



Butlletí
informatiu
de la
**FUNDACIÓ
FRIENDS**

CASAL FRIENDS

Benvolgudes famílies, socis i participants,

Sembla que va ser ahir que començava però ja ha passat el 2015. Ara afrontem el 2016 amb més esperança i il·lusió que mai, amb nous projectes i molta energia que aportar a Friends. Com a mostra aquí teniu el primer butlletí de l'any. Aneu amb compte que acaba de sortir del "forn"!

Per aquest mes de gener hem preparat un gran ventall d'activitats de lleure i algunes novetats. Per exemple, engegarem un taller de teatre els divendres; el portarà la Cristina Regales i segur que riurem i ho passarem molt bé. Us animo a apuntar-vos.

A més, recordar-vos que l'esquiada està molt propera. Serà segurament a finals de febrer. Com cada any es podrà esquiar, fer raquetes, o altres activitats relacionades amb la neu amb les que pugui gaudir tothom. En breu us donarem informació més detallada per tal que us pugueu apuntar i fer la paga i senyal.

Per part meva això és tot. Ja sabeu que per qualsevol dubte estic a la vostra disposició.

Una abraçada i a reveure.

EQUIP FRIENDS

Felip Sànchez, administració i comptabilitat



Benvolguts Friends,

En el primer butlletí d'aquest nou any em toca fer-vos "cinc cèntims" de qui és la persona que cada mes us dona "l'alegria" de col·laborar amb aquest gran projecte. Sóc en Felip Sànchez i m'encarrego de portar una part de l'administració de la Fundació. Vaig cursar estudis d'Empresarials i he dedicat 20 anys al món de la banca. Després de tot aquest temps, va arribar el moment de canviar la orientació laboral de la meua vida, dedicant-me a un propòsit que encaixés més amb els meus principis. Va ser l'any

2009 quan la Carme Canals em va donar la oportunitat de formar part d'aquesta il·lusió que és *Friends*, tots vosaltres.

En ser aquest el primer butlletí del any, em dona la oportunitat de desitjar-vos un feliç 2016 ple de noves oportunitats i nous projectes.

NOVA ACTIVITAT: Art-teràpia i Expressió Artística

Comencem un altre any amb noves activitats i nous projectes a Friends. Per aquest motiu oferim als nostres *friends* un nou taller d'art i d'expressió artística. En aquest espai ens podrem expressar de manera lliure i creativa, segons els nostres interessos personals.

La **Glòria Querol**, psicòloga, psicomotricista i coach laboral amb experiència en les arts aplicades a l'àmbit educatiu i terapèutic impartirà el taller tots **els dijous de 17.45h a 19.00h**. No és necessari tenir coneixements artístics per participar-hi. Com que és convenient tenir un grup estable durant totes les sessions, necessitem la vostra confirmació a lleure@fundaciofriends.org.

Primera sessió el dia 28/01/16



ACTIVITATS CASAL FRIENDS



Fundació MONA

Visitarem amb els Baobab aquesta Fundació, on podrem veure de molt a prop com ajuden tot tipus de primats. Segur que aprendrem molt. La fundació Mona està a Girona i des de fa molts anys es dedica plenament a la protecció i ajuda d'aquests magnífics animals.



Teatre el Rei de la Màgia

Sorpreses, il·lusions i molta màgia en aquest interessant i misteriós teatre-museu molt a prop del casal. L'establiment fundat l'any 1881 per Joaquim Partagàs al carrer Princesa, és des de fa més d'un segle un espai emblemàtic al nostre país pels millors mags e il·lusionistes.



Parc Güell

Gaudirem de la genialitat d'Antoni Gaudí en la seva màxima expressió en aquest espai públic de Barcelona. Ens camuflarem amb els turistes de la Ciutat Comtal per gaudir-ne com un més.



Exposició Star Wars – Saló del cinema

Si sempre has volgut volar amb una Moto Jet de Star Wars i sentir-te un Trooper, al Saló del Cinema ho podràs fer. Allà s'organitzen activitats relacionades amb Star Wars i una exposició d'accessoris i personatges de la famosa saga. Hi anirem aquest mes amb el grup Baobab.

