

APROSU

EL REVUELO



**EQUIPO DE PRENSA
Y COMUNICACIÓN**



Equipo de PRENSA Y COMUNICACIÓN

¡Saludos Cordiales!

Somos El Equipo de Prensa y Comunicación que está formado por 15 personas beneficiarias del Centro Ocupacional de la Asociación APROSU.

En el Programa de Prensa y Comunicación elaboramos los contenidos de la revista: "El Revuelo de APROSU". También, nos presentamos a concursos de fotografía y cortometrajes y además, trabajamos las redes sociales como el Facebook: "El revuelo de APROSU".

Esperamos que disfruten de la revista tanto como nosotros.

Atentamente, El Equipo de Prensa y Comunicación.



SUMARIO DE SECCIONES

Mi realidad

1

Entrevistando a...

2

Entrevista Fisioterapia

3 - 4

Nuestra Artesanía

5

Programa de Educación Ambiental

6

**Apoyo para la realización de los proyectos
de las personas tuteladas de APROSU**

7

Cento Especial de Empleo APROSU S.L

8

Noticias Express

9

Cosecha de batatas en el Huerto de APROSU

10

Receta de cocina: Truchas de batata

11

Pasatiempos

12

Colabora con APROSU

13



Mi realidad

Mi nombre es Antonio y en mi día a día me encuentro con muchos obstáculos... pero soy muy feliz.

Tengo el cariño de todos mis compañeros y me encanta vivir donde vivo.

Desde pequeño siempre he sido muy desinquieto; toda la infancia la pasé en San Juan de Dios y en mi adultez pasé a formar parte de dos de los Servicios que tiene APROSU: La Residencia Cristo de la Salud, donde vivo desde hace siete años; y el Centro Ocupacional, donde asisto de lunes a viernes y aprendo muchas cosas.

No me gusta que intenten cambiarme; me gusta que me quieran tal y como soy; misterioso y cariñoso, reivindicador de mis derechos...

¡Sin duda, APROSU me ha cambiado la vida!

¿Qué es lo que más te gusta de tu trabajo?

Ayudar a las personas adaptando todo tipo de objetos de la vida diaria para conseguir que sean independientes y con ello felices.

¿Qué significa ser Terapeuta Ocupacional?

Los Terapeutas Ocupacionales son profesionales sociosanitarios que intervienen en personas con discapacidades físicas, psicológicas o del desarrollo para favorecer una vida independiente, productiva y satisfactoria.

La terapia ocupacional es difícil de entender porque abarca cosas tan simples, que nosotros día a día no nos damos cuenta de que las realizamos. Ponernos la ropa, elegir qué vamos a ver en la tv, bajar escalones, pintar, freírnos un huevo. Pues hay personas que necesitan ayudas técnicas, un aprendizaje y un apoyo para lograr vestirse, ir al cine, encontrar trabajo, etc.



¿Por qué estudiaste Terapia Ocupacional?

Pues a los 20 años yo trabajaba como recepcionista de apartamentos turísticos y aún no tenía claro a que me quería dedicar. En una visita a una amiga que estudiaba en Madrid, conocí a su compañera de piso que estudiaba algo muy raro que yo nunca había oído, “Terapia Ocupacional” pero sonaba interesante y le pregunté.

Cuando empezó a contarme que era una carrera donde ayudabas a las personas a ser independientes, que tenías que saber tanto de psicología como de anatomía, de adaptar todo tipo de objetos de la vida diaria para conseguir que las personas fueran independientes y con ello felices, me ilusioné tanto que ya quería ser “Terapeuta Ocupacional”.

Entonces empecé a informarme y en Gran Canaria no se podía estudiar la carrera, solo en la península, así que tardé unos cuantos años en organizarme, ahorrar y atreverme a salir de la isla e irme a Madrid. Donde trabajé y estudié durante 4 años. Todo fue nuevo y complicado pero cuando tuve mi primer trabajo, supe que había merecido la pena.

