

el butlletí del

CAFÈ



Coneixeu el... Ricard?

Ricard és voluntari des del 26 de Juny de 2009.

A l'Actua, la seva tasca és la de fer sessions de Reiki. Les sessions duren aproximadament 35 minuts, més 10 minuts avans i després de la sessió per a recollir informació del pacient.

En les sessions que realitza, Ricard busca sobretot relaxar a la persona i equilibrar el seu interior. Això ho aconsegueix creant un ambient especial amb música relaxant, encens i la sessió. D'aquesta forma aconsegueix una sala amb un clima de tranquil·litat per a que al pacient li sigui més còmode relaxar-se.



Ricard ens acalara també que la primera sessió que fa és per a conèixer-se mutuament entre ell i el pacient. La segona i la tercera sessió serveixen per a posar a punt l'organisme i, a partir de la quarta sessió, ja són sessions de manteniment. Ricard fa dues sessions de Reiki els dilluns a la tarda, a causa de les llistes d'espera diu que normalment fa una sessió al més amb el pacient.

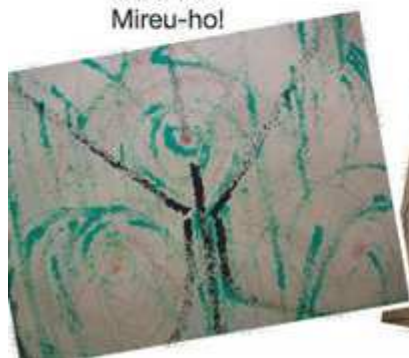


Ricard està molt content de poder ajudar a les persones que ho necessiten ja que es sent còmode fent-ho i a més a més creu que és un privilegi poder-los ajudar ja que opina que hi ha un intercanvi dels pacients cap a ell i a l'inversa.

Ja per acabar, afirma que amb els companys i la gent hi ha molt bon ambient i que li agrada formar part d'aquesta, cada dia, més gran família.

Taller d'arteràpia

Aquesta és una activitat nova d'un mes de durada. Cada dijous, de 15 a 17h, es realitza un taller d'arteràpia on es treballen els sentiments i les emocions a través de diferents tècniques d'art. La primera sessió va assistir-hi la Rosa, el Pepe (Jose Luis), el Ferran, el Juan, la Coia, l'Àlex peruà, el Manuel i el Miguel Marcos i van sortir-ne molt contents. Estan tots fets uns artistes!!!
Mireu-ho!



Sortida de colònies d'estiu

Com bé sabeu ja tots, del 14 al 18 de juny ens n'anem de colònies a Sils a una casa rural anomenada Mas Figueres (www.villascostrabra.va.es)... és al·lucinant, amb piscina, barbacoa, una super cuina, futbolín...!. Fa molts anys que l'entitat no havia fet colònies, o sigui que serà un "experiment"... a veure com resulta! La previsió és anar-hi els usuaris del Cafè + i també els del Pis d'Acollida, així que comptem que serem en total uns 20 (entre usuaris i equip educatiu).

Serà una sortida totalment terapèutica, ja que tindrem espais d'oci i lúdics però també espais de treball grupal (fer el menjar, netejar, prendre decisions sobre activitats, etc). L'objectiu és treballar sentiments i emocions, sobretot la confiança i el sentiment de pertinença a un grup.

A més a més, se'ls fa pagar una quota simbòlica (mooolt simbòlica) per tal de treballar l'autoresponsabilització i que hagin de fer un esforç per aconseguir quelcom.

A dia d'avui (26 de maig) hi ha apuntats i confirmats: la Vero i el Manuel del pis, el Juan i la Montse, el Miguel Marcos i el Carlos Alberto. Han confirmat però no pagat encara el Jose Luís, el Miguel Petrini, el Luís de Terrassa, el Ricardo, l'Antonio, el Gonzalo, l'Albert, l'Àlex de Perú i encara n'hi ha algun altre que està dubtant. L'equip educatiu estarà format per: la Tina i la Cris (educadores del pis d'acollida), l'Arthur (voluntari del Cafè+), la Daniela (estudiant en pràctiques del Cafè+) i l'Ester.

PROPOSTA: ELS VOLUNTARIS DEL CAFÈ+ ESTEU CONVIDATS A UNA BARBACOA EL DIVENDRES 18 A LES 13-14h, EL DIA QUE MARXEM.
Atenció: és una sorpresa pels usuaris que potser vindreu a compartir una barbacoa amb nosaltres, no en saben res i no n'han de saber res!!! Si us plau, si algú pot i vol, li hauríeu de confirmar a l'Ester al més aviat millor al correu: acollida@actuava.org.



Activitats a Terrassa

Us informem que des del mes de març d'aquest any 2010 l'Ajuntament de Terrassa ens ha cedit un despatx al centre cívic Alcalde Morera i el projecte Cafè+ va iniciar les activitats amb els següents serveis:

- Entrevistes d'acollida els dimarts.
- Entrevistes de seguiments els dimarts.
- Teràpia psicològica els dimecres cada 15 dies a partir d'aquest mes de juny.
- Repartiment d'aliments mensual els dimarts.

La veritat és que hi ha bona acceptació per part dels usuaris, ja que s'han atès 10 persones de Terrassa i 7 s'han donat d'alta del projecte a la mateixa ciutat.

L'objectiu i expectatives és poder oferir a la llarga més serveis, però l'estratègia que seguirem serà fer una detecció de necessitats dels usuaris d'allà per poder concretar què és el que més es necessita i després fer recerca del voluntari adequat i veure si hi ha un espai al centre cívic.

Les flors a la primavera... no volem deixar de créixer!
poc a poc el grup Actuevalles va creixent

