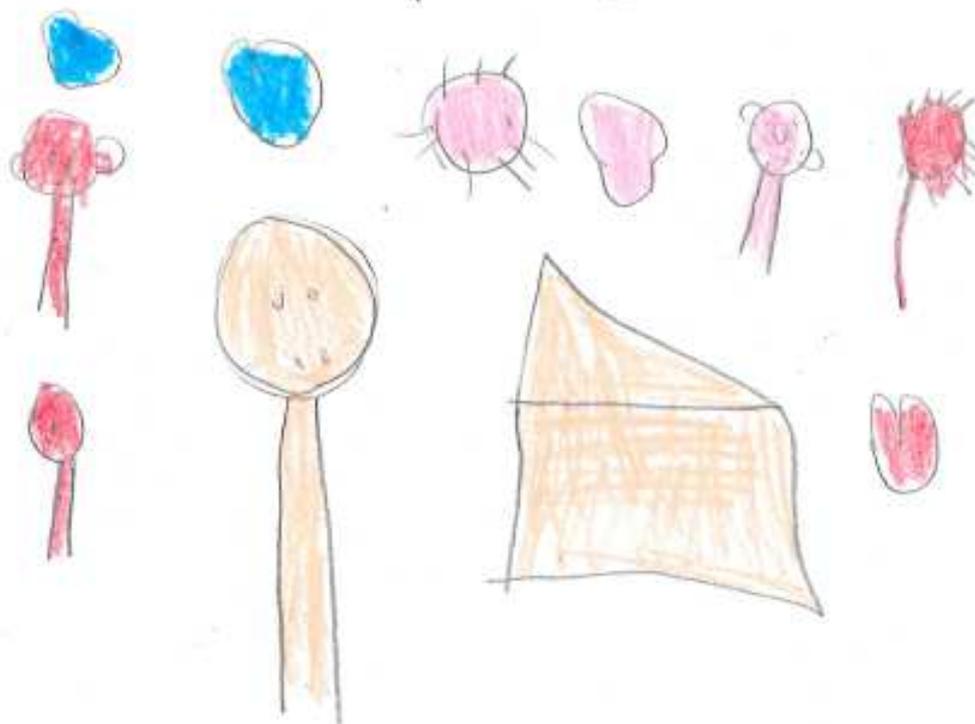
20. MI ARTE By: Dani



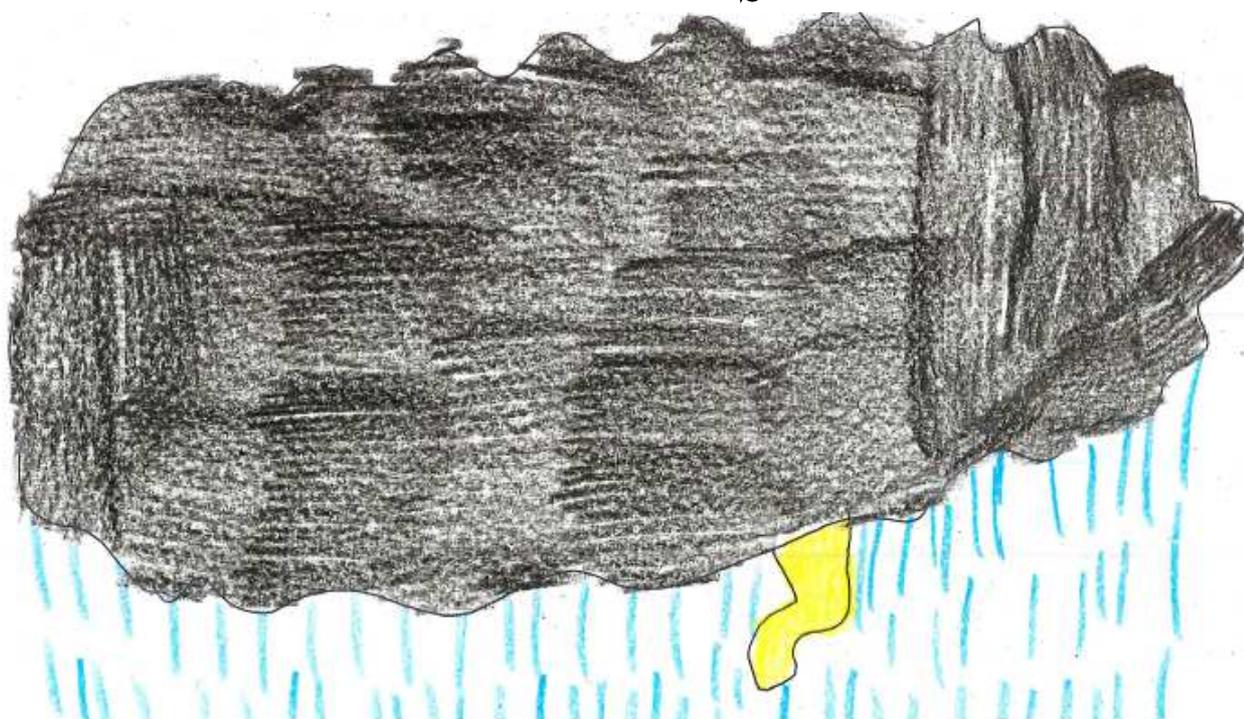
21. QUIERO A MIS COMPAÑEROS Y COMPAÑERAS