ENTREVISTANDO A... *Nuria*

Fisioterapeuta de la Asociación APROSU



¿Qué significa ser Fisioterapeuta?

La Fisioterapia está íntimamente ligada al concepto de Salud. Ofrece servicios a individuos y poblaciones para desarrollar, mantener y restablecer el movimiento y la capacidad funcional máxima durante toda la vida. Esto incluye proporcionar servicios en los casos donde están amenazados el movimiento y la función por lesión, envejecimiento, enfermedad, trastorno y condiciones o factores ambientales. El movimiento funcional se considera fundamental para un estado de salud óptimo. Esto significa que la Fisioterapia puede concebirse como la búsqueda, mantenimiento y restablecimiento de la salud. Teniendo en cuenta que la salud, en su grado máximo, es el estado completo de bienestar, donde se encuentren en equilibrio los estados sociales, mentales y físicos, ser fisioterapeuta es, ante todo, una gran responsabilidad social, una figura imprescindible en la vida diaria de todas las personas.

Ser Fisioterapeuta es poder integrar el estado físico al entorno: necesitamos estar saludables para poder ir al trabajo, si nos duele la espalda no podemos concentrarnos en clase, si persisten barreras arquitectónicas nos costará más esfuerzo alcanzar nuestras metas, y así un largo etcétera de situaciones que la Fisioterapia se encarga de solventar para poder desarrollar una vida plena.

La OMS define la fisioterapia actual como una profesión perteneciente al área de la salud, con el propósito de optimizar la salud de la persona, así como también de las funciones. Esto se realiza mediante la aplicación de procesos, métodos y principios científicos, y a través del examen puede prevenirse, medir o reparar limitaciones o lesiones físicas además de discapacidades en relación con el aparato motriz.

¿Qué diferencia hay entre Fisioterapia y Acuaterapia?

La Fisioterapia engloba diferentes abordajes y técnicas de tratamientos específicos, para cuya aplicación se debe contar con una persona Titulada en Fisioterapia, como son el Ejercicio Terapéutico, la Terapia Manual, la Punción Seca, la Electroterapia o la Terapia Acuática, entre otros.

En Aprosu, entre las que se llevan a cabo está la TERAPIA ACUÁTICA, que se imparte dentro del marco del programa denominado Acuaterapia. La terapia acuática se basa en la realización de terapia física en un medio acuático, de tal manera que se utilizan las propiedades mecánicas del agua asociadas a las formas de intervención de la fisioterapia con el objetivo de mejorar la función, la actividad y la participación de los pacientes. Así, podemos intervenir de una forma rehabilitadora, a modo preventivo, de tratamiento, como actividad física o deportiva o, simplemente, con el objetivo de proporcionar un momento de bienestar al paciente. El agua nos proporciona un medio donde el cuerpo adquiere gran cantidad de libertad de movimiento y donde puede llevar a cabo ejercicios y actividades difícilmente realizables en suelo firme, pudiendo actuar sobre el equilibrio, la coordinación, la destreza, la marcha, el control postural, el acondicionamiento físico, la función pulmonar, etc.

Así, podemos diferenciar la Fisioterapia como el conjunto de abordajes y tratamientos, y la Terapia Acuática como uno de dichos abordajes que se desarrollan en el programa de Acuaterapia.

¿Qué te impulsó a ser Fisioterapeuta?

Desde los estudios de Bachiller tenía muy claro que mi carrera universitaria estaría enfocada a las Ciencias de La Salud. No sólo era lo que mejor se me daba, sino que despertaba mucho mi interés el hecho de contar con los conocimientos para poder ayudar a las personas, especialmente cuando hay algo tan importante en juego, como es la salud. Comencé con los estudios de Medicina, pero mis ansias de empezar cuanto antes en la práctica y querer trabajar mano a mano con mis pacientes, hicieron que optara por ser Fisioterapeuta.

