



EL TRAMPOLÍ

Col·labora



Diputació de Girona

Núm. 41

El Grup de Teatre del
Trampolí TORNA!!



EL TRAMPOLÍ



GUARDEU-VOS AQUESTA DATA!

EL 28 DE NOVEMBRE DEL 2021

A LES 18 H

AL TEATRE MUNDIAL

LA BISBAL D'EMPORDÀ

Núm. 41
Juliol 2021

- 2** Editorial
- 3** Nova botiga a BCN
- 4** Sortida a BCN
- 5** Concert Keko Domènech
- 6** Taller de titelles
- 8** Les botigues solidàries a la xarxa
- 10** Partit de petanca
- 12** Excursió al castell de Montgrí
- 14** Sessió de fotos a Palau Sator
- 18** Espai de Psicologia
- 20** Equinotèrapia
- 21** Passeig i toc a Torroella
- 23** Aniversaris

EL TRAMPOLÍ

c/ Masifern, 2
tel.972 64 01 48

LA BISBAL D'EMPORDÀ

www.eltrampoli.org

info@eltrampoli.org

www.facebook.com/el.trampoli

Imprimeix:

DIG&TALprint

tels. 972 64 11 01 - 686 33 07 60

dig_talprint@hotmail.com

Avui us parlaré sobre el tema de no perdre les ganes, aquesta paraula ve del verb (**ganymai** = *resplandecer de júbilo y alegría*) i estaria relacionada amb la arrel indoeuropea gau (*alegrarse, brillar de júbilo*) o sigui que per molt difícil que ens sembli el que estem vivint no em de perdre mai la alegria. Aquests son moments incerts per a tothom i potser no podem canviar moltes coses de fora però si que podem canviar des de dintre nostre, aquesta es la nostra responsabilitat més gran i duradora en el temps que tenim a la nostra vida, si estem baixos i tristos vol dir que em perdut les ganes i la nostra prioritat per sobre de tota la resta ha de ser el retrobar les ganes sempre.

En aquest numero de la nostra revista podeu trobar una mostra, un exemple sobre el que significa no perdre les ganes, o si les perdem, treballar per retrobar-les. I això es el que fan els nois del trampolí dia a dia, son un exemple a seguir per a tots nosaltres per què son persones amb certes limitacions que fan que la vida no els hi posi tan facil, però amb el poder de la il·lusió que els hi fa cada cosa que fan i que faran troben les ganes a cada moment, desplegant alegria cada vegada que informem de una nova activitat, o una nova sortida o qualsevol cosa. Obrin els braços, donant la benvinguda a lo nou.

Ens ensenyen que això es precisament el que tenen en aquest moment i per tant es tracta de gaudir amb això en particular i no pensar amb tot allò que els hi falta, que es el que fem nosaltres, produint de aquesta manera la fugida de les ganes i obrint la porta a la tristesa i la frustració.

Em de prendre la decisió cada dia de ser feliços tot i les adversitats, buscar el nostre espai per preguntar al nostre interior, qui es el que veritablement sap, que em de fer per no perdre les ganes.

Apaguem la tv i sortim al bosc, passegem per la platja, observem una sortida de sol, no perdem la connexió amb la natura, amb la vida i trobarem la veritable realitat i les ganes.

NOVA BOTIGA A BARCELONA

Feia molt de temps que anàvem darrere el somni d'obrir noves botigues solidàries El Racó del Trampolí. Hem estat buscant locals que tinguin les característiques que necessitem i que tinguin un preu assequible. Hem buscat a Palafrugell, a Palamós, a Girona, a Banyoles, però finalment va ser a Barcelona on es van donar les condicions necessàries per poder tirar endavant el projecte.

Tot i que el moment i les circumstàncies poden semblar poc adients per començar un nou projecte, ens hem preparat molt bé i hem actuat amb seny, i des del passat 12 de febrer està en marxa la nova botiga. És un local d'uns 150m², situat en un carrer comercial, amb molta activitat, i ben comunicat (entre Plaça Catalunya i Arc del Triomf). Hem treballat molt la complicitat amb la gent del barri, veïns, negocis, escoles, etc i estem contents ja que ja som un punt de trobada de la gent.

