

# “DIVERSA FUNCIÓN”

5 DE MARZO DEL 2018  
Número 1

## PERIÓDICO DE LA FUNDACIÓN Nº1 ALCALÁ

### NUESTRAS REDES SOCIALES

Facebook Fundación Nº1:

<https://www.facebook.com/Fundaci%C3%B3n-N%C2%BA1-Alcal%C3%A1-104259466772780/?ti=as>

BLOG:

<http://fundacion1alcala.blogspot.com.es/>

Página Web de nuestra FUNDACIÓN:

<http://www.fundacion1alcala.org/>

### SECCIONES

Noticias Locales	2
Noticias Nacionales	3
Autores y/o personas de interés cultural	4
Belleza	5
Frases y reflexiones optimistas interesantes	6
Sección SECRETA	7



## UN PERIÓDICO DIFERENTE

El equipo de trabajadores/as de nuestra Fundación se han unido en un nuevo proyecto de enriquecimiento social y personal: la edición mensual de un periódico.

“Diversa Función” es un periódico diferente en el que cada mes los reporteros/as son los “diseñadores de una sección” informativa, para lo que utilizarán sus recursos, únicos e irrepitibles, disfrutando de la experiencia mientras aprenden.

Nuestro periódico será publicado el primer lunes de cada mes en formato digital

en nuestras redes sociales, contando con un ejemplar en la sala de descanso y nuestra recepción del nuestro Centro Especial de Empleo para que pueda estar al alcance de un mayor número de personas.

Se trata de un periódico dirigido a todo tipo de lectores, cuyo propósito es proporcionar información especializada en cada sección haciendo visible las fortalezas y potencialidades que ofrece el empleo de las diversas capacidades

presentes en cada uno de los trabajadores/as, quienes, de forma coordinada y comprometida, trabajarán cada mes en el logro de un mismo objetivo común:

**“aprender y disfrutar aprendiendo para después conseguir que los lectores del periódico puedan disfrutar con el conocimiento del que informan”.**

## UN PERIÓDICO CON VALORES

Nuestra Fundación tiene una identidad social fundamentada en los valores de inclusión, normalización e individualización.

Nuestra sociedad está compuesta por un sin fin de diversidades, pues no existen individuos iguales.

Cada ser humano configura su identidad con la influencia que sobre él ejerce su genética y su ambiente. Esto es lo que hace posible que cada persona sea única e irrepitible ya que cada individuo cuenta con unos

recursos diferentes con los que adaptarse al medio dando respuesta a las necesidades individuales que van surgiendo con el paso del tiempo en la vida de cada uno.

“Diversa Función” entregará cada mes una experiencia enriquecedora a todo aquel que quiera acercarse a participar del uso de la información que con él se hace.

Este nuevo proyecto que iniciamos es, por tanto, un medio con el que mostraremos nuestros valores personales y

corporativos a nuestros lectores y donde cada reportero podrá identificar, mensualmente, el efecto y el impacto que le provoque en su desarrollo social y personal la práctica de poner en juego la difusión de sus capacidades individuales mediante la búsqueda y redacción de la información de la sección con la que se ha comprometido voluntariamente.

## 2.NOTICIAS LOCALES DE ALCALÁ DE H

### ALCALÁ CONSIGUIÓ RECICLAR 128 TONELADAS DE VIDRIO EN LAS PASADAS NAVIDADES

La ciudadanía de Alcalá ha depositado en contenedores, 128 toneladas de residuos en envases de vidrio, superando en un 8% la campaña del año pasado. Gracias a esto, Ecovidrio ha entregado un cheque de 2000€ a Cruz Roja para que adquiera material escolar destinado a niños y niñas de familias en riesgo de exclusión social.

**“Las FERIAS de este año en ALCALÁ serán del 25 de Agosto al 2 de Septiembre”**

### EL AYUNTAMIENTO PONE EN MARCHA UN NUEVO SERVICIO DE ASESORÍA PARA JOVENES EN PREVENCIÓN DE ADICCIONES

La Concejalía de Salud del Ayto. de Alcalá ha puesto en marcha un nuevo servicio gratuito de asesoría y atención itinerante para adolescentes y jóvenes especializada en adicciones. Se trata de facilitar a los orientadores, profesores y AMPAS de los colegios la información y asesoramiento especializado sobre la forma de actuar ante los problemas derivados del consumo de sustancias que se puedan detectar.

