

Món Finestrelles



Sortida Sagrada Família
pàg: 2



Mulla't per l'esclerosi múltiple
pàg: 5



Entrevista a Elionor Castillo
pàg: 11



ÍNDEX

3

Casal

2

Sagrada Família

4

Teatro Operetta

5

Mulla't per l'esclerosi múltiple

6

Benvingudes

8

Festa temàtica

9

Recepta d'estiu

10

Activitats a l'aire lliure

11

Entrevista: Elionor Castillo

18

Proper número

Casal

2025



Este verano, el casal del taller ocupacional ha traído muchas novedades para que todos los participantes puedan disfrutar, aprender y divertirse al máximo. ¡Y la verdad es que han sido unas actividades muy creativas y entretenidas!

Una de las actividades que más ha gustado ha sido pintar tazas. ¡una forma genial de expresar su creatividad y llevarse a casa un recuerdo especial!

Otra actividad muy popular ha sido la creación de mosaicos.

También se ha realizado un taller de risoterapia, donde todos han aprendido a reírse, relajarse y disfrutar del momento.

Además, han creado abanicos decorativos, perfectos para los días calurosos, y han trabajado en la decoración del jardín

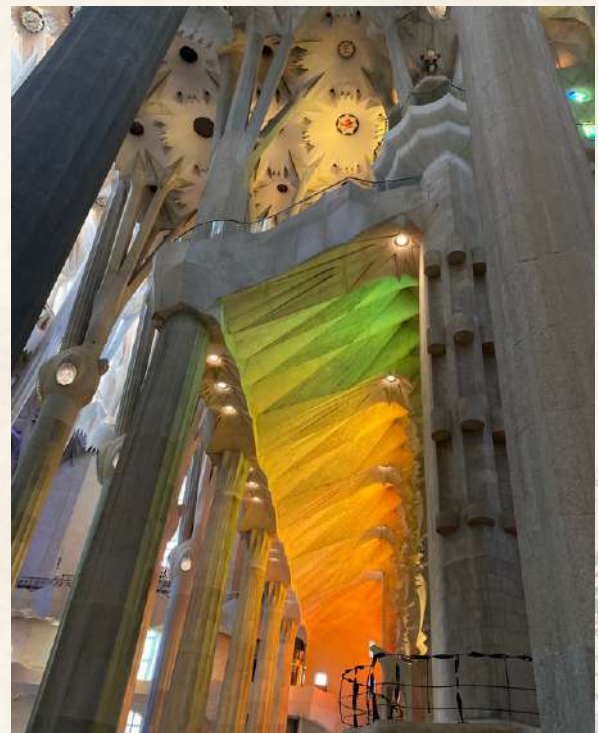
En resumen, este verano ha sido muy especial en el casal del taller ocupacional, lleno de actividades nuevas y divertidas que han permitido a todos aprender, crear y disfrutar del tiempo juntos. ¡Esperamos que el próximo verano traiga aún más sorpresas y momentos inolvidables!



SAGRADA FAMILIA

El sábado 12 de julio hicimos una salida muy especial a Barcelona para visitar la Sagrada Familia. Con la ayuda de una audioguía, fuimos descubriendo todos los rincones de esta impresionante basílica.

Una de las cosas que más nos llamó la atención fue una maqueta en miniatura que muestra cómo será la Sagrada Familia cuando esté terminada. ¡Es enorme! Y lo más increíble es que, cuando la acaben, será la iglesia cristiana más alta del mundo.



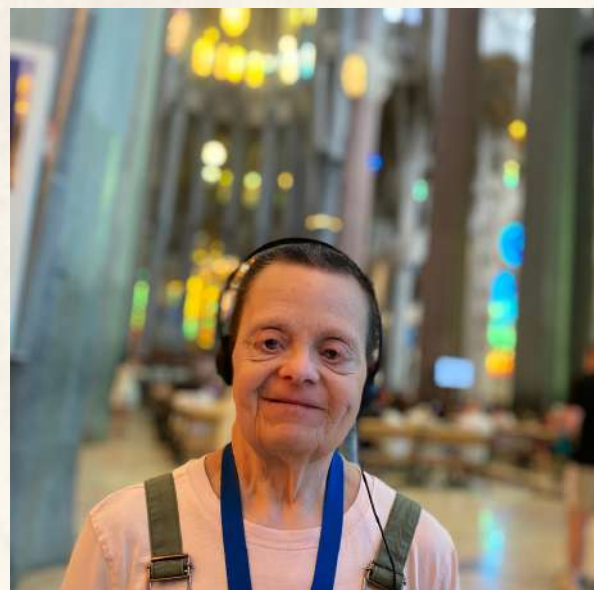
Durante la visita también aprendimos que cada torre tiene un significado. Algunas representan el nacimiento de Jesús y otras su resurrección, lo que hace que el edificio esté lleno de simbolismo.