Si us plau, expliqueu a tothom, amics, familiars, veïns, companys de feina, gent que trobeu pel carrer, gent amb qui no us parleu, que a Méndez Núñez, 10 de Barcelona hi ha El Racó del Trampolí, on es poden trobar tota mena d'articles (roba, llibres, objectes de decoració, mobles, joguines, etc), sempre fruit de les donacions de particulars i empreses. Però sobretot, els hi podeu explicar que són una eina de sensibilització i inserció social per les persones amb discapacitat psíquica, i que poden col·laborar comprant o portant coses, fent una aportació econòmica, fent-se voluntaris.... i ens ajudareu a finançar els nostres projectes socials.



SORTIDA A BARCELONA



Al febrer vam fer una sortida a Barcelona, vam agafar el tren a Flaçà fins arribar a Barcelona, un cop vam arribar allà ens vam dirigir cap a inaugurar la nova Botiga Solidària ubicada al Carrer Méndez Núñez.

El fet de poder inaugurar la nova botiga va ser molt important per ells, ja que van ser els primers en veure-la acabada. Aquestes botigues solidàries treballen per millorar la qualitat de vida de les persones amb discapacitat psíquica.

Un cop vam sortir de la botiga vam anar a dinar tots junts, de tornada cap a l'estació ens vam parar a veure una galeria d'Art, als nois els hi va encantar, ja que van poder agafar alguna idea per a poder dur a terme en algún taller de pintura.

HAMINATA: "La sortida de Barcelona va ser molt guai, el que més em va agradar va ser anar amb tren!!"



CONCERT KEKO DOMÈNECH

Al maig va venir en Keko Domènech i en Toni Molina al Trampolí a fer-nos un concert, dos nois carregats de piles i d'energia positiva. Van cantar diverses versions i van tocar alguna cançó del disc "Contradicción", el primer àlbum del Keko, un disc que val la pena escoltar-lo.

Hem sigut uns privilegiats de poder tenir la visita d'ells!

A més ens va sorprendre amb el regal del seu disc a cada un de nosaltres! Moltíssimes gràcies!!

FRANCISCO: "me gustó mucho el concierto, me dejaron tocar el cajón con ellos".



TALLER DE TITELLES

Durant el mes de Juny va venir una noia a fer un taller de titelles als nois, un taller el qual consistia en construir titelles de guà a partir d'una metodologia senzilla i versàtil. Cada un dels nois ha construït i caracteritzat una titella per a representar en una obra, ells escollien el que volien si fer un personatge, un animal...

Aquest taller ha sigut molt positiu pels nois, ja que un cop finalitzada la titella l'Helena, la noia que impartia el taller, els hi va ensenyar a posar diferents veus, tècniques de manipulació...

Les titelles son un bon recurs per a despertar la imaginació i la creativitat, així com també per potenciar la psicomotricitat.

CARMEN: *"Me gustó mucho poder hacer una Leona"*



DIG & TAL
print

C/ 6 d'Octubre, 17 - 17100 LA BISBAL D'EMPORDÀ
Tel. 972 64 11 01 - Tel. mòbil 686 33 07 60
dig_talprint@hotmail.com



LES BOTIGUES SOLIDÀRIES A LES XARXES

Des de fa uns mesos, vam decidir començar a endinsar-nos en el món de les xarxes socials per poder donar a conèixer què és el que oferim com a botigues solidàries, quins productes i articles ens arriben i d'aquesta manera també, poder arribar a més gent per donar a conèixer que les botigues, són un dels pilars fonamentals per poder dur a terme totes les activitats que desenvolupem al Trampolí.

En aquest sentit doncs, des del mes de Febrer ja som 3 botigues del Racó del Trampolí!! Una a Torroella de Montgrí, un altre a la Bisbal d'Empordà i la nova incorporació que la trobem a Barcelona!

Cada dia, fem publicacions noves mostrant diferents articles; llibres, joguines, roba, quadres, dvd, mobles, etc... i cada dia, publica una botiga diferent per a què tothom pugui acostar-se a alguna d'elles i pugui trobar tot allò que busca.

En poc temps, hem vist reflectit com el numero de seguidors tant a Instagram com a Facebook ha augmentat i això ens dona la motivació necessària per poder seguir endavant, ja que sense tots vosaltres no seria possible.

A més a més, també ens hem creat un compte de Wallapop que està siguent un èxit. D'aquesta manera estem arribant a diversos llocs del territori i ens estem donant a conèixer a nivell nacional, el que ens posa molt contents.

