

Coses Nostres

Revista interna de Fupar - Unnim Obra Social / www.fupar.es/ núm. 22 / juliol 10

Editorial	2
Breument	3
A fons	6
De primera mà	7
Et dedico el meu temps	10
El racó de la treballadora social	11
El Pingüi fa esport	11
Cara a cara	14
400 i més	15
Racó d'hortolans	15
Pren nota	16



Fupar
UnnimObraSocial



Bateig de vela
Foto portada: Enrique Payacan

Coses Nostres

Revista interna realitzada pels treballadors i voluntaris de Fupar

Equip de redacció

Isabel Serrano, María Tiscar Gámez, Toni Pagan, David González, Jose Miguel Navarro, Anna de Juan, Erica Abreu, Olga Lao, Olga López, María Castro, Irene Pérez, Jéssica Diaz, Cristina Urbano, Beatriz Castillo, Grup d'Hortolans i Azahara Puertas

Coordinació de redacció:

Emili López, Cristina Amores, Mercè Escudé, Marta Badiella, Montserrat Lao i Azahara Puertas

Fotografia portada:

Montserrat Lao

Impressió

Prismàtic Arts Gràfiques, SA

Impresa en paper 100% ecològic. Aquesta publicació no pot ser reproduïda sense autorització prèvia de Fupar

Fupar - Unnim Obra Social

C. Campiones Olímpiques, 36
Tel. 93 788 36 62
www.fupar.es

Col·laboren en l'edició:

morillas

Prismàtic Arts Gràfiques, SA®



EDITORIAL

Ja som Unnim Obra Social

Com ja molts de vosaltres sabeu, des del passat 1 de juliol Caixa Terrassa, juntament amb Caixa de Sabadell i Caixa Manlleu, ha format una nova caixa que es denomina Unnim.

Unnim neix com una entitat transparent, responsable i compromesa amb les persones i amb el territori. És una caixa que suma voluntats, que suma esforços, que suma experiència i valors, que aposta per oferir els millors productes i serveis en l'àmbit financer. I també per fer una Obra Social eficient que arribi al major nombre de beneficiaris.

El model d'arrelament i d'apropament territorial de la nova caixa queda també clarament reflectit en l'estructura descentralitzada de l'Obra Social Unnim i amb la dels seus Consells Territorials, que vetllaran per impulsar, administrar i fer seguiment de les obres pròpies, a on té un pes molt important la nostra Fundació.

La fusió de les tres caixes ha sumat una obra social caracteritzada per la seva solidesa, diversitat i complementarietat que permetrà garantir la continuïtat i el creixement de la nostra Fundació.

La imatge i el logotip de la Caixa ha canviat i és per aquesta raó que també la nostra revista estrena disseny, tot i mantenir les seccions ja habituals.

Be, vull desitjar-vos que passeu unes bones vacances amb els vostres familiars, amics o companys.

JOSEP RIBERA



BREUMENT



TALLER MODERNISTA

Els dies 13, 14, 15 i 22 d'abril, companys i voluntaris de Fupar van participar al Taller Modernista que organitzava el Centre de Documentació i Museu Tèxtil de Terrassa.

El taller va consistir a elaborar complements per poder lluir a la Fira Modernista el cap de setmana del 8 i 9 de maig. En aquesta ocasió, les dones van elaborar flors de roba per cosir en el canotier, a més d'una agulla de pit amb motius de flor seca. Pel que fa als homes, aquests van tallar i cosir una armilla i un corbatí.

Aquesta primera experiència ens ha permès conèixer el Museu i les seves activitats, i sobretot apropar-nos a l'època modernista i així poder gaudir molt més d'una bona fira.

ISABEL SERRANO

CICLE DE CONFERÈNCIES 2010

Presentació del Llibre: "El niño con autismo, otra manera de estar en el mundo"

El passat 21 d'abril de 2010, FUPAR va desenvolupar la seva primera conferència fora de les seves instal·lacions. En aquesta ocasió l'espai escollit va ser la Sala d'Actes de la Biblioteca Central de Terrassa, perquè encaixava a la perfecció amb l'objectiu de la sessió: la presentació d'un llibre de reflexió al voltant de l'autisme i la seva relació amb l'entorn familiar i comunitari.

