

APAMP · ASOCIACIÓN DE FAMILIAS DE PERSONAS CON PARÁLISE CEREBRAL



## MURAL CERÁMICO



**APAMP**  
ASOCIACIÓN DE FAMILIAS DE  
PERSONAS CON PARÁLISE CEREBRAL

# RODANDO

## Edita: APAMP

Asociación de Familias de Persoas  
con Parálise Cerebral

## Contacto

Miguel Hernández, 1- 36210, Vigo  
Telf.: 986 294 422  
apamp@apamp.org  
www.apamp.org

## Coordinan:

María Lago, Inés Gómez y Mary  
Carmen Rada

## Equipos de Redacción:

MH: María José Rey, Sergio Durán,  
Clara Fernández, Paula Pereiro,  
Adolfo Comesaña y Pilar Álvarez

NAVIA: Carlos Rivas, Sara Rivas,  
María Dolores Santiago, Laura  
Maquieira, Diana Comesaña,  
David Gil, José Varela, Jesús  
Ferreiro, Sandra Ballesteros y  
Antía Iglesias

## Diseño y Maquetación:

Talleres de Comunicación

**Fotografía:** Profesionales y  
hombres y mujeres de APAMP

## Encuadernación:

Taller Encuadernación

Contraportada:  
Fotomontaje de Pilar Álvarez

## Colaboraron en este número:

Muchas personas a las que  
agradecemos que compartan y  
enriquezcan nuestra revista con  
sus artículos y sus opiniones.

## Fecha de publicación:

Abril 2022

# S U M A R I O

## ENTREVISTAS

Claudia Collazo. Enfermera en Residencia.....	4
Fernando Pereira. Compañero Navia .....	7
Isabel Grossi. Compañera MH.....	8

## ACTIVIDADES

San Valentín "Día de la amistad" .....	10
Carnaval.....	12

## EVENTOS

"Maxi, a esencia de vivir".....	14
8 de Marzo Día de la Mujer.....	16
Premio Rompiendo Barreras, Óscar .....	18

## NOS VISITAN

AMORADA.....	20
Conselleira de Política Social .....	21

## TALLERES EN ACCIÓN

Taller Cerámica MH .....	22
Taller Papel MH.....	23
Taller Sensórial MH .....	24
Taller Diseño Navia .....	26

## PROYECTOS

Intervenciones Artísticas CAI .....	27
Campaña #bimbaylolaloves.....	28

## SERVICIOS

Respiro en piso Camelias .....	30
Piscina Terapéutica en Navia .....	31

## COLABORACIONES

La práctica del deporte · Maxi.....	32
En el agua · M <sup>a</sup> José Rey.....	33
La opinión de José Varela .....	34
Lugares del mundo · Jesús Ferreiro.....	35
IX Aniversario Residencia · Carlos Rivas.....	39
El refranero de Berta.....	39

NUEVAS INCORPORACIONES .....	36
------------------------------	----

## SALIDAS OCIO

Musical "Ghost" .....	38
-----------------------	----

# Claudia Collazo



**¿Cuánto tiempo llevas formando parte de esta gran familia?**

Pues yo vine a Apamp por primera vez en agosto de 2019, así que este verano ya haría 3 años. Empecé viniendo solo por un mes, y me fui, pero al poquito estaba de vuelta y ya volví para quedarme.

**¿Qué pensaste cuando nos visitaste por primera vez?** Bueno, para ser totalmente sincera, el primer día en la resi lo primero que sentí fue algo de "miedo", no sabía si iba a estar a la altura de cuidar y apoyar en todo lo que íbais a necesitar. Yo ya había tenido un contacto con APAMP fuera de mi trabajo, entonces fue un poquito continuar y me hizo mucha ilusión empezar en un sitio como este, pero sabía que me enfrentaba a un puesto de mucha responsabilidad, de mucho trabajo...

...



Poco a poco me di cuenta de que iba a estar muy bien. Todo el mundo me lo puso muy fácil, me apoyasteis en todo y la verdad que me adapte súper rápido.

**¿Cuéntanos alguna anécdota divertida que te haya pasado con nosotros?** Anécdotas la verdad es que tengo bastantes, algunas más divertidas y otras que con el tiempo acaban haciendo gracia pero en el momento no tanto.

Siempre recuerdo las primeras semanas, que fue todo un poco desastroso, y tuve algún atropello de silla eléctrica, un tirón de pelos en un mal día.. y algún que otro susto.

Pero sin duda me encantó el primer carnaval que pasé en la residencia, que me disfrace con Teresa de Shrek y Fiona. Trabajamos un montón para tener nuestro disfraz a punto, conseguimos que Bea M. y Ana M. cediesen para ser nuestro asno y gato con botas. Teníamos todo preparado, y ese día Tere no tenía ganas de levantarse de cama.

Os imaginareis la situación, las tres sacando a la testaruda de la residencia de la habitación y convenciéndola de pintarse de verde hasta las cejas. Al final lo disfrutamos un montón.

**Como sabes somos muy curiosos y nos gustaría conocerte mejor ¿puedes contarnos alguna de tus aficiones?** Bueno, como casi todos ya sabéis, y algunos pudisteis disfrutar conmigo de ellos, yo tengo caballos. Desde pequeña empecé a montar a caballo, cuando mis padres me castigaron y me mandaron ir a un campamento de verano, con la suerte de que me cogieron en uno de hípica, y desde ese día descubrí lo que ahora es como mi "pasión".

El día que probé a montarme por primera vez, mi profesor me dijo "esto es lo tuyo", y como yo era pequeña habló con mis padres y les convenció de que tenía que seguir en eso.

A los dos meses me habían regalado mi primer caballo, una yegua jovencita que no sabía mucho tampoco, y aprendimos todo juntas.

Empecé a hacer *Horseball* cuando solo llevaba 3 meses montando, y con ese deporte ya encontré lo que me faltaba para completar lo que se había convertido en mi segunda vida. Desde entonces no he parado.

**¿Si fuésemos genios, qué nos pedirías?** No sé, la verdad que es una pregunta muy difícil. Hay momentos de la vida en los que se pedirían muchas cosas, y otros en los que no necesitas más de lo que tienes.

Aunque en general siempre queremos salud para uno mismo y para los que nos rodean, y más yo siendo enfermera.

**¿Cuál era tu sueño cuando eras pequeña?** Lo cierto es que mi sueño era ser veterinaria.

*"Poco a poco me di cuenta de que iba a estar muy bien. Todo el mundo me lo puso muy fácil, me apoyasteis en todo y la verdad que me adapte súper rápido."*



Siempre hablaba con mis amigas de que quería especializarme en caballos, y que iba a tener mi clínica...

Cuando me llegó el momento de escoger, y podía entrar en esa carrera, no sé exactamente qué me pasó, pero las pocas dudas que tenía entre enfermería que era la otra opción que me gustaba y esa, me hicieron escoger enfermería.

**¿Qué te aporta el deporte que practicas?** Pues en cuanto a la equitación, es increíble la sensación de estar encima de tu caballo. Cuando ya os conocéis y ya formáis un binomio, y tener un mal día, irte a ver tus caballos, montar al atardecer y olvidarte de todo.

Pero además de esto, el *Horseball* me aporta un montón: disciplina porque tenemos que mantener en forma a los caballos, nosotros, entrenar, montar..., además de ser un deporte de equipo, por lo que muchos de mis amig@s son mis compañer@s, y eso es increíble.

**¿Has ido a alguna competición?** Uff, a muchas!! Yo compito a nivel territorial aquí en Galicia. Fui campeona gallega muchas veces, incluso llegué a recibir un Premio al Mejor Binomio aquí, que me parece el mejor que se puede dar a alguien porque significa que hay conexión entre tú y tu caballo y que ese trabajo se demuestra de cara al público.

Además juego la Liga Nacional y la Portuguesa, he jugado Champions League, torneos internacionales... Lo cierto es que no paro.

**¿Por qué decidiste practicar este deporte tan poco común?** Empecé porque en la hípica se practi-

caba, me llamó la atención y dije tengo que probar. Es tan divertido que me enganchó muy rápido.

**¿Qué es lo bueno y lo malo de trabajar aquí con nosotros? Hay que mojarse?** Lo mejor de APAMP sois vosotras/os sin ninguna duda, y lo peor que hay mucho trabajo y no puedo disfrutar un rato con vosotros y tengo que hacer mis tareas.

*“Lo mejor de APAMP sois vosotras sin ninguna duda y lo peor que hay mucho trabajo”*



**¿Te gustaría trabajar toda la vida en Navia?** Pues en parte sí, porque con cada una de las personas que viven en la residencia he aprendido un montón. He disfrutado desde el primer día y no me arrepiento en absoluto de trabajar donde trabajo.

Pero es cierto que mi aspiración desde que empecé en esta profesión es trabajar en servicios de emergencias, y a día de hoy estoy estudiando para conseguirlo.\

## Entrevista

ABRIL 2022

ENTREVISTA 7

# Fernando Pereira

NUEVO RESIDENTE DE NAVIA

**¿En qué centros estuviste antes de entrar en APAMP?** En ningún centro. Siempre estuve en casa con mis padres. Vivía en una casa en Puxeiros. Tengo dos hermanos aunque ninguno de los dos vive ya en casa. Tengo también cuatro sobrinos a los que adoro.

