


















EL REVUELO

de

APROSU

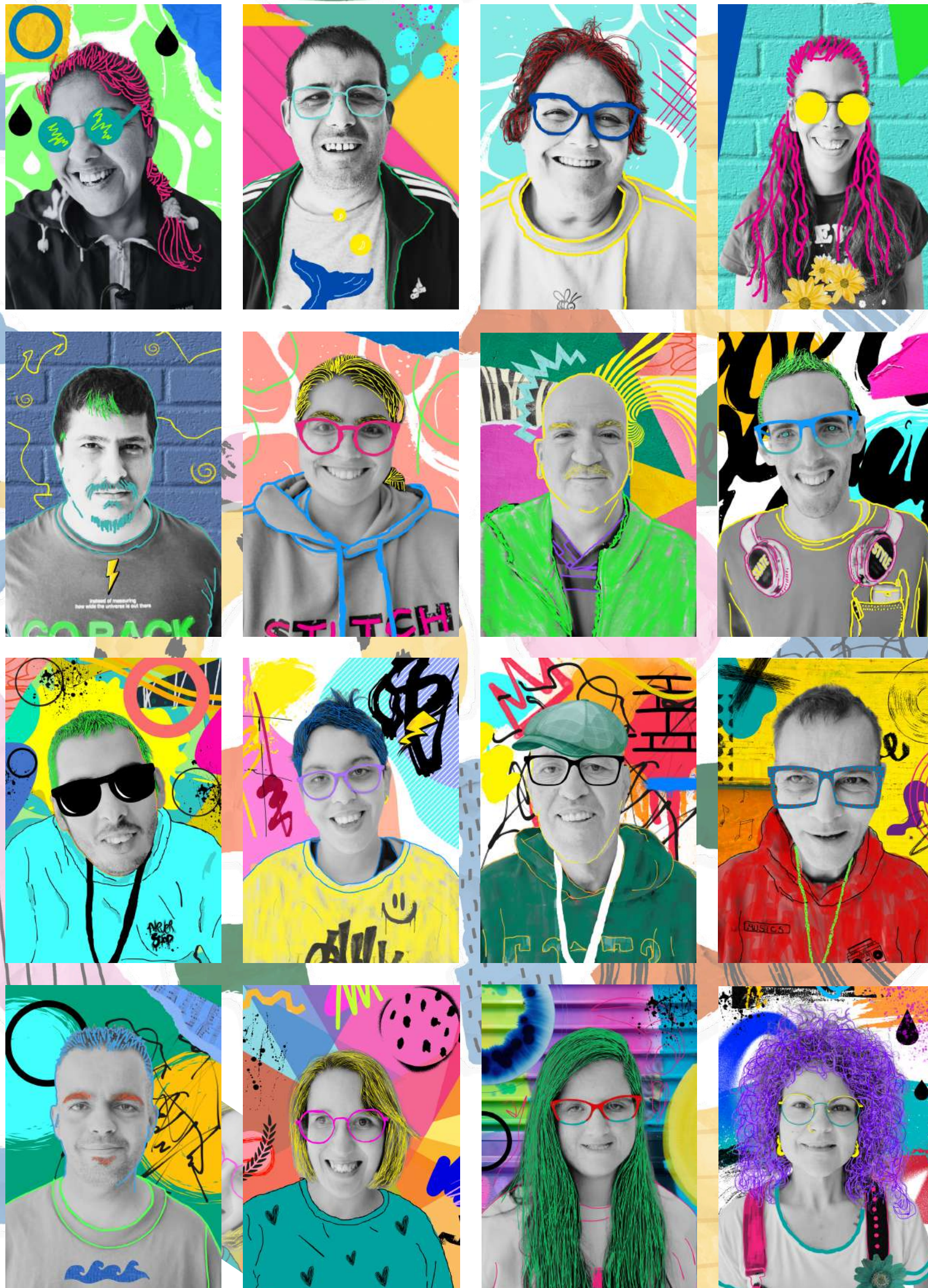


# SECCIONES

-  1 El equipo de las noticias que inspiran.
-  2 Lucha del Garrote canario adaptada.
-  3 Un encuentro que nos inspira:  
el equipo del programa Ponte al día visita APROSU.
-  4 Entrevista a Ylenia Santana: periodista.
-  5 y 6 Proyecto: Yo sumo en comunidad.
-  7 Así somos: Aitor y Pedro Pablo.
-  8 Presentación del Equipo de fútbol SPAP.
-  9, 10 y 11 Reportaje 3 de diciembre: Día internacional de la discapacidad.
-  12 Inauguración Centro de día y Centro Ocupacional  
Carmen Delia Arencibia Quintana.
-  13 Entrevista a Doña Dulce María Gutiérrez González,  
Directora General de Discapacidad.
-  14 Visita del Comisionado de discapacidad del Parlamento de Canarias
-  15 Torneo de fútbol Navideño número 2.
-  16 Certamen de fotografía 365 razones.
-  17 Nuestros Logros.
-  18 Ideas.







