



MAYO CON M DE MARTES DE CAMPO

Poco a poco vamos sintiendo como el buen tiempo y el verano ya están a la vuelta de la esquina. Vamos haciendo más actividades en el exterior y comienzan las folixas, esas fiestas de las que no nos perdemos ni una y que preparamos con tantas ganas... Sigue leyendo y lo descubrirás.

Actividades y excursiones



RUTA FLUVIAL AVILÉS

Este mes hemos hecho una visita a Avilés y su ruta fluvial: qué bonitas zonas verdes tiene nuestra querida villa, hemos recorrido el barrio de Llaranes, finalizando el paseo contemplando el Centro Niemeyer y a su vez planificando próximas salidas a esta ciudad que tanto nos gusta, sobre todo en verano.

SALA DEL CÓMIC AVILÉS

También hemos vuelto a la Sala del Cómic de Avilés donde nuestros compañeros más expertos, que ya habían disfrutado de esta actividad, exponen sus conocimientos sobre el autor Alfonso Zapico al resto del grupo. Una exposición que no nos cansaremos de visitar siempre que estemos de paso por este agradable lugar.



FERIA DE LA ASCENSIÓN

Este mayo también hemos ido a disfrutar de la Feria de la Ascensión y de las maravillas artesanales que siempre presentan en cada puesto. Nos ha encantado la actividad y el buen tiempo nos ha acompañado, ¡deseamos repetir con muchas ganas!

SALIDA A IKEA

También hemos tenido días de recados donde hemos pasado por Ikea comprando algunos materiales que nos hacían falta, eso sí, tampoco nos podía faltar nuestro chocolate con churros que nos ha dado fuerzas para ir seguir de compras.





MARTES DE CAMPO

Mayo también es sinónimo de Martes de Campo y como no hemos aprovechado para celebrarlo con los compañeros. El pregón fue ofrecido por nuestras compañeras Silvia y María José, el taller del bollo preñado de Carmen y un divertido Pasapalabra de Asturias presentado por nuestro Iván. Después Daniel nos ha amenizado con su música y para finalizar hemos comido el bollo ¡Nos ha encantado el día, un día que ha terminado al son del “Asturias” de Víctor Manuel!

VISITA AL CFC

Nos hemos pasado por el Centro de Formación al Consumidor y elaborado un programa de radio, donde hemos comprendido que la planificación, el guion, la grabación y edición son fases fundamentales para un programa de 10. En breve nos convertiremos en unos grandes publicistas...



VISITA MUSEO BELLAS ARTES ASTURIAS

En cuanto a salidas culturales ha tocado una visita al Museo de Bellas Artes de Asturias, rodeados de grandes obras, Nicanor Piñole y Sorolla han sido los seleccionados como favoritos. Previamente habíamos preparado una breve referencia de las obras ¡Felicidades equipo habéis hecho un gran trabajo de investigación!

VISITA MUSEO ARQUEOLÓGICO

Siguiendo con las salidas culturales, hemos visitado el Museo Arqueológico de Asturias donde hemos pasado por la Prehistoria, el Neolítico y la Edad de los metales, entre otras épocas. Además, hemos podido recorrer el precioso claustro ¡Qué suerte hemos tenido al contar con unos guías personalizados que se han preparado muy bien la visita! ¡Volveremos próximamente!



SENDERISMO

Este mes despedimos la actividad de senderismo organizada por el Centro Social del Cortijo habiendo hecho preciosas rutas, entre ellas hemos ido por los diferentes parques de Oviedo disfrutando de la naturaleza y de la compañía, ido hasta Olloniego y visitado el Pozo de San José conectando con la naturaleza y para finalizar esta actividad hemos hecho la bonita ruta a los Meandros del Nora. Ya tenemos ganas de volver a vernos para disfrutar el próximo mes de octubre ¡Gracias por esta temporada compañeros/as!



HUERTO

Este mes ha tocado recoger las verduras que con tanto cariño hemos cuidado como berzas, lechugas o zanahorias para empezar a limpiar y plantar tomates, cuidar de nuestros pimientos y seguir sembrando productos de temporada, ¡Cada día nos gusta más este huerto!

PILATES

Seguimos disfrutando de Pilates con nuestra monitora Laura, conociendo y controlando nuestro cuerpo, estirando y controlando respiraciones, ¡qué bien nos viene esta actividad!



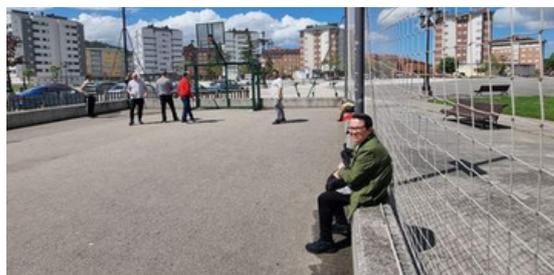
DANZA VIRTUAL

De igual forma disfrutamos de las clases de danza virtual con Mario y aprovechándolas al máximo porque este mes nos despedimos ya de esta maravillosa actividad.



TARDEO

Seguimos con nuestros tardeos con talleres dentro y fuera del CAI, disfrutando al sol y es evidente que nos encanta ¡el baloncesto!



Espacio Creativo



TALLER DÍA DE LA MADRE

En el espacio creativo de este mes de mayo, comenzamos preparando detalles para nuestras madres, padres, hermanos y hermanas, amistades, para quienes queremos será este detalle especial personalizado con mucho cariño.

TALLER DE ABANICOS

En nuestro taller creativo hemos trabajado la armonía de los colores complementarios. Hemos incluido a nuestros abanicos unas mariposas y pájaros para dar movimiento a nuestras obras.



TALLER MARTES DE CAMPO

Antes de disfrutar de la fiesta tuvimos que preparar la decoración y todas las actividades que íbamos a llevar a cabo en nuestro particular Martes de campo.



TALLER DE COCINA

Este mes nos hemos puesto el delantal de Masterchef porque hemos sido uno súper cocineros ...hemos elaborado unas nutritivas tortitas caseras, las cuales son ideales para desayunos y meriendas; una tortilla gigante tamaño XL, un reto conseguido con un gran equipo de trabajo, ¡qué ricaaaaa! Y, además, seguimos guiándonos con las recetas de nuestros compis del CTI del libro "Sabrosa Mente"... Nada menos que con unos espaguetis a la carbonara que nos han salido riquísimos.



CUMPLEAÑOS



- Felicidades a nuestra compañera María José porque nos sigas dando ese cariño y conversaciones tan agradables... ¡Felicidades, María José!
- Y muchísimas felicidades a Juanillo, ¡por más risas y momentos divertidos contigo!



PRÓXIMAMENTE...

HORARIOS ESCUELA DE FAMILIAS

En Escuela de Familias tendremos las próximas sesiones los lunes 3 y 17 de junio, en nuestro nuevo horario de 16 a 17. Y para el día 20 estamos preparando un encuentro a nivel regional de todas las participantes de Te toca a ti, y el CAI estará presente. Ya os contaremos en el próximo boletín.



¡No te olvides de seguirnos en redes sociales!

@CAIAFESASALUDMENTALASTURIAS



@AFESA__ASTURIAS

@AFESAASTURIAS



@AFESAASTURIAS

@AFESA__S.M.ASTURIAS



WWW.AFESAASTURIAS.ORG

contacta con
**AFESA SALUD
MENTAL ASTURIAS**



C/ Emilio Llana 3-5, 33011
(La Corredoria, Oviedo)
985 11 51 42
gerencia@afesasturias.org