**¿Por qué tomaste la decisión de venir a vivir a la residencia de APAMP?** Tuve que pensarlo mucho, pero con el tiempo veía que mis padres no podían conmigo. Les costaba ayudarme en las actividades de la vida diaria. Fue una decisión que tomé yo solo.

**¿Cómo fue la transición de vivir en tu casa a vivir en nuestra residencia?** La verdad es que no noté mucho cambio. Estaba realmente convencido de venir a vivir a una residencia. Siempre echas de menos ciertas cosas pero desde el primer momento he estado muy a gusto.

**¿Cuáles fueron los principales cambios?** No fueron cambios grandes para mí. El cambio que más noté fue el compartir habitación. Siempre tuve una habitación para mí solo. Pero igualmente estoy contento.

Otro cambio, que también noto, es el compartir casa con tanta gente. Siempre hay ruido pero

es bueno porque siempre hay gente con la que charlar.

**¿Qué dirías que es lo mejor y lo peor de vivir en una residencia?** Lo mejor sin ninguna duda sois los compañer@s y los monitores. La gente es muy agradable.

Aunque suene un poco a peloteo, no hay nada malo en vivir en la residencia.

**¿Cómo ha sido el sacar una carrera universitaria? ¿Has tenido los apoyos necesarios?** He sacado la carrera de empresariales sin ningún problema. Siempre he contado con buen@s compañer@s y profesor@s.

Las instalaciones eran accesibles y tod@s l@s profesores respetaban mis ritmos.

Tenía una asistente personal que me llevaba y me recogía todos los días.

**¿Cuéntanos cómo vivisteis y vivís tú y tu familia tu parálisis cerebral?** Como una familia normal. Adaptándonos a la situación pero viviendo la vida con muchas ganas. Mis padres siempre me han ayudado en todo y me han dado muchas facilidades.

**Cuéntanos algunas anécdotas divertidas de tu vida.** Pues un



día en Berlín conocí una chica de Cartagena. Estábamos en un concierto y vino a preguntarnos, a mí y a mis amigos, por un laberinto. Acabamos disfrutando con ella todo el concierto. A día de hoy seguimos siendo muy buenos amigos.

**¿Cuántos años tienes?** 42 años

**¿Cuáles son tus gustos y aficiones?** Salir de fiesta por la noche. Todo tipo de música y los deportes en general

**¿Y tus manías?** Que yo sepa no tengo manías.\

# Entrevista

## ISABEL GROSSI

Isa es una persona muy trabajadora, le encanta estar ocupada con unas cosas u otras. Forma parte del equipo del taller textil y además de realizar los trabajos que se hacen allí, siempre está dispuesta a colaborar apoyando a sus compañer@s.

EQUIPO RODANDO MH



**¿Cómo viviste la pandemia?** Pues aburrida. Aunque estuve haciendo ganchillo, para entretenerme, y bien.

**¿Cómo conociste APAMP?** Yo estaba haciendo cosas en una asociación que se llama "Monte da Mina" en Castrelos. Allí tenía unas amigas que conocían APAMP y me hablaron de esto y vine a conocerlo.

**¿Cuánto tiempo llevas trabajando en APAMP?** Llegué aquí hace más de 12 años, cuando entré aún estaba Maite en el taller de papel.

**¿Trabajaste alguna vez fuera de APAMP?** Bueno... si y no... porque fueron de APAMP, a través de ASPACE, las que me consiguieron en el piso de Fina y estuve trabajando allí durante una temporada.

**¿Estás bien en APAMP?** Estoy bien, aunque ahora ya me estoy cansando un poco pero... jajajá.

**¿Qué es lo que más te gusta de APAMP?** Me encanta el taller de textil. Mira, yo por mí no me iría de APAMP por una cosa, por trabajar en el taller de textil, es el taller que más me gusta ¡Me encanta! ¡Es que le tengo mucho cariño! No solo por la monitora sino porque me encantó textil, he aprendido a hacer muchas cosas distintas y no hacemos siempre lo mismo.

**¿Dónde estudiaste?** Estudié en varios colegios. Primero empecé en Mestres Goldar, allí me llevaba mi abuela, y estudié allí hasta los 8 años. Después, por problemas personales, me fui a vivir con mi hermana y entonces continúe estudiando en el colegio Picacho (en Torrecedei-



*"En el taller textil he aprendido a hacer muchas cosas distintas porque no hacemos siempre lo mismo"*



ra) hasta más o menos los 15 años. En esa época también iba a San Rafael a rehabilitación y a clases de apoyo.

Después sobre los 15 o 16 años me fui a Madrid, por la epilepsia. Al principio estuve yendo y viniendo porque no daban con lo que tenía, y al final fui a dar al hospital Instituto San José. Era un hospital donde nos daban clases. Estudiaba en el instituto y dormía en el hospital.

**¿Hasta qué curso estudiaste?** El último curso que hice fue 6º de EGB.

**¿Tuviste una buena experiencia como estudiante?** Bueno... Yo era muy burriña!..., siempre sacaba cincos, no más. Con mis compañer@s bien en general. Aún ahora sigo en contacto con algun@s de ellos y también con algún profesor. Con una de mis compañeras, que ya es una amiga claro, hablo todos los días.

**¿Cómo te imaginas tu futuro perfecto?** No trabajaría, porque ya sé que no puedo trabajar fuera de aquí. No me imagino nada porque no puedo hacer nada, y como no puedo trabajar no me imagino nada. Pero me gustaría viajar, eso sí. Me gustaría ir a Sevilla, a Barcelona... o algo así, en un yate.



**¿A qué persona importante te gustaría conocer?** Yo ya conocí a Sergio Dalma, a Jesús Vázquez, y a Bisbal... Pues... a lo mejor me gustaría conocer al Presidente del Gobierno, Pedro Sánchez.

**¿Eres aficionada al fútbol?** Nooo! ... Aunque ahora, como Sergio Durán y yo nos picamos pues me gusta más.

**¿De qué equipo eres y qué jugadores te gustan?** Soy del Celta y del Real Madrid. Me gustaba Casillas, que ya se fue y Marcelo que se va a ir porque es mayor. Y del Celta me gusta Iago Aspas, claro!

**¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?** No tengo mucho tiempo

libre, porque tengo que hacer cosas en casa, qué remedio!

Me gusta pasear, ir a tomar algo. Nada más. Bueno, veo la tele y si me aburo me pongo con el ordenador y juego a "coquitos gratis", una página web donde elijo yo lo que quiero hacer. A veces a juegos de matemáticas. Eso me entretiene mucho y me sirve para repasar y no olvidarme.

**¿Cuáles son tus jobs?** Me gusta ir a pasear.

**¿Alguna cosa más?** Aquí me gusta estar, pero a veces me dan ganas de irme, y hay cosas de APAMP que ya no me interesan. Antes me gustaba más. Ya no me interesa como antes.\



# ¿SAN VALENTÍN?

No se compra ni se vende

por Pilar Álvarez



Montaje Puerta Taller comunicación

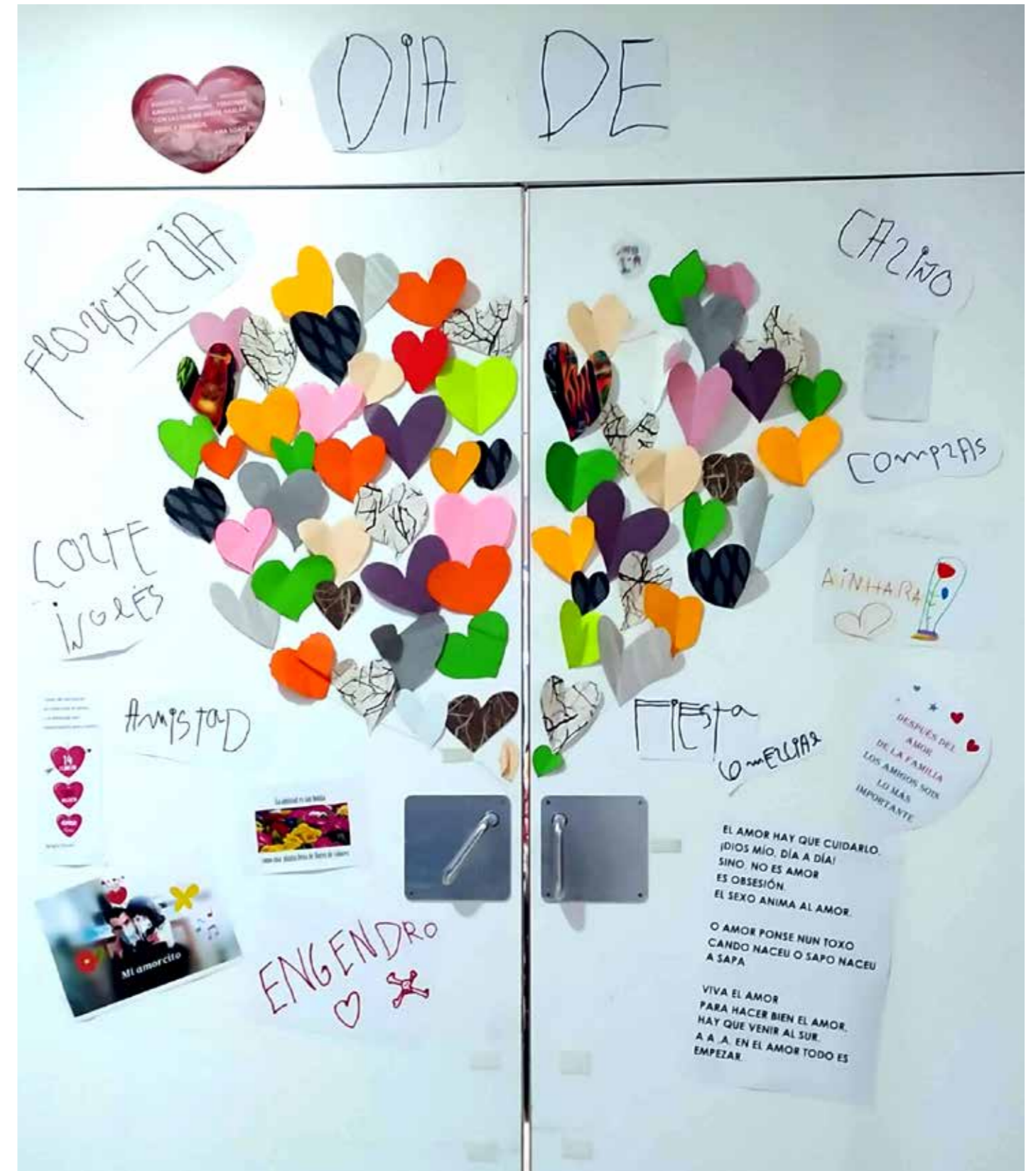
Alguien que me pidió este escrito me dijo que me iba a salir muy cáustico. Pero yo creo que no hay nada más hiriente que los mensajes que nos bombardean desde la tele y los demás medios de comunicación en plan "dígaselo con flores", "un diamante es para siempre", "El Corte Inglés solo piensa en ti", etc.