Ens podreu trobar a Instagram: @elracodeltrampoli. A Facebook com El Trampolí. I a Wallapop com a El Racó del Trampolí.



Bisbal Moton



SEAT



ŠKODA



Volkswagen



Bonpreu





EL TRAMPOLÍ



Segueix-nos
a les nostres xarxes socials
i no et perdis cap novetat!

EL RACÓ DEL TRAMPOLÍ



EL TRAMPOLÍ



EL TRAMPOLÍ



ELTRAMPOLI.ORG



PARTIT DE PETANCA AMB EL CLUB DE PETANCA VILARTAGUES DE SANT FELIU DE GUÍXOLS.

Un grup de nois de l'Associació el Trampolí van jugar un partit de petanca amb participants federats del Club de Petanca Vilartagues, ubicat a Sant Feliu de Guíxols que ens varen venir a veure a les pistes de petanca de la Bisbal d'Empordà.

Els nois van estar jugant com a professionals, amb totes les regles establertes, fet que els hi va agradar molt, ja que estaven molt motivats i tenien molta il·lusió. Vam jugar nois del Trampolí amb voluntaris, amb l'objectiu de què és sentíssim recolzats i veritables professionals.

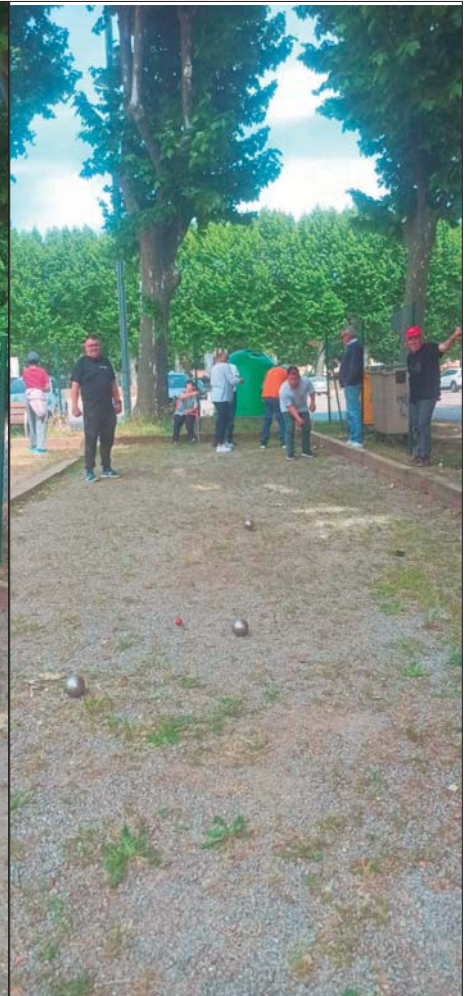
És una iniciativa molt emocionant, ja que podem veure com gaudeixen amb un esport en que el que més és fomenta són les relacions d'amistat i la complicitat.

La punteria és l'habilitat que més reclama la petanca, encara que no és un requisit indispensable per a gaudir de l'activitat, ja que també és un joc d'estratègia i concentració.

Gràcies a la petanca els nois poden millorar la seva qualitat de vida, ja que a més de la seva funció recreativa, la realització d'aquesta activitat estimula l'autosuperació i millora l'autoestima d'aquestes.

Quan vam acabar de jugar vam fer un berenar tots junts, per poder conèixer-nos una mica més. Els nois en acabar van estar molt contents i molt agraïts amb els voluntaris, ja que van passar una molt bona estona i van aprendre coses noves.





EXCURSIÓ AL CASTELL DE MONTGRÍ

Els nois i noies del Trampolí al mes d'abril van pujar al Castell de Montgrí. Ubicat a Torroella de Montgrí.

Tenien moltes ganes de pujar, ja que era un objectiu que volien aconseguir.

Va ser una experiència molt important i satisfactòria per ells.

El procés de desenvolupament d'una meta suposa un gran desafiament personal pels nois. Posen a prova una infinitat d'habilitats com ara: iniciativa, resolució de problemes, creativitat, planificació, motivació, concentració, orientació a l'assoliment, compromís, productivitat, gestió eficaç del temps, Però sobretot, els porta a la satisfacció personal envers ells mateixos.