Gràcies a la proximitat dels seus autors, Isabel Paula i Jordi Torrents, i les facilitats tècniques i organitzatives de la BCT es va concloure l'activitat amb un alt nivell de participació i satisfacció. Hi va haver opinions, dubtes, inquietuds...



Conferència: Discapacitat i inclusió

El dijous 27 de maig al voltant de les 17.30 h una cinquantena de persones van gaudir de la conferència de la pedagoga Cristina Laborda. En aquesta ocasió, la sessió va proporcionar un seguit d'aspectes clau relacionats amb la inclusió que ens facilitaran la reflexió i la renovació dels nostres esquemes socials.

BATEIG DE VELA



El 1 de mayo fuimos un grupo de diez personas, más dos voluntarias (Rosalía y Mina), a hacer un cursillo de navegación a vela en Port Balís, en Sant Andreu de Llavaneres.

Llegamos, nos esperamos un poco y después vinieron dos chicos que manejaron las barcas; nos subimos cinco personas en una y las demás en la otra y entramos en la playa; fuimos bastante lejos.

El monitor que vino con nosotros nos enseñó lo que eran las velas, cómo se plegaban y desplegaban o cómo se vira a babor o a estribor, a proa o a popa, y también nos explicó la utilidad del timón. Acto seguido nos enseñó bastantes cosas más y, de pronto, se acercó el otro barco

y nos echaron agua por encima; estuvimos jugando, nos pusimos empapados, pero no nos importó, así se nos pasó el tiempo, se nos hizo corto.

Cuando los monitores nos dijeron que teníamos que volver a puerto, nos pusimos tristes pero se nos pasó enseguida. Llegamos, nos fuimos a cambiar de ropa (quien la trajo) y después fuimos a una parada donde nos esperaba la señora que dirigía el cursillo de navegación, y allí nos dieron medallas y diplomas a cada uno. Más tarde nos hicieron una foto, la voluntaria Mina habló por la radio respondiendo a las preguntas de dónde veníamos y de qué centro éramos y varias preguntas más.

También quiso saber nuestro parecer y si nos había gustado la aventura y si lo habíamos pasado bien. Después, mientras esperábamos el autobús, nos fuimos a tomar algo y cada uno contó su experiencia. La mía fue extraordinaria, así que espero seguir yendo en otras ocasiones.

MARÍA TÍSCAR GÁMEZ

"COUNTRY", EN LA PLAZA DEL PROGRÉS

El 29 de mayo se celebró la tradicional fiesta mayor del barrio de Ca N'Aurell. Se realizaron muchas actividades pero la más importante para nosotros fue la exhibición de *country*, en que participaron tres grupos entre los que estaba el grupo de *country* de Fupar. Nosotros fuimos los últimos en actuar bailando dos temas muy alegres.

Esta actuación fue el cierre del curso y nos permitió demostrar al público lo que hemos aprendido durante el curso.

TONI PAGAN



FIRA MODERNISTA



El 8 y 9 de mayo se celebró en la ciudad de Terrassa la ya tradicional Fira Modernista, en que la gente revive aquellos tiempos pasados. Durante 2 días la ciudad se transformó en pueblos del siglo pasado y mucha gente se paseaba por el centro con trajes tradicionales y vestidos de época. Por todas las calles y plazas había paradas donde se mostraba cómo se organizaba y vivía la gente en aquellos años. También se mostraban los oficios de antes y los lugares típicos de encuentros y fiestas.

En la calle Font Vella estaba situada nuestra parada. Este año, FUPAR vendía ramos de flores y también se estampaban pañuelos grandes. Esta actividad de los pañuelos era totalmente gratis y estaba pensada para los niños y niñas, pero también se animaron la gente mayor.

En esta ocasión nosotros les mostrábamos los pañuelos y la gente lo tenía que estampar con pintura y los dibujos que la gente escogía. Para hacerlo, cogíamos la tela del cesto, la poníamos encima de la mesa, la gente escogía el dibujo, lo ponía encima del pañuelo y con esponjas lo estampaban y cuando estaba hecho y algo seco se lo dábamos a la persona.