Y es que teniendo pareja puedes caer en el chantaje emocional y dejarte llevar, con lo cual te sientes peor que mal. Pero si no la tienes, todo ese bombardeo te hace sentir como un WC público. Y es que a tod@s nos gusta que nos quieran, pero ya cuando materializamos el cariño y lo hacemos bajo presiones externas a la pareja, nos va muy mal.

Y yo no demonizo los regalos entre las parejas, pero sí satanizo que tengan que ser un día determinado, una colonia de moda o un universo de cosas aunque sean para siempre. Yo prefiero una caricia, un beso o una demostración afectiva o deseada. En resumidas cuentas, que yo ese día prefiero un buen achuchón y un besazo y para quien la quiera "Viva la sociedad de consumo". \\\

Ilustración fotomontaje Pilar Álvarez y Fran Díaz

# DÍA DE LA AMISTAD



Montaje Puerta Taller sensórial

# CARNAVAL NAVIA 2022

por Carlos Rivas

El viernes **25 de febrero** celebramos en la residencia la fiesta de carnaval. Este año decidimos disfrazarnos por talleres.

En el taller de diseño nos disfrazamos **de feria**. Íbamos disfrazados de montaña rusa y Mary, nuestra monitora, de taquilla de tickets. En el taller de radio se disfrazaron de **monjas y de niña del exorcista**. Los de cerámica se disfrazaron de **Rey emérito y sus súbditos**, el taller artístico fue de **los relojes de Dalí** y el taller de los Sentidos fueron de **Peliqueiros**. También participaron Sabela fisio, Laura Logo y Nacho que fueron de **Eurovisión**.

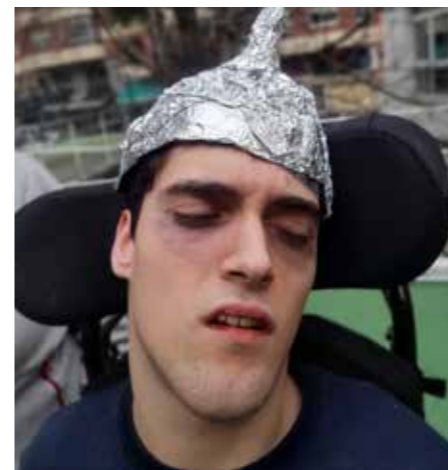
Durante la mañana hicimos un desfile, siendo el jurado Suso, Pili y Claudia.

**El ganador fue el taller de radio como mejor puesta en escena Exorcismo y Los relojes de Dalí del taller artístico como mejor disfraz.**

El sábado y el domingo participamos, como ya es costumbre, en la **comparsa** de carnavales con la Asociación de Vecinos de Navia. Fuimos disfrazados de Rafaela Carrá y Georgie Dann.

**En Vigo quedamos de sextos y en Redondela fuimos los ganadores.\**

Ya vamos recuperando nuestras tradiciones más festivas y divertidas!!



## Y MH

Unas imágenes valen más que mil palabras!!



# MAXI, A ESENCIA DE VIVIR

El fin de esta pieza audiovisual es concienciar a la gente de que las personas con discapacidad tienen muchas capacidades, y ayudar a difundir el trabajo de DisCamino”.

El viernes 4 de marzo se estrenó “Maxi, a esencia de vivir”, un corto sobre la vida de Maxi, dirigido por Víctor Bello, de la productora Beloque. Durante varios meses estuvieron buscando material y grabando videos, para poder juntarlo todo después en la película. Clara Fernández

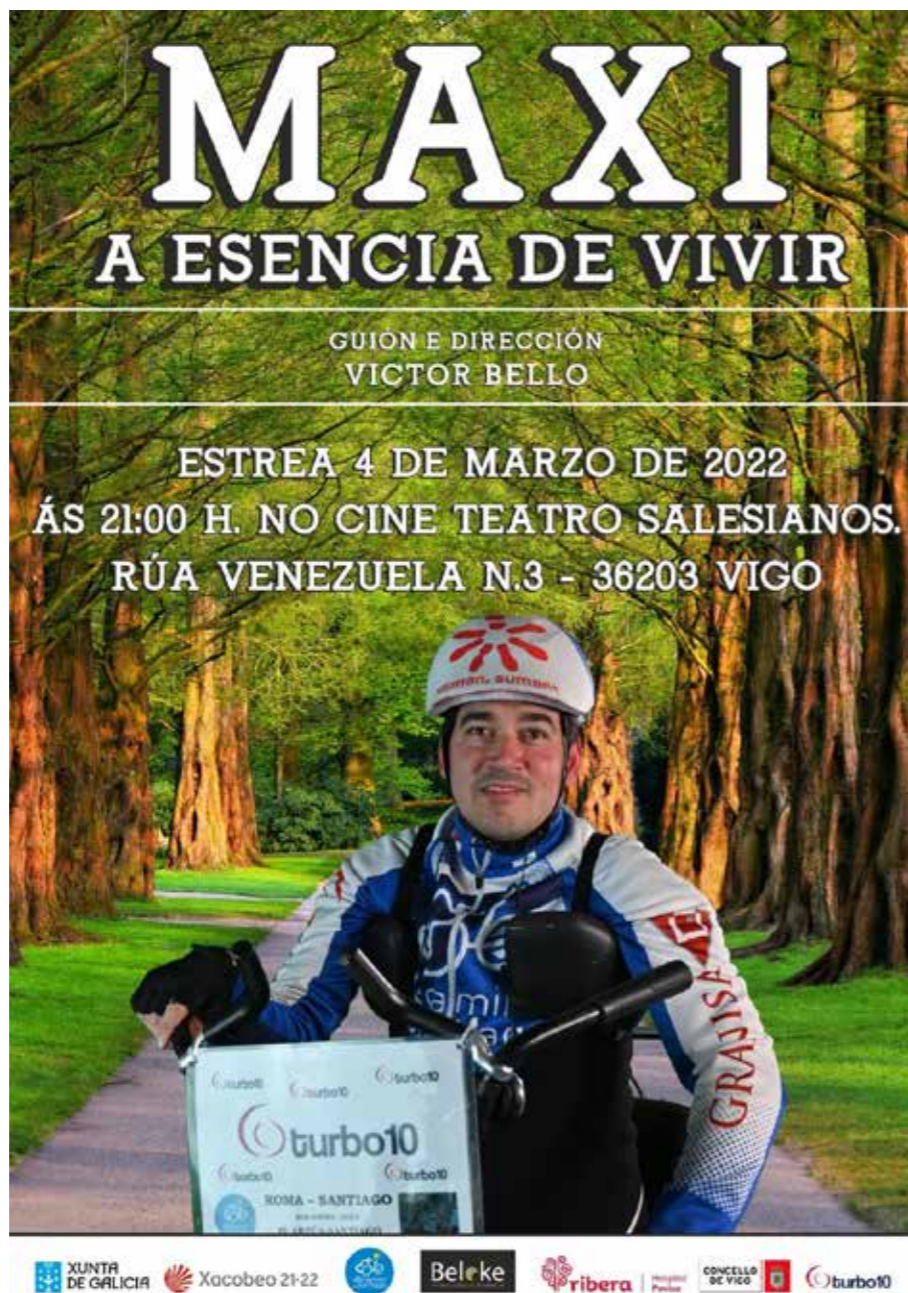
## MAXI MASIP

Conozco a Víctor desde hace muchos años, porque nos ha grabado muchas veces antes con Discamino.

El verano pasado Víctor me habló sobre su idea de grabar y hacerme un corto.