Un grup va pujar, i l'altre grup es va quedar a baix fent dinàmiques de grup, jugant a la petanca i fent partides de futbol. Els nois que no van pujar motivaven als seus companys, cridant i xiulant. Quan van acabar de pujar al Castell i ja venien a la zona on els estaven esperant les seves cares eren d'alegria i de superació, ja que l'objectiu era poder pujar i baixar del Castell i el van assolir amb èxit.

D'aquí poc tornarem a pujar, ja que es van sentir tan realitzats i bé tant psicològicament com físicament que volen repetir-ho.

DIEGO: *Quan vaig pujar al castell em vaig sentir molt bé i tinc moltes ganes de pujar un altre cop. Em vaig sentir bé amb el meu cos i vaig estar molt bé amb els companys i monitors.*



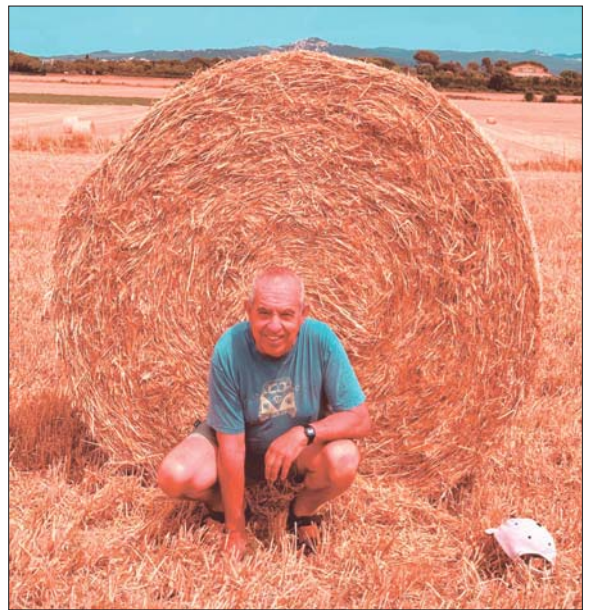


SESSIÓ DE FOTOS A PALAU SATOR

El primer cap de setmana de Juliol vam anar a fer una sessió de fotos a Palau Sator.

Feia molt bon dia i vam realitzar una passejada per l'entorn de Palau Sator. Aquesta zona com tots coneixeu és una zona rural plena d'encant, els camps llaurats estaven maquíssims i vam poder fer unes fotos fantàstiques.

Els nois van riure molt, van gaudir molt de l'experiència i s'ho van passar d'allò més bé. Semblaven autèntics models. Posaven com grans professionals i el resultat van ser aquestes fotos tan maques. Als nois els va agradar molt també el resultat.



El Trampolí Fundació

Amb la teva quota ens ajudes a tirar endavant els nostres projectes destinats a millorar la qualitat de vida de les persones amb discapacitats psíquiques.

Formulari

Dades Personals
Nom:
Cognoms:
NIF:
Data naixement:

Dades de Contacte
Adreça:
Codi postal i localitat:
Telèfon:
e-mail:

Dades Bancaries
Entitat:
Número de compte:
Import donació mensual: 10 € 20 € 30 € 40 € 50 € 60 € 70 € 80 € 90 € 100 €
Altres quantitats o periodicitats:

Per a efectuar una donació a la fundació
Número de compte: ES61 2100 0031 2102 0043 6536

Altres dades
Tens algun familiar amb discapacitat psíquica?
Com has conegut El Trampolí?

Data i Signatura

Moltes gràcies per la teva col.laboració!

El Trampolí (Fundació) - NIF G55081954 - Jofre El Pilós, 10 17100 La Bisbal d'Empordà
info@eltrampoli.org - Tel 972 640 148 - Registre de Fundacions 17-0057

Las personas físicas pueden deducir de la cuota íntegra de su declaración del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF) el resultado de aplicar a la base de la deducción (valor del donativo) la siguiente escala: (1) Por los primeros 150 €: 50%, (2) Por el resto de la donación: 27,5% (sin embargo, si en los dos periodos impositivos inmediatos anteriores hubiere realizado donativos con derecho a deducción en favor de esta misma entidad, por importe igual o superior en cada uno de esos periodos impositivos al del período impositivo anterior, el porcentaje de deducción aplicable a este tramo será del 32,5%). La base de esta deducción no puede exceder del 10% de la base liquidable del contribuyente.