Ha sido una Fira muy bonita, hemos participado mucho y hablado con mucha gente, así que espero poder participar el año que viene.

TONI PAGAN

APRENEM BALLANT

El sábado 22 de mayo se celebró en la plaza central del Centro Cívico Montserrat Roig la fiesta Aprenem Ballant. Esta actividad empezó a las 10 de la mañana con la actuación inaugural de la orquesta de Protagonistes Nosaltres. En el concierto interpretamos 8 canciones con un repertorio muy variado que al público le entusiasmó. Después de la actuación de la banda un grupo de bailarinas nos deleitaron con unas danzas del vientre.



A continuación actuó una colla sardanista del casal de la gente mayor que nos ofrecieron una bonita sardana. Después de la sardana actuaron un grupo de hombres y mujeres que nos bailaron un pasodoble y un chachachá.

Después de esta actuación hubo una exhibición de *country* de la gente mayor y después acabó la primera parte con la actuación del grupo de *country* de Fupar.

Para cerrar la actividad, el mismo grupo que actuó en la primera parte nos ofreció una divertida danza en la que también participó el público asistente. Después de esta actuación, la fiesta acabó con un picapica.

TONI PAGAN

A FONTS

LA SECCIÓ DE NETEJA CREIX A BON RITME

Fa uns 17 anys que com a Fundació vàrem estrenar el servei de neteja a domicili. Vàrem començar treballant al Centre Comercial Baricentro, on encara treballem perquè estan més que contents de la feina que hi estem fent, tant a nivell de neteja d'exterior com de jardineria. Hi treballem a 3 torns, pràcticament tots els dies de l'any. La veritat és que es fa difícil anar-hi a comprar i no trobar ningú de Fupar treballant. Hi tenim un camionet-escombradora que tots coneixem com Unimog, i que ens ha ajudat força, tot i que ara està en hores baixes perquè "s'ha fet gran".

La secció va concentrar la feina en aquest client, juntament amb el parc d'oci Parc Vallès, fins fa uns 10 anys, quan es va incorporar també el MNACTEC (Museu de la Ciència i la Tècnica de Catalunya) a la Rambla d'Ègara, on fem la neteja d'exterior i la neteja dels cotxes, molins i les bases que tenen. Ara fa uns 5 anys, es va decidir apostar fort per la neteja com a servei a prestar pel nostre personal i gràcies a la gestió comercial i a la bona feina feta fins ara per part de tots els membres de la secció, es van anar afegint clients a poc a poc: el Parc de Vallparadís, els polígons industrials de Can Torrella a Vacarisses i dels Bellots a Terrassa, i alguna altra empresa, com la darrera incorporació del Centre de Dia, que tenim dins l'edifici i que està gestionat per la Llar. El creixement fort, però, i el secret de l'èxit actual de la secció va ser l'especialització en la neteja de pàrquings comunitaris.

Actualment estem fent la neteja de prop de 50 pàrquings amb un contracte anual de manteniment, on anem habitualment a fer repassos mensuals i on fem neteges a fons amb mitjans manuals i mecànics. El servei de la secció s'ha vist reconegut per com ho fem de bé i podem dir que a nivell de Terrassa tenim molt bona fama! Estem netejant pàrquings petits de poques places, fins a pàrquings de més de 400 places.

També darrerament s'ha ampliat l'àmbit d'actuació i estem fent neteges arreu de la comarca. A nivell de curiositat, vull dir-vos que ens encarreguem de la neteja dels pàrquings dels Jutjats de la província.

I la darrera feina que s'ha agafat com a repte dins la secció és l'encàrrec per part del grup Unnim de la neteja anual dels solars buits que estan pendents d'edificar. És un treball que està donant molta ocupació i al qual tots els membres de la secció s'estan dedicant amb ganes. Gràcies, companys, per aquesta implicació!



Aprofitem per demanar-vos que qualsevol proposta de pressupost de neteja de pàrquing serà benvinguda. Segur que molts dels que ens llegiu assíduament aparqueu vosaltres o algú de la família el cotxe en algun pàrquing comunitari. Per què no ens ajudeu a fer créixer encara més la secció?

