

C/ Palestrina 12
08206 Sabadell

937224643

626903208

xalestcto.org

Centre ocupacional
xalest

AGENDA

7 d'abril **TORNADA**

23 d'abril **SANT JORDI**

10 al 12 de juny **VIATGE**

17 juliol **SOPAR ESTIU**

15 de juny **JORNADA INTENSIVA**

FESTIUS:

11 de maig **DIADA DE LA SALUT**

24 de juny **SANT JOAN**

Amb el suport de l'Ajuntament de Sabadell



Ajuntament de Sabadell



el **Butlletí** de la

FUNDACIÓ
XALEST
CTO
Centre de Teràpia Ocupacional



MARÇ 2026

BUTLLETÍ N°43

EDITORIAL	2	SORTIDES	6
RACO SOCIAL	2	NOVETATS	7
ESDEVENIMENTS	3	ENTREVISTA CLAUDIA M.	8
FESTA A LA CIUTAT	4-5	AGENDA	8

Avui entrevistem Claudia Monterroso, estudiant del cicle de grau superior d'integració social, al Ribot i Serra, i des d'octubre del 2025 fent pràctiques al nostre centre.

Redacció: Clàudia, que has estudiat?

Claudia: Doncs després d'acabar l'ESO vaig fer un cicle mitjà d'atenció a persones en situació de dependència i després al superior d'integració social.

R.: T'estan agradant les pràctiques al centre ocupacional?

C.: Sí, m'estan encantant. Tenia unes expectatives i estan complides.

R.: En algun futur volies treballar en el taller?

C.: M'agradaria molt, la veritat.

R.: Què volies ser de petita?

C.: Com m'agraden molts els animals, volia ser veterinària.

R.: Com et vas decidir a dedicar-te a l'àmbit social?

C.: Doncs no era la meva primera idea, ja que jo volia fer educació infantil, però al cicle mitjà vaig fer una activitat amb CIPO des del projecte i em va agradar tant que vaig decantar el meu futur a integració social.

R.: Moltes gràcies, Clàudia.



POSTER INTERIOR

EQUIP DE REDACCIÓ

Hola, famílies ens tornem a veure, és a dir a llegir. Han passat moltes coses des de l'última vegada. El curs avança amb les petites novetats, i nosaltres per sort continuem aquí, en aquesta petita finestra que ens hem permès obrir. Per nosaltres està sent un orgull poder informar-vos i transmetre tot el que estem vivint. És un treball conjunt i constant que ens obliga a parar i reflexionar sobre les coses que ens passen i ens ajuda a imaginar aquelles que ens agradaria que passessin.

Resulta molt motivador saber que a l'altra banda hi ha gent que espera per escoltar-nos, per llegir-nos o per veure'ns. Ens esforcem per fer-nos entendre, intentem ser rigorosos amb el que expliquen això sí sempre intentant no perdre el somriure. Perquè les coses explicades amb gràcia sempre són millors.

FUNDACIÓ XALEST

Acomiadem el segon trimestre amb el bon regust que ens ha deixat la Festa a la ciutat amb una alta participació, un matí agradablement compartit, un temps esplèndid i un gran equip format per tota comunitat del CTO Xalest.

En aquest moments en que el món ens manté en una certa angoixa latent, el nostre dia a dia és el regal que ens fa tocar de peus a terra. La humilitat, la simplicitat, la naturalitat que compartim amb els nostres usuaris és el que dona sentit, coherència i valor.

Al nostre entorn sempre hi ha un somriure, una abraçada, una salutació una predisposició a ajudar ..., actituds que ens han de portar a pensar: Quina sort que tenim !!!

Molt bona Pasqua

EL RACÓ SOCIAL

Des de l'entitat vetllem perquè les persones amb discapacitat i les seves famílies tinguin la màxim qualitat de vida. Ús recordem que el centre compta amb una treballadora social per donar suport, informació i assessorament.

Acollida i valoració de les sol·licituds d'ingrés, assessorament en prestacions econòmiques, ajudes socials i mesures de suport

Tramitacions: Revisió Dependència, Discapacitat, Orientació i Accés Residencial, Programa RESPIR.

Garantir la continuïtat assistencial mitjançant la coordinació amb la xarxa de serveis i de recursos i la derivació a aquests.

Coordinar els acompanyaments de la persona amb discapacitat als serveis i als recursos externs al centre

Realitzar els tràmits necessaris en cas de derivació i canvi de centre

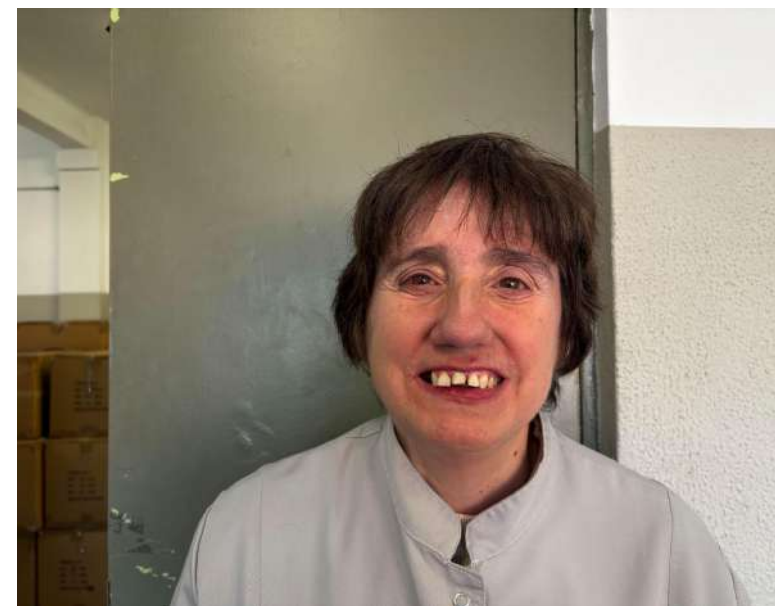
Contacte **937 22 46 43** o enviar un correu a **treball-social@fundacioxalest.org**