La Fisioterapia me ha dado la oportunidad de desarrollarme profesionalmente, me ha aportado grandes logros a nivel personal, me ha permitido dar lo mejor de mí con cada persona a la que he atendido y, sobre todo, me ha enseñado que por encima de todas las cosas estamos las personas y sus sueños, y que, muchas veces, con poco que hagamos, podemos mejorar la calidad de vida de quienes más lo necesitan.



**SI DESEA ALGUNO DE NUESTROS PRODUCTOS:
PULSERAS, JABONES, LLAVEROS... Y SI
QUIERES QUE TE AYUDEMOS A CREAR TUS
PRODUCTOS, NO DUDES EN PONERTE EN
CONTACTO CON NOSOTROS.**



Asociación APROSU
Contacto 928320861
C/ Málaga , 1

Programa de Educación Ambiental

La educación ambiental es un proceso de formación que permite la toma de conciencia de la importancia del medio ambiente, promoviendo en las personas el desarrollo de valores y nuevas actitudes que contribuyan al uso racional de los recursos naturales. Para tal fin, se desarrollan programas educativos de diversa índole como:

- Senderos guiados e interpretados en la naturaleza
- Planes de reciclaje y gestión de residuos
- Huertos urbanos ecológicos (Huerto APROSU y Huerto PAMBASO)



Huerto PAMBASO



Senderismo



Senderismo



Huerto APROSU



Huerto PAMBASO



Huerto APROSU

APOYO PARA LA REALIZACIÓN DE LOS PROYECTOS DE VIDA DE LAS PERSONAS TUTELADAS DE APROSU

Dicho Proyecto consiste en llevar a cabo las ilusiones de las personas tuteladas.



Restaurante y día de playa



Visita a Teror



Conociendo los animales



Granja del Tío Isidro



Viaje a Lanzarote



Viaje a Lanzarote



Viaje a Lanzarote

¡lo hemos conseguido!



Día de SPA

CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO

OBJETIVOS GENERALES

Proteger el medioambiente.

Insertar laboralmente a personas con discapacidad.



DALE UN USO SOLIDARIO AL ACEITE USADO DE COCINA

Donando este residuo al Centro Especial de Empleo APROSU, estarás ayudando a insertar laboralmente a personas con diversidad funcional y protegiendo el medio ambiente.

Puedes traernos tu aceite usado en botellas de plástico, en la calle Málaga nº1, Vega de San José, Las Palmas de Gran Canaria, y puede obtener mas información llamando al **928 320 861**.

Con la primera entrega , te regalaremos un embudo para facilitarte la recogida en casa.

Puede hacer entrega del aceite usado en la sede de la Asociación:

C/Málaga, nº1, Vega de San José, Las Palmas de Gran Canaria.



CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO
APROSU S.L.

¡Ayúdanos a cuidar el medioambiente!



PACIENTES PARALÍTICOS VUELVEN A CAMINAR GRACIAS A UN IMPLANTE INNOVADOR

Pacientes en silla de ruedas han podido volver a caminar sin ayuda gracias a implantes que ayudan a regenerar y reubicar los nervios de sus espinas dorsales dañadas.

El tratamiento, que ha sido anunciado como un "avance significativo" para las personas con parálisis, utiliza un conjunto de electrodos implantados quirúrgicamente y mapeados con precisión en la médula espinal, en combinación con una unidad que envía pulsos eléctricos en respuesta a los movimientos de las piernas de los pacientes.

Las tres personas parapléjicas que participaron en el estudio suizo recuperaron el control voluntario de los músculos de sus piernas y pudieron caminar con algo de asistencia de peso, o con un armazón, mientras la estimulación eléctrica estaba activa.

Pero el avance más importante es que después de cinco meses de entrenamiento los participantes pudieron mover las piernas y, en algunos casos, dar pasos sin apoyo, **incluso cuando el implante estaba apagado.**



Autor: Moisés B. Martínez

DE ACORDE MÚSICA PARA LA INCLUSIÓN

El pasado día 22 de Noviembre, se ha realizado un concierto por las personas participantes del proyecto "De Acorde, Música para la Inclusión" y la Orquesta Filarmónica de Las Palmas de Gran Canaria en la Sala Gabriel Rodó de la OFGC.