DAVID GONZÁLEZ

DE PRIMERA MÀ

LAS MARGARITAS

Esta planta llena de color es perfecta tanto para interior como para exterior ya que es decorativa y muy sencilla de cuidar. Desde la Redacción de la revista te contamos qué hacer para tenerla sana y con muchas flores.

Al comprar una planta de margaritas es muy importante comprobar que las hojas de los tallos estén bien verdes y firmes y que no haya ninguna estropeada o amarilla, síntoma de posibles plagas.

Es importante que tengan muchos capullos y flores abiertas porque hay veces que si están muy cerradas, con la sequedad interior no llegan a abrirse.

La margarita es una planta tanto de interior como de exterior, por lo que no hay ningún problema para trasplantarla a una jardinera de la terraza o al jardín, únicamente hay que tener en cuenta que hay que plantarla a bastante profundidad, dejar un mínimo de 20 cm entre planta y planta y comprobar que haya un buen drenaje.

Si se cortan las flores para hacer un centro, la planta no se estropea, pero si cortas muchas flores te puede quedar fea ya que estará poco tupida; de todas formas puedes hacer bonitos centros utilizando directamente la maceta.

La época de floración de la margarita va de primavera a otoño y florecerán más si quitas las flores en cuanto empiecen a marchitarse y con la poda en primavera; además de conseguir que tenga más flores, la planta crecerá más tupida.

Nadie diría que *Leucnthemun vulgare* o *Chysanthemum leucanthemum* es el nombre latino de una flor tan popular como la sencilla margarita, aunque hay que decir que no se puede hablar de una sola especie, ya que hay gran cantidad de variedades con diferentes tamaños, tipos de flor y amplia gama de color, aunque el más común es el blanco.

Lectores, si os gustan las margaritas no dudéis en pasar por el garden y yo mismo os ayudaré a encontrar la más bonita!

JOSE MIGUEL NAVARRO



UNA VACA EN EL COMEDOR

El pasado verano, Susana, que dirige en la actualidad el Protagonistas Nosaltres, nos propuso a Hilaria, a Isidro, a Ana Isabel y a mí que le ayudáramos a terminar los estudios relativos a dirección de teatro.

Primero empezamos inventando guiones para elegir cuál nos gustaba más y el más adecuado; así estuvimos varias semanas hasta que decidimos el mejor. La obra se llama *Tengo una vaca en el comedor*; nos pusimos a ensayar dos veces por semana.

El argumento trata de dos chicas: una, enamorada, muy alegre, ilusionada y divertida; la otra, siempre triste y amargada. Mery (que así



se llama la primera protagonista) trata de convencer a Hillary (la segunda intérprete) de que tiene que afrontar la vida con alegría y optimismo, le explica la historia de una vaca y de su novio, un hombre trajeado. A Hillary le cambia la actitud y con un final feliz termina la obra.

El teatro Maria Plans donde se estrenó la obra es pequeño y acudió poca gente. Fueron personas de la Fundació, amigos y también fueron los exámenes, que le dieron una nota de un ocho y medio. Fue una experiencia muy agradable.

MARÍA TISCAR GÁMEZ

LONDRES



Londres (*London* en inglés) es la capital de Inglaterra y del Reino Unido. Situada a orillas del río Támesis en el sureste de la isla de Gran Bretaña, su establecimiento data de más de dos milenios atrás. Fue fundada alrededor del año 43 por los romanos con el nombre de *Londinium*.

En Londres se encuentran cuatro lugares distinguidos como patrimonio de la humanidad: la torre de Londres, el asentamiento de Greenwich, el Real Jardín Botánico de Kent y el lugar comprendido por el Palacio de Westminster, Abadía de Westminster y la Iglesia de Santa Margarita.

La población de Londres está formada por un amplio número de etnias, culturas y religiones, además en la ciudad se hablan más de 300 lenguas.

Como ya os explicamos en otras revistas, desde hace 2 cursos en Fupar podemos aprender inglés gracias a Jose, nuestro voluntario. Así que si te apetece aprender esta lengua y conocer Londres, ya sabes! En septiembre apúntate con nosotros a clases de inglés!