Cada semana, se reúne un equipo muy especial.  
Diecisiete personas que forman  
el Equipo de prensa y comunicación  
de la Asociación APROSU.

*El equipo de las  
noticias que inspiran*

Allí no faltan las ideas ni la energía.  
Algunos disfrutan de escribir noticias  
y contar lo que sucede en la Asociación.  
Hay quienes se lanzan a hacer entrevistas,  
siempre con preguntas que logran descubrir lo mejor de cada persona.

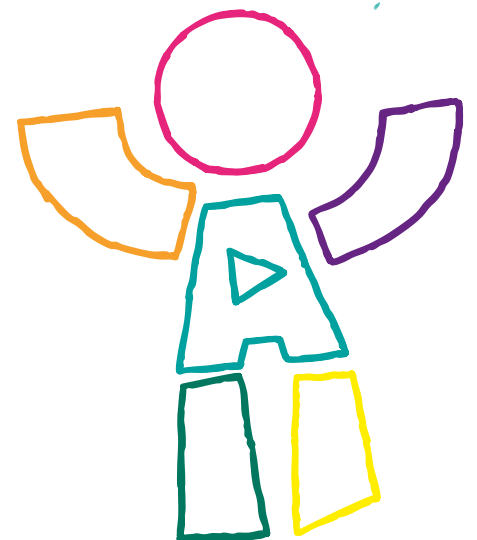
Y tampoco faltan los que prefieren estar frente a la cámara,  
dando forma a las imágenes que reflejan historias y emociones.  
Su misión es clara: crear y difundir contenidos  
para dar a conocer lo que pasa en las Asociación APROSU.  
Y lo hacen con pasión, profesionalidad,  
y sobre todo, en equipo.

Las redes sociales son uno de sus altavoces principales:  
allí comparten noticias, fotografías y videos  
que muestran el día a día de la Asociación.

Pero uno de sus mayores logros es la revista online semestral.  
En cada edición, el equipo recoge entrevistas,  
reportajes, artículos de interés y testimonios personales.  
Esa revista es mucho más que información.  
Es un espacio donde se construye comunidad,  
se habla de inclusión y se muestran las voces  
que a veces no se escuchan en otros medios.  
Porque en cada publicación hay un mensaje claro.

Las personas con discapacidad también comunican,  
también crean y también cuentan historias.

Y es precisamente eso lo que hace grande a este equipo.  
No solo informan, sino que siembran semillas de cambio en cada noticia,  
en cada foto y en cada video.



**Somos parte de esta sociedad.  
Somos inclusión.  
Somos APROSU.**



# Lucha DEL GARROTE canario adaptada

Semifinal vivida con mucha intensidad  
en la Liga Individual del Campeonato de Gran Canaria  
de Lucha del **Garrote** Canario Adaptado.

Un día lleno de esfuerzo, compañerismo y tradición,  
donde cada movimiento  
refleja el valor de nuestro deporte  
y el orgullo de mantener viva esta práctica tan nuestra.

Gracias a todas las personas  
que hacen posible que esta disciplina crezca  
y por mostrar que la lucha del garrote es para todos y todas.

El **Garrote** es un deporte tradicional canario  
que consiste  
en luchar con el garrote o palo  
como arma y escudo.





## Un encuentro que nos inspira: el equipo de Ponte al día visita APROSU

Hoy recibimos una visita muy especial  
en la Asociación APROSU.

El equipo del programa Ponte al día,  
de Radio Televisión Canaria  
vino a conocer nuestro trabajo.

Durante la visita,  
el equipo de Prensa y Comunicación de APROSU  
tuvo la oportunidad de entrevistar a las personas del programa,  
además de participar en la grabación  
y hablar sobre el trabajo que realizamos.

Fue una charla muy interesante,  
donde pudimos hablar sobre el trabajo  
en los medios de comunicación.

