

## PRO LABORAL XALEST

C/ ILLA N° 10

93.725.79.67

C/ ESTRELLA N° 86

93.748.41.18

FAX: 93.725.79.67

grupdeserveis@xalest.e.telefonica.net

**Agraïm la col·laboració de:**

- Grup A
- Grup B
- Grup C
- Grup de Serveis
- Grup de Treball

**Moltes gràcies a tots pel vostre treball, esforç i dedicació**

**no us perdeu el proper butlletí...**



### NACHOS AMB GUACAMOLE

#### Ingredients

Dos alvocats madurs / Dos tomàquets / Una ceba / Una cullerada d'oli / Una mica de llimona / sal / Una bossa de "nachos"



#### Preparació:

Es talla l'alvocat per la meitat i es treu el pinyol. Es talla a trossos ben petits per poder aixafar-los bé. Després es talla la ceba i el tomàquet a trossos petits i es barreja amb l'alvocat. Si es vol es pot utilitzar la batedora. Després li posem oli sal i una mica de llimona. Una vegada fet el "guacamole" es posa tot sobre els "nachos"

### NACHOS AMB CHILI I CARN

#### Ingredients:

"Chili" amb carn (de llauna)/ Formatge ratllat / Una bossa de "nachos"



#### Preparació:

Es posen els "nachos" a una safata una mica gran. S'escalfa una mica la carn al microones i es posa per sobre dels "nachos". Després posem el formatge ratllat per sobre de la carn i es torna a escalfar al forn-microones per gratinar el formatge.



# BOX

BOX N°0001

## BUTLLETÍ OFICIAL de XALEST

#### **Contingut:**

Les Novetats d'aquest Any	2
Grup de Serveis. La nova Secció	3
El Grup A visita ASDI	4
El Grup B i el de Serveis anem a Can Deu	5
Plantada d'Alzines a la Salut	6
Excursió a Collserola	7
Compensatòria del Grup A	8
Tenim Mobles Nous	9
1er Concurs de Pintura a Prolaboral Xalest	10
Al Prolaboral també fem Producte Propi	11
La Castanyada	12
La Gran Festa de Nadal	13
Carnestoltes 2010	14
Notícies Breus	15



# carne stoltes

## XALEst 2010

AQUEST ANY TOTS ELS GRUPS HAN TREBALLAT MOLT LES SEVES DISFRESSES.

AL GRUP A ANAVEN DISFRESSATS DE CUINERS ZOMBIS ESPAGUETI, EL GRUP B DE PICAPEDRES, EL GRUP C DE CASTELLERS I EL GRUP DE SERVEIS DE MARIACHIS.



UN COP ESTÀVEM PREPARATS VAM SORTIR AL CARRER FENT XIVARRI FINS ARRIBAR A LA BIBLIOTECA. ALLÀ ENS VAM FER UNA FOTO I VAM PASSAR PEL RESTAURANT A FER UNA VISITA. SORTINT D'ALLÀ VAM TORNAR AMB EL GRUP DE TREBALL AL TALLER. LA FESTA VA ACABAR AMB BALLARUCA I PICA PICA.

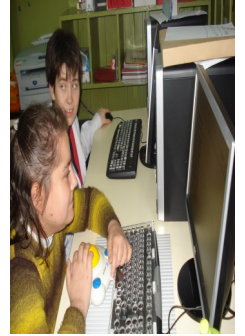


# GRUP de serveis

## La nova secció

Aquest any hi ha una nova secció que es diu Grup de Serveis. En aquesta secció fem diferents feines:

Fem les llistes de menjador, el recompte de companys que es queden a dinar i la meua companya Maria José s'encarrega de trucar a l'escola.

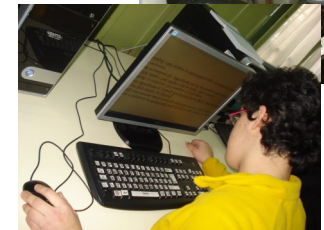


El Toni s'encarrega de atendre les trucades i anar-les passant a qui correspongui.

A més, fem cartes per les sortides, circulars per a les reunions, etc, i altres feines administratives com és fer fotocòpies, impressions de documents... Ens ho passem bomba al Grup de Serveis!!

Ara estem treballant en un butlletí juntament amb els altres grups. Entre tots ens encarreguem de fer els articles de tot el que fem durant el curs.

També estem fent un projecte de recerca multicultural, és a dir, treballem les cultures dels altres països: vam treballar Mèxic i vam comparar la nostra castanyada amb la festa del Dia dels Morts que es fa allà.



A més fem altres activitats com fer esport, anar a la biblioteca i a prendre alguna cosa al bar...

# la CASTANYADA

El dia 30 de novembre vam celebrar la castanyada al taller. La setmana d'abans els grups vam fer diferents activitats: comprar els ingredients, coure les patates, fer la massa dels panellets... El grup C i B van anar a comprar els ingredients per fer els panellets i un cop els vam tenir, entre tots vam estar fent les boles amb la massa.