SAGRADA FAMILIA



Además, nos contaron que la Sagrada Familia recibe unas 16.000 personas al día, y que allí se encuentra el Padrenuestro más fotografiado del mundo, escrito en varios idiomas en las puertas de entrada. ¡Una auténtica maravilla!

Fue una experiencia muy bonita, en la que aprendimos mucho y disfrutamos de una obra única



TEATRE OPERETTA



Operetta es un espectáculo musical y visual que se ha representado en el Teatre Condal de Barcelona. No tiene texto hablado: todo está hecho a cappella, es decir cantado por 14 cantantes del grupo Cor de Teatre.

Interpretan de forma divertida y original fragmentos famosos de óperas de Mozart, Verdi, Bizet... La obra mezcla humor y movimientos muy gestuales.

El espectáculo ha viajado por Europa, ha sido aclamado por la crítica y es ideal tanto para quienes aman la ópera como para los que quieren pasar un buen rato con algo diferente.

MULLA'T

per l'esclerosi múltiple



L'esclerosi múltiple és una malaltia del sistema nerviós central que, de moment, no té cura. Afecta principalment persones d'entre 20 i 40 anys i és una de les principals causes de discapacitat als països desenvolupats.

Se la coneix com "la malaltia de les mil cares" perquè pot provocar símptomes molt diversos, fa que el diagnòstic sigui complex i requereixi proves mèdiques molt específiques.

A Catalunya hi ha unes 9.000 persones diagnosticades. Per donar suport a la causa, diverses piscines s'han adherit a iniciatives solidàries aquest estiu. Un exemple és el Club Natació Barceloneta, on s'ha fet un salt simbòlic per visibilitzar la malaltia.

El 6 de juliol, Manel Jaquet també ha participat activament venent productes solidaris al CEM Aiguajoc Borrell, aconseguint recaptar 150 euros per a la lluita contra l'esclerosi múltiple. En total, porten més de 300.000 € recaudats.

BENVINGUDES

María Marco

María es una chica muy predispuesta a ayudar a todos, siempre está de buen humor. Le gusta mucho hacer puzzles. ¡se le dan muy bien! Es muy cariñosa... ¡y habla con todo el mundo!

Ha terminado su etapa en la escuela Moragas y ahora formará parte de la familia Finestrelles.



BENVINGUDES

Pablo Cervera

Com la seva companya María, el Pablo també ha acabat la seva etapa a l'escola Moragas i comença una de nova al nostre taller. Es un noi que li agrada molt pintar, però també les activitats de moviment... i a partir de setembre ja el coneixerem una mica més.

Benvingut, Pablo!





FESTA TEMÀTICA

Cada semana exploramos un país diferente y aprendemos sobre su cultura, tradiciones y costumbres. Esta actividad nos permite conocer mejor el mundo que nos rodea y valorar la diversidad cultural.

Además, decoramos el taller con elementos representativos de cada país, lo que hace que la experiencia sea más visual y divertida.

Portugal fue la primera semana.

- Ciudad destacada: Oporto
- Comida típica: Sopa verde
- Música tradicional: Fado

Chile fue la siguiente semana:

- Baile típico: Cueca
- Comida típica: Chorillana

Bulgaria la hicimos la tercera semana:

- Baile tradicional: Horo
- Comida típica: Tarta Garash

Con Brasil cerramos el mes temático.

- Ciudad destacada: Río de Janeiro
- Comida típica: Feijoada
- Fiesta: Carnaval



Amanida d'Estiu

per Manel F.

INGREDIENTS

- 2 talls gruixuts de síndria
- 1 alvocat més aviat madur
- 100 g de tofu ferm
- 1 grapat de fulles de ruca o canonges
- 1/4 de ceba vermella tallada ben fina
- 1 grapadet de nous o pipes de carbassa (opcional)
- Fulles de menta fresca

CONSELLS

Per a marinar el tofu:

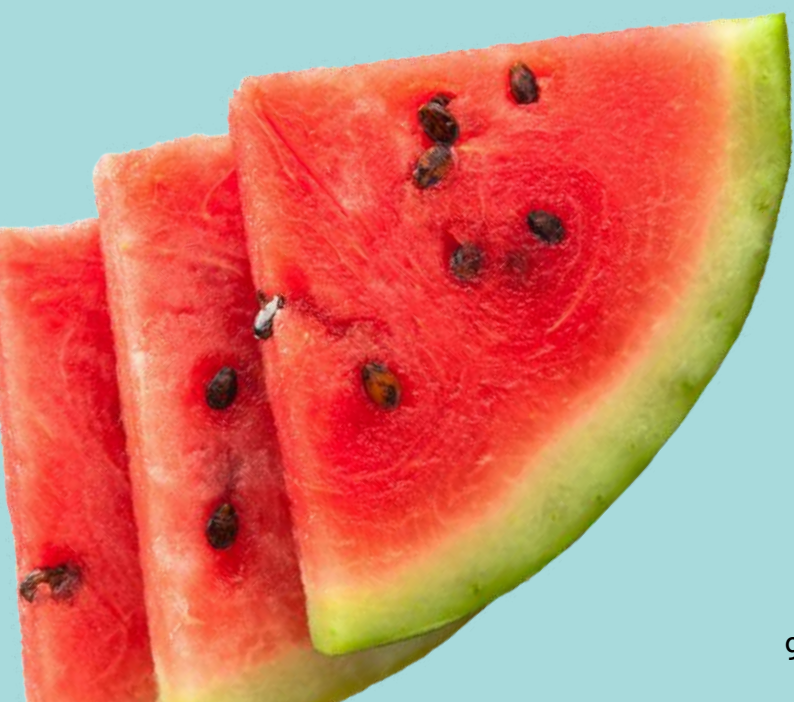
- 1 cullerada de salsa de soja
- 1 culleradeta de suc de llima o llimona
- 1/2 culleradeta d'oli de sèsam (opcional)
- Una mica de gíngebre ratllat (opcional)

Per a la vinagreta:

- 2 cullerades d'oli d'oliva verge extra
- 1 cullerada de suc de llima o llimona
- 1 culleradeta de mel
- Sal i pebre al gust

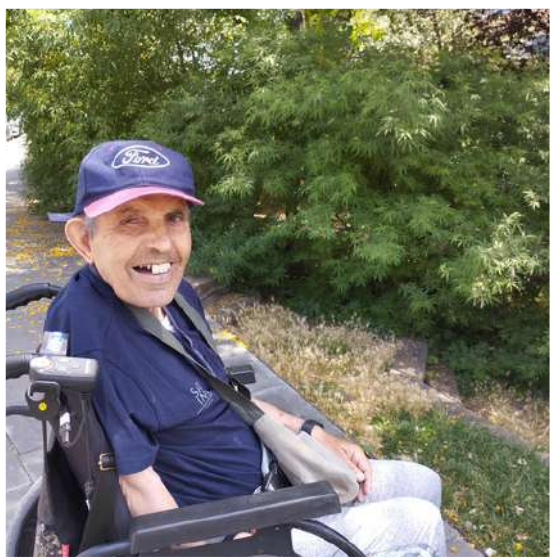
ELABORACIÓ

- Marina el tofu: talla'l a daus petits i posa'l en un bol amb la salsa de soja, la llima, l'oli de sèsam i el gíngebre. Deixa'l marinar almenys 15-20 minuts.
- Prepara la síndria: talla-la a daus o amb una cullera de fer boles.
- Talla l'alvocat a làmines o daus.
- Munta l'amanida: en un plat gran o bols individuals, posa la base de fulles verdes, afegeix-hi la síndria, l'alvocat, el tofu marinat (ben escorregut), la ceba i els fruits secs.
- Barreja els ingredients de la vinagreta, aboca-la per sobre de l'amanida i remena suaument.
- Decora amb menta fresca abans de servir.



Activitats A L'AIRE

LLIURE



L'estiu és la millor època per sortir, descobrir i gaudir de l'aire lliure. Els dies són llargs, fa sol i la natura està en plena floració, així que ve de gust fer caminades, esports i jugar a l'aire lliure.

Però, tot i que és una època genial per estar en contacte amb la natura, també cal tenir una mica de cura pel sol.



Elionor Castillo

Co-Direcció de Psicologia y Atenció a famílies

1. Què et va motivar a triar la teva carrera professional ?

Va ser una casualitat. Al finalitzar la Universitat vaig treballar com a psicòleg a un EAP, fent estudis sociològics, i posteriorment impartint cursos de formació per monitors. Per error em van trucar de l'INEM per oferir-me feina en un taller per a persones amb discapacitat intel·lectual. Vaig anar per dir que ja estava treballant, però el director em va voler entrevistar igualment i el seu entusiasme em va atrapar. Jo desconeixia aquest món i no tenia relació amb persones amb discapacitat. Vaig treballar 6 mesos i allà vaig descobrir que aquest era el sector en el que volia treballar. Vaig veure com era la vida d'aquestes persones i estava clar que calia canviar moltes coses. Això em va motivar.