También aprovechamos para pedir algunos consejos  
y compartir experiencias como compañeros del mismo oficio.

Nos sentimos muy felices y orgullosos  
de poder mostrar lo que hacemos  
y aprender de otros profesionales de la comunicación.

Este encuentro nos anima a mejorar  
y a contar más historias desde nuestra mirada.

¡Gracias al equipo de Ponte al día por visitarnos  
y por este bonito momento compartido!





# Entrevista a Ylenia Santana

Periodista de TV Canaria



## ¿Qué te parece que las personas con discapacidad hagan comunicación?

Pues me parece ideal.  
Al igual que yo comunico,  
puede hacerlo cualquier persona con discapacidad.  
Me ha parecido un gran descubrimiento  
el equipo de Prensa y Comunicación de la Asociación APROSU.

Creo que hacen falta ese tipo de espacios especializados  
en los que las mismas personas con discapacidad  
cuenten su versión,  
sea la noticia que sea.

No es lo mismo que lo haga una persona desde fuera,  
ajena a la actividad o a la historia,  
a que lo hagan aquellas personas que se involucran en ello.  
Para mí ahí está la clave de conectar con el lector,  
el oyente o el espectador.

Además, considero que cuentan con la suerte  
de aprender el trabajo en diferentes formatos,  
algo que pocas veces pasa en el mundo laboral.



## ¿Qué consejos nos darías como compañeros y compañeras periodistas?

Que sigan con esa ilusión por transmitir.  
Si no hay ganas por contar las cosas o por aprender,  
se apaga la chispa  
y no se llega a la persona que les esté leyendo,  
escuchando o viendo.

Y que nunca olviden que no se puede ser bueno en todo,  
que cada uno tiene su fuerte dentro de la comunicación,  
y que la persona que está a nuestro lado  
siempre puede aportarnos una visión que nosotros no tenemos.  
Las cosas en equipo siempre funcionan mejor.





## YO SUMO EN COMUNIDAD

### ¿En qué consiste este proyecto?

El proyecto Yo Sumo en Comunidad ayuda a cada persona a aprender y participar más en su entorno. Realizamos apoyos en los lugares donde viven o pasan la mayor parte del tiempo.

El objetivo es que las personas puedan hacer más cosas por sí mismas, ganar confianza y sentirse útiles. También buscamos que tengan una red de apoyo con su familia, vecinos y otras personas de la comunidad. Así, cada persona del proyecto puede sentirse incluida, valorada y acompañada.

### ¿Quién puede participar en este proyecto?

En el proyecto Yo Sumo en Comunidad participan 35 personas de la Asociación APROSU.

Ofrecemos apoyos según las necesidades de cada persona y de sus familias para que puedan manejarse mejor en su entorno. También, colaboran las familias, los profesionales y la comunidad, porque todos juntos ayudamos a que cada persona se sienta parte de su entorno.

### ¿Qué es lo mas que les gusta de su trabajo?

Lo que más nos gusta de nuestro trabajo es poder aprender cada día de ustedes. Aprendemos de sus formas de ser, de sus alegrías y de cómo superan los retos.

Nos gusta como nos reciben con una sonrisa y alegría. Trabajar con ustedes nos ayuda a mejorar como personas y nos emociona ver cómo ganan seguridad, autonomía y confianza al sentirse parte activa de su comunidad.



## ¿Qué funciones tiene cada persona en este proyecto?

Nosotras trabajamos juntas y realizamos actividades útiles e importantes, adaptadas a las necesidades individuales de cada persona. Así, aprenden cosas nuevas, participan en su comunidad y practican habilidades de la vida diaria como ir a comprar o usar el transporte, siempre en sus entornos más cercanos y con la participación de sus familias.

Nos encargamos de planificar y organizar las actividades, acompañamos a las personas en su día a día para ayudarles a poner en práctica lo aprendido, y nos coordinamos con las familias y recursos externos, que son esenciales para crear apoyos y redes comunitarias.

## ¿Qué actividades se hacen en este proyecto?

Las actividades del proyecto se hacen junto con otros recursos de la comunidad, como asociaciones, colegios y entidades que ayudan a personas que necesitan apoyo. El objetivo es trabajar juntos y hacer actividades que duren en el tiempo, como el voluntariado, para ayudar a que las personas sean más autónomas participen en su comunidad, y se relacionen con otras personas.