ANNA DE JUAN

ACTIVIDADES EN FUPAR



Las actividades en las que yo he participado este curso son: informática, baile de salsa, cultura general, billar y *country*.

Por ejemplo, en informática se trata de hacer los temas para la revista de FUPAR; navegamos por Internet en las páginas más importantes de búsqueda de informaciones; tenemos un correo electrónico; tenemos un lápiz de memoria (que ha sustituido a los disquetes) para guardar los temas de la revista. Los compañeros que vienen conmigo son Merche, Juanita, Cristina, Toni Pagán, María Tíscar, Jordi Planas y varios más. Los monitores-voluntarios que nos enseñan informática son Emilio y Cristina.

Cultura general: hacemos repaso de lo que aprendimos cuando íbamos al colegio para que no se nos olvide. Hacemos matemáticas, ortografía, geografía, etc. Buscamos en el diccionario el significado de palabras; nos informa de lo que pasa en el mundo; de la gripe A, del sida, etc. Mi monitor-voluntario se llama Antonio Morales.

En billar aprendemos a jugar: cómo tenemos que poner las bolas, cómo tenemos que tirar-las y cómo tenemos que coger el palo.

La clase de salsa la empezamos a hacer los viernes de 4.30 a 5.30. Nos enseñan a bailar salsa, merengue, bachata y muy pronto nos enseñaran a bailar rock and roll. Aprendemos a mover los hombros, la cintura, pasos diferentes de varios movimientos; nos ponen ritmos, música de varios estilos y hacemos salidas. Mi profesora-voluntaria se llama Yani y estamos deseando recuperar las clases el próximo curso.

El *country* es de origen americano, bailamos varias músicas e incluso hemos creado un baile propio en redonda: el círculo de Fupar. También bailamos el *coyote dance*. Igualmente bailamos mambo, y el monitor nos enseña los pasos. Los pasos son parecidos solamente es que en el mambo hay que mover los pies y las manos. Nuestro monitor-voluntario se llama Xavi y gracias a él hemos podido hacer 2 actuaciones este curso.

ERICA ABREU

ET DEDICO EL MEU TEMPS

EL NOSTRE PRIMER CURS A FUPAR

Al cap de poc temps d'haver començat el curs, l'Emili, el professor de filosofia de la nostra escola, va proposar a la classe fer un voluntariat a FUPAR i nosaltres vàrem decidir portar a la realitat aquest projecte. Des del primer moment vàrem ser molt ben rebudes, se'ns van fer xerrades i aviat vàrem fer un curset; també hem tingut en tot moment el recolzament de l'Azahara i altres voluntaris.

Nosaltres fem el grup d'amics els divendres i ja estem en el segon grup, els nois són oberts amb nosaltres i tot i que al principi a vegades els costa agafar-nos prou confiança, creem vincles que a l'inici del projecte no esperàvem i ens fan part de la seva vida i nosaltres a ells. No fa gaire temps, en una tutoria amb l'Emili ho comentàvem: de vegades ens oblidem que som voluntàries i ens sentim com una més del grup, és com si quedéssim amb els nostres amics: veiem pel·lícules, anem a passejar, fem esport, berenem junts, fem petites excursions, festes, anem a jugar a la bolera, parlem de qualsevol cosa i sobretot ens ho passem bé, sempre recordant que hem de tenir un cert control del grup.



Hem canviat d'idea quant a molts conceptes erronis que teníem i ens hem adonat que potser la societat hauria de ser més tolerant i tenir paciència; també hem donat resposta a tabús que teníem sobre les persones amb discapacitat intel·lectual, apropant-nos al dia a dia a FUPAR i formant part d'aquesta fundació, que, a poc a poc, tothom es va adonant del gran pes que té per als usuaris, treballadors, familiars i els que no en són conscients fins que no ho veuen des de dins.

Moltes gràcies a tots els que han confiat en nosaltres fent-nos possible el fet de formar part de FUPAR i continuar-ho fent.