2. Quin ha estat el teu major assoliment professional fins ara?

Aconseguir amb 24 anys, dirigir una entitat petita, però complexa, com era llavors Finestrelles, ajudant a organitzar-la, professionalitzar-la i dotar-la de visió de futur implicant el patronat, l'equip, les famílies i les persones ateses; i acompanyar-la fins el que ara és l'actual Finestrelles.

3. Quines habilitats consideres essencials pel teu lloc actual?

Escoltar sense jutjar, actitud positiva, capacitat d'observació, intervenir en conflictes intentant que tots guanyin alguna cosa, creativitat per trobar solucions amb pocs recursos, recerca constant de noves estratègies d'intervenció, tenir presents les necessitats de tothom. Treballar en equip, tenint en compte les opinions d'altres per tenir una visió més completa de les situacions que he d'ajudar a resoldre. I humilitat per reconèixer que no sempre podem saber-ho tot o solucionar-ho, sempre intentant segones i múltiples oportunitats.

4. Com descriuries la teva experiència treballant a Finestrelles?

Porto 38 anys i ha estat molt positiu tant a nivell professional com personal. Vaig començar molt jove i amb molta responsabilitat. Vaig haver d'anar-me formant en tot el que precisava la meva tasca de direcció. Era molt engrescador. Vaig posar tot el cor i vaig tenir la sort de comptar amb un equip implicat, que anava més enllà de les seves tasques, la complicitat del patronat i el suport i col·laboració de les famílies.

Les necessitats de les persones ateses han anat marcat què fer i quan. He anat aprenent de tothom i aportant el que bonament he pogut. Ara veig el camí que hem recorregut i em sento satisfeta de formar part d'aquesta gran família que es Finestrelles, a on tots hem posat el nostre granet de sorra per donar un servei integral i de qualitat i fer del món un lloc millor

5. Quins desafiaments has enfrontat en la teva carrera i com els vas superar?

El primer va ser la meua joventut, que els pares em consideressin vàlida, ja que l'anterior directora de Finestrelles tenia 60 anys, i havia fet molt bona feina. El vaig superar posant-me al lloc dels pares, intentant entendre les seves preocupacions, i mostrant, dia a dia, la meua formació i experiència per tal que arribessin a confiar.

Quan vaig començar a treballar, se'm va proposar fer, en el termini de 6 mesos, un projecte de funcionament de l'entitat i implementar-lo, i si funcionava validava el meu lloc de treball. Vaig presentar un projecte innovador, tant en activitats com obrint Finestrelles a l'exterior. Als pares els feia respecte tants canvis però vam superar el repte implicant a tots en la visió d'una vida millor per a les persones que ateníem. Els pares van passar a ser una peça clau en el dia a dia.

Un altre desafiament: canviar la visió de l'Administració vers Finestrelles. Calia demostrar a l'ICASS que malgrat érem un centre petit i privat, i llavors femení, treballàvem amb la mateixa eficàcia que els altres centres. Van reconèixer la nostra tasca i vam passar a ser subvencionats i part de la xarxa de serveis.

En un sector nou a on tot estava per fer, tot era un desafiament continuat. Voler participar en la comunitat, voler fer artesania enlloc de feina de manipulats, practicar esport, gaudir d'atenció mèdica, vendre els nostres productes, lluitar per unes noves instal·lacions.....tot era un repte. Això també ha fet que aquesta sigui una feina apassionant.

Amb la complicitat del patronat, les famílies, l'equip i els propis usuaris, vosaltres, hem pogut anar superant tots els obstacles, fins arribar a on som.

El darrer desafiament ha estat adaptar-me a tenir un paper diferent, dins Finestrelles, deixar passar als tècnics joves, seguir formant part d'aquest engranatge sent ara una peça més petita però treballant amb la mateixa passió i il·lusió de sempre.

6. Què t'inspira a seguir treballant a la Fundació?

Les persones que atensem, els canvis grans i petits que anem veient, la possibilitat de seguir ajudant-los a transformar i millorar la seva vida. Inclús amb els més grans, en etapa d'envelliment avançat, podem contribuir a crear il·lusions que sostinguin el seu dia a dia i es sentin feliços.