Para poder acceder a la Asesoría, hay que contactar con el centro de atención a las drogodependencias (CAID):

C/ Santiago nº13-1ªplanta. TLF 918771740 ext. 3812

### UNA PROFESORA DEL CEIP PABLO NERUDA PROMUEVE UN METODO DE EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA DIVERTIDO SIN COMPETITIVIDAD Y QUE ANIMA A NO RENDIRSE.

Mari Carmen González, es una apasionada de su profesión, es licenciada en psicología, diplomada en pedagogía terapéutica y monitora de educación sexual. Es la creadora del Brujo Pirujo, un curioso método de educación infantil y de primaria desarrollado con el personaje. Su objetivo es que los niños, que de las cosas sencillas crean un mundo, puedan aprender matemáticas, ciencias naturales, sociales, etc. jugando, sin competitividad y sin rendirse nunca, buscando siempre, otros caminos como hace el peculiar Jaime, protagonista de sus cuentos.

### EL GOBIERNO MUNICIPAL DOTARÁ A ESPARTEALES Y A LA GARENA DE DOS NUEVOS NÚCLEOS DEPORTIVOS

La junta de gobierno del Ayuntamiento de Alcalá aprobó solicitar el alta en el programa de inversión regional de la comunidad de Madrid, de un proyecto de obra de construcción de pistas deportivas en la Garena, concretamente en la calle Ruperto Chapí, 29 y en la calle Gustavo Adolfo Bécquer, esta última, se ejecutará con fondos propios del ayuntamiento

Información proporcionada por:

**CRISTINA y YOLANDA**

### ALCALÁ PROPONE PARA EL AMBULATORIO DEL VAL UN HOSPITAL DE PACIENTES AGUDOS

Se ha aprobado instar a la Comunidad de Madrid que inicie los trámites para que se pueda dotar de un hospital de pacientes agudos de media y larga distancia a la ciudad alcalaína y a que inicie los contactos necesarios con la Tesorería de la seguridad social, para obtener la cesión de este edificio a favor de la consejería de sanidad como sede de este hospital

## 3. NOTICIAS NACIONALES

### PROTESTA NACIONAL DE LOS PENSIONISTAS

Más de 40.000 pensionistas salieron a las calles de varias ciudades españolas el 15 de febrero para protestar contra la subida del 0,25% de las pensiones que quiere llevar a cabo el gobierno habiendo sido aprobada el pasado 29 de diciembre del 2017 en el último consejo de ministros del año.

Una manifestación en la que los pensionistas se unieron con el fin de proteger sus actuales derechos, pero sin olvidarse de proteger, mediante su protesta, el derecho de los futuros pensionistas, quienes son hoy jóvenes y tienen el riesgo, dada la situación actual de nuestro país, de no contar con sus pensiones por jubilación cuando la requieran.



**“Los jubilados se echan a la calle en España por unas pensiones dignas”**

Información proporcionada por:

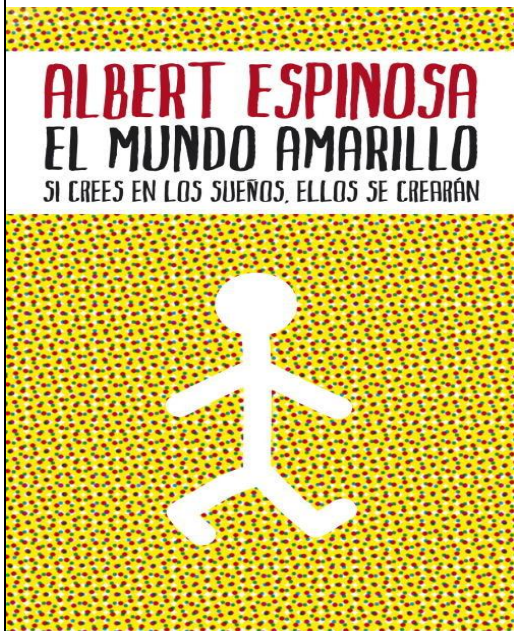
**VERÓNICA. E.**

## 4. TESTIMONIOS DE AUTORES Y/O PERSONAS DE INTERÉS CULTURAL

Zaira, la reportera este mes de esta sección ha diseñado este espacio para compartir con nuestros lectores un conjunto reflexiones muy interesantes, a través de las cuales anima a la lectura de dos de los libros que a ella la han gustado mucho porque su contenido y su forma de transmitir puede hacer que las personas aprendan a aceptarse para aprender después a aceptar lo que viven, con ilusión y coraje vivir cada día un poco más feliz.

Información  
proporcionada por:

**ZAIRA**



**“Ser un amarillo es ser alguien con el que se puede contar en los momentos difíciles, alguien con quien otros pueden abrir su corazón”**

**“Este mundo te llevará a descubrir lo que ganas y puedes perder en la vida”**

### ALBERT ESPINOSA

Albert Espinosa el autor del libro “El mundo amarillo” nos quiere transmitir la dura lucha que vivió cuando le diagnosticaron cáncer y cómo le hizo frente.

Albert Espinosa escribió “el mundo amarillo” para transmitir con él una forma de ver la vida mediante la cual ayudar a las personas a conocer cómo afrontan la vida en los malos y buenos momentos.

Este libro te enseña que saber decir un **no** en tu vida no tiene por qué ser malo, puede ser tan bueno como te lo propongas. Decir no te puede abrir caminos a muchos **síes**.

No tengas miedo a tomar nuevas decisiones tienes que aceptarte como eres y serás muy feliz en la vida .

Pero lo más difícil no es saber como **aceptarse** uno mismo sino cómo son los demás. Para saber aceptar a los demás primero tienes que aceptarte y valorarte a ti mismo, pues cuando uno acepta que no es perfecto ni tiene el deber de serlo pues

no lo sabe todo, pero conoce los recursos personales (fortalezas) que tiene para adaptarse a lo nuevo que le llega, comprende que otros puedan ser como son.

Espinosa en este libro describe un nuevo concepto de “amistad” al que denomina “ser amarillo”. Distingue tres conceptos los amigos que te dan amistad, amigos que te dan amor y los “amarillos”, con los que no es necesario tener mucho contacto ni haberlos visto a menudo pero que están entre los amigos y los amores. Los amigos son personas importantes a las que nombras como amigos por el tiempo que han compartido contigo, llegando a conocer muchas cosas de ti y los amarillos son aquellas personas que pueden aparecer en la vida y darte más de lo que muchas otras personas, siendo amigos, te hayan podido dar.

Cada uno de nosotros tenemos nuestros amarillos quien digan que no los tienen es que todavía no se han parado a buscarlo.

## RAFAEL SANTANDREU

Rafael Santandreu, uno de los psicólogos más solicitados de España, nos cuenta en [EL ARTE DE NO AMARGARSE LA VIDA](#) cómo transformar nuestra manera de pensar y actuar.

Todos podemos aprender a ser más fuertes y equilibrados a nivel emocional. Este aprendizaje se lleva a cabo transformando nuestra manera de pensar.

No nos afecta lo que nos sucede sino lo que nos decimos sobre lo que sucede.

Las emociones son posibles a partir de determinados pensamientos.

Tenemos unas creencias irracionales que se transmiten a nivel social que nos hacen sufrir. Conocer nuestras creencias irracionales y anularlas nos hace disfrutar al máximo de las ventajas de la vida.

Un problema que tenemos todas las personas que trabajamos es el estrés, lo que nos hace buscar la forma de atajarlo.

La eficacia esta sobrevalorada. Todo el mundo comete fallos, quien diga que no los comete miente pero no pasa nada porque equivocarse es normal y positivo .