MARIA CASTRO I IRENE PÉREZ

EL VOLUNTARIAT DE FUPAR, MÉS ENXARXAT QUE MAI

Aquest curs, l'equip de voluntaris de FUPAR juntament amb la seva coordinadora i d'altres professionals de FUPAR, han iniciat un projecte compartit: LA FORMACIÓ. En aquesta ocasió, durant tot el curs una vintena de voluntaris han participat en les diferents ofertes formatives com ara:

- Assertivitat i empatia
- Mediació i resolució de conflictes
- Discapacitat i inclusió
- Autisme



I, sobretot, cal destacar l'alta participació en les tres jornades de cap de setmana que han format el Projecte de Formació Inicial del Voluntariat de Fupar, compost per sessions de Processos Psicològics Bàsics, Sociologia, Pedagogia i Dinàmica de Grups.

La valoració general és molt satisfactòria, així que només ens queda dir que això acaba de començar... Poseu-vos el cinturó que ens enlairem!

AZAHARA PUERTAS

EL RACÓ DE LA TREBALLADORA SOCIAL

TARGETA ACREDITATIVA DE LA DISCAPACITAT

Una manera d'estalviar-se sol·licitar constantment al CAD certificats originals del grau de discapacitat...

Amb aquesta targeta, les persones amb una discapacitat legalment reconeguda podran acreditar de forma àgil i pràctica la seva discapacitat. Els titulars de la targeta podran beneficiar-se d'avantatges en l'àmbit de la cultura, la mobilitat, l'esport, l'oci i el lleure.

La Targeta acreditativa de la discapacitat és una iniciativa de la Generalitat de Catalunya que neix en el marc de la Llei de Serveis Socials i la Declaració de les Nacions Unides pels Drets de les persones amb discapacitat. Aquesta targeta permet acreditar de forma àgil i pràctica, davant de terceres persones, el seu grau de discapacitat, a fi de facilitar l'accés als recursos i serveis vinculats a què tinguin dret a l'àmbit de Catalunya.



És un document públic, personal i intransferible, que cal acompanyar amb el DNI o NIE. És vàlida per a tot el territori de Catalunya i amb un format únic per a totes les tipologies de discapacitat. La validesa de la targeta acreditativa de la discapacitat pot ser de caràcter permanent o bé pot establir una data determinada de validesa d'acord amb la provisionalitat de la valoració del grau de discapacitat.

Requisits per poder sol·licitar-la:

- Tenir reconegut, i vigent, un grau de discapacitat igual o superior al 33%
- Tenir residència habitual a Catalunya
- Tenir DNI/NIE vigent, menors d'edat inclosos

Per a més informació, posa't en contacte amb la teva treballadora social de referència o consulta la web www10.gencat.cat

**BEATRIZ CASTILLO, JÉSSICA DIAZ
I CRISTINA URBANO**

EL PINGÜÍ FA ESPORT

CAMPIONAT DE CATALUNYA DE PETANCA

El passat diumenge 22 de novembre, el grup de natació format per Domi Alba, Josep Ruiz, J. A. Sánchez Pi, Isabel Flores, Juan Merino, Jordi Molins, Jordi Fernández i el seu entrenador Josep Rodríguez, van participar en l'acte commemoratiu del 50 aniversari del Club Natació Sabadell.

L'acte va ser força breu però intens i el balanç dels esportistes va ser molt positiu, ja que els va servir com a entrenament per a propers campionats. Des de la redacció de la revista

els donem molts ànims per seguir amb els seus entrenaments i aconseguir bones marques!



TORNEIG D'HOQUEI A L'ATLÈTIC L'1 DE MAIG

Malgrat que feia un dia amb llamps i trons, el dissabte 1 de maig l'equip d'hoquei va gaudir d'un bon torneig organitzat per l'altre equip de Terrassa, l'Atlètic. Com bé sabeu, aquesta secció gaudeix cada dia més d'un bon ritme de competició i de mica en mica aconseguirem la lliga!

Enhorabona als nostres jugadors: Ramon Verdiell, Jordi Sabater, Alberto Saco, Valentí Cardellach, Jose Niño, Gabriel Molinos, Jordi Fernández, Javi Cantero, Àsun López, Andreu Munyós, Xavi Cuadrat; entrenadors: Lluís Mercadé i Rafael Fernández; i entrenadores: Anna Comerma, Anna Lloveras i Carla Mercadé. Endavant amb l'hoquei!