Pronto empezó a trabajar en ello, y me pidió videos, fotos o imágenes de mi vida. Entonces busqué por todas partes: en casa, en el trabajo, en Apamp... busqué todo tipo de documentos gráficos y escané mis fotos, mis diplomas, mis pinturas, etc. y se las envié para que usara lo que él necesitara. También le envié los videos que tenía, trabajando, caminando..., etc.

Víctor me pidió ayuda para organizar las visitas para poder grabarme en mi vida normal, en mi casa, en mi trabajo, en Apamp y con Discamino. Y también quiso grabar a mis familiares y amigos para que le contaran cosas sobre mí y sobre mi vida. Luego hizo su trabajo.



Un día fui a su estudio para hacerme fotos para hacer un cartel que anuncia la película, y ahí supe que quedaba muy poco tiempo para el estreno. Y empezamos a preparar las cosas para el gran día.

Decidí ir al estreno con mi traje de chaqueta, sin corbata. Estaba un poco nervioso. No pude ver la película antes y no sabía cómo iba a ser.

Vino muchísima gente, la sala

# Esfuerzo, ilusión y superación

estaba a tope! Primero saludé y me sacaron fotos en el photocall con mucha gente. Después subí al escenario con mi padre para hacer la presentación y dar las gracias al público, y también subió a hablar Javi Pitillas y contar alguna anécdota.

*Ha sido una experiencia maravillosa!*



Se apagaron las luces y empezó la proyección. Durante la película me sentí muy guay casi todo el rato, muy orgulloso de mí mismo y de la gente de Apamp, Aspanaex y de mi familia y amigos. Tengo que confesar que me emocioné mucho, mucho, mucho. Especialmente cuando mi padre contó la anécdota de mis pies “La primera vez que hice el Camino con Discamino, me hice muchísimo daño en el dedo gordo de pie y fui al hospital y me arrancaron un tozo de uña. Aquello dolía muchísimo pero yo quería seguir haciendo el Camino. Entonces uno de mis compañeros tuvo la gran idea cortar un trozo de mi zapatilla para que no me hiciera daño, y creó el nuevo modelo de zapatillas “MAXI” para dedos libres y bien ventilados!”

Al acabar la película el público

aplaudió mucho. Recibí muchas felicitaciones y también me regalaron un equipo completo del “Xacobeo 21-22”, un comic y un ramo de flores. A la Salida otra vez me hicieron fotos con mis amigos y compañeros de trabajo en el fotocall.

Después de despedirnos de todos, nos fuimos a cenar por ahí y a celebrarlo. Dio la casualidad de que coincidimos en la misma cafetería con 3 o 4 grupos que también venían de mi película, y fue muy divertido, y todos corearon viva Maxi! Viva Maxi! entre aplausos. Fue guay! Después... continuamos la fiesta!

Ahora llevaremos la película a asociaciones de vecinos, centros culturales, etc., y yo siempre iré a estas proyecciones. Es posible que lo presentemos a algún festival o concurso.

## PAULA PEREIRO

A mí el documental de Maxi me encantó. La relación que tiene con su padre me hizo recordar mi vida y la relación que tengo yo con mi madre.

Me quedo con las dificultades que ha superado Maxi, cómo afrontó los retos que encontró en las diversas etapas de su vida, con fuerza, con mucha ilusión y valentía, con el optimismo que le caracteriza, y con la complicidad plena que siempre tuvo de su familia.

En el documental se ve cómo la familia, los amigos y compañeros de Maxi lo admiran, y lo apoyan en su día a día.

Se relatan sus vivencias de cuando hizo el Camino de Santiago en silla de ruedas eléctrica con compañeros de Apamp, y luego más adelante cuando hizo varios Caminos en bici con Discamino: como el Camino desde Roncesvalles a Santiago o la Ruta de la Plata desde Sevilla a Santiago.

Pese a su discapacidad consiguió un piso para él solo y tiene una persona que lo ayuda en las actividades de la vida diaria.

Me conmovió saber cómo mi compañero superó distintos obstáculos como varias operaciones muy complicadas en su adolescencia. Y que convivió con los distintos retos que le puso la vida.



# 8 Marzo • POR LA IGUALDAD REAL

UN AÑO MÁS REIVINDICAMOS LA IGUALDAD PARA TODAS LAS PERSONAS sin importar el género. Crear nuevas leyes y dotar con recursos para hacerlas cumplir

Cada 8 de Marzo se celebra el Día de la Mujer. En la asociación salimos a la calle para reivindicar nuestros derechos como mujeres, este año se luchó por la igualdad salarial entre hombres y mujeres. En el taller sensorial hicieron una silueta de mujer de papel en la cual tod@s pegamos frases por la defensa de la mujer.



## PAULA PEREIRO YO REIVINDICO

- Solidaridad con la mujer.
- Tener libertad e independenciam y no depender de un hombre.
- Concienciar para que los hombres colaboren en las tareas de la casa.
- Educar para que niñas y niños gocen de los mismos derechos y que crezcan en igualdad.
- Seguridad ciudadana para las mujeres que sea equiparable a la de los hombres, que puedan llegar a la misma hora sin miedo.
- Por una sociedad sin prejuicios de género, igualitaria entre hombres y mujeres.
- Por un trabajo digno para las mujeres.
- NO a la discriminación salarial de las mujeres.
- Empatizar es ponerte en mi lugar.



Cartel: Carlos Rivas



## Películas PARA PENSAR

PAULA PEREIRO

La película que vimos sobre la mujer se titula "Carmen y Lola".

En ella que se narra la vida de estas dos chicas. A su padre no le gustaba que Lola estudiase, quería que su hija se casara, que tuviese hijos, que cuidara y atendiera a su marido y su casa. El padre mandaba en la hija y en su mujer. Su madre era machista también, le gustaba que su hija trabajara en su casa y que ayudara a su padre en su puesto del mercado y no le gustaba que ella fuese tan independiente.

Lola no quería ser mujer, porque no la dejaban tomar sus propias

decisiones, no le dejaban pensar lo que pensaba, ni sentir lo que sentía.

A Carmen la iban a casar con un novio a quien tendría que obedecer siempre. En general las mujeres tenían que obedecer a sus padres y luego a sus maridos y nunca serían libres. A Carmen como le gustaba Lola dejó a su novio. Esto no le gustó a

su novio ni a sus padres, que le habían preparado una petición de mano a lo grande. Ella quería romper con los estereotipos de su familia y de esta sociedad.

Al final, Carmen y Lola se escapan de casa, ya que sus familias viven en un mundo patriarcal, que no entienden que se enamoren y que vivan su independencia como ellas querían.\



# PREMIO

## GANADOR DE LOS IX PREMIOS FUNDACIÓN ROMPER BARRERAS

El sábado 26 de marzo, nuestro compañero Óscar Fernández recogía el premio **Fundación Romper Barreras**.

La entrega del premio, un cheque por valor de **3000 euros y una tablet Lenovo**, ha tenido lugar en el Movistar Centre de Barcelona.

Al acto también acudieron nuestro@s compañer@s **Antón Fernández y Bea Madarnás**.

El acto ha contado con la presencia de representantes de las diferentes administraciones públicas, asociaciones del tercer sector, así como de los ganadores de la edición: **Óscar Fernández y Adrián García**, en la categoría individual; y el **Centro de Educación Especial Llevant de Badalona** (Barcelona) y la **Escola d'Educació Especial L'Arboç de Mataró** (Barcelona), en la modalidad colectiva.

Más de 34.000 personas dieron su apoyo directo a los proyectos presentados en la IX Edición de los Premios Romper Barreras. Con su voto popular convirtieron esta en la edición con mayor participación en registro y número de votos recibidos.



Óscar quiso mostrar su agradecimiento a todas las personas que le han apoyado.

**Y ESTE FUE SU DISCURSO:**

*Buenas tardes a todos y a todas*

*Estoy muy contento de poder estar hoy aquí y recibir este premio. Me hace muchísima ilusión porque supone un reconocimiento a todo el tiempo, esfuerzo y dedicación empleados en incorporar el uso de las tecnologías a mi vida y conseguir así, algo tan importante y esencial como es el poder sentirme parte de la sociedad y poder relacionarme con mi entorno.*

*En primer lugar me gustaría darle las gracias a la Fundación Romper Barreras por este premio. Gracias también a mi compañero Antón Fernández, sin él*

## MOVISTAR CENTER DE BARCELONA

### “Óscar” :)

*todo esto no hubiese sido posible. Gracias por darme las herramientas que me han permitido poder comunicarme de manera autónoma, pero sobre todo gracias por haber confiado en mí y acompañarme en este proceso de aprendizaje continuo. Me has dado mucha autonomía, consiguiendo con ello, darme mucha libertad.*

*Gracias también a mi fiel compañera Bea Madarnás por haberme acompañado en todas mis aventuras y por estar siempre ahí.*

*Y cómo no, gracias a mi familia, mis padres, a mi hermana, a mi cuñada y a mi querido sobrino. Gracias por vuestro apoyo constante y vuestro eterno cariño. Os quiero muchísimo.*

*Y para terminar, gracias a todas aquellas personas que me habéis apoyado con vuestros votos y difundiendo mi candidatura.*

*Feliz y agradecido porque sé que el uso de las nuevas tecnologías, va a permitir que muchas personas con discapacidad consigamos esa autonomía que tanto deseamos y poder así comunicarnos y relacionarnos con nuestra gente, cuándo y cómo nosotros queramos.*

*Un saludo a todos y a todas, nos vemos en las redes sociales.”*



## UN NUEVO PROYECTO SOCIAL AMORADA COOPERATIVA!!

El pasado 9 de marzo nuestras antiguas compañeras Fedra y Ana vinieron, junto a Majo, a presentarnos su nuevo proyecto social AMORADA!!

