

ÍNDEX

TALLERS

- MOVIMENT EXPRESSIU (pàg. 1)
- CUINA (pàg. 3)

CULTURA

- MUSICOTERÀPIA (pàg. 1)

PERSPECTIVA DE GÈNERE

- 8 DE MARÇ (pàg. 2)
- ESPAI DE DONES (pàg.4)

SORTIDES

- MATINS DE RUTES (pàg. 2)
- VISITA AL MNAC (pàg. 3)
- EXPOSICIÓ ALZHEIMER (pàg.4)

CELEBRACIONS

- ANIVERSARIS (pàg.3)

PASSATEMPS

- MOTS ENCREUATS (pàg.4)

TALLERS

MOVIMENT EXPRESSIU

Des del mes d'octubre de l'any 2022 hem tingut amb nosaltres una alumna de pràctiques del cicle d'Integració Social, la Maria. El gener va ser el seu últim mes al club, i ens va voler convidar a una dinàmica en la qual l'objectiu era treballar el cos a través de la música i el moviment, va ser tot un èxit!



CULTURA

MUSICOTERÀPIA

El passat 10 de febrer, van anar a l'auditori de Granollers a fer una activitat de musicoteràpia. En aquesta van estar treballant amb diferents instruments musicals seguint el ritme d'un dels nostres companys o bé a l'estil lliure. Tot seguit van gaudir d'un assaig de l'orquestra Cambra de Granollers.



PERSPECTIVA DE GÈNERE



8 DE MARÇ

En motiu del 8M, Dia internacional de la Dona, els clubs socials Torrasa i Portalet van realitzar un vídeo reivindicatiu a favor de la lluita per la igualtat de gènere.

Durant el mes de març hem estat visualitzant diversos documentals i pel·lícules sobre el tema de gènere i posteriorment hem fet un debat.

També hem començat a fer una activitat anomenada "Introducció a la perspectiva de gènere."

A més del nostre espai de dones que duem a terme els primers divendres del mes.

SORTIDES

MATINS DE RUTES

Durant el primer mes de l'any es van fer sortides on es van realitzar rutes pel Montnegre i al Figaró.

En el primer lloc esmentat, ens va acompanyar una de les nostres talleristes, l'Aixa (@monatur_ambiental) la qual va fer una explicació de tota la vegetació i flora de l'entorn.

En canvi, al Figaró va ser una de les propostes d'un dels nois del club, el qual va organitzar una ruta pel poble i pels boscos.



TALLERS



CUINA

Tots els divendres realitzem el taller de cuina al centre cívic de Palou. Ens faciliten aquest espai per tal que puguem realitzar les nostres pròpies receptes. L'activitat de cuina és una eina per a poder potenciar les habilitats culinàries i donar un cop de mà a totes les persones usuàries del Club en la realització de diferents plats saludables. Cada divendres hi ha una persona responsable de dinamitzar la recepta. Aquest ho parla prèviament amb les educadores, es fa el llistat de la compra i es va comprar els ingredients necessaris.

Un cop estem a la cuina, el responsable comença a explicar com es farà la recepta, els passos i les tasques que ha de fer cada un dels participants. És una manera molt divertida d'aprendre a cuinar, ja que ho fem en companyia.

CELEBRACIONS

ANIVERSARIS



Aquest any ja es torna a fer una de les activitats que més agrada a les persones usuàries del club. Celebrar els aniversaris de tots els que estan al servei. A més de festivitats, com en aquest cas es va poder celebrar durant el mes de febrer, el Carnestoltes.



SORTIDES

VISITA AL MNAC

El passat 4 de febrer es va visitar l'exposició guiada de "Mirades insubmises" del Museu Nacional d'Art de Catalunya. Es va poder fer un treball a través de les obres d'art de la identitat de gènere i l'orientació sexual des d'una perspectiva de gènere feminista i LGTBI.

SORTIDES

EXPOSICIÓ ALZHEIMER

El dissabte 25 de març es va fer una volta per la fira embuixat de Granollers i es va anar a veure l'exposició de "Temps i emocions". La qual mostrava diferents imatges de persones amb alzheimer.



PERSPECTIVA DE GÈNERE



ESPAI DE DONES

Aquesta activitat és un espai per a les dones del club, es realitza el primer divendres de cada mes amb la finalitat d'apoderar i potenciar l'autoconeixement de les usuàries participants. Una de les activitats que es fan són anar a veure exposicions, anar a prendre quelcom i fer ús de l'espai per tal de parlar de diversos temes que les participants vulguin posar sobre la taula.

PASSATEMPS

1																	2								

1. Servei d'oci i lleure per a persones amb diagnòstic en salut mental.
2. Sexe en funció dels trets, els rols i les funcions que li són associats culturalment.
3. Trastorn progressiu i degeneratiu de les cèl·lules cerebrals que provoca un deteriorament de la memòria, el pensament i la conducta de la persona.
5. Nom habitual del carnaval als Països Catalans.
6. Conjunt de les coses i de les forces que componen l'univers.

1. Taller en el qual es fan diversitat de receptes.
4. Art que s'expressa mitjançant l'ordenació dels sons en el temps.