By: Dunia

Dunia



22. LA LLOVIA By: Jesús



23. GOKU Y BOLA DE DRAGÓN. By: Iñaki

Voy a hablar de Goku, Bola de Dragón Z, que lo ponen en Clan a las tres de la tarde, lo veo sábado y domingo por que el resto de la semana estoy en el taller a esa hora. Son Gokū, Vegeta, Bardock, Rey Vegeta, Nappa, Raditz, Toma y Selypar estos son los personajes más importantes.

Hay una nueva carta de Goku que no la tengo y me la van a comprar y cuesta 2 euros. La camiseta de Goku no la tengo.

Me gusta mucho verlo en la tele y jugar en la consola y gano yo. Tengo 7 bolas de Goku y las consigo todas. Juego el viernes, el sábado y el domingo cuando me deja papá, de cuatro a cinco de la tarde. El lunes, martes, miércoles y jueves no puedo jugar porque duermo la siesta. La taza de Goku para beber café no la tengo.



24. EUROVISION 2025 By Ricardo

Me gusta eurovisión porque hay muchos cantantes por ejemplo Channel, Melody o la canción de la zorra del año pasado.

La Melody va este año, cuando era pequeña se hizo famosa por ser la ahijada del Fary y vivía en Dos hermanas y su padre se llama Lorenzo Molina.

También estaba con los Quillos, que es familia. La Melody va con la canción de esa diva, me encanta esa canción, la canto todos los días, bueno yo canto fatal, mejor bailo.

Me gustaría ir a Basilea que es eurovisión, España tiene un sabor especial.



25. EL JOEGO QUE ME GOSTA. By: Pili

Me encanta jugar con Miguel a este juego del ordenador, Búho Boo.

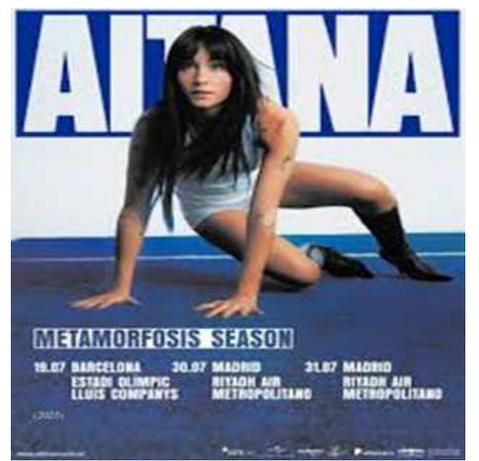
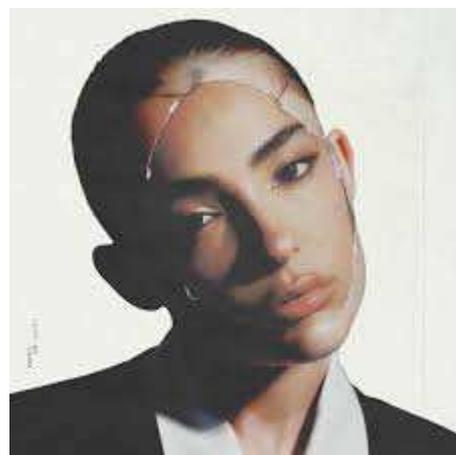


26. SUPERVIVIENTES 2025 By Bader

Veo Supervivientes con mi madre en Telecinco, todos los jueves y todos los domingos, mi favorito es Josua y Montoya.