Rotary

Club de Girona



PV AGÈNCIA
PONT
VELL

C/ Ample, 11
17100 La Bisbal d'Empordà
Girona

tel. 972 64 03 66
fax 972 64 26 23

web: www.pont-vell.com
e-mail: info@pont-vell.com



Treballem amb els
municipis per reduir
les desigualtats
socioeconòmiques

Impulsem la teva salut

www.dipsalut.cat



Dipsalut
Organisme de Salut Pública
de la **Diputació de Girona**

ESPAI DE PSICOLOGIA

Sóc adult

Sempre ens costa que els nostres petits es facin grans, més quan són persones que necessiten suport en el seu dia a dia.

Però no només els hem de deixar créixer, sino que els hem d'ajudar a passar cap a l'etapa adulta. I a vegades per ajudar-los, hem de mirar cap endins i treballar per trobar allò que ens està frenant, allò que ens frena a nosaltres i ells en pateixen les conseqüències. Les persones amb discapacitat estan molt més preparades per acceptar els canvis que venen del que ens pensem, moltes vegades més preparades que les persones que els acompanyem en el seu camí, tot i que a vegades no sapiguen com expressar-ho. Per aquest motiu és important hem de fer un pas endavant, i veure que aquell petit o aquella petita ha crescut, ara és un home o una dona i necessiten ser tractats com a tal. Per a afrontar aquesta nova etapa és recomanable parlar-ne amb altres famílies que ho hagin viscut o que es trobin en un moment evolutiu similar, demanar suport als professionals, buscar informació contrastada,... ja que totes les accions que fem seran un benefici directe pels nostres.

*M'ho vas donat tot quan era petit
Estàs sempre en el meu camí
No vull que et separis de mi
Però deixa'm volar alt en busca del meu destí*



Obra Social

Fundación "la Caixa"

darólabisbal
constructora

www.darolabisbal.com

C/ Marquès de Cruilles, 7 17100 LA BISBAL D'EMPORDÀ
T. 972 64 07 92 F. 972 64 35 98 info@darolabisbal.com

EQUINOTÈRÀPIA

Els nois del Trampolí van a fer equinoteràpia a la hípica ABS de Canapost.

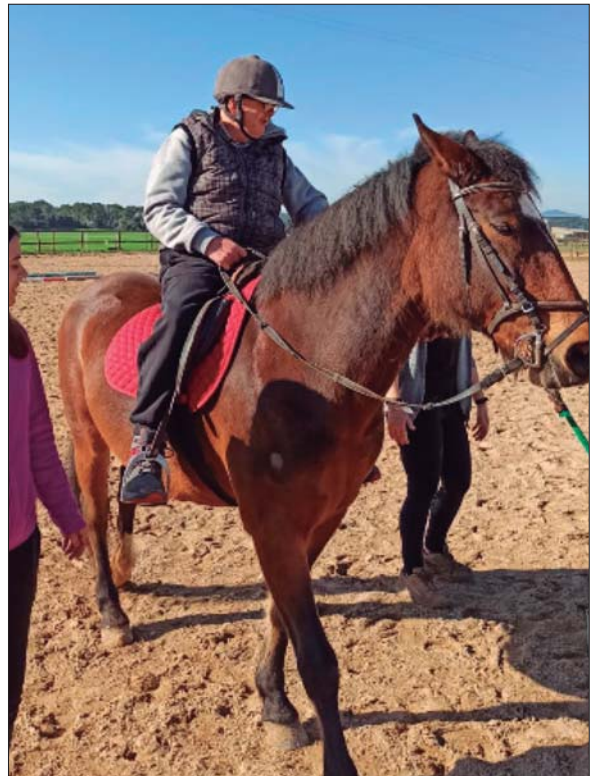
L'equinoteràpia és la teràpia amb cavalls com a eina terapèutica adreçat a persones amb persones amb discapacitat, aporta uns beneficis físics, psíquics i socials; el contacte amb el cavall serveix per treballar diferents aspectes com la comunicació, l'empatia, el respecte, l'autonomia personal, l'atenció, la concentració, l'espasticitat de les mans, la relaxació de tot el cos....

D'aquesta manera l'usuari i el cavall treballen conjuntament establint un vincle d'afectivitat i harmonia en el que es crea una confiança mútua.

La Hípica es troba en plena natura, això fa que els nois puguin gaudir de l'entorn natural i trenquin amb la rutina setmanal.

És una activitat molt enriquidora i positiva pels nois!

