



B.O.I.

BOLETÍN OFICIAL DE ITINERA

Nº 2 Outono 2009

Exemplar gratuito



Os que faltaban

- 
- 1 **EDITORIAL**
Jaime Fraga
- 2 **O SENTIDO DA AMIZADE**
A.Lamas e T. Vedo
- 3 **ANÁLISE CRÍTICO**
Iago.L e Encarna R.
- 4 **O AKELARRE**
Manuel V. Valiño
- 5 **ESCOLA DE INGLÉS**
Angel Casillas
- 6 **LEMBRANDO ITINERA**
Arturo B.
- 7 **CAMPAMENTOS DE VERÁN**
Redacción
- 8 **UNHA OLLADA RÁPIDA ÓS NOSOS PROGRAMAS**
Redacción

asociación_itinera@hotmail.com
Rúa República Arxentina, 22 - 5º esquerda. Santiago de Compostela
Teléfono de contacto 685.990.448

Editorial

A pesar de que o editorial é un dos apartados menos lidos dunha revista, quixera aproveitar esta ocasión para dirixirme a todos vos e comentarvos algunhas das actividades realizadas pola nosa asociación neste último ano.

A Academia Agora, proxecto que se iniciou en setembro do ano 2008 está a consolidarse ofrecendo as persoas con trastorno mental a oportunidade de mellorar a súa formación e prepararse para unha futura incorporación ao mercado laboral. E dentro deste proxecto, eu destacaría como novedoso, a posta en marcha de dúas edicións do curso de cociña co correspondente servizo de comedor, que tiveron unha moi boa acollida entre os nosos usuarios. Todo isto realizouse no piso que a asociación alugou na rúa República Arxentina e que tamén funciona como sede.

O 7 de xullo foi un día destacable na vida da asociación xa que o grupo de teatro do hospital psiquiátrico de Conxo, grupo co que iniciamos unha froitífera colaboración en 2008, representou a obra de teatro "UBU REY" na sala Nasa de Santiago de Compostela. Con esta obra demostraron que a base de esforzo e constancia pódese realizar un bo traballo, chegando a emocionar ao público asistente.

A finais do curso 2008-2009 realizouse por primeira vez unha enquisa para recoller a opinión dos voluntarios sobre distintos aspectos da súa colaboración en distintos programas da nosa asociación. Nesta participaron 21 dos 40 voluntarios e nela manifestaron a súa satisfacción co traballo con persoas con trastorno mental. Grazas a todos pola vosa solidariedade.

Non quixera rematar este repaso sen agradecer moi sinceramente o traballo que realizaron na asociación Lorena (presidenta), Maika (vocal), David (vocal) e Antonio (vocal), que en distintos momentos deste ano deron o relevo a outros voluntarios nas arduas e pouco recoñecidas labores da xunta directiva. Así mesmo, animo as novas compañeiras de directiva (Teresa, Carmen e Chelo), a traballar con ilusión de cara a acadar unha mellor calidade de vida así como unha completa integración das persoas con trastorno mental na nosa sociedade.

Por último, quixera facer mención ao lema deste ano 2009 para a celebración do Día Mundial da Saúde Mental "*Saúde Mental na Atención Primaria: mellorando os tratamentos e promovendo a saúde mental*". Nas persoas que sofren enfermidades mentais profundas e persistentes duplícanse as probabilidades de sufrir múltiples problemas físicos de saúde. Por iso é necesario acadar unha mellor asistencia á saúde mental nos centros de saúde e un axeitado coñecemento das necesidades das persoas con trastorno mental. Traballemos xuntos para que isto poida ser así.

Jaime Fraga Ares
Tesoreiro da Asociación Itínera

O sentido da amizade



Podemos dicir que a convivencia e a forma en que o facemos, é o que nos define como persoas. A maioría facémolo a diario: coa familia, cos compañeiros de traballo, ou cos amigos. Estes últimos son algo indispensable. Eles son os que dalgún xeito, fan que nos sintamos máis felices e contentos e os que dan un toque de ledicia no noso quefacer diario.