## ¿Qué es lo más bonito de trabajar en este proyecto?

Lo más bonito de trabajar en este proyecto es ver cómo las personas crecen cuando se confía en ellas y se les acompaña con respeto y cercanía.

No solo aprenden habilidades, sino que ganan autonomía, participan, se expresan y toman decisiones. Celebramos cada pequeño logro, como por ejemplo, que participen en confianza y con una sonrisa con personas que acaban de conocer.

## ¿Tienen dificultades a la hora de ponerlo en marcha?

En Yo Sumo en Comunidad queremos que cada persona participe en su entorno con los apoyos de su comunidad. Como en todo proyecto nuevo, hay retos. A veces es difícil coordinar los apoyos o conseguir que los lugares sean accesibles y las personas estén sensibilizadas. Pero también encontramos mucha colaboración y ganas de ayudar por parte de las familias, vecinos y asociaciones. Cada reto es una oportunidad para seguir mejorando.

## ¿Qué quieren que la gente sepa sobre el proyecto Yo Sumo en Comunidad?

Queremos que sepan que este proyecto quiere que todas las personas formen parte de su comunidad, y promover una inclusión real. Además, Yo Sumo en Comunidad no solo da apoyos, sino que ayuda a crear comunidades más abiertas, accesibles e inclusivas.



# Así somos



## Aitor Cabrera

Fermo parte del equipo de Prensa y Comunicación de la Asociación APROSU. Allí, mis tareas favoritas son crear contenido, como escribir noticias e historias y ser secretario para organizar reuniones y apuntar la información importante.

Soy el nuevo fichaje del equipo de fútbol APROSU y disfruto mucho de jugar y entrenar con mis compañeros y compañeras.

Además, me gusta ir al huerto, cuidar las plantas y disfrutar de la naturaleza.

Lo que más me gusta de todo es ayudar a mis compañeros y compañeras. Siempre trato de estar ahí cuando alguien necesita apoyo.

También trabajo como personal de mantenimiento y limpieza en el Instituto Ana Luisa Benítez. Allí aprendo cosas nuevas cada día y ayudo a que todo funcione bien. Así es un día en mi vida: trabajo, aficiones y ayudar a los demás.

Me gusta estar activo, aprender y compartir momentos con mis compañeros.

## Pedro Pablo Hernández

Fermo parte del equipo de Prensa y Comunicación de la Asociación APROSU. Mis funciones son las de fotógrafo y creador de contenido.

Me gusta hacer muchas cosas en mi tiempo libre. Me encanta hacer puzles de 2000 piezas. ¡es un gran desafío!

También me gusta ver el fútbol y jugar al **envite** con mis amigos.

Soy muy hogareño y me gusta hablar de cómo era la ciudad antes.

Además, me gusta ayudar a las personas mayores, siempre que puedo.

También vivo en un Hogar funcional en Siete Palmas, donde comparto mi vida con algunos compañeros, que a día de hoy, son como hermanos.

Me considero una persona curiosa, divertida y que valora mucho la historia y las cosas de antes.

El **envite** es un juego de cartas.



# Equipo de Fútbol SPAP



**José Rubén**



**Ramón**



**Ivor**



**Jonathan**



**Tobías**



**Miriam**



**Sergio**



**Sara**





El pasado 3 de diciembre, Día de las Personas con Discapacidad, celebramos una jornada llena de visibilidad, convivencia y reivindicación colectiva. El acto tuvo lugar en el Auditorio Juan Antonio Ramos, en el Parque Doramas, que se convirtió en un punto de encuentro para personas de todas las edades. Un espacio donde la inclusión fue el motor que nos unió.



A pesar de la lluvia, la energía y la participación fueron increíbles. Cada sonrisa, cada aplauso y cada gesto nos recordó lo importante que es construir una sociedad donde todas las personas tengan las mismas oportunidades.

Queremos expresar nuestro profundo agradecimiento a todas las personas que se acercaron para acompañarnos, y a las empresas y entidades colaboradoras por su apoyo y compromiso. Gracias por ayudarnos a avanzar hacia una comunidad más justa, accesible e inclusiva.

Trabajamos, avanzamos y soñamos juntas y juntos.