La visita fue gestionada con motivo del día de la mujer.

Explicaron en qué consiste el proyecto y después realizaron una entrevista para radio APAMPDA.

**Nos contaron que AMORADA es una cooperativa sin ánimo de lucro en Vigo que ofrece a las mujeres un espacio de encuentro, un lugar de ocio, asesoramiento y formación, conectan con la comunidad y donde los cuidados están en el centro.**

En AMORADA nos abren sus puertas cada día y nos proponen *obradores* y actividades, un proyecto social comunitario y una *baiuca* como lugar de encuentro dónde alimentar el cuerpo.

Os damos a conocer sus actividades, aunque podéis descubrir más a través de su página web: [www.amoradacooperativa.com](http://www.amoradacooperativa.com)

**Grupo de mujeres** espacio de intimidad en el que compartir nuestras experiencias.

**Asesoramiento y acompañamiento** Información sobre recursos de atención a las mujeres.

**Baiuca** Menús saludables.

**Talleres de creatividad** Artes plásticas y visuales, cerámica y expresión gráfica.



**Talleres de salud y consciencia corporal** Yoga, risoterapia, etc.

**Artes vivas** Danza, baile gallego

**Formación:** Charlas, proyecciones, *obradores* de género, de igualdad.



**Patio de veciñas** Es un espacio de intercambio de saberes: patio de costureras, de reciclaje y transformación de objetos, donde se pueden mostrar otros proyectos locales.

## Nos visita la Conselleira de Política Social Fabiola García

Marta Fdez. Tapias  
Fernando Glez. Abeijón

por Sandra Ballesteros y Laura Maquieira

El pasado 26 de enero tuvimos la visita de la **Conselleira de Política Social, Doña Fabiola García.**

El objetivo era ver **cómo había sido la incorporación de las 16 personas** que habían llegado el pasado mes de septiembre a la resi. También querían ver las obras acabadas de la nueva pasarela.

La mañana empezó con una visita guiada por nuestra resi y centro de día.

Empezamos enseñándole la terraza y le explicamos que antes estaba descubierto y en invierno nos mojábamos si llovía y se formaba mucha cola en el ascensor.

A continuación fuimos a la residencia para darle a conocer nuestra casa, cómo nos distribuíamos y cómo nos organizábamos. Le contamos que ahora vivimos por plantas, siempre las mismas personas, siempre los mismos profesionales.

A continuación se acercaron a los diferentes talleres del centro de día dónde se sorprendieron con todo lo que hacemos.

La última parte de la visita fue una **entrevista en radio APAMPDA** dónde nuestro@s compañer@s le han realizado preguntas sobre la situación actual de las personas con dependencia.



La conselleira vino acompañada por el **Director Xeral de maiores e persoas con discapacidade, D. Fernando González Abeijon** y la **Delegada de la Xunta en Vigo, Dña. Marta Fernández Tapias.**



# Taller de Cerámica MH

por Adolfo Comesaña  
y Pilar Álvarez

## Mural Mar de Corales

### ADOLFO COMESAÑA

En septiembre de 2020 en el taller de cerámica comenzamos a hacer un mural de cerámica que ahora ya tenemos puesto en la entrada del centro de día de APAMP.

Hicimos muchas piezas, grandes y pequeñas con formas que recuerdan a los corales del fondo marino. Para esto utilizamos también muchos vidriados de colores.

### PILAR ÁLVAREZ

“Mi visión del mural del fondo del mar de APAMP de Miguel Hernández es casi igual a la visión de un gran artista, Fito. Puesto que él elaboró la gran mayoría de las piezas.

Esto me lleva a pensar que es más que una artesanía o un trabajo manual. Que en mi compañero Fito hay como en casi todos un artista, un toque de locura que no tiene arreglo. Es la típica persona que no sabe vivir sin trabajar y ser útil, a veces envidio su perseverancia y su sentido de la estética que suele ser muy o algo naif.”



# Taller de Papel

## Papeles hechos con las plantas que hay en nuestro entorno

En el taller de papel estamos muy motivados con la elaboración de papeles hechos con plantas y árboles autóctonos o de nuestro entorno más cercano.

Los hemos presentado en la Feira da Estrela de Santiago y han tenido muy buena acogida.

Esto nos ha animado a seguir por este camino y hemos comenzado el año haciendo papel de nuestra palmera del jardín. También tenemos papeles realizados con Hierba de la Pampa, Ave del Paraíso, Formio, Caña. Nuestra nueva propuesta es hacer papel de Fento.

Actualmente estamos experimentando con la Morera para hacer papel de Kozo. Cuando se hace con corteza, como en este caso, el proceso es muy laborioso porque hay que sacar la corteza, cocerla, lavarla y machacarla a mano. Este es un reto que nos hemos propuesto superar, os mostraremos el resultado.

Esperamos que os gusten nuestras creaciones.

*Fran muy contento usando la super trituradora!*

*Emilio y Fany directos al secadero!*



# Taller Sensórial

Y ya pasaron 2 años desde la creación de nuestro super taller sensórial

# YA PASARON 2 AÑOS!!

Pues sí, dos añitos de descubrimientos, sorpresas, sensaciones, actividades, de trabajar mucho y también, de sonrisas, momentos divertidos, momentos menos divertidos, esfuerzo, pero lo más importante hemos formado un equipo muy guay entre tod@s l@s compañer@s, creamos una gran familia, hicimos grandes descubrimientos de la personalidad de cada un@ de l@s que formamos parte de este taller.



Se marcharon dos compañer@s, Sergio y Andrea. Al principio nos costó un poquito no tenerlos, porque los echábamos un montón de menos, pero como sabemos que están muy bien nuestra pena se volvió en alegría. Se incorporó un compi nuevo al taller, Carlos.



## ASÍ NOS PODRÍAMOS DEFINIR

**Cris** lo quiero todo y nosotr@s la queremos a ella.

**Javi** la sonrisa más expresiva y el más pícaro de tod@s.

**Andrea** la hormiguita que trabaja tanto y con más salero.

**Sajjad** la serenidad y el que nos aporta tranquilidad.

**Carlos** una picardía y una expresión en esos ojos que lo cuenta todo sin hablar.

**Jéssica** la rebelde y la carcajada más contagiosa.

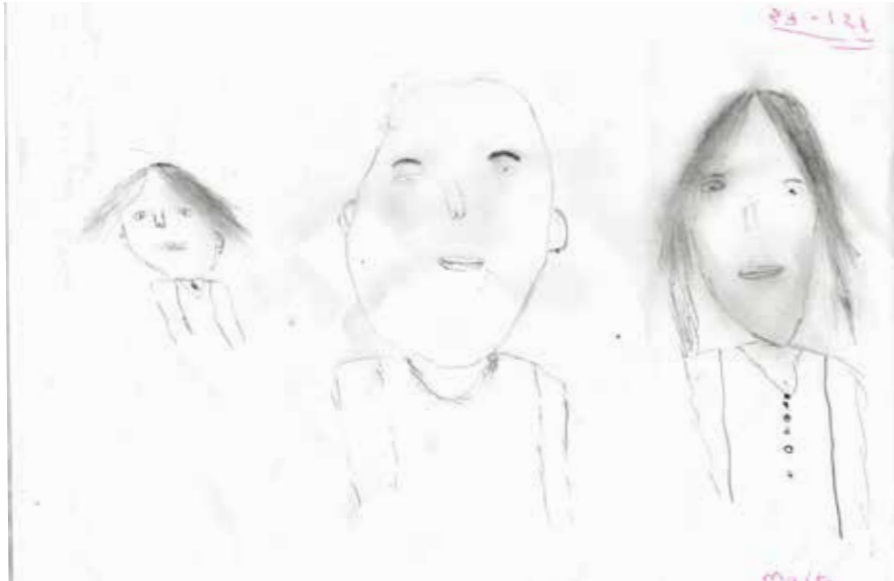
**Oliva** las expresiones andaluzas que nos hacen reír tanto.

**Marta** la que se supone que es la responsable del equipo. Nos mantiene a raya y nos hace trabajar pasándonoslo bomba.

# Taller de Diseño

## LA PEQUEÑA CANDI

By Sara Rivas



Ilustraciones Maite Guerra

En el taller de diseño, nuestra compañera Sara Rivas ha decidido diseñar un libro ilustrado sobre una historia ficticia de una niña llamada Candi. Se trata de una niña que está en un orfanato y que recibe a diario la visita de un ser extraño...

Pero no os vamos a desvelar más. Tendréis que esperar para poder leerlo!!!

Para apoyar a Sara en este proyecto, sus compañer@s de taller seremos l@s encargad@s de la maquetación, la tipografía, ilustración y diseño de portada y contraportada para su publicación en papel.

Las ilustraciones serán de Maite Guerra, realizadas a mano y luego digitalizadas (Aplicación de color) en Photopea. De la parte de maquetación se encargará

Fernando Pereira en Indesign y el diseño de la portada y contraportada lo hará Nacho Fernández con Illustrator.

En el siguiente número, esperamos tenerlo terminado y poder mostrároslo!!