Pero, por desgraza, hai algunhas persoas que non gozan dese agarimo, dese gran soporte que son os amigos. Unha inmensa maioría, débese a que perderon a súa saúde unha gran parte a idades temperás, se falamos de saúde mental, o cal fai que estas persoas sexan propensas a perder a confianza en si mesmas e tendan a facer das súas vidas un retiro.

Diso falamos moi a miúdo Tamara e eu. Ela é a miña voluntaria e eu o amigo que busca sentirse un pouco mellor coa súa compañía e apoio.

Os dous coñecémonos dunha forma pouco usual pero que deu lugar a unha gran amizade. Ambos pertencemos ao **Programa Amigo**, proxecto co obxectivo

de unir aquelas persoas que teñen interese en dedicar parte do seu tempo libre á tarefa de mellorar a calidade de vida daqueles que padecen a enfermidade máis estendida da nosa época: A Soidade. E todo iso sen esperar recibir nada a cambio.

Tamara: ¿Canto tempo fai que nos coñecemos?

Alfredo: Pois unha chea de tempo. Foi fai 6 anos nun coñecido café de Santiago. E non estabas soa. Tamén estaba Chus?

Tamara: E Maica. Acórdaste, foi ela a que che propuxo que nos coñeces.

Alfredo: Si e de Carlos Álvarez, o psicólogo. Eles dous foron os que deron alma ao Programa Amigo. Sen eles, seguramente non che coñecería. Nin a ti nin a Chus, tamén voluntaria. A verdade é que teño que estarlle plenamente agradecido ao Programa e aos seus fundadores.

Tamara: Pois eu tamén. Penso que foi unha sorte que encaixásemos tan ben e a amizade durase durante todo este tempo.

Aínda que o esforzo máis grande é o teu. ¡Oxalá haxa máis voluntarios e usuarios que poidan

sentirse plenamente satisfeitos dos resultados da súa mutua convivencia!

Alfredo: Seguro que si. Creo que o traballo que facedes vós os voluntarios é moi importante. Recordo moitas caras que vin grazas ao Programa Amigo, ao longo destes anos, case todos da **Asociación Itinera**, que engloba á maioría destes voluntarios. Xa che dixeran máis dunha vez, que a amizade é como unha cadea. Ti preséntasme a un amigo. Ao paso duns días el preséntame a outro.

Tamara: E así un vai saíndo do cascarón, como che pasou a ti. A verdade é que todos necesitamos compartir o que nos pasa, os nosos plans e ilusións. E que mellor que en compañía dos amigos.

Alfredo: De amigos dos bos, como sodes vós. Teño que recoñecer que me sinto moi afortunado, xa que o apoio que me destes ao longo destes anos serviu para que me senta moitísimo mellor. Ás veces ata me esquezo de que teño unha enfermidade.

Tamara: Seino por ti e outros usuarios que se viron beneficiados polo programa. Eles e as súas familias sentense máis optimistas pois as actividades que desenvolve o voluntariado fan que os mozos e mozas salgan cada vez máis das súas casas e á súa familia libéralles de responsabilidades durante o tempo que están cos voluntarios.

Alfredo: Pois si. Oe, Tamara, gustaríame mercar unha cámara de vídeo, xa fai que tempo que penso niso, e decidinme. ¿Podes acompañarme a mirala?

Tamara: Vale, a verdade non entendo demasiado, pero no que poida axúdoche. Que tal este xoves ás 18:30h?

Análise crítica

Iago L.

Na actividade de “análise crítica” investigamos e debatimos sobre temas de actualidade cómo pode ser o problema atómico de Irán, a gripe A e outros temas de política nacional e internacional. A verdade é que, aínda que case todos presumimos de ser progresistas, cando hai discrepancias se forman auténticas liortas na sala. Menos mal que os veciños son permisivos e non hai problema.