27. PRIMAVERA MUSIC BEST 2025 By Ángel R.



27. ¡QUÉ GANAS DE VERANO! By: Sergio

Me gusta buscar fotos en internet, aquí os dejo unas fotos del verano.



HORÓSCOPO. By: Fernando y David F.

Aries: fuego que te quema, ardes como la leña, te quemas las manos, y te dan fagonazos.

Limpia la mesa, camarero. Abre el corazón, viene una chica/chico con aires de jefa.

Tauro: sube la colina, baja la montaña. Busca una piedra larga, y guárdala.

Este verano vas al mar, tomarás el sol y bailarás la lambada con una pareja.

Géminis: muéstrate como en verdad eres, la vida pasa. Vas a encontrar trabajo en la obra, haciendo casas y empalmando cables. El chispas te llaman.

Limpia tu casa, huele a basura orgánica. Friega los platos tienen restos de alimentos.

Cáncer: te veo algo envejecido, usa crema de manos. Veo una copa, pero no de vino, de leche. Bébetela, estas falto de calcio y los huesos te duelen. Abre la venta para ventilar la habitación, huele a cuco.

Leo: aire, tierra, fuego, rayos, agua, vino, carne, queso, lomo y pan. Son palabras que me vienen a la mente, aplícalas a tu vida

Tu vecina Eva te tiene fichao/a, te vigila. O le gustas o te odia, no hay termino medio.

No comas sardinas, escabeches, zanahorias y manzanas.

Virgo: la limpieza te persigue, pero tu eres mas rápido. Hueles a humo, a chasca, a lumbre. Limpia tus ropajes, apestan. La gente lo nota, y se aparta de ti.

La buena noticia es que el jabón está de oferta en el Mercadona, compra un pack y limpia tus cosas.

Libra: la vida pasa. Veo un sorteo, te tocará el cuarto premio así que no te hagas muchas ilusiones. Necesitas cambiar de vida, algo nuevo, que te alegre el alma. Flores, chuches, chocolate y barra de lomo es lo que necesitas para ser feliz.

Escorpio: eres especial, especialmente cansino, pero buena persona. Te gusta ayudar. El dinero esta primavera volará, volará de tus manos.

Sagitario: estás como el tiempo, como las brevas. Tu mente va por un lado y tu corazón por otro. Mira los semáforos, y de un lado para otro antes de cruzar, estás despistado y te juegas tu vida.

Capricornio: hueles a anchoa, a yogur natural y a encías. Mete los dedos en agua, jabón y liquido de fregar.

Está primavera bailarás junto a tu amor. Ponte un traje sexy y apretaito.

Acuario: tu vida es como una película de Indiana Jones, trágico.

Debes aprender a cocinar, cosas como pimientos, paella, cocido, arroz caldoso, lentejas viudas, macarrones con chorizo y pan tumaca.

Piscis: eres el guapo/a del zodiaco, lo sabes y lo aprovechas. Vas a ganarlo todo, no hay quien pueda contigo. Tienes garbo, figura y moluscos en los pies. dúchate que hueles a lentejas, tu cabello huele a mofeta.



Esta revista está maquettata por: Ángel Rodríguez persona usuaria del centro.

Centro Ocupacional ESTAR 5

Camino de Hormigueras.122 bis

28031 Madrid

Teléfono: 913803107

Web: www.fundacion-ser.org

E-mail: ser-madrid@fundacion-ser.org



Dirección General
de Atención a Personas
con Discapacidad

CONSEJERÍA DE FAMILIA,
JUVENTUD Y ASUNTOS SOCIALES



Fondos Europeos



Cofinanciado por
la Unión Europea