



# BOLETÍN INFORMATIVO DE APIEMA

*Asociación Para la Integración de  
Enfermos y Discapacitados de Atarfe*

Marzo 2023

C/ Gozalvez, 27

TLF: 958436404

apiema93@yahoo.es

## CLASES DE BAILE DE SALÓN

Comenzamos las actividades de éste nuevo año con un novedoso taller de baile de salón para personas mayores y con diversidad funcional. Una profesional de la danza nos enseñará bailes de salón (salsa, bachata, rumba,...) Y las sugerencias que se vayan aportando.

Será los viernes de 18:00 h. a 20:00 h. en el antiguo cine en C/ Enrique Ruiz Cabello. Para más información y reserva de plaza en la oficina de Apiema.

La danza terapia es el uso terapéutico del baile. Reduce el estrés, la ansiedad y la tristeza, porque ayuda a expresar las emociones y a canalizar la adrenalina. Fomenta la confianza en uno mismo y la claridad de pensamiento. El **baile** aumenta la energía vital. Permite expresar las emociones y las sensaciones de manera corpórea, de modo más desinhibido.



# ¡¡ANÍMATE!!

## Viaje a Sevilla

Apiema organiza un viaje a Sevilla con salida el día 12 de Mayo a las 17:00 h. Desde el centro cultural Medina Elvira.

Visitaremos los monumentos más emblemáticos de la ciudad: Catedral, Alcázar, Barrio de la Cruz, Barrio de Triana.... El hospedaje será en un albergue en el centro de la ciudad.

La vuelta será el domingo a las 17:00 h. saldremos de Sevilla.

Para más información de precios y reserva de plaza deben pasarse por Apiema en horario de oficina.



**FECHA LÍMITE PARA LA RESERVA DE PLAZA DÍA  
21 DE ABRIL**



Junta de Andalucía

*Puntos de interés  
especial:*

**EL LOCAL DE  
APIEMA SE ABRE  
Mañanas**

De lunes a viernes de  
10:30 h a 12:30 h.

Jueves cerrado

**Tardes**  
Según Actividades

### Contenido:

Clases de Baile de salón	1
Viaje a Sevilla	1
Viaje a Alcalá la Real	2
Actividades 2023	2
Pago de Cuota	2
Editorial	3
Fisio y Pilates	3
Redacción del boletín	3
Empresas colaboradoras	4

## CURSO DEL MANEJO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS

Debido a la problemática que hemos detectado en personas mayores por la falta de habilidad en el manejo de nuevas tecnologías: ordenador, móviles, cajeros de bancos... Apiema ofrece un curso para los/as socios/as de la Asociación para tratar de que seamos más autónomos y podamos realizar nuestras gestiones sin necesidad de depender de familiares o conocidos. Éste curso tendrá lugar los miércoles de 18:00 h. a 19:00 h. en el local de Apiema.

### ¡NO TE QUEDES SIN PLAZA!!



## ACTIVIDADES 2023

### TALLER DE YOGA TERAPÉUTICO

El **yoga terapéutico** adopta un enfoque más suave **que** se centra en posturas de apoyo, ejercicios de respiración y meditación guiada **que** pueden ser útiles para los pacientes **que** se enfrentan a una determinada enfermedad o lesión. Dos profesionales se encargan de éste taller en distintos horario de mañana y tarde.

Lunes y jueves de 9:30 h a 11:00 h Profesora Esther y

Martes y jueves de 17:30 h a 20 :00 h. (dos turnos) Profesor Carlos

### TALLER DE MANUALIDADES:

Realizar manualidades es una forma de terapia, ya que **proporcionan un excelente medio para alejarse de los problemas que afectan a la Salud Mental**, debido a que toman tiempo, concentración y esfuerzos orientados a la precisión de la actividad. Actúan como despeje mental.

Nuestra voluntaria Trini Escobar se encarga de impartir éste taller desde ya hace años los lunes de 17:00 h. a 19:30 h. en el local de Apiema. Además de aprender técnicas de pintura y reciclaje es un taller para relacionarse y ayudarse mutuamente



### TALLER DE BOLILLO Y TUL:

Volvemos a comenzar un año más con éste taller dónde se aprenden unas técnicas tan antiguas como el Bolillo y tul, los martes de 10:00 h. A 13:00 h. se reúnen nuestras bolilleras y bordadoras para hacer esos trabajos tan valiosos y lindos.