# Inauguración

## Centro de día y Centro Ocupacional CARMEN DELIA ARENCIBIA QUINTANA

La inauguración del centro de día y centro ocupacional Carmen Delia Arencibia Quintana, fue un momento muy especial para todas y todos. Este nuevo espacio nos ofrece la oportunidad de participar en actividades, aprender cosas nuevas y relacionarnos con otras personas. Con 35 plazas nuevas, más personas podrán disfrutar de un lugar donde se sientan apoyadas, escuchadas y valoradas. Para muchos, este centro no solo es un espacio físico, sino un lugar donde crecer, compartir experiencias y sentirse parte de una comunidad.

*¡Seguimos  
avanzando!*





# Entrevista muy especial

El equipo de Prensa y Comunicación de la Asociación APROSU ha tenido el placer de realizar una entrevista muy especial.

Hemos entrevistado a Doña Dulce María Gutiérrez González, Directora General de Discapacidad.

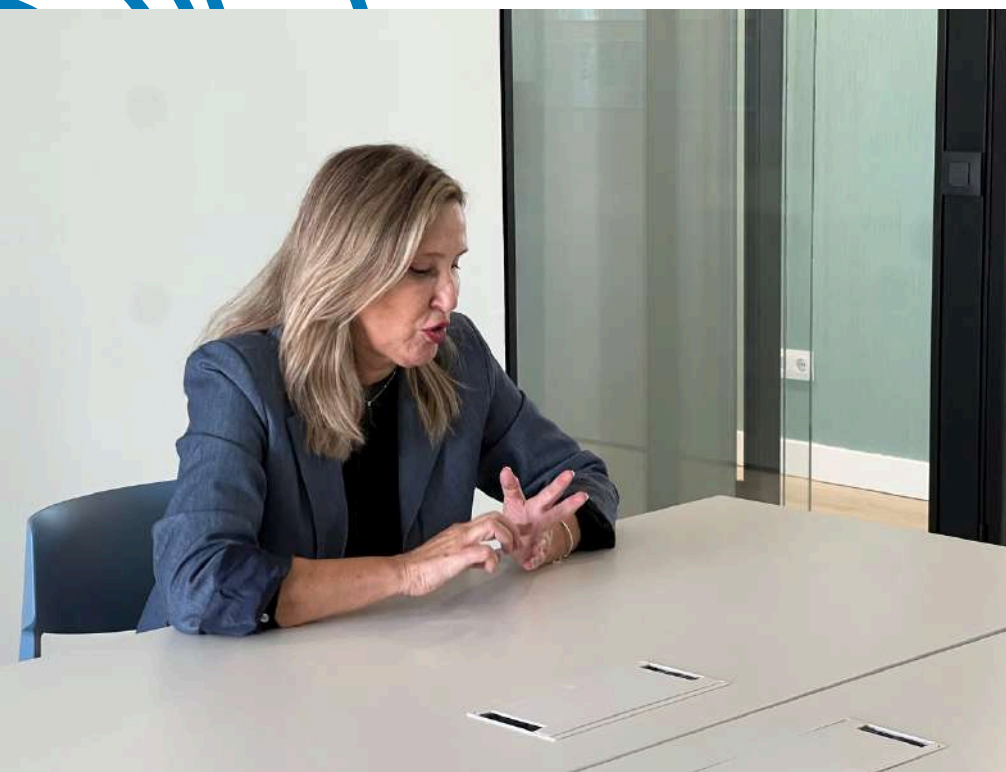
La entrevista se hizo con motivo de la inauguración del Centro Carmen Delia Arencibia Quintana.

Durante la entrevista, Doña Dulce María nos habló de este nuevo centro. Explicó lo importante que es para las personas y para la comunidad. También compartió su alegría por la apertura de este espacio.

Además, le preguntamos qué le parecen las labores como la nuestra. Ella valoró de forma muy positiva nuestro trabajo. Destacó la importancia de que actuemos como periodistas, que informemos y demos voz a las personas.

Desde el revuelo de APROSU, agradecemos a Doña Dulce María su cercanía y amabilidad.

Ha sido una experiencia muy enriquecedora para todo el equipo.





# Comisionado de discapacidad del Parlamento de Canarias

La Asociación APROSU tuvo el honor de recibir en su sede a la Comisión de Discapacidad del Parlamento de Canarias. Fue una jornada que permitió compartir de cerca la realidad de nuestra Asociación.

A lo largo de la visita, los representantes y las representantes, recorrieron nuestras instalaciones y conocieron la labor que se desarrolla en la asociación, una labor que siempre pone en valor a **las personas**.