JOSEP: "m'encanta pujar a sobre el cavall i poder-lo portar"



PASSEIG I TOC A TORROELLA

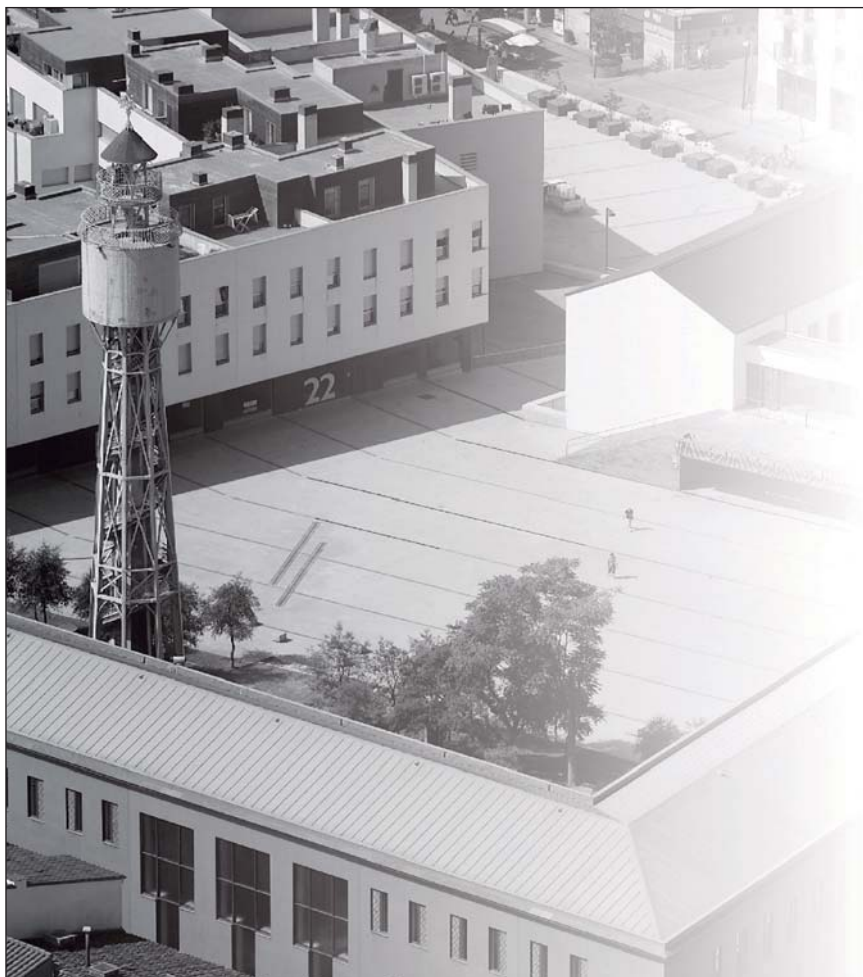
Aquest diumenge de Juny va venir la Montse a passar el dia amb els nois del pis.

Donat que feia un dia esplèndid, vam decidir gaudir de la natura fent un passeig amb els nois per l'entorn de Torroella de Montgrí. L'entorn de Torroella de Montgrí està ple de camins i paisatges naturals com la Gola del Ter, els aiguamolls de l'Empordà... i als nois els agrada molt ja es troben en contacte amb la natura.

Després quan va començar a fer calor ens vam aturar al poble fer un toc, refrescar-nos una mica i recuperar forces.



**Col·legi Oficial de
Psicologia de Catalunya**



GESTIÓ INTEGRAL D'OBRES

GESTIÓ INTEGRAL D'OBRES I SERVEIS, SL.
Carrer Ramon Masifern, 8
17100 LA BISBAL D'EMPORDÀ (GIRONA)
Tel. 972 642 211
Fax 972 640 435
www.gestiobres.com
GIO@gestiobres.com



FUNDACIÓ PRIVADA
ALBERTÍ-FARRERÓ

pro persones amb
discapacitat psíquica

ANIVERSARIS

KIKO



MONTserrat
DIEGO



RENÉ



ANNA



JOSEP



VERO



ADNAN



Voleu col·laborar?

ho podeu fer
amb donatius
per les nostres botigues
de LA BISBAL i
TORROELLA DE MONTGRÍ

MOBLES
ROBA
JOGUINES
ELECTRODOMÈSTICS
BOLSOS
i etc...

Passem a recollir mobles

Truqueu al tel. **654 996 947**