O programa funciona desta maneira, primeiramente, o monitor divídenos por grupos, ós que logo se les asignase un tema relacionado coa actualidade, para que cada un busquemos información en internet ou en atlas, biografías, en todo tipo de libros (isto é para quedar ben pois finalmente todos recurrimos o máis facil: A Wikipedia que bendita sexa). Logo xuntámonos entre nós nunha ultima reunión para decidir quen expón o tema grupal (é o que causa máis discusións) a debate diante da clase. Durante a tarde enteira que dura a actividade discutimos acerca do tema que cada grupo vai expoñendo e para rematar facemos un exercicio no que se trata de poñernos no lugar dos diferentes puntos de vista acerca de algun dos temas ,neste intre separámonos dunha maneira un tanto curiosa xa que cada un pónse no lugar do contrario có fin de ser capaces de comprender millor a complexidade de certos asuntos.

Vou continuar có tema de debater. Non pensedes que rifamos por temas que xa deberían estar moi claros para a xente normal. As cousas non son nin brancas nin negras e iso é no que máis me reafirmei no ano que levo en debate e tamén é a conclusión

que nos fai ver as clases de análise crítica. Gracias a programas como este de debate levo moito mellor a miña enfermidade, gracias tamén ós doutores, psicólogos e voluntarios pero por enriba de todo quero agradecerllo ós compañeiros que tanto axudan na reinserción, non é que sexamos criminais (algúns así o pensan) pero.... xa entendedes que despois de desconfiar de todos os que te rodean é custoso regresar á confianza en ti mesmo e nos demais . ¡Ata a próxima!

Encarna R.

Chega o martes e a polémica está servida. Este é o día no que debatimos sobre os temas da actualidade que poñemos sobre a palestra. Así obrigámonos a estar ó día das noticias e conseguimos centrarnos en algo productivo, actualizándonos constantemente acerca do que ocorre ao noso redor e aprendemos a ter unha mirada crítica ó tempo que tentamos sopesar as diferentes informacións que existen nos mass-media, sabendo que as ve-

ces son sesgadas ou simplemente desinforman e aprendendo así a filtrar todos istos factores e non ser influenciados polos medios.

Así que cando chega o debandito día, cada un se aferra a expor o seu punto de vista. Algúns de forma sosegada (con templanza); outros falan sen inmutarse e outros tentando buscar a confrontación sen chegares a extremos por exemplo do que fixo Nikita Khrushchev, que golpeou co seu zapato sobre a mesa na asamblea xeral da ONU(1959), fazaña que posteriormente repetiría Beiras no Parlamento galego. Aínda que hoxe as veces tamén faría falla petar na mesa cun zapato, pero desta vez ben recauchutado...

Non sei se isto serviranos de trampolín para lograr unha boa oratoria, como a tan envexada de Unamuno, (por suposto sen tatexar) pero o que vos podo asegurar e que nesta clase botamos unhas cantas risas, hai algún desencontro sen transcendencia e sobre todo sinto que fortalecemos a unión do grupo como tal.



O akelarre



Manuel V. Valiño

Cando escomenzo un traballo escrito deixo que a pluma sobre o papel flúa libremente nun paroxismo no que o meu pensamento esquemático xúntase con fragmentos dos meus sentimentos, algunhas frases feitas, verbas adeprendidas de memoria (un pouco coma James Joyce, anque con comas e puntos a ser posibel) agardo que me deixedes un experimento de escritura-libre e que non vos moleste que sexa o máis orixinal posibel.

Aclarado isto quero facer fincapé no significado da escritura na vida dos lectores: Así coma un film que fai chorar, unha peza teatral que fai rír; unha fotografía que nos mete medo; o arte non coma obra de arte, senón coma expresión ou traballo do proletariado é a aprendizaxe dun relato que non nos deixa vacíos. Esas teorías que observamos influen no noso carácter, na nosa personalidade, na nosa cotidianidade, rachando coa rutina monótona da nosa vida. Os libros son para moitos os amigos que nos dín as cousas máis interesantes.