Además, interactuaron con el equipo de Prensa y comunicación y respondieron a algunas de las preguntas que habíamos preparado, Por todo ello, para nosotros el encuentro fue un espacio de diálogo enriquecedor.

También, pudimos mostrar el trabajo que realiza el equipo y nos pidieron el diseño de sus retratos en estilo **pop art**. Hemos disfrutado muchísimo al realizar estos retratos.

El **Pop Art** es una técnica de arte que usa colores vivos y mezcla elementos para hacerlos divertidos.







## Torneo de Fútbol Navideño número 2

El 17 de diciembre se compartió un día maravilloso,  
lleno de ilusión, cariño y amistad.  
El equipo de fútbol de APROSU  
y el equipo de Profesionales  
vivieron una jornada muy especial,  
donde el disfrute del deporte se convirtió en el verdadero protagonista.  
Un encuentro lleno de sonrisas, esfuerzo y trabajo en equipo  
que nos recuerda lo importante que es compartir momentos así.



¡Ya estamos contando los días para el próximo!





# Certamen de Fotografía *365 Razones*

## Asociación APROSU

**Primer premio**



Autor: María Fernanda Zahínos López  
La magia de compartir

Ya tenemos a los ganadores y ganadoras del concurso de fotografía 365 razones. Muchas personas participaron en el concurso con fotos sobre la vida diaria. Las imágenes muestran momentos reales y bonitos. Las fotografías reflejan retos superados y momentos especiales. A veces, una sonrisa, una mirada o un gesto sencillo dicen mucho.

**Segundo premio**



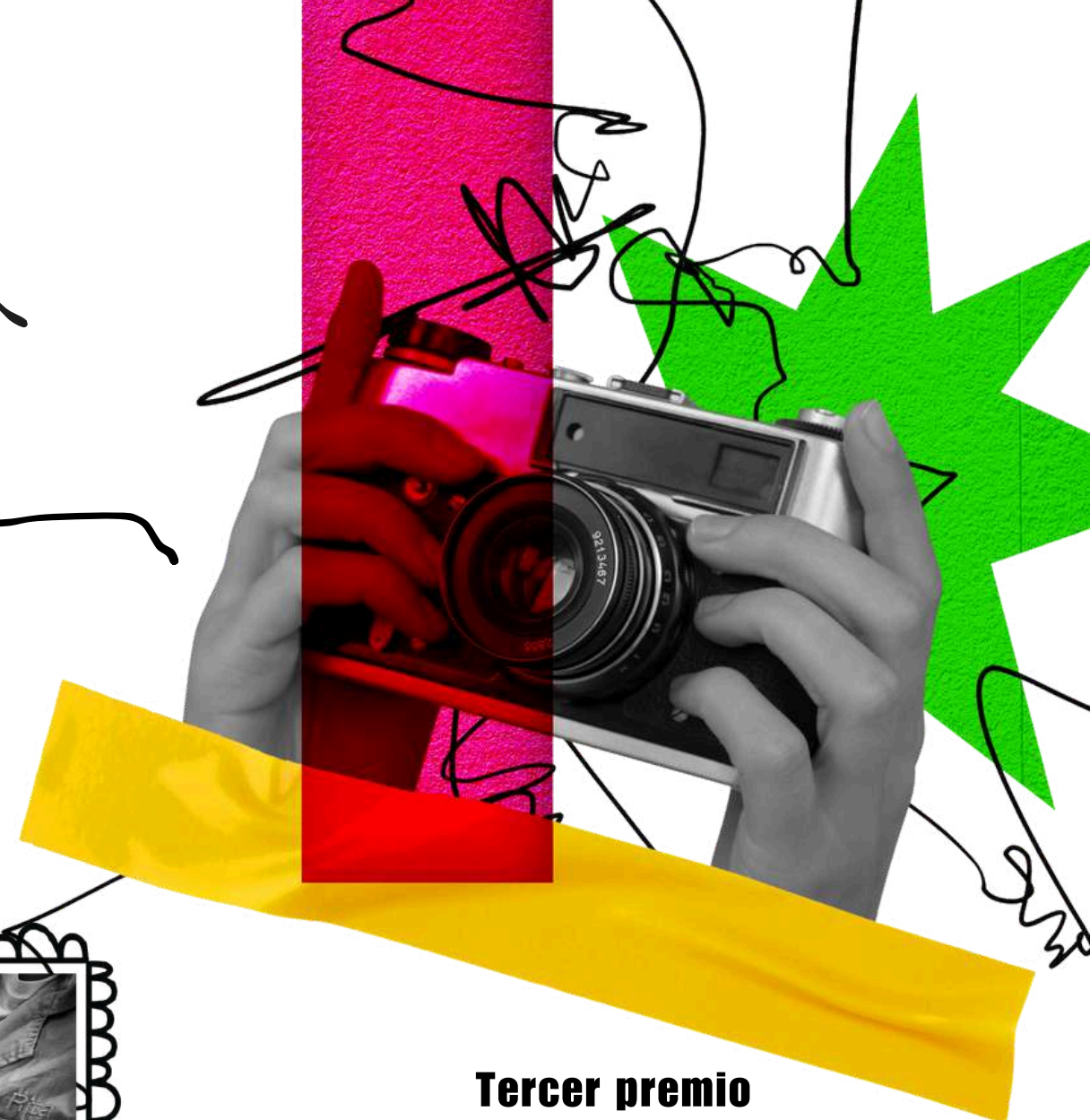
Autor: Jonathan Quintana Quintana  
Manos que crean y creen