# Intervenciones Artísticas Centro Atención Infantil

Equipo Navia

Intervenciones artísticas centradas en la **innovación educativa** con el objetivo, siempre presente, de **conseguir una inclusión, participación y convivencia** entre tod@s los alumn@s.

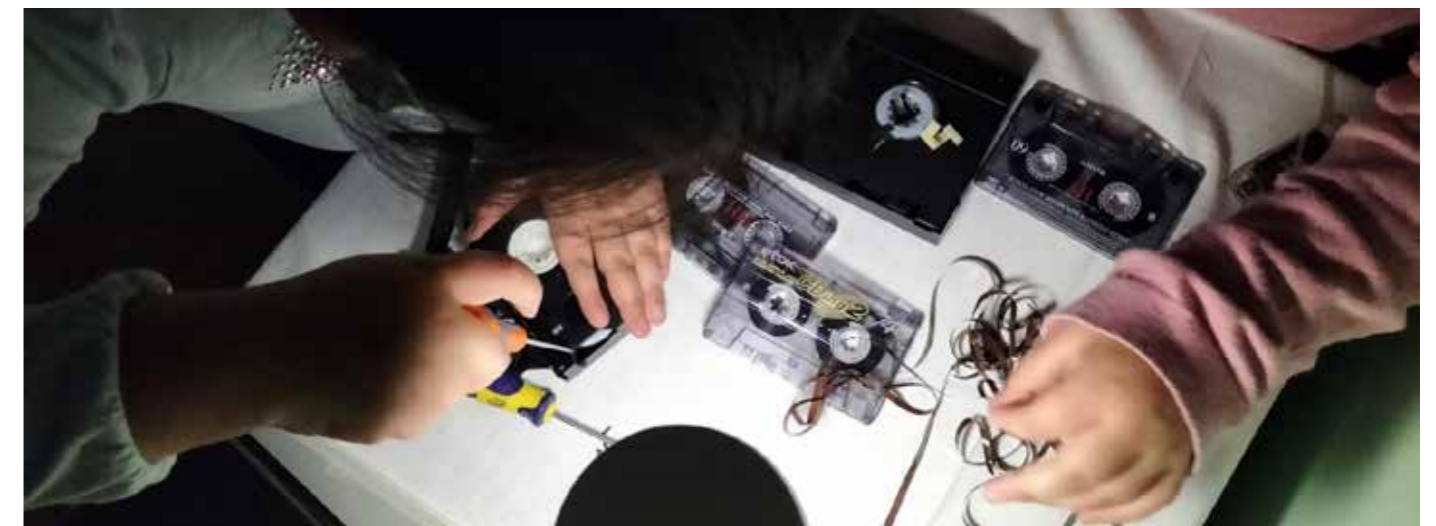
Buscan provocar la exploración del juego y el aprendizaje natural en los niños/as participantes.

La primera de las intervenciones realizadas tuvo lugar en la **EEI Aragón** y recibió el título de **"Otoño"**.

Han realizado también intervenciones en el **CEIP Fonte Escura**, recibiendo el nombre de **"1,2,3 y acción"** y en el **CEIP Paraixal** llamada **"Outros Camiños"**.

En el último trimestre del curso llevarán a cabo **dos intervenciones más en el CEIP Paraixal**.

**Porque creemos en la diversidad como fuente de enriquecimiento, y en la convivencia y el juego entre iguales como valores esenciales.**



# PROYECTOS Y ÉXITOS! No podemos estar más content@s!

por Diana Comesaña



**BIMBA Y LOLA  
LOVE**

En el año 2020 se puso en contacto con nosotr@s la empresa gallega **Bimba Y Lola** para realizar una aportación económica a la entidad.

A raíz de este contacto, la empresa conoció todo lo que hacíamos y surgieron, junto a ell@s, varios proyectos.

Al taller de textil les encargaron la **elaboración de nuestros «Enxendros»**, o como desde Bimba y Lola les llamaron "Apamitos" para regalarles a las futuras mamis que trabajan en la empresa.

También hemos ido a su empresa a realizar una **feria** y vender así nuestras piezas de artesanía.

Y el punto y final lo ponía el lanzamiento de la **campana #Bimbaylolaloves**, que se lanzó el pasado 31 de enero. Ese día, **42 piezas de cerámica elaboradas en los talleres**

de **Navia y Miguel Hernández**, se ponían a la venta a través de la **página web de la**



empresa. La temática elegida era el amor en todas sus facetas, ámbitos y versiones.

Bimba y Lola compraba estas piezas a cada un@ de sus autore/as.

Las piezas eran de **Reyes Rey, Rosa Araya, Isaac Saavedra, Antía Iglesias, Teresa Fernández, Pilar Álvarez, Adolfo Comesaña, Paco Ruíz, Laura Maquieira, María Teresa Guerra, Raquel del Río, Fran Díaz** y yo, **Diana Comesaña**.

Con el dinero obtenido tras la venta de estas piezas, nosotr@s hemos decidido a qué organización donarlo. La elegida fue la **Fundación Social Emaús Vigo**.

Esta campaña la realizamos junto a la artista tailandesa **PZ Today**, que vino un día a nuestra residencia para grabar un vídeo.

A mí me encantó trabajar con ellos. Fue una pasada. El día de grabación lo disfruté muchísimo. Repetiría encantada.

Y tod@s en general quedamos encantad@s, content@s, con ganas de repetir experiencias como esta.



*Para Rosa Araya fue una experiencia única y la oportunidad perfecta para que la gente nos conozca.*



# Respiro familiar **Vivienda Camelias** Equipo Navia

Desde el mes de febrero de 2022 nuestra vivienda de Camelias presta el servicio de Respiro Familiar. Este servicio pretende "ofrecer al cuidador/a habitual la posibilidad de disponer de unos días para su descanso, su vida social, familiar y de ocio o para solventar situaciones de emergencia que se le presenten, mientras que la persona a la que cuidan es atendida adecuadamente y por profesionales especializados".

Asimismo, es un programa para que las personas dependientes disfruten de tiempo de ocio con otros compañeros/as y en entornos diferentes".

El servicio se presta durante los fines de semana, de viernes a las 17h de la tarde hasta el lunes a las 10.00h.

Se ofertarán entre 4-5 plazas en cada turno teniendo en cuenta los apoyos que se necesiten.

Este servicio está disponible para los niños y niñas del centro de atención infantil (CAI) los hombres y mujeres de Apamp. En el caso de disponer de plazas libres, pueden ser ocupadas por otras personas con parálisis cerebral o discapacidades afines que lo soliciten y no pertenezcan a la asociación.

Este Servicio está cofinanciado por la Xunta de Galicia.

**Alojamiento** en habitaciones dobles o individuales según las necesidades de las personas.

**Manutención** con menú adaptado a las características individuales (texturizados, basal...).

**Atención integral** cuidado personal, control y protección, prestación de apoyos para la realización de las actividades de la vida diaria (aseo, vestido, comida...), administración de medicación.

Además del servicio de respiro familiar, disponemos de una plaza de Estancia TEMPORAL / EMERGENCIA que se presta en nuestro centro residencial de Navia. La estancia tendrá una duración máxima de 15 días (14 noches) y se podrá prorrogar en circunstancias excep-

cionales, con un máximo de 45 días al año. Si la estancia es debida a una emergencia se puede alargar hasta un máximo de 3/6 meses.

Estos servicios quieren contribuir a mantener a las personas en situación discapacidad en su domicilio y ofertarle a su cuidador habitual la posibilidad de disponer de unos días para su descanso, mantener su vida social, familiar y de ocio o para solventar situaciones de emergencia que se presenten, mientras su familiar es atendido adecuadamente en un recurso residencial.

Ofertamos de media 120 servicios de respiro familiar al año.



## Nuevo Hito Histórico en APAMP

# Inauguramos la piscina en Navia

Equipo Navia

El pasado 15 de marzo nuestra entidad sumaba un nuevo hito histórico: inauguraba la piscina terapéutica del centro de día de Navia.

Andrés Galvín, fisioterapeuta, será el encargado de realizar este servicio y en total, serán treinta los hombres y mujeres del centro residencial los que acudan a este servicio.

El servicio de hidroterapia estará coordinado por nuestra compañera y fisioterapeuta Sabela quien nos comenta que "Hacer ejercicios en agua caliente ayuda a mejorar el tono muscular, mejorar la movilidad o disminuir las molestias".

Los ejercicios en el agua dependen de la persona y del grado de parálisis que tenga, pero se trabaja por ejemplo la movilidad de los miembros superiores con aros, caminar y en algunos casos también nadar con el apoyo de los fisioterapeutas.

La hidroterapia es una parte de la fisioterapia que se aprovecha de los principios terapéuticos (térmicos, mecánicos, químicos...) del agua. Esto permite tener más herramientas a la hora de trabajar la motricidad de las personas, un aspecto clave para nuestros hombres y mujeres.

Al sumergirse en el agua, se percibe una disminución del peso corporal, lo que favorece en la realización de determinadas actividades, como la marcha, el trabajo del equilibrio, la coordinación, la disociación de cinturas o a la reducción del impacto a nivel articular.

La piscina tiene una temperatura media de 32,5 grados, que además de favorecer la regularización del tono muscular, también contribuye a la relajación y disminución de molestias físicas.