Publicado el listado de aprobados
Ordenanza - Agencia Tributaria
Fecha de examen: 15/09/2018



Se ha publicado el listado de personas aprobadas de la oposición de Ordenanza de la Agencia Tributaria cuyo examen se celebró el pasado 15 de septiembre. Tres de Nuestros compañeros/as se han presentado a dicho examen y han aprobado todos; ya están a un pasito de poder conseguirlo.

Cosecha de batatas en el Huerto de APROSU












Hemos disfrutado muchísimo de la cosecha de batata de nuestro huerto ECO. A continuación les mostramos imágenes de lo bien que hemos trabajado y les ofrecemos una receta de Truchas de batata, muy típicas en Navidad.



Truchas de Batata



INGREDIENTES:

- 1 kilo de batatas amarillas 
- 100 gramos de almendras peladas 
- 250 gramos de azúcar 
- 1 palo de canela en rama 
- Corteza de 1 limón 
- Ralladura de otro limón 
- 2 semillas de anís estrellado 
- 1 cucharadita de canela en polvo 
- Obleas de empanadillas grandes 
- Aceite de girasol 
- Azúcar glass 

INSTRUCCIONES:

Pelamos y cortamos las batatas en rodajas, las cubrimos con agua y le añadimos la corteza de limón, un palito de canela y 2 semillas de anís estrellado.

Cuando empiece a hervir tardará unos 10 – 15 minutos en que se ponga tierna. Las escurrimos y retiramos el palito de canela, las semillas de anís y la corteza del limón y dejamos que se enfríe.

Ponemos las batatas en un bol y las machacamos con la ayuda de un tenedor. Nunca utilices máquina eléctrica ya que la batata cogería liga y no es conveniente.

Trituramos las almendras sin llegar a que sea todo polvo para que al comerlas encontremos trocitos de almendras, rallamos otro limón y añadimos una cucharadita de canela en polvo. Se los añadimos a la batata.

Añadimos el azúcar .

Removemos todo bien y dejamos reposar hasta que se enfríe. Ayudándonos de una cuchara ponemos un poquito de la masa sobre las obleas.

Dichas obleas ya vienen hechas y nos facilitan el trabajo. Las cerramos por la mitad y las prensamos con ayuda de un tenedor.

Las ponemos a freír en abundante aceite de girasol vigilando que no se nos quemen y las sacamos sobre papel absorbente para retirar el exceso de aceite.

Con la ayuda de un colador espolvoreamos con el azúcar glass para decorar. Las truchas de batata están listas para comer. Pueden comerse templadas y frías.

Pasatiempos



COLABORA CON APROSU



Puedes hacerlo de varias formas:

1

HACIÉNDOTE SOCIO

2

**UNIENDOTE A NUESTRO
VOLUNTARIADO**

3

**DONANDO TU ACEITE DE
COCINA USADO**

Para más información puedes dirigirte a nuestra página web,
www.aprosu.com o llamando a los diferentes teléfonos:

928.320.861 / 928.321.266

INFÓRMATE

En caso de emergencia:

112



Explicar emergencia

Renovar DNI

Cita médica

Renovar cartilla
del Paro

060



012



012



Foto DNI

Dinero correspondiente

www.gobiernodecanarias.com

Saber nombre completo
Fecha de nacimiento



www.gobiernodecanarias.com

Saber número DARDE



www.gobiernodecanarias.com

- Emergencias: 112
- Policía Nacional: 091
- Policía Local: 092
- Guardia Civil: 062



- Protección Civil: 928.361.444
- Ambulancia: 061
- Renovar DNI: 060
- Bomberos: 080



ASOCIACION PROTECTORA DE PERSONAS
CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL
DE LAS PALMAS

Calle Málaga, 1 Vega de San José
35016 Las Palmas GC
Tel. 928.320.867 - 928.322.661
FAX. 928.320.824
MAIL: aprosu@aprosu.com
www.aprosu.com