## PAGO DE LA CUOTA DE SOCIO/A 2023

*Se recuerda a los socios/as que se puede pagar la cuota del año 2023 en el local de Apiema en horario de oficina o en la siguiente entidad bancaria:*

*-CAIXABANK: ES82 2100 2661 1902 10008830*

*Sólo deben indicar en el concepto pago de cuota 2023 y los datos del soci@ que realiza el pago.*

*Asímismo informamos que según medida adoptada en Junta Directiva a partir del 01/01/2023 la cuota de será de 20 € anuales y que aquell@s soci@s que necesiten de un certificado para cualquier actividad deberán ser soci@s aunque pertenezcan a la misma familia.*

## EDITORIAL

**Aprendiendo juntos.  
FabiolaGMontijano.**

*“De minusválido a persona con diversidad funcional.”*

Siempre he creído en el poder de las palabras, el significado que cada vocablo encierra no es algo baladí, por eso es necesario emplear las palabras adecuadas porque el mal uso de un determinado término puede, no solo llevar a malos entendidos, sino también a la exclusión y de ésta a la discriminación y a la marginalidad.

Hasta no hace mucho cuando una persona presentaba una falta, limitación o dificultad tanto física o psíquica que le impedía su normal desarrollo, se le denominaba minusválido, es decir, menos válido para realizar determinadas actividades, tanto de la vida diaria como de la vida profesional. Este término indudablemente tiene una alta connotación negativa, por eso fue sustituido por el término discapacitado para hacer referencia a la ausencia completa o restricción ante la capacidad de realizar una actividad específica, con él se intenta centrarse no tanto en la persona que presenta esa condición sino en la capacidad que tiene la persona para poder desenvolverse y desarrollarse en los diferentes ámbitos en los que se mueva. Sin embargo aunque este término no es tan peyorativo como el de minusválido no deja de ser un obstáculo para la inclusión social de la persona que presenta diversos grados de funcionalidad para interactuar con su entorno, es por ello que actualmente se ha acuñado el concepto, diversidad funcional para referirnos a las personas con limitaciones, dificultades o restricciones tanto físicas como psíquicas pero, de forma igualitaria, teniéndolos en cuenta como a cualquier otro miembro de esta Sociedad de la que todos formamos parte.

Por tanto la diversidad funcional es un término nuevo para definir una misma realidad, la discapacidad, pero con una gran diferencia, se reconocen las capacidades diferentes que existen entre las personas. Y porque además, lo tenemos de sobra comprobado, las personas con diversidad funcional o capacidades diferentes a pesar de sus limitaciones, dificultades y restricciones están “sobradamente capacitadas” y nos dan lecciones de vida a los demás, todos y cada uno de los días del año.

**Conocer, Luchar y Compartir.**

Febrero 2023

## FISIOTERAPIA Y PILATES

Apiema tiene un convenio con la clínica Benjamin Jaffrain fisioterapeuta y osteópata que imparte éstas terapias en la C/ Dr. Fleming en Atarfe.

Los/as socios/as de Apiema tendrán un descuento en la terapia a realizar, para ello sólo es necesario recoger un certificado de socio/a en la oficina de la Asociación. Para concertar una cita deben de llamar al teléfono 644310977.

# Entre tod@s hacemos ASOCIACION

### REDACCIÓN DEL BOLETÍN

Este boletín informativo ha sido realizado por Josefina Rodero . Los socios/as que lo deseen, pueden mandar artículos, sugerencias... entregándolos en el local o por correo electrónico [apiema93@yahoo.es](mailto:apiema93@yahoo.es)

**Gracias por su colaboración.**



Colaboran en la redacción de éste Boletín y en las actividades/ talleres de la Asociación:

- Ayuntamiento de Atarfe
- Diputación Provincial de Granada
- CaixaBank Sucursal de Atarfe
- Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad

ASADERO DE POLLOS Y PIZZERIA

¡REPARTO A DOMICILIO!

**AVENIDA I**

Tel.: 958 438 555  
Avda. Caparacena, 63 - Atarfe



Ayuntamiento  
de Atarfe



Junta de Andalucía

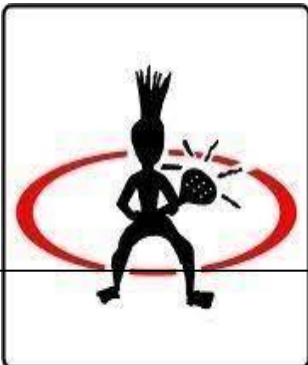
Consejería de Inclusión Social,  
Juventud, Familias e Igualdad

DESIGN&SPORTS

Personalización textil y  
deportes

C/ Cedazos Nº 50

Teléfono 958148097



Diputación  
de Granada

Avanzamos junt@s

Este espacio está disponible para publicidad de comercios o empresas de Atarfe. Las entidades interesadas pueden ponerse en contacto con **APIEMA**:

**958436404 ó 646433685**

**JOSÉ SALAS**  
ABOGADOS

Camino de Ronda 179

Locales 9-10

Tel. 958278000

GRANADA 18003