



LA TROBADA

Un projecte de:

ALEI *ee ee ee*
ASSOCIACIÓ D'ESPORTS I ACTIVITATS
PER A LA BELLUGA DE TERRASSA

Amb la col·laboració de:

Ajuntament  de Terrassa

 **Diputació
Barcelona**

 **Generalitat de Catalunya
Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies**



EL PROJECTE

La inclusió social fonamentada en el principi d'igualtat de totes les persones, és la base de La Trobada.

És un projecte flexible i dinàmic que s'adapta a diferents necessitats de les persones per fomentar l'apoderament individual i generar canvi social.

Què fem a La Trobada?

És un espai comunitari de col·laboració i formació emmarcada en l'àmbit d'hostaleria i restauració, per a tots els col·lectius.

De dilluns a divendres en horari de 9h00 a 17h00, es realitzen activitats programades de formació prelaboral, participació, dinamització grupal i sensibilització.

Comptem amb espais de suport individual i de voluntariat per promoure activitats complementàries, la iniciativa de les persones participants i la participació ciutadana en general.



COM PARTICIPAR?

Per poder participar cal ser major de 18 anys, tenir motivació per a realitzar un procés comunitari i disposar de temps per participar

ITINERARI FORMATIU

Formacions teòriques en l'àmbit de l'hostaleria i restauració i pràctiques col·laboratives internes.



A qui es dirigeix?

A persones interessades en la capacitació prelaboral (adquisició de coneixements i eines) en l'àmbit de la restauració per a la recerca de feina i com a part d'un procés personal.

En què consisteix?

En una formació central estructurada en les temàtiques de sala, cuina i neteja, cadascuna amb quatre mòduls.

Hi ha formacions complementàries de diferents àmbits professionals.

Aquest itinerari es pot completar en un període mínim de 2 mesos i màxim de 4 mesos.



COM PARTICIPAR?

Per poder participar cal ser major de 18 anys, tenir motivació per a realitzar un procés comunitari i disposar de temps per participar

ITINERARI OPERATIU

Col·laboració al funcionament diari del projecte donant suport al desenvolupament de diferents tasques.



A qui es dirigeix?

A persones que disposen de temps i volen ocupar-ho de forma participativa i comprometre's amb el projecte com a part d'un procés individual a través de la col·laboració i el desenvolupament d'habilitats.

En què consisteix?

En donar suport en les activitats i tasques diàries del projecte en tot el seu desenvolupament operatiu (des d'activitats de cuina, preparació de sala i materials, supervisió d'estat dels espais, etc)

Aquest itinerari es pot completar en període mínim de 2 mesos i fins a 1 any.



COM PARTICIPAR?

Per poder participar cal ser major de 18 anys, tenir motivació per a realitzar un procés comunitari i disposar de temps per participar

ITINERARI COMUNITARI

Participació en activitats grupals i de sensibilització.



A qui es dirigeix?

A persones que volen ampliar la seva xarxa relacional, la participació puntual en activitats compartides amb el grup de participants del projecte i la participació comunitària en activitats obertes i de sensibilització.

En què consisteix?

En mantenir una vinculació amb el projecte i poder participar en diverses activitats programades de forma puntual i de dilluns a dijous en l'horari d'espai voluntari amb un compromís limitat.

Aquest itinerari es pot completar amb una participació mínima de 2 mesos.



ACTIVITATS



ACTIVITATS INTERNES

Activitats diàries de formació i
col·laboració i participació
interna

Activitats programades de dilluns a dijous dels diferents itineraris.
Dos divendres al mes i de forma alterna també es realitzen activitats
internes extraordinàries com visites a entitats, jornades pràctiques,
tallers i activitats de lleure.

HORARI ACTIVITATS

Setmana 1

NOTES:

HORA DILLUNS DIMARTS DIMECRES DIJOUS DIVENDRES

9h00-10h00

Espai comunitari-acollida

10h00-12h00

Formació

Formació

Formació

Formació

Formació

altres

12h00-13h00

Preparació dinar i taula + reunions següent

13h00-14h00

Dinar comunitari de l'itinerari formatiu i operatiu

14h00-15h30

Compra

Reunión

Dinàmiques

Assemblea

15h30-16h30

Espai voluntari: intercanvi lingüístic, tallers, suports, etc...