Un cop fetes, el grup A els va portar a coure al forn Valero. El grup de Serveis, aprofitant el treball que havíem fet de Mèxic, vam fer unes figures representatives del Dia dels Morts que se celebra a Mèxic. El grup de Treball van muntar una parada de castanyes que vam anar a veure. Després van venir a celebrar la castanyada amb nosaltres amb castanyes, moniatos i panellets.



# EL GRUP B i EL GRUP de serveis ANEM a can DEU

El dia 2 de desembre el grup b i el grup de serveis vam anar a la masia Can Deu a fer un taller de pa. Allà ens van explicar com el feien antigament. Després amb els ingredients que ens van donar vam fer pa i el vam posar a coure. Un cop vam acabar l'activitat, mentre es coïa el pa, vam visitar dos exposicions, una d'estris antics i màquines per fer pa i l'altre de carbas-



També ens van ensenyar un petit hort amb hortalisses i diferents verdures. Al acabar la visita ens van donar el pa ja cuit i ens el vam menjar. Finalment ens vam fer la foto de grup amb el pa que havíem fet.



## LES NOVETATS D'AQUEST ANY

Aquest any ens hem trobat amb moltes novetats. Hi ha hagut canvis de monitors, d'assistent social i director nou. També tenim mobiliari nou, taules i armaris, cosa que ens permet tenir més ordre a las seccions i treballar còmodament.

Com que també hi ha companys nous, s'han de fer dos torns de menjador perquè el menjador se'ns ha quedat petit. A causa de l'augment de seccions, hem ocupat part de la sala que es feia servir com a menjador i sala de jocs i ara tenim la nova secció anomenada grup de serveis.

A aquesta secció és on ens encarreguem de la paperassa del despatx, telèfon, menjador i altres coses. Per fer la feina que ens demanen del despatx fem servir els ordinadors nous que tenim a la secció.

El grup A està fent un blog on actualitzarà tota la informació de tot el que passa a la seva secció perquè ho puguin veure els pares per Internet.

El grup de treball amb la finalitat de guanyar diners ha posat a la venda medalles, figuretes, flors de Nadal, obsequis per entitats i joies com a producte propi, per diversos esdeveniments, celebracions i regals d'empresa.

Trobareu més informació d'aquestes novetats a continuació...

## NOTICIES BREVES

### Visita del Grup B i C a L'AMMA

El grup B i C vam anar a veure a l'Amma, una dona molt simpàtica i agradable que ens va transmetre les seves bones energies amb les seves abraçades.

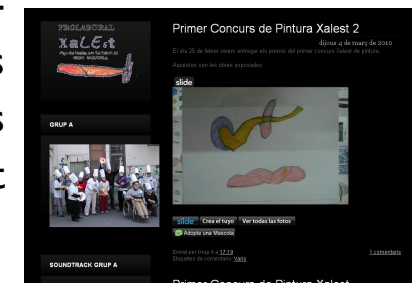


Ens va venir a veure des de molt lluny, de l'Índia, i ens va fer passar una molt bona estona. Vam dinar els dos grups junts i després vam anar cap al taller. Us deixem aquí la seva pàgina web per si voleu saber més sobre aquest projecte.

<http://www.ammachi.es>

### Tota la informació del Grup A al seu bloc.

El Grup A ha estat treballant en un bloc perquè pugueu estar al dia de totes les activitats que es duen a terme en aquesta secció. Al bloc trobareu fotos de les diferents sortides, de les festes celebrades al taller i moltes més coses que s'aniran actualitzant periòdicament.



# El Grup a visita ASDI

A principi de curs al grup A, durant les hores de compensatòria vam fer una sèrie de Emails al taller ASDI de Valldoreix per conèixer com eren i què feien en el seu taller. En els missatges els explicàvem les activitats que fem. Ells ens van explicar qui són, les activitats que fan, que no treballen, que tenen una sala d'estimulació molt xula i que una vegada a l'any fan una obra de teatre.



Finalment un dia els vam anar a conèixer i ens van convidar a esmorzar. Una de les activitats és un bar que es diu "papichulo". L'activitat del bar consisteix en preparar l'esmorzar i cobrar-lo. Uns quants el preparen, uns altres el serveixen i els demés recullen. Era molt guay!!

Els nois d'aquest centre feia poc que havien anat a veure un entrenament del Barça i ens van ensenyar les fotos amb els jugadors. Ens va agradar molt conèixer gent d'altres tallers. Tenim pendent envia'ls-hi algun altre mail.



# Gran festa de Nadal

Abans de la festa tots els grups vam fer moltes coses per decorar el taller: el grup A va decorar l'arbre, el grup B i C van decorar el menjador i el passadís amb penjolls, serpentines, dibuixos i caricatures i el grup de Serveis vam fer els Reis d'Orient.