La Fotografía 1 y 3 son de personas que han participado desde Plena Inclusión Extremadura y la 2 del Servicio de SPAP de Gran Canaria.

**Tercer premio**



Autor: Francisco Javier Benavides García  
Viajar también es detenerse





# Nuestros logros



En mi voluntariado leo cuentos a los niños del colegio Loyola.



Soy voluntaria del comedor infantil del colegio Loyola.



Soy voluntario del comedor social.



En mi voluntariado dinamizo el patio del colegio Loyola.



En mi voluntariado riego y planto en el colegio Loyola.



En mi voluntariado reciclo y cuido las plantas del colegio Loyola.



En mi voluntariado doy clases de deporte en el colegio Loyola.



Soy voluntario como guía en el museo Martin Chirino.



En mi voluntariado doy talleres de música en el colegio Loyola.

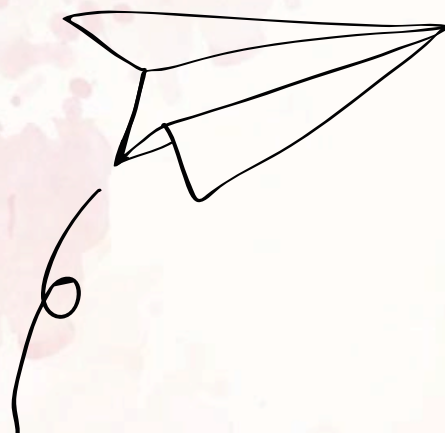


He realizado un curso de lengua de signos.





En esta sección compartimos ideas que nacen de nuestra experiencia. Son pensamientos, propuestas y reflexiones sobre lo que vivimos cada día y sobre cómo queremos mejorar nuestro entorno. Aquí hablamos desde el respeto, desde lo que sentimos y desde lo que creemos importante. Porque todas las ideas cuentan. Y cuando se comparten, suman.



# Ideas

## **Pensamientos que nacen del día a día**

Estar y participar.  
No basta con estar.  
También queremos participar, opinar y decidir.  
Nos gusta aprender, trabajar juntos y comunicar lo que pensamos desde nuestra propia experiencia.

## **La idea del mes**

Más espacios donde se nos escuche. Nos gustaría que hubiera más espacios donde las personas con discapacidad podamos expresar lo que pensamos y participar en las decisiones que nos afectan. Cuando se nos escucha, nos sentimos parte de la sociedad. Y cuando participamos, la inclusión es real.

## **Una idea para mejorar nuestra comunidad**

Información clara para todas las personas. Proponemos que haya más información fácil de leer en los centros de salud, oficinas y espacios públicos. Así todas las personas podemos entender mejor las cosas, sentirnos más seguras y participar con confianza. La información clara también es inclusión.

## **Ideas para crecer en APROSU**

Nos gustaría:

- Hacer entrevistas a personas del barrio.
- Participar en más actividades culturales.
- Contar nuestras historias, porque comunicar también es una forma de cambiar la sociedad.





© Logo europeo de la lectura fácil.

**Datos de contacto**

C/ Málaga, nº 1.

Las Palmas de Gran Canaria CP: 35016 - España

[Prensaycomunicacion@aprosu.com](mailto:Prensaycomunicacion@aprosu.com)

928 320 861

