



ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y PERSONAS
CON ENFERMEDAD MENTAL DE ASTURIAS

CAI AFESA

Agosto 2024



AGOSTO DE FOLIXA

Agosto se pasa volando y más si se va de fiesta en fiesta. El CAI AFESA se apunta a todo así que no hemos dejado pasar la oportunidad de visitar exposiciones, ir al acuario, a la Feria de Muestras, de paseo por los preciosos rincones de Asturias y si no hay fiesta... ¡la montamos!



Actividades y excursiones



SALIDA NOREÑA

Este mes hemos visitado una exposición fotográfica en Noreña, donde Ana, como es habitual, ha sido una pedazo de guía que nos acoge fenomenal. Después de la exposición nos hemos dado un paso por los alrededores.

VISITAMOS EL ACUARIO DE GIJÓN

También hemos estado visitado el Acuario de Gijón, el acuario nos ha maravillado con las más de 4000 especies que tienen del hábitat acuático. ¡Lo hemos pasado genial, ha sido muy divertido y aprendimos muchísimo!

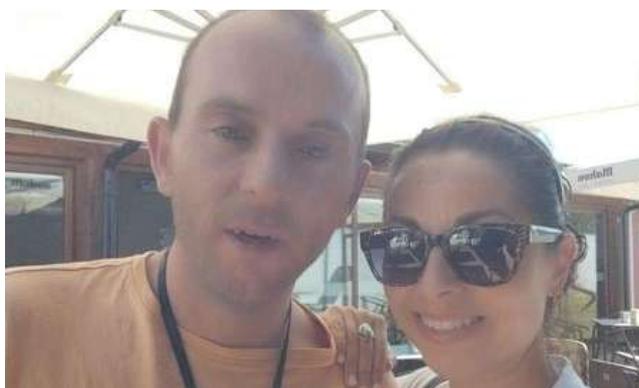


PASEO SALUDABLE

Entre actividades y visitas también hemos sacado tiempo para dar nuestro típicos paseos saludables. Paseos que damos tanto por las mañanas como alrededor del huerto. ¡Nos vienen estupendamente para mantenernos activos!

SALIDA A SAN CLAUDIO

David se ha convertido en un gran anfitrión y un estupendo guía turístico por San Claudio, siempre dispuesto a presumir de su acogedor y familiar pueblo.



FERIA DE MUESTRAS DE GIJÓN

Ir a Gijón en verano siempre es un plan estupendo, pero aún más en agosto cuando la ciudad salta de evento en evento. Además del acuario volvimos a Gijón para visitar la Feria Internacional de Muestras, una cita ineludible. Disfrutamos del buen tiempo, de la compañía y comprando algunos regalinos para familia y amigos ¡Nos encanta el ambiente!



¡CELEBRAMOS NUESTRA PROPIA FIESTA DE PRAO!

Si algo es sinónimo de verano en Asturias es la folixa y, por ende, las fiestas de prao. Aprovechando nuestras fiestas de verano, hemos querido hacer un guiño a las fiestas de prao y celebrar nuestro especial Xiringüelu. Adornamos las mesas con carteles, imitando a casetas personalizadas tan coloridas como divertidas. Los participantes han trabajado duramente para que la diversión de este día fuese posible ¡Puxa el Xiringüelu CAI AFESA!



SALIDA AVILÉS

En nuestra visita a la villa de Avilés hemos disfrutado de paseos por sus zonas verdes y calles empedradas llenas de encanto. Finalizando la jornada con unas convivencias divertidas con nuestras amigas las ocas y un refrescante helado artesanal.



RUTA SENDERISTA FINLANDESA-NARANCO

Este mes nos fuimos de ruta improvisada hasta la pista Filandesa y el Naranco. Hemos aprovechado los recursos de los que disponemos y hemos acabado dando una clase de gimnasia al aire libre. El premio ha sido el almuerzo en el Parque San Francisco. Como veis ha tocado recorrer Oviedo de punta a punta ¡pero en muy buena compañía!

Espacio Creativo

TALLER CREATIVO FONDO MARINO

Una parte del CAI, como ya habéis podido ver se ha ido al acuario de manera presencial pero otros han representado de una manera muy divertida y original la singular fauna marina de Asturias. Nos ha quedado muy bonito, unas imágenes que nos refrescan en estos calurosos días de verano.



TALLER DE COCINA

Este mes de agosto en el CAI hemos hecho diferentes recetas veraniegas, desde smoothies de fresa muy ricos que contienen antioxidantes esenciales, hasta recetas para la celebración de nuestra fiesta de prao particular con macedonia y batidos de verano y finalizando con Petit Suisse de fresa caseros ¡Ideal para compartir con nuestros amigos e invitados!



TALLER SERES MITOLÓGICOS

En el taller creativo también hemos aprovechado y hecho un taller sobre la mitología asturiana. Además, de conocer los diferentes seres mitológicos y las historias que les rodean... ¡nos ha parecido super interesante y muy divertido!



TALLER FIESTA DE PRAO

Seguimos preparando festividades en el taller creativo. Esta vez casetas para la Fiesta de Prao que celebraremos del Xiringüelu, como podéis ver ¡nos sobra actitud y pronto veréis los resultados!

Pasatiempos

.....



Juega con el CAI AFESA a la sopa de letras. En la siguiente página hemos escondido algunas palabras, palabras muy significativas y que sirven como resumen de lo que ha sido nuestros mes de agosto.

Las palabras pueden estar en vertical, horizontal, cruzadas e incluso puede que algunas compartan letras ¿Te atreves a encontrarlas todas?

SOPA DE LETRAS

CAI AFESA

¡ENCUENTRA TODAS LAS PALABRAS!

X E D Y C N E B U N D H
I A A A S E I L R P U U
R K N T E S S A E I A E
I F I A S R A D C C P R
N F I W G A R D E N A T
G N N L P L N F T I R O
U U G S E L B T A C T F
E U L R F E R I A N Y L
L O S X U T A D A I S Y
U A I N B T O T S H I H
G F I E S T A I T Y A U
B L O S S A C U A R I O

FIESTA

HUERTO

XANA

TALLER

FERIA

RUTA

ACUARIO

XIRINGUELU

RECETA



PRÓXIMAMENTE...

HORARIOS ESCUELA DE FAMILIAS

Las próximas sesiones de la Escuela de Familias serán el próximo lunes 2 de septiembre y también el 16 de septiembre, a las 16 horas.

Aquí os esperamos



¡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