El 18 de Desembre vam anar a l'Espanyol a dinar per celebrar el començament de les vacances de Nadal i vam menjar molt.

Un cop vam acabar els postres i la sobre taula l'Albert Ribalta va fer un parell de monòlegs molt divertits. Abans de marxar vam brindar amb cava. Va ser molt emocionant!!

A la tarda alguns nois i noies vam anar al taller per celebrar la festa de Nadal. Vam cagar el tió, vam menjar torrons i neules i vam ballar molt. Van fer una mica de pica pica i a les 9 i mitja la gent va anar marxant cap a casa seva.



# PLANTADA d'ALZINES a la SALUT

El passat 25 de novembre els grups B i C vam anar, com cada any, a plantar alzines a la Salut.

Cada primavera ens són entregades unes quantes aglans que submergim en aigua (per veure quines son bones i quines no) i després les plantem en tetrabriks plens de terra vegetal.

Les que germinen i sobreviuen a l'estiu, ens les emportem durant el primer trimestre al bosc de la Salut. Un cop allà els nois i noies dels grups B i C ens arremanguem, agafem les eines i les trasplantem.

Un cop plantades i regades, tornem tots al taller.



# AL PROLABORAR TAMBÉ FEM PRODUCTE PROPI

Aquest any en el taller hem iniciat una altra activitat anomenada "Producte Propi". Aquesta feina consisteix en el laborar medalles, pins, anells...utilitzant elements naturals (pedres, branques, pinyes...)

Els objectes els dissenyem i personalitzem nosaltres mateixos i un cop fets els venem a diferents escoles, clubs esportius i associacions. En aquests mesos ja hem tingut alguns encàrrecs i sembla que tothom a quedat content.



Aprofitem per dir-vos que si sou membres d'alguna entitat o associació que hagués de celebrar algun acte, nosaltres us podríem fer algun record personalitzat. Podeu veure les mostres que tenim als tallers.

Pensem que aquest tipus d'activitats són molt bones tant per poder sortir de la crisi que tots patim (els tallers ocupacionals també) com per poder fer activitats molt més motivants per a tots nosaltres.



# 1ER CONCURS DE PINTURA PROLABORAL XALEST

Aquest any el grup A ha iniciat un concurs de pintura. El tema proposat ha estat: Els Nostres Somnis. Els nostres companys del taller van votar els dibuixos que vam penjar en el menjador.  
De tots els vots, van sortir 3 guanyadors: el primer va ser per la M<sup>a</sup> Elena, el segon pel Pau, i el tercer pel Xavi Castillo. Tots els participants vam rebre un petit obsequi, així que tots vam ser guanyadors!!!!



# EXCURSIÓ a COLLSEROLA

El passat mes de novembre, el grup de treball vam fer una sortida a Collserola.

Al arribar, vam anar a esmorzar al bar que hi ha a l'entrada i un cop vam acabar vam començar l'excursió muntanya amunt i avall. La muntanya era "guapa" però semblava que no s'acabava mai...!!!



Al terra hi havia moltes fulles, per que ja era tardor, així que el paisatge era molt bonic. Vam estar passejant sense pressa gaudint dels aromes del bosc.

Al punt d'informació vam veure una exposició i uns audiovisuals sobre l'ecosistema i els animals del parc.

Quan vam sortir de les exposicions vam dinar els entrepans que portàvem de casa. Després de dinar vam continuar caminant i quan les cames ja ens feien figa vam veure l'estació a l'horitzó.



VISCA!!!! estem salvats!!!!!!!

Va ser un dia cansat, però moooooooolt bonic.

# COMPENSATòria

Aquest any hem canviat una mica la compensatòria que fem en el grup A. Abans fèiem l'activitat tots junts però com que aquest any som uns quants més ens hem dividit en tres grups. Cada grup parla d'un tema diferent: esports, oci o actualitat. Nosaltres vam escollir en quin grup volíem estar en funció dels temes que més ens interessaven.



A la secció hem penjat unes bosses per a poder anar posant informació que portem de casa sobre els temes que es tracten en els diferents grups.



Els temes dels que parlem en aquests grups es passen a l'ordinador per després poder-los penjar en el blog.

# TeNIM mobles NOUS

Hola pares! Som els nois del grup B, i us volem informar que a totes les seccions del taller ens han arribat mobles nous! Estem molt contents i us volem explicar tots aquests canvis. Com que no tenim molt temps us explicarem una mica com ha quedat el grup B. A la nostra secció tenim 4 taules noves i 2 armaris ben grans per guardar tot el material. Aquestes taules són més amples, treballem millor i molt a gust. Gràcies a aquests armaris tenim el material més ordenat, i el més important, hem guanyat molt espai. A continuació us ensenyarem unes fotos que hem fet dels mobles.