16h30-17h00

Recollida i tancament

"Esmorçs
sense
pressa"

"Fem xarxa"

"Casual
friday"



ACTIVITATS



SESSIONS GRUPALS

Sessions de dinàmiques per treballar habilitats

Els dimecres i dijous, després del dinar comunitari, són els dies del grup.

Es realitzen dinàmiques per a treballar diferents aspectes a nivell grupal així com personals en la seva en la seva relació amb grup. Setmanalment es fa una assemblea de participants per posar en comú temes generals, planificar, comunicar novetats, etc.

GENER - FEBRER

SESSIONS DE GRUP

SET. 1

Coneixement

Dinàmiques de presentació i coneixement del grup

SET. 2

Cohesió

Treball en equip i enfortiment del sentiment de grup

SET. 3

Comunicació

Formes de comunicació general i interpersonal



SET. 4

Activació

Desenvolupament lúdic en moviment

SET. 5

Gestió de conflictes

Rol-playing

SET. 6

Confiança

Interpersonal, intragrup i intergrup

SET. 7

Motivació

Tècniques i estratègies de motivació personal i d'equip



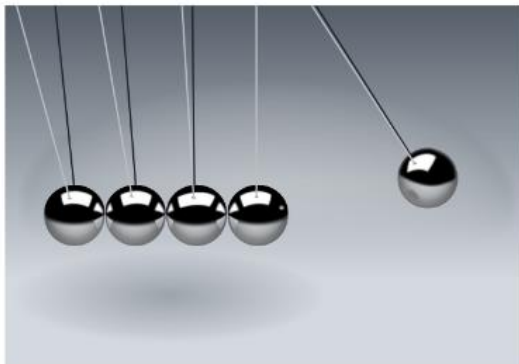
SET. 8

Mindfulness

Eines per l'autoconeixement



ACTIVITATS



ACTIVITATS OBERTES

Sessions temàtiques
quinzenals de coneixement i
sensibilització en temes
d'interès social

Activitats compartides de les persones participants al projecte, les entitats i la ciutadania en general per tractar temes d'interès social de forma conjunta

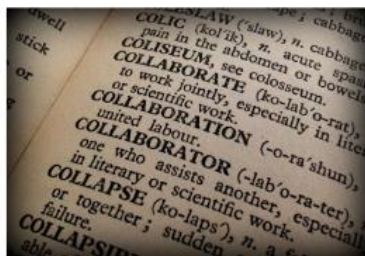


Sessions de sensibilització

Jornades en format esmorzar comunitari per tractar temes d'interès social de forma conjunta amb professionals, participants i qualsevol persona interessada.

Intercanvi lingüístic.

Espai d'intercanvis i voluntariat que fomenta la participació i les iniciatives ciutadanes





IGUALTAT

La igualtat de totes les persones, independentment del seu gènere, sexe, origen, ètnia, característiques personals o les seves circumstàncies és la base de La Trobada i per tant, el tracte inclusiu és un exigència per a totes les persones vinculades. Per això el Pla d'Igualtat del projecte és una eina central, que ens permet transmetre la seva importància i valor i a l'hora oferir eines per assolir la inclusió a tots els nivells.

Pla d'igualtat

En totes les activitats que es realitzen a La Trobada es desenvolupen accions específiques per garantir la igualtat de totes les persones i el respecte.

Disposem d'adaptacions dels materials i diferents mecanismes per a facilitar la participació de totes les persones.

Periòdicament es presenta el pla d'igualtat i els protocols establerts per assegurar que són coneguts per totes les persones vinculades al projecte.





DERIVACIONS

La derivació es pot fer directament per email, indicant les dades personals, de contacte i motiu de la derivació o bé emplenant els apartats corresponents a la fitxa de derivació del projecte que ens podeu sol·licitar també per email o telèfon.

Des del projecte ens posem en contacte amb la persona interessada per a realitzar l'entrevista inicial.

Seguiments

Després de l'entrevista inicial si es confirma la participació al projecte, informem a la persona referent de l'entitat derivadora. A les dues setmanes de participació es fa una valoració individual conjunta també a través d'entrevista personal que s'informa mitjançant la fitxa de derivació indicant l'itinerari definitiu de participació.

Després de dos mesos de participació es realitza entrevista de seguiment, a la qual es revisa el procés personal de la persona participant i els objectius individuals i novament es comparteix amb la professional referent.



LA TROBADA



C/ Pere de Fizes, 34
-08225- Terrassa



625 45 58 63



latrobada@alei.cat