El aparato respiratorio también se ve beneficiado ya que la presión hidrostática favorece el trabajo muscular a este nivel. Y además se trata de un entorno adecuado para trabajar el control de la respiración con múltiples actividades.





# DEPORTES

¿POR QUÉ ME APETECE ESCRIBIR SOBRE EL DEPORTE EN MI VIDA?

por Maxi Masip



“El deporte es una de las cosas más importantes en mi vida, porque me ha dado y me da muchas satisfacciones”.

Primera Parte

El deporte es una de las cosas más importantes de mi vida porque me ha dado y me da muchas satisfacciones.

Porque físicamente, me gusta sentirme fuerte, sentirme muy activo y no estar parado sin hacer nada. Estar más fuerte me ayuda para realizar mi trabajo en Turbo10, porque a veces tengo que mover cajas. También me ayuda para caminar mejor.

Porque siempre puedo ayudar a otras personas y me siento útil. Me hace sentir que soy capaz, que puedo. Que puedo conseguir todo lo que quiero, que supero las dificultades con mi esfuerzo y esto me sirve para todas las actividades en mi vida.

Me encantan los retos. Y cuando los supero pienso ¡¡¡Qué guay!!! haberlo intentado!!

A los 6 años ya iba a nadar a la piscina, y allí conocí a Anita porque teníamos el mismo monitor.

Cuando tenía 9 años iba con mi padre en bicicleta por toda la ciudad de Vigo.

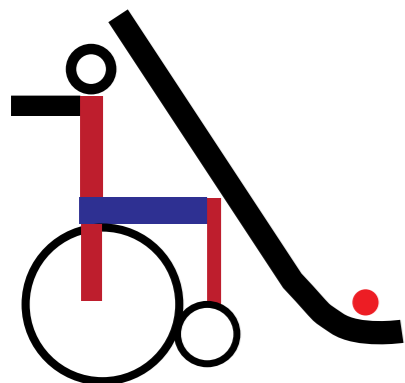
Conocí la boccia en Navarra porque un amigo de mi padre le

dijo que había un centro de personas con discapacidad donde se practicaba la boccia y en una de las operaciones que me hicieron allí aprovechamos para ir a conocerlo y me gustó mucho. En esa época en Vigo no había nada sobre este deporte.

Con 14 años hice el Camino de Santiago, andando y en coche, desde O Cebreiro. Esa noche había mucha niebla y yo tenía que abrir la puerta del coche para poder ver dónde estaba la carretera.

Después tuve muchas operaciones y tuve que hacer mucha rehabilitación. Más adelante el deporte también me ayudó para recuperarme para seguir siendo deportista.

En el N°31 de Rodando os contaré mis experiencias deportivas desde que empecé en Discamino hasta la actualidad.\



## Mis primeras aventuras en el agua

Decisiones que ayudan al desarrollo individual

por M<sup>a</sup> José Rey

El curso pasado tomé libremente la decisión de ir a piscina, porque sabía que iba a encontrarme mucho mejor físicamente.

Y en noviembre, cuando me metí el primer día en el agua con María Gallego aluciné en colores. Me encantaba cómo trabajaba, me daba mucha tranquilidad y me ayudó mucho para mover mi cuerpo.

Este año 2022 me voy a convertir en un pez gracias a nuestra nueva monitora de piscina y a nuestra fisio que nos ayudan a que nuestro cuerpo se mueva mejor fuera y dentro del agua.

Se hacen muchas cosas y se escucha música relajante, y uso los churros de piscina en forma de flotador. Mi cuerpo siente sensaciones que no siento fuera del agua.

Dentro del agua siento como se mueven las piernas sin dolor, y también muevo los brazos.

**Es como si el agua me diera masajes relajantes y yo cierro los ojos para sentirlos mejor.**

Meto la cabeza debajo del agua soplando diez veces haciendo burbujitas. Después también camino de lado en el agua con Bianca y cuando se acaba la barra me sujeta por detrás y me lleva a coger el churro. Después cuando me lo coloca y lo cierra



en forma de flotador me mueve los brazos y las piernas, y ya el último ejercicio es tirar un palo con un peso de arena al fondo del agua e ir a buscar los aros y meterlos por en el palo.

Al final Bianca me coge por las axilas y me relaja los últimos minutos que me quedan para estar en el agua.

Cuando salgo de piscina me quedo tan cansada, tranquila y relajada que me quedaría dormida. Y los martes por la noche ¡duermo mucho mejor!



## LA OPINIÓN

## José Varela Lago



Una visión personal sobre temas de actualidad que a todos nos interesan.

Estamos asistiendo a lo peor del mundo, una guerra sin sentido, como todas, por otra parte.

Por culpa de un loco, miles de personas, incluidos niños y niñas, son vilmente asesinados sin piedad. Todo para conquistar un territorio que no le pertenece.

Es la ambición pura y dura de alguien con sed de poder, insaciable, que no le importa pisar a quien sea, con tal de lograr sus objetivos.

Es como una fiera enfurecida que busca una presa y cuando la encuentra, la devora sin miramientos.

Muchos ucranianos, huyen de su tierra, por temor a lo que pueda ocurrir.

La parte positiva de este conflicto, es la solidaridad internacional que está generando.

Muchos países especialmente de Europa, se están volcando en acoger a muchos de esos refugiados, lo cual aunque sea un gran alivio, no resta gravedad al problema.

**Eso está ahí y no podemos obviarlo.**

Se necesita más apoyo, para pararle los pies a ese iluminado para que deje de acosar al pueblo ucraniano. Se necesita más apoyo internacional para que ese criminal se dé cuenta de una vez por todas,

## LA GUERRA DE UCRANIA

que no puede andar a sus anchas, asoballando a todo el mundo y haciendo de su capa un sayo.

Esperemos por el bien de todos y sobre todo por la libertad del pueblo ucraniano, que todo se solucione de la mejor manera posible y que Ucrania recupere su identidad y sobre todo su libertad.



**APAMP QUIERE COLABORAR** siendo punto de recogida de material de ayuda humanitaria entregada a AGA-UCRANIA (Asociación Galega de Axuda a Ucrania).



## Lugares del mundo

Por JESÚS FERREIRO COUSO

## TERUEL



**Teruel** es una provincia de Aragón situada al oeste España.

Con **35.994 habitantes**, es la capital provincial menos poblada del país. Ubicada en la zona centro-oriental de la península ibérica, a una altitud de unos 915 m sobre el nivel del mar, se encuentra en la confluencia de los ríos Alfambra y Guadalaviar, conocido aguas abajo de la ciudad como Turia.

Su clima se caracteriza por presentar inviernos muy fríos y veranos cálidos/templados y secos.

Posee un importante **patrimonio artístico mudéjar**, parte del cual ha sido reconocido por la Unesco como **Patrimonio de la Humanidad**, además de otros atractivos turísticos como el **Mausoleo de los Amantes de Teruel**, **El Torico** y el centro paleontológico **Dinópolis**.

Los monumentos mudéjares más destacados son la **Iglesia de Santa María**, **Catedral de la diócesis de Teruel** y **las torres de El Salvador**, **San Martín** y **San Pedro**, a cuyos pies se encuentra la iglesia que recibe el mismo nombre, también de estilo mudéjar.

Según algunos autores, **su origen** podría corresponder a la ciudad llamada por los fenicios **Thorbat** o **Thorbet**. También podría ser la Turba de los celtí-



beros, o la Túrbulá mencionada por Ptolomeo.

Teruel estuvo poblada desde los tiempos de los celtíberos, los cuales llamaban al lugar Turbole-ta. El topónimo Turbole-ta podría venir del término vasco-ibero itur + olu + eta (lugar de fuente, manadero), según la teoría del vascoiberismo. Hay restos en el yacimiento del Alto Chacón. La zona fue ocupada posteriormente por los romanos, quedando restos en poblaciones cercanas, como los de Cella.

Algunos autores aseguran que en el mismo emplazamiento de la actual ciudad de Teruel

(concretamente en el barrio de la Judería), se asentaba Tirwal, nombre que procedería del árabe, con el significado de "torre", enclave musulmán citado en el año 935.

Sin embargo, aunque se ha detectado arqueológicamente la presencia de ocupación islámica de este espacio, los restos localizados no pertenecen a un núcleo de población, sino más bien a una construcción defensiva.

Teruel forma parte de Aragón, comunidad formada por tres provincias: Huesca, Zaragoza y Teruel.

Espero que os haya gustado.

# La familia crece!! *Bienvenidas!!*



**LORENA** Otero Montenegro, Es nuestra nueva logopeda. Llegó a APAMP en octubre de 2021. Es una persona muy activa, responsable, dulce y agradable. Se nota que le gusta mucho su trabajo, y que se esfuerza mucho en hacerlo todo y bien. //Paula Pereiro



**MAIRA** Es la nueva fisioterapeuta de MH. Además de trabajar en Apamp también lo hace en una residencia de personas mayores. Es de Colombia y aunque la conocemos poco ya sabemos que es muy cariñosa, muy dulce y muy responsable. //María José Rey



**MANUEL - Manu** Antes trabajaba como Responsable de Nuevos Proyectos en una empresa de automoción. Antes era voluntario y venía todos los días al taller de cerámica y venía también en las salidas. Ahora trabaja como conductor de furgoneta en MH. Es muy simpático, agradable y cariñoso con todos nosotros.//Clara Fernández.



