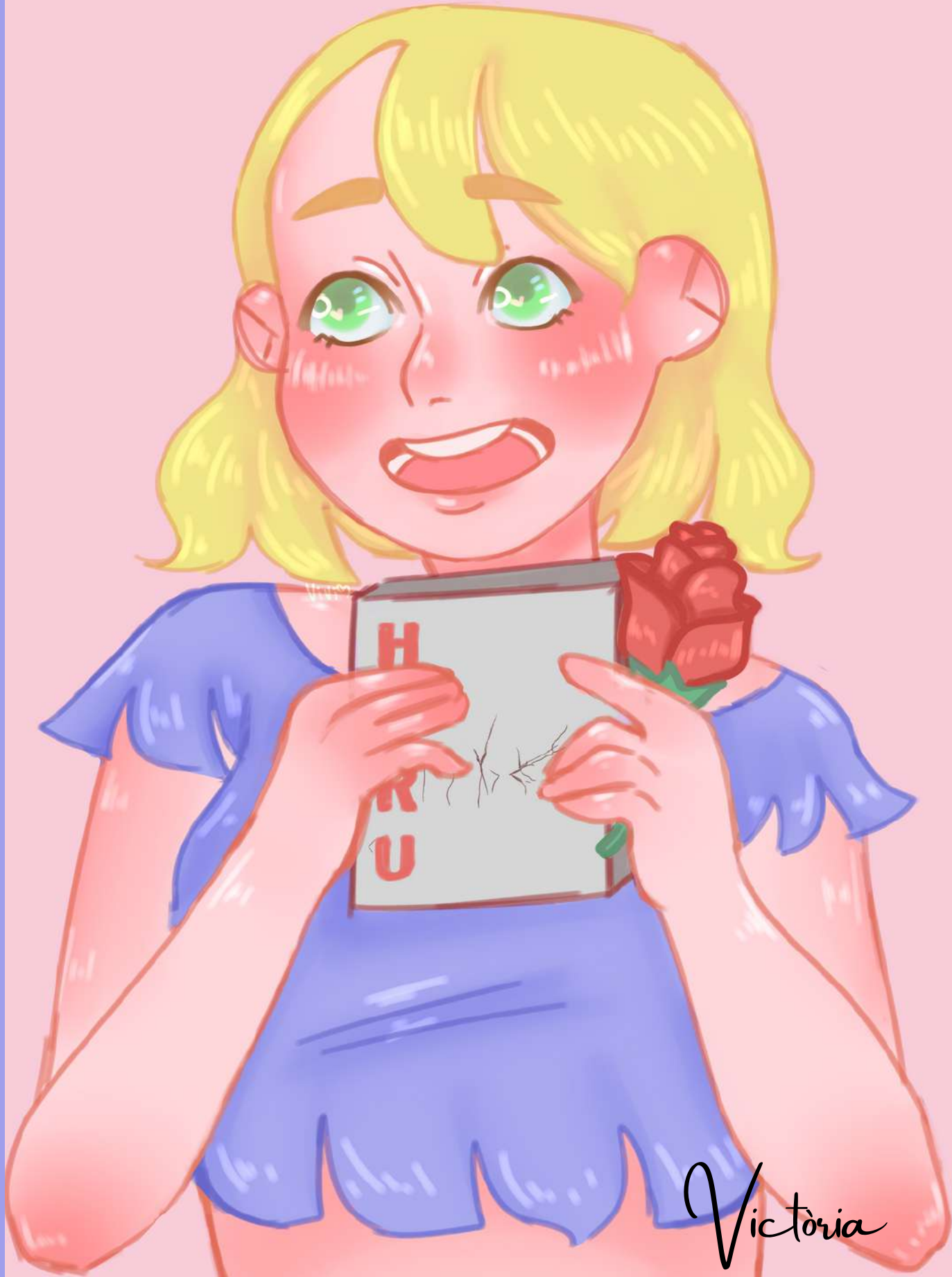


LA REVISTA DEL SPL

SERVEI PRELABORAL AMPOSTA



Victoria

UN SANT JORDI PER LA SALUT MENTAL

El Servei Prelaboral d'Amposta (SPL) de la Fundació Pere Mata, va preparar una diada molt especial per celebrar la festivitat de Sant Jordi.