TORNEIG D'HOQUEI AL JÚNIOR EL 29 DE MAIG

El Torneig del Júnior ja és una tradició i, per tant, el 29 de maig, l'equip Egara-Fupar es va desplaçar fins a les instal·lacions d'aquest club per disputar un any més aquest fantàstic torneig.

Sota un sol magnífic, els nostres jugadors van fer mostra dels aprenentatges fets durant la temporada, que han estat molts!



BÀSQUET A L'SFERIC

Amb motiu del 50è aniversari de Prodis, el passat 12 de juny el nostre equip de bàsquet va disputar un partit amistós contra l'amfitrió. En aquesta ocasió Els Pingüins van estar molt ben acompanyants per les seves entrenadores i famílies, i això es va notar a la pista!

Gràcies pel vostre joc i endavant amb la secció! Una abraçada ben forta per a: Xavi Cuadrat, Gabriel Molinos, Jordi Martínez, Asun López, German Porras, Àngel Masip, Jordi Aniento, Georgina Lloret, Marisol Chaveli, Verónica Canales i Fina Sánchez.



RESULTATS ESPORTIUS

Un cop finalitzada aquesta magnífica temporada, és el moment més adequat per exposar els resultats obtinguts per les diferents seccions en aquesta lliga 2009-10. Enhorabona, campions i campiones!



BÀSQUET:

- 4t classificat

PETANCA:

- Penya Sant Llorenç: 1r classificat
- Titanes: 1r classificat
- Àguiles: 3r classificat
- Fupi: 2n classificat

TENNIS TAULA:

- Alfons Figueres: 1r classificat
- Alberto Saco: 5è classificat
- Ramón Verdiell: 2n classificat
- Jordi Sabaté: 4t classificat

CARA A CARA

UN RATITO CON FERRAN DE LA ROZA

Hola, lectores, somos Olga Lao y Olga López. Como ya os contamos en la edición anterior, queremos aprovechar este espacio para presentar a compañeros de FUPAR. En esta ocasión, os presentamos a Ferran de la Roza. ¡Esperamos que os guste la entrevista!

1. *¿En qué año entraste en Fupar?*
En el 1997.

2. *¿Te gusta tu trabajo?*
Me gusta mucho.

3. *¿Explícame en qué consta tu faena diariamente?*
En contactar con los clientes que estén interesados en el área industrial de la FUPAR, suelo ser su primer contacto y les oriento según sus necesidades.

4. *¿Llegas muy cansado a casa después de tu jornada laboral?*
A veces sí y a veces no, me gusta lo que hago.

5. *¿Qué tipo de lectura te gusta?*
La ciencia-ficción, aventuras, algunos ejemplos de libros:
El Juego de Ender (Orson Scott Card); *La Historiadora* (Elizabeth Kostova)...

6. *¿Qué tipo de música te gusta?*

En general me gusta todo pero en especial la música electrónica:
Audio Bullys, Basement Jaxx, Facto Delafé, Sigur Ros, etc.

7. *¿Cuáles son tus hobbies?*
Rugby y fotografía.

8. *¿Cómo te llevas con tus jefes?*
Con muy buena relación.

9. *¿De qué equipo de fútbol eres?*
No tengo preferencia por ninguno.

10. *¿Qué películas te gustan?*
A veces, cuanto más raras mejor, aunque normalmente las de ciencia-ficción, aventuras, intriga. Algunos ejemplos: *El Imperio Contraataca*, *Sospechosos Habituales*, *Memento*, etc.

La última que he visto es *Parade*, una película japonesa que forma parte de la sección oficial del BAFF (festival de cine asiático de Barcelona).

OLGA LÓPEZ I OLGA LAO

400 I MÉS

Donem la benvinguda als nous companys i companyes de la Fundació: Óscar Amo, Cristian Cuéllar, Jonathan Atero, Jordi Martínez, Manel Martínez, Juan Ramón Abadía, Sonia Alguilera, Miquel Collado, Tatiana Macias, Antonio Camacho, Tiburcio Jurado, Ángel Martínez, Irena Arellano, Silvia Casado, Ma. Dolores López, Jorge González, Cristian López, Laia Oliveras, Rogelio Hernández, Jordi Carrasco, Roman Chica, Matias Ruiz, Luis Francisco Martínez, Paul Seta.