**“Si uno no se equivocara nunca aprendería”**

Rafael Santandreu

## El arte de no amargarse la vida

Las claves del cambio psicológico y la transformación personal



**“Una de las cosas a las que tememos las personas es a la Soledad.**

**Ese miedo hay que perderlo pues la soledad NUNCA puede ser desagradable a no ser que te convezcas a ti mismo de ello”**

## 5.BELLEZA

### Cómo maquillarse los ojos: Efecto 'lifting'

Si tienes los ojos caídos esta es tu solución. Aprende a hacer que tus ojos parezcan que están más levantados aplicando una sombra de ojos clara en todo el párpado y otras oscuras en sentido ascendente en la parte final del ojo.



### Cómo maquillarse los ojos: 'Smokey eyes'

Los ojos ahumados o 'smokey eyes' es una de las técnicas más glamurosas que puedas encontrar para pintarte los ojos. Este es un maquillaje intenso y perfecto para fiestas que se basa en aplicar la sombra sin cortes, difuminándola alrededor del ojo. El truco para **conseguir unos ojos ahumados perfectos** es dar a la sombra una forma que nos favorezca.



Información  
proporcionada por:

**PATRICIA**

## 6 FRASES Y REFLEXIONES OPTIMISTAS INTERESANTES<sup>7</sup>

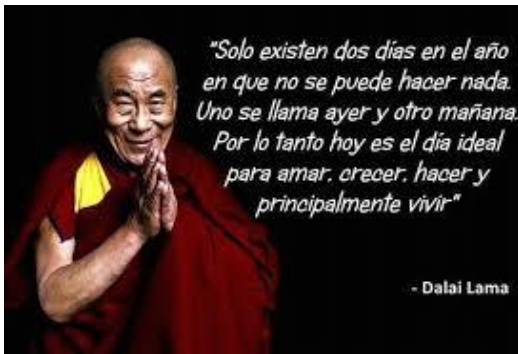
Lola, la reportera este mes de esta sección presenta unas frases positivas con las que ofrece a nuestros lectores la oportunidad de reflexionar sobre su significado.

### **Dalai Lama**

**Líder espiritual del lamaísmo y budismo**

**Tibetano**

**PREMIO NOBEL DE LA PAZ (1989)**



### **Mahatma Gandhi**

**Abogado, político y pensador indio**

**No se le conoció como político**

**Fue propuesto 5 veces al PREMIO NOBEL DE LA PAZ (1937 Y 1948)**



Información  
proporcionada por:

**LOLA**

**FUNDACIÓN Nº1 ALCALÁ**

Ctra. Arganda – Loeches  
M – 300 Km. 25  
Alcalá de Henares  
C.P.: 28803

**Teléfono**

91 879 63 51

**Correo electrónico**

apoyocee@fundacion1alcala.org



Información  
proporcionada por:

**VERÓNICA L. y ROSARIO**

## 7. SECCIÓN SECRETA: CASO PRÁCTICO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTO

Un grupo de amigos de toda la vida que no se veían desde hacía tiempo por sus trabajos decidieron organizar una salida todos juntos para recordar el pasado y los momentos vividos. El lugar de sus encuentros siempre fue el retiro de Madrid donde jugaban, era su lugar favorito. Entre todos decidieron ir al retiro en tren pero en el último momento pensaron en ir en autobús.

Todos vivían en Torrejón. Cuatro de ellos habían cogido el billete del autobús y se quedaron en la parada del autobús, dejando que los demás amigos del grupo cogieran el tren. Cuando los 4 amigos que fueron en autobús llegaron al Retiro vieron enfadados a los amigos que habían llegado en tren y les escucharon decir que "eran malos amigos por querer ir por otro lado sin contar con ellos". Los cuatro amigos se miraron y quisieron dar explicaciones pero ninguno de los demás miembros del grupo de amigos parecía estar dispuesto a escuchar y se quedaron sin poder explicarse.



Nos gustaría que el lector reflexionase y respondiera a estas preguntas:

1. ¿Cómo resolverías tú este conflicto? Recuerda que tu respuesta tiene que ser positiva para ambas partes del conflicto.
2. ¿Cómo crees que se sienten los 4 amigos por no poder dar una explicación?
3. ¿Crees que el resto de los amigos están juzgando a los 4 amigos sin saber lo que ha sucedido?