NOVA FEINA: LES REFARDES (LLAVORS ECOLÒGIQUES)

Iniciem una nova col·laboració amb la cooperativa les Refardes. Ens encarreguen preparar diferents sobres amb llavors de plantes ecològiques. Per fer-ho contem amb dues bàscules, que ens deixen, ja que cada llavor té un pes concret i específic. Ara mateix estem treballant amb unes deu varietats diferents.



Una nova feina que requereix vista, paciència i precisió



Benvinguda Pepi!!!

GRÀCIES A LES FAMÍLIES RENOVEM ELS JOCS DEL TALLER

Els jocs de taula en adults són fonamentals per estimular funcions cognitives com la memòria, estratègia o l'atenció. També ens ajuda a reduir l'estrès i fomentar la socialització, millorant l'autoestima i l'estat d'ànim. A més ens ajuden a mantenir el cervell actiu, prevenint el deteriorament cognitiu i reforçant vincles socials en un context d'oci.



Fent inventari dels jocs nous per la Biblioteca

PEPI, UNA NOVA COMPANYYA

Aquest gener s'ha incorporat al centre una nova companya, la Pepi. Ella arriba amb energia i moltes ganes de fer coses.

Ara que ja fa uns mesos que està amb nosaltres podem dir que s'està adaptant d'allò més bé, tant al seu grup, el sis com al centre. La Pepi és una més d'aquesta pinya.

Aquest segon trimestre hem continuat apostant per l'autodeterminació de les persones usuàries. Cada persona ha pogut escollir una sortida en base a la seva preferència.

L' AUDITORI - UN MATÍ D'ORQUESTRA

Passem un dia fantàstic amb alguns dels músics de l'Orquestra Simfònica de Barcelona i Nacional de Catalunya (OBC) i la musicoterapeuta Cati Clancy. No només assistim a un assaig sinó que podem experimentar amb els instruments i ens convertim en músics de cambra per dia i tot això a en el mateix auditori, una passada!!



Som músics per un dia

CN SABADELL JORNADA ESPORTIVA

Passem una jornada esportiva increïble al club de natació de Sabadell, a Can Llong. Gaudim de les seves increïbles instal·lacions i fem un tastet de diferents esports. Amb més voluntat que precisió fem Tennis taula (quin esport més difícil). També practiquem Aikido que més enllà d'un esport és una filosofia en si mateix.

Ens encanta aquesta nova tradició: Capaços de tot

CARNESTOLTES

Amb uns dies de retard, degut a les ventades i l' alerta celebrem el Carnestoltes al taller, omplim el pati de fantasia i disfresses. Desfilem per la catifa vermella per lluir tota la nostre creativitat i imaginació. També movem els malucs al ritme frenètic de la música i no només això si no que tenim temps d'agrair a un Xavi Sala en procés de jubilació.



MARXA SOLIDARIA

Per tercer any participem a la cursa solidaria "La Vuelta al Cole Unoentrecienmil". Anem tota la Fundació: escola i taller, al parc de Can Gambús. Per tal que tothom pugui participar es fan dos recorreguts. Un curt de mig quilòmetre i un llarg de un quilòmetre. Alguns companys tenen el suport d'alumnes de l'escola, fent parella per realitzar el recorregut



Acabem un dia genial amb un fantastic dinar

CAPAÇOS DE TOT

Com ja comença a ser tradició tornem a participar de la 4a jornada esportiva nadalenca, capaços de tot, organitzada pel consell esportiu de Sabadell al pavelló oest. Estem molt agraïts als alumnes de l'institut Agustí Serra pel suport i la sensibilitat que ens demostren any rere any.



FUNDACIÓ JOAN MIRÓ. DIBUIXAR PER PENSAR O NO PENSAR

Visitem la Fundació Joan Miro per fer un taller de dibuix: Dibuixar per pensar. Un taller on dibuixem l'edifici de la Fundació a partir d'unes pautes molt senzilles. Observem i creem, per compartir després el resultat amb les companyes i construir una obra conjunta. L'Art ens permet expressar-nos i gaudim del moment i gaudir del moment present.



En ple procés creatiu



TENNIS TAULA

HOQUEI

ZUMBA

MAQUILLATGE

Torna la festa a la ciutat del centre ocupacional. Tot i que en portem catorze seguim amb les mateix ganes, aquest any la temàtica ha estat l'esport i la seva importància en la salut.

Com sembla per les cares de les fotos sembla que la gent s'ho passa força bé.



A partir d'aquest QR podreu accedir als continguts de la web, i buscar tant aquesta notícia i la resta de continguts de redacció



BITLLES CATALANES

XOCOLATA



MINI GOLF



PUNT D'INFORMACIÓ



PARADA SOLIDÀRIA



ESPORTS ADAPTATS