7. Com ha canviat la teva perspectiva sobre el teu treball des de que vas començar?

En un primer moment era una tasca molt global i sobre tot de gestió. Era un sector nou i tot estava per descobrir. Acabava de sortir la LISMI, una llei que va reglamentar els serveis d'atenció, però tenies llibertat per organitzar el que volguessis. Treballava des de la il·lusió, la voluntat de justícia social i el sentit comú. Sovint calia actuar per assaig/error. Ara, focalitzada en l'atenció psicològica ho faig amb els mateixos valors però amb l'expertesa dels anys, la formació adquirida i recordant que cada persona atesa es única i singular i cal oferir un servei integral i molt personalitzat. Abans havia de tenir més en compte al conjunt i ara a les persones en particular.

8. Com maneges l'equilibri entre la teva vida professional i personal?

La meva família sempre ha entès que Finestrelles és més que un treball per a mi. Els primers anys a l'altre edifici, teníem una estructura tècnica molt reduïda i això implicava estar connectada 365 dies, 24 hores. La tasca era apassionant, però molt intensa.

A partir del 2006 tot ha estat més fàcil. Vam créixer en usuaris i l'equip es va ampliar, redistribuint responsabilitats. I a partir del 2011 coincidint amb l'arribada d'en Marc, el meu fill, vaig passar a treballar 25 hores i això em permet gaudir de la meva vida familiar.

9. Quin consell li donaries a algú que vulgui treballar en una Fundació com Finestrelles?

Que a més de professionalitat i formació ha d'afegir una bona dosi d'empatia i bon humor; que s'impliqui i gaudeixi que rebrà més del que doni. Si treballa amb els més joves cal tractar-los com ens agradaria que ens tractessin i amb els més grans, pensar en com ens agradaria que tractessin als nostres avis si estiguessin en una residència.

10. Quin impacte creus que te el teu treball en la comunitat?

Es en realitat el treball de tot l'equip. A Finestrelles sempre hem donat molta importància a donar visibilitat a les persones que atenem, a les seves capacitats, i per tant havíem de sensibilitzar a la comunitat. A l'hora, havíem de lluitar pels seus drets i donar a conèixer les dificultats a les que s'enfrontaven. No podíem millorar la seva qualitat de vida sense que canviés la mirada del món cap aquestes persones.

Així que des de fa més de trenta anys vam iniciar un munt d'accions en aquest sentit: exposicions, xerrades, activitats amb escoles, instituts, seminaris a la universitat, participar en tota mena de fires i fins i tot vam tenir un programa mensual a radio Esplugues..... Ara tenim les xarxes socials, que ajuden a difondre aquest missatge. I ho feu vosaltres. Des de Finestrelles, hem contribuït a que les persones amb discapacitat intel·lectual se sentin ciutadans de ple dret i que la comunitat sigui més comprensiva, inclusiva i justa. Encara ens queda feina per fer...

11. Quins valors consideres fonamentals en el teu treball diari?

Respecte, sentit ètic, responsabilitat, compromís, comprensió, paciència, equitat, perseverança i humilitat.

12. Com et mantens actualitzada en el teu camp professional?

M'agrada molt aprendre. Mai he deixat d'estudiar. Vaig fer psicologia, logopèdia i un màster en psicopedagogia. Quan vaig començar a treballar a Finestrelles em vaig anar formant en tot el necessari per al meu treball, que era molt divers: gestió d'entitats, RRHH i gestió d'equips, qualitat, nutrició, captació de recursos, teràpia familiar, màrqueting.... fins a ceràmica, per implementar-la com ocupació terapèutica, diferents tècniques artesanals... No recordo cap any en que no hagi fet diverses formacions. Ara van més enfocades a la meva tasca com a psicòleg. M'encanta participar en jornades i formacions de temes del nostre sector i compartir experiències amb directors tècnics d'altres entitats.

13. Que t'agradaria veure implementat a la Fundació en els pròxims anys?

Més activitats a la comunitat, interaccionant amb entitats de tota mena de la nostra població, crear algun servei de vida independent per les persones més autònomes, tornar a oferir el Servei de respir i implementar un programa de benestar emocional pels treballadors de la fundació.



PRÒXIMAMENT

FINESTIU 2025
MALETA VIATJERA

*I molt més al pròxim volum !
T'ho perdràs?*

SEGUEIX-NOS

A LES NOSTRES XARXES



www.youtube.com/@fundaciofinestrelles



[@fundaciofinestrelles](https://www.instagram.com/fundaciofinestrelles)



www.facebook.com/fundaciofinestrelles





MÓN FINESTRELLES

UNA REVISTA REDACTADA PER ESTRELLES