TALLERS FRIENDS**LITERARI**

Quan: Ds 16 de 13h a 14.30h.

Ds 30 de 10h a 11.30h.

On: a Friends.

Amb: Anna Torreadella.

**ESPORTS**

Quan: Dissabte 16 de 11.00h a 12.30h.

On: Espais públics de BCN.

Amb: Sergi Bartolomé.

**CÒMIC**

Quan: Divendres 15 i 29 de 17.00h a 18.00h.

On: a Friends.

Amb: V. Ibàñez Aransay

**ANGLÈS**

Quan: Divendres 15, 22 i 29 de 17.00h a 18.00h.

On: a Friends.

Amb: Francesca Del Rio.

EDUCA FRIENDS

Aquest és un mes d'exàmens de recuperació, de notes finals i de noves matriculacions. Volem felicitar als nois i noies pels bons resultats i els animem a encarar el pròxim trimestre amb tantes ganes i dedicació com han fet fins ara.

Els tutors i professors d'Educa Friends

MOMENTS DEL MES DE NOVEMBRE

Sopar amic invisible. Grup Sarau



Festa nadal Friends



Museu de la ciència i de la tècnica de Terrassa.



Nit jove.

ESPAI FAMÍLIES

Benvolgudes famílies,

Engueguem un nou any amb una conferència/taller a càrrec de la psicòloga Sònia Gutiérrez Sánchez que ens parlarà de l'Asperger des del punt de vista de les emocions.

També vull recordar-vos que estem recollint currículums dels nois i noies per tal de fer una petita base de dades i així gestionar millor les ofertes laborals que ens puguin arribar.

A més, també estem molt engrescats en el projecte habitatge i per tant agrairíem que ens reenviéssiu les enquestes sobre la vostra situació respecte aquest tema.

Per últim dir-vos que fins al 4 de gener la Botiga Friends encara tindrà parada a la Fira de Consum Solidari a la pl. Catalunya de Barcelona. Us hi esperem!

Rebeu una cordial salutació,

Consol

23/01/2016 – CONFERÈNCIA/TALLER “COMUNICA AMB AMOR”

Tens un fill/a diagnosticat amb la síndrome d'Asperger?

Et sents impotent davant situacions emocionals difícils que viu el teu fill/a?

T'agradaria desenvolupar eines emocionals per ajudar al teu fill/a i potenciar la vostra comunicació?



Vine a la conferència COMUNICA AMB EL COR, i descobreix 3 claus pràctiques per potenciar la vostra comunicació.

“Tots estem en constant interacció els uns amb els altres, i quan sentim una emoció, en siguem conscients o no, en parlem o no, influïm al nostre voltant.

En la relació amb una persona amb síndrome d'Asperger ser conscients de les nostres emocions serà clau per comunicar-nos-hi i ajudar a l'altre a gestionar les seves. A vegades sense ni tan sols parlar-hi.

Per aquest motiu és tant important prendre consciència de les pròpies emocions.”

Sònia Gutiérrez Sánchez.

www.soniagutierrez.es

Psicòloga, terapeuta i formadora. Experta en gestió emocional i la ment subconscient. Experiència com a tècnica educativa, professora i mestra d'educació especial. Terapeuta individual i conductora de sessions grupals pel desenvolupament d'habilitats personals.

Dia: Dissabte 23/01/16

Hora: 17.30h

Lloc: Escola de cinema Bande à Part. C/París, 143. Barcelona, www.bandeapart.org



FUNDACIÓ FRIENDS – c/Aragó 227 ppl, 08007, Barcelona – www.fundaciofriends.org

Administració: 93.487.55.44 – administracio@fundaciofriends.org – Dl a dv, 9:30h a 14h.

Casal Friends: 93.487.55.44 – lleure@fundaciofriends.org – Dl a dv, 9:30h a 14h.

Educa Friends: 93.174.51.92 – ioc@fundaciofriends.org – Dl a dv, 9h a 14h.

Botiga Friends: 93.272.58.67 – Dl a dv de 10h a 20h, i ds de 10h a 14h.