De la mateixa manera volem agrair la col·laboració dels nous voluntaris en les activitats socioculturals. Aquests són: Anna Iglesias, Yaisa García i Llorens. A tots aquests i als que vindran... **Benvinguts a Fupar!**

Finalment aprofitem l'ocasió per desitjar molta sort als companys i companyes: Antonio Ruiz, Mercè Quintana, Basilio Sandoval, Jose Alonso i Roser Preixens. A tots ells, moltes gràcies per la vostra feina i fins ben aviat!

RACÓ D'HORTOLANS

CONSELLS PER AL CULTIU DE MADUIXERES

Ja ha arribat l'estiu! I pels nens/es petits també les vacances. El grup d'hortolans ja hem acabat la feina a les escoles. Aquest any hem tingut molta feina. Hem tret les males herbes, hem adobat, llaurat, plantat (tomaqueres, maduixes, pebrots, enciams, bledes, faves, escaroles, cols, carbasses, etc.), hem regat i hem tingut una bona collita! No és, però, l'única feina que fem a les escoles. També fem feines de mestre; ajudem els nens/es (a rentar-se les mans, a posar-se la bata, la jaqueta, etc.), pintem, expliquem contes (del Popeye, el Patufet, *La Princesa i el pèsol*, etc. A vegades fins i tot ens toca disfressar-nos!). També hem participat en excursions i festes de l'escola (Carnestoltes, el Dijous Gras, Nadal, la Mona, etc.). Com que ja fa molta calor us donarem una recepta per passar millor l'estiu. A l'esco-

la la varem fer i va tenir molt èxit!

BATUT DE MADUIXES

Ingredients: maduixes, llet i sucre.

Colliu les maduixes del vostre hort (que també podeu tenir en testos) o compreu-les a la fruiteria. Netegeu-les bé i talleu-les en trossets petits. Poseu a la batedora les maduixes, la llet ben freda i una mica de sucre per fer-lo més dolç. Bateu i ja el podeu servir en un got. Podeu decorar-lo amb una maduixa tallada. Bon profit!

Consells per al cultiu de maduixeres

- Són plantes perennes (us poden durar 3 o 4 anys abans d'haver de substituir-les)
- Cicle
- Hivern. Es paralitza el creixement.

Primavera. Com que hi ha més hores de sol i

fa més calor les plantes tornen a créixer i comencen a sortir flors i fruites. Estiu. La planta es va multiplicant. Tardor. Amb el fred s'inicia el període de paralització progressiva del creixement i les reserves són per a les arrels.

- La temperatura ideal perquè hi hagi fruits és de 15 a 20°
- Es pot cultivar en qualsevol sòl (terra) sempre i quan estigui ben drenat-remenat.
- La millor època per plantar-les és a principis d'estiu, si es fa a la primavera, és millor tallar totes les flors per tal d'enfortir la planta.
- L'espai entre maduixeres ha de ser d'uns 45 cm.
- Utilitzeu adob abans de plantar les maduixeres.
- Regueu-les abundantment en el moment que es plantin. Després regueu-les de manera uniforme.
- Cal recollir totes les maduixes fetes malbé per evitar que apareguin malalties.



EL GRUP D'HORTOLANS

PREN NOTA

SETEMBRE

Durant tot el mes: tornem de vacances i cal que ens programem per al proper curs. FUPAR t'ofereix moltes possibilitats de lleure que cal que aprofitis, apunta't!

OCTUBRE

Divendres 20: CONFERÈNCIA: Testament i fiscalitat . A càrrec del Sr. Juan José López Burniol, Notari de Barcelona.

DESEMBRE

Divendres 17: Sopar de Nadal. Companys de FUPAR ens trobarem per gaudir d'una nit de festa al voltant de l'arribada del Nadal.

Diumenge 19: Espectacle de la companyia Protagonistes Nosaltres al Centre Cultural Unnim Obra Social de Terrassa