**ADRIÁN** Es un conductor nuevo de MH. Muy amable y simpático. Habla con nosotros. Después de trabajo en Apamp estudia para preparar las oposiciones para Educación Primaria y también le gusta el deporte.//Maxi Masip



**ÁNGEL** es una de las nuevas trabajadoras en el transporte de APAMP MH. La verdad es que le hace honor a su nombre. Es el típico señor campesino y bonachón al que le gusta hacer bien su trabajo con perfeccionismo y es detallista. Le gusta hablar con nosotr@s. En resumidas cuentas, es una buena persona a la que le gusta agradar. //Pili Álvarez



**REBECA** Me encanta mi trabajo, me gusta mucho el trato con las personas. Lo que más me gusta es conocer personas tan interesantes como vosotr@s. Me aportáis

muchas cosas y me permitís participar de vuestras necesidades y daros herramientas o estrategias para atenderlas. Antes trabajaba buscando ofertas de trabajo para personas desempleadas en FICA, UGT. Ahora estoy muy contenta de trabajar aquí y de conocer por dentro todo que es APAMP.//Clara Fernández.



**JULIA** Estudié Ciclos Medios de Auxiliar de Laboratorio Químico, Enfermería, y de Ayuda a Personas Dependientes. Antes trabajé en varias residencias de la tercera edad, y

en un laboratorio químico analizando bebidas. No lo echo de menos porque acabé quemada por la mala organización de la empresa, pero echo de menos a los residentes y a las compañeras. Me gusta mi trabajo, quise cambiar a algo distinto y tenía miedo a lo nuevo, pero no me arrepiento.//Sergio Durán



**ANDRÉS** Aunque en todos lados me conocen por **Galvin**. Soy el encargado del servicio de hidroterapia. Por las tardes trabajo como **fisioterapeuta en un equipo de fútbol de**

**Vigo, el Rápido de Bouzas.**

En cuanto a mis aficiones, soy un gran fan del fútbol tanto verlo, como practicarlo. En mis ratos libres me gusta pasear con mis perros, organizar rutas en moto, hacer otros deportes como pádel, senderismo, bicicleta de montaña. La verdad es que no tengo una gran oratoria. Solo decir que es un placer formar parte de este gran equipo. Si queréis saber algo más no dudéis en preguntarme, estaré todas las mañanas a vuestra disposición en la piscina del centro.\\



**MAIA** El pasado 10 de Enero nació Maia. Desde aquí queremos felicitar a Olaia, que nos cuenta que es muy risueña y duerme casi toda la noche, y solo llora fuerte cuando tiene

hambre.//Paula Pereiro



**ALMUENA** Hice un curso en el INEM de Certificado de Profesional de Atención Socio Sanitario. Trabajé en una residencia de mayores y también personas con discapacidad y

me di cuenta que me gustaba más. Hecho de menos a los residentes pero me gusta más APAMP porque puedo interactuar con vosotr@s, cosa que no podía hacer allí. //Sergio Durán



**ELENA** Soy una trabajadora social que chegou en decembro a APAMP, para cubrir o posto no que estaba Alba. Son de A Pontenova, en Lugo, na outra punta do mapa, preto de Asturias. Encántame leer, viaxar, a fotografía, camiñar... e teño pendiente aprender a tocar a pande-reta. Aínda así, o que máis me gusta, é estar coa miña familia e celebrar as ocasións que para nós son especiais.

Espero servos útil nesta andanza conxunta e aprender moito de tod@s vós!!! Unha aperta\\



**JOSÉ** Soy de **Cotobade**, un ayuntamiento rural próximo a Pontevedra, de la parroquia de Rebordelo, un lugar con un gran patrimonio, ambiental y cultural.

Mis aficiones principales, son el **activismo ambiental y la cestería**. Mi tiempo libre lo reparto entre estas aficiones y la gestión de la Comunidad de Montes de mi aldea, y un proyecto de custodia que llevamos desde una asociación ambiental.

Os paso unos enlaces a la página del proyecto, por si queréis investigar. Estas son las cosas que pienso mejor me definen. <https://coutodaeirexinha.gal/> y <https://nabeiradalareira.wordpress.com/>



**MAR** A comienzo de este año entró en el centro de día una trabajadora social, se llama Mar, habla en gallego y es una chica muy buena y ayuda a

apoyar en todo. También ayuda a Patri Caamaño en la oficina, con las cartas, y también cuando hace falta apoyo en la comida. \\ Adolfo Comesaña



**MARI CARMEN** El día 1 de marzo, comienza a trabajar en transporte haciendo la ruta de Nigrán con Adrián. Es de San Miguel y es una chica muy maja que ayuda a los chicos a

subir a la furgoneta por las mañanas y por las tardes.\\Adolfo Comesaña



**PATRICIA** Soy Patricia, la nueva **terapeuta ocupacional de Navia y del CAI**. Me diplomé en la Universidad de Zaragoza en el 2006 y desde entonces he tenido la fortuna de estar

siempre trabajando y he tenido la oportunidad de hacerlo en diferentes ámbitos.

Soy de Navarra y llegué a Vigo hace justo ahora 5 años, después de pasar los últimos 7 fuera de España, en México, concretamente en Chiapas donde aprendí muchísimo y disfrute más.

Soy una chica abierta y simpática, necesito mi tiempo para acomodarme pero una vez que encuentro mi sitio soy muy alegre y divertida. También soy responsable, comprometida con lo que hago y propositiva. Siempre tengo ganas de compartir y desde luego de seguir aprendiendo.

Todos los hombres y mujeres de la resi me lo han puesto muy fácil y me he sentido muy bien acogida tanto en Navia como en el CAI, me siento muy afortunada de haber llegado a APAMP, la verdad es que me considero una chica con suerte.

En cuanto a gustos viajar es mi pasión, me gusta mucho leer, disfruto enormemente de la comida y las buenas conversaciones con una copa de vino. Fan total de las sobremesas familiares. De- testo la lluvia, el sol es mi vitamina. \\

## AL FIN LA MÚSICA VIVA! Musical "Ghost"

**Sandra Ballesteros** El pasado tres de marzo vivimos una experiencia nueva. Laura Maqueira, Sandra Ballesteros, Adri Castro, Gonzalo Llamedo y como apoyos Laura Rey y Laura Gonzalez nos fuimos a ver el musical de Ghost en el auditorio Mar de Vigo.

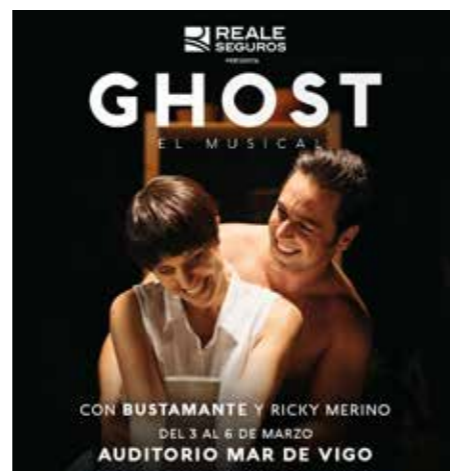
Mis sensaciones fueron muy bonitas ya que nunca fui en persona a un musical. Otro aliciente era ver a mi cantante favorito.

Me gustó muchísimo, se me hizo muy ameno y disfruté mucho de la compañía de Gonzalo.

**Gonzalo Llamedo** No me suelen gustar los musicales pero esta vez sí me gustó. Tengo que reconocer que nunca había ido a uno. Solo los había visto por la tele. Me pareció que estaba muy bien hecho, ya que tenía muchos efectos especiales que me gustaron mucho. Me pareció muy interesante. Está claro que ver las cosas en la tele es distinto. Volvería a otro musical sin pensarlo. Se me hizo un poco largo pero no mucho.

**Laura Maqueira** Mis sensaciones fueron muy buenas. Era algo que quería hacer hace mucho tiempo pero siempre pasaba algo. Fue una experiencia inigualable e inolvidable.

**Antia Iglesias** Mi opinión es muy positiva. Me encantó y lo he disfrutado mucho, ya que ha sido mi primera vez en un musical de este tipo.



Me encantaron las puestas en escena, los efectos, poder compartir este tipo de cosas con mis compañer@s. Experiencias como estas me hace sentir muy bien. Lo único que me molestaba era cuando había sonidos muy altos, ya que me sobresaltaba de la silla.



## IX Aniversario de la Resi!

By Carlos Rivas

Como ya es tradición, el 7 de enero celebramos el aniversario de la residencia. Y ya van 9 años!!

Lo celebramos el sábado día 8. Por la mañana realizamos un taller de repostería en el que hicimos una tarta. Por la tarde jugamos al Trivial Apamp, recordando a muchas de las personas que han pasado por la residencia en estos nueve años. Nos encanta este juego.

Tendremos que ir preparando la fiesta del año que viene porque ya son diez años!!!

Cartel de Carlos Rivas



## El refranero de Berta

**Non hai pouco que non chegue,  
nin moito que non se acabe.**



NÚMERO 30

# RODANDO

APAMP · ASOCIACIÓN DE FAMILIAS DE PERSONAS CON PARÁLISE CEREBRAL



ESTO SOLO DA UNA PEQUEÑA IDEA DE LO QUE FUÉ Y SIGUE SIENDO UNA GRAN TRAGEDIA

  
**APAMP**  
ASOCIACIÓN DE FAMILIAS DE  
PERSONAS CON PARÁLISE CEREBRAL