Des de feia unes setmanes, les persones usuàries del SPL han estat treballant amb la creació d'unes macetes de fusta en les quals han plantat suculentas.

Els dies 22 i 23 d'abril es va montar una parada amb les suculentas sota el lema "Col·labora amb la salut mental, regala una suculentas".

La parada va ser un èxit! Es van vendre les 20 suculentas que es tenien preparades, fet que ens satisfà ja que és un premi a l'esforç, la constància, la creativitat, la responsabilitat i el treball en equip de totes les persones usuàries.

Destacar que aquest treball no hagués estat possible sense la col·laboració de tercers que ens han facilitat fusta de palet, arrels de la planta i la impressió de les targetes.



Gràcies a projectes com aquest, les persones usuàries han pogut continuar realitzant pràctica laboral des del propi servei, esforçant-se per millorar en el seu itinerari laboral i formatiu, marcant-se un objectiu i motivant-se per desenvolupar-lo i aconseguir el millor resultat possible.

Us deixem les imatges de la nostra parada!



Servei Prelaboral

VA DE MÚSICA

En aquesta edició m'agradaria parlar de la meva experiència i la sensació que em dóna tocar un instrument. En l'actualitat toco tres instruments: la guitarra espanyola, la guitarra elèctrica i el baix elèctric.

Els meus inicis van ser l'any 2013 amb la guitarra espanyola. Mitjançant tutorials de Youtube vaig començar a conèixer l'instrument i les seves parts: el clavíger, els trastes, el diapasó, cordes, el cos i la boca de ressonància

Passat un temps ja tocava algunes cançons i escales. Dos anys després, el 2015, vaig decidir començar a fer classes de guitarra elèctrica a Amposta i més avant, el mateix any, classes de guitarra espanyola.



Ara ja fa sis anys que estic aprenent i toco molts estils musicals, també componc. Quan miro enrere m'agrada veure la meva evolució com a guitarrista. He participat en algunes audicions tocant "Noches de Bhoemia" de Navajita Platea i "Mother" de Pink Floyd.

Quan toco aquest instrument, sento una connexió amb ell, sento que m'entra la música i connecto. És una sensació molt bonica i s'ha convertit en un hàbit que m'ajuda a concentrar-me i desconnectar de la rutina.

Al febrer d'aquest any, he adquirit un nou instrument, la guitarra acústica. Per mi aquesta guitarra és una fusió de guitarra espanyola i elèctrica perquè té el cos paregut a la guitarra espanyola i cordes paregudes de l'elèctrica.



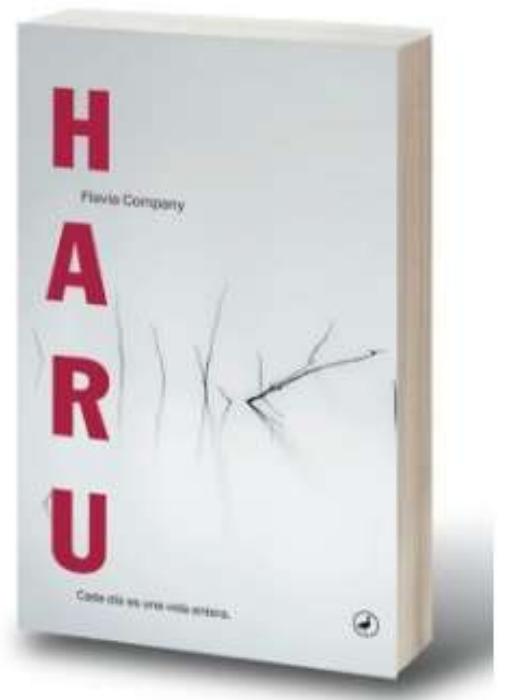
Cada dia etic més motivat. Per mi és un plaer poder explicar la meva història i animo a tothom, en algun moment de la seva vida, a tocar un instrument perquè és una experiència saludable i molt bonica, dura al principi, però quan ho aconseguixes sents una gran sensació d'esforç i dedicació.

Kenny Martínez Bermejo.

VA DE LECTURA

"Haru" arriba a les meves mans ja de forma especial, veig el llibre i és diferent als que he tingut fins ara, pàgines tallades de forma uniforme, que em transporten a pensar que tinc entre les meves mans una novel·la que de ben segur em captivarà des del primer moment.

Haru és una noia de quinze anys, protagonista de la novel·la que m'ha transportat al Japó més tradicional, on els joves viuen durant uns anys de la seva vida en dojos per treballar la disciplina i aprendre un art ancestral, al mateix temps que creixen emocionalment i espiritualment. La vida de la Haru va més enllà que els anys que passa al dojo, es mostra la vida fins que es fa gran i es converteix en una dona que té molt per ensenyar als altres.



La narració presentada per la Flavia Company és molt interessant, avança amb facilitat i cada capítol sembla una història diferent amb molts d'aprenentatges. Una novel·la a llegir tantes vegades com tant aprenentatges vulguis obtenir. Paraules i missatges que amaguen valors i reflexions profundes.

V A D E L E C T U R A



Dit això, només em queda recomanar aquest llibre a totes aquelles persones amb ganes de conèixer-se a elles mateixes, pensar sobre temer que abans possiblement no s'havien planejat i, sobretot, persones amb ganes de passar una bona estona de lectura



*"Cada dia és
una vida sencera"*

Carla Castillo

En aquesta edició m'agradaria fer una recomanació que, per mi, és molt interessant si t'agraden les pel·lícules tipus "Scary movie", En la mateixa recomanació vull fer incís de les dues parts de la pel·lícula, una estrenada l'any 2017 i la segona part el 2020.

The Babysitter (2017)

Mentre lluita per trobar la seva identitat, Ray acaba sent un peó durant la baralla dels seus pares pel divorci. En el transcurs, la mare contracta una llevadora misteriosa amb la qual Ray estableix un vincle molt profund.



The Babysitter: Killer Queen (2020)

Segona part de la pel·lícula.



Dos anys després de derrotar la secta satànica liderada per la llevadora Bee, Cole tracta d'oblidar el seu passat per centrar-se a sobreviure a l'institut.

Amb l'arribada de vells amics, Cole no tindrà més remei que tornar a enfrontar-se a les forces malignes.

És una pel·lícula molt divertida, bona per a passar una estona de diversió.

Crispetes i acció!!!

Victoria

Recepta de gelat casolà de vainilla

INGREDIENTS

- 290 ml de nata
- 290 ml de llet evaporada
- 3 rovells d'ou
- 90 g de sucre
- 1 cullerada d'extracte de vainilla o les llavors de mitja baina

**PREPARACIÓ**

1. Mesquem els rovells amb la llet, el sucre i la vainilla.
2. En un cassó, ho calquem a foc baix, remenant constantment fins que s'espesseixi (si tenim termòmetre, fins que arribi als 75 °C, però no hem de passar dels 85 °C). Rasquem el fons contínuament, ja que és on més ràpid se sol quallar.
3. Quan la mescla estigui espessa, tapem el cassó amb paper transparent, tocant la superfície de la mescla per a evitar que s'hi formi una pell. Ho deixem en la nevera tota la nit, perquè els sabors s'asseguen.
4. Muntem la nata fins que estigui semidura i hi afegim la mescla gradualment amb moviments envolupants. Ho refredem mitja hora més.
5. Si tenim geladora, el procediment és senzill: aboquem la mescla a la geladora i la deixem remenant 10/15 minuts. Si no en tenim, ho farem manualment. Una vegada transcorregut aquest temps, fiquem la mescla al congelador i cada mitja hora la remenem bé amb una espàtula. Fins que es congeli del tot.

Es recomana traure el gelat del congelador 10 minuts abans de servir-lo, perquè estigui més cremós.

Podem acompanyar-lo de neules, xarop, fruites del bosc... N'hi ha una infinitat de possibilitats, així que ara ja és el teu torn per a trobar l'equilibri entre creativitat i sabor.

Bon profit!!!!

Anònim