Mais basta xa de rollos! O ake-

larre vai escomenzar! Imaxínade un grupo de amigos: algunhas bruxas, moitas meigas, uns poucos trasnos, coma non, fadas, sílfides e un druida, amais doutros persoeiros fantásticos; sen agardar a noiteciña, senón polas mañáns cedo, reunense para coxurar a espíritus tan variopintos coma: Gurb ou Hamlet, Baudolino ou Catalina, Lisbeth ou Julián Carax; e istos son soio algúns dos personaxes botados o ó lume antes, agora ou despois nunha fogueira a que irán parar os habitantes de 1.984. Imaxínade isto, intentade facelo realidade. A iso das once da mañán dos Venres, multitude de diablillos e hobits emerxen no vintedous-cinco esquerda dunha céntrica rúa da capital de Galiza. Alí sometense a continuas disgregacións os protagonistas máis afamados, arrancándolles as entrañas, para convertilos en inmundicias, detritus, plástico, cosca alimentar o noso "eu" que diría un psicoanalista, para crear unha nova novela, inventar un novo persoeiro.

I é que os protagonistas das narracións que leemos son os auténticos persoeiros en procura de autor. Frodo, Firmín, os concellei-

ros da autoestima, os sentimentos enfermizos de "Cumes Borrascosas", a maxia dunha noite de vrán, os presos da sangue fría... e a verba fíxose carne e pasenionalmente apresúsare o Outono e xa temos lido "Folhas Novas", "Oubeo" ou a poesía quee irradia a canción desesperada. Se tivese que salvar un libro da queima, i si eu fora Rousseau, cicais librería "Robinson Crusoe", que era o texto primeiro que leería o seu Emilio; mais o Jacques era misóxino e tamén lembro con especial predilección o falcón maltés. A orde dos factores non altera a suma. E así os amantes dos libros desentrañan a intelixencia dos aires nunha agradabel conversa, casi nunca reñida, máis sempre democrática, onde a anarquía é amor e compañerismo e solidariedade e máis compañerismo... Quedan aínda moitos: Se cadra filosofía: "O Silencio" de David de Bretón, ou "Camiño da Liberdade" de J. P. Sartre: outras obriñas máis pequerrechiñas coma "Outono en Pekín" ou "Escupirrei sobre as vosas tumbas"... O druida dirixe o akelarre con precaución e decoro e as cousas e o estudo fluen con bondade, e non hai motivo para que nos crezcan os colmillos nun paroxismo diabólico. Comics. Ensaio. Literatura de albañil. Risas. Sen lágrimas. Escritura. e ó remate á rúa, ó fogar e á compañía de Kafka ou Dumas.

Boeno coma vos dicía enrollárame, coma bó filósofo, ata as tantas da madrugada, mais as verbas escritas coma istas verbas, son leiras, son un traballo e coma bó obreiro da lectura preciso descansar e relaxarme se non o estou xa. Agardo có meu artigo de composición ceive vos trasladara ao taller de lectura diste Boletín. Mais iste Venres pola mañán, soleadá mañán, coma a mañán do próximo Venres, vai a montarse o Akelarre.

Libros recomendados no clube de Lectura:

Seda.- Alessandro Baricco
Fahrenheit 451.- Ray Bradbury
O señor das moscas.- William Goldman
Tombuctú.- Paul Auster
Drácula.- Bram Stoker
A esconxura dos necios.- John Kennedy Toole
Crepúsculo en Sunshine.- City Will Eisner
O Hobbit.- J.R.R Tolkien
Firmin.- Sam Savage
O atentado.- Yasmina Khadra
O curioso incidente do can a medianoite.- Mark Haddon
Sen noticias de Gurb.- Eduardo Mendoza
O clube Dumas.- Arturo Pérez-Reverte
A lus do cándil.- Anxel fole
O corazón das tebras.- Joseph Conrad
Matar a un reiseñor.- Harper Lee
Wilt.- Tom Sharpe
O Gran Gatsby.- Scott Fitzgerald
O gardián entre o centeo.- J.D Salinger
O anxo máis parvo do mundo.- Christopher Moore
Baudolino.- Umberto Eco
Os renglóns tortos de Deus.- Torcuato Luca de Tena
De ratos e homes.- John Steinbeck
Rebeldes.- Susan E. Hinton
1984.- George Orwell
A sombra do vent.- Carlos Ruiz Zafón
¿Quen levou o meu queixo?.- Spencer Johnson
A sangue fría.- Truman Capote
Merlín e familia.- Alvaro Cunqueiro
O extrano caso de Charles Dexter Ward.- H.P Lovecraft
O falcón maltés.- Dashell Hammet
Hamlet.- William Shakespeare
O factor human.- Graham Greene
Vinte poemas de amor e unha canción desesperada.- Pablo Neruda
O asunto Tornasol.- Hergé
A Cizaña.- Gosciny-Uderzo
Na procura do unicornio.- Juan Eslava Galán
Don Camilo.- Giovanni Guaresci
A arte da guerra.- Sun Tzu
O príncipe.- Maquiavelo
Son lenda.- Richard Matheson
Os homes que non amaban ás mulleres.- Stiegg Larsson
Falsedad de credenciais.- Marcial Lafuente Estefanía
Cumes borrascosas.- Emily Bronte
A estrada.- Cormac McCarthy
A elegancia do ourizo.- Muriel Barbery
Un mundo feliz.- Aldous Huxley
A nosa cinza.- Xavier Alcalá
Historias extraordinarias.- Roal Dahl
Un millón de vacas.- Manolo Rivas

Escola de Inglés



As clases de inglés seguiron o seu ritmo normal durante todo o curso nos tres grupos, o avanzado, o intermedio e o grupo dos “beginners”. O interese e a adicación de tódolos participantes foi inmillorable. Contamos neste curso coa axuda do profesor **Angel Casillas** e o apoio da nosa colaboradora **Enma...** que, pola súa orixe británica, é dunha gran axuda. Ten ese saber estar, unha pronunciación perfecta e un acento que xa quixera para ela a Raíña de Inglaterra.

Nas derradeiras semanas contamos tamén coa presenza da nosa amiga chinesa **Wei Quo** que foi un elemento motivador e algo exótico e novidoso nas clases. Puidemos comprobar como, malia o noso acento galego e o seu acento chinés, nos entendiamos perfectamente; o que nos amosou, na práctica, a utilidade da lingua, neste caso o inglés, como vehículo vivo de comunicación entre xentes de todo o mundo.

Wei Quo integrouse tamén nas actividades do **Grupo de Canto**. Aprendeu en pouco tempo as nosas cancións e cantounos algunhas da súa terra, alá na China. Vela aquí, entre nos, tan feitaña, como se fose de porcelana e con aquela doce voz cantando aquelas cancións era un verdadeiro agasallo. Será difícil que poida ler estas liñas alá. Así e todo, mandámoslle desde aquí o noso agarimoso recordo.

Neste curso que andamos, deixáronnos algúns para incorporarse á vida laboral ou para seguir estudos na universidade, pero temén chegou xente nova e, con ela, novas ilusións. Así que aquí estamos, loitando coa lingua de Shakespeare, e aquí seguiremos se Deus quere.

O Grupo de Canto empezou os seus ensaios despois do Nadal e xa foron quen de cantar catro cancións no Día das Letras Galegas. Este ano, polo que sabemos, **Ángel** e máis **Fina** andan algo desbordados pola gran demanda, e a culpa é deles que o fan pasar tan ben cantando que se correu a voz. A este paso, terminará por se animar todo o Centro. Noraboa a eles dous. Neste curso, xa con máis práctica e menos nervios, non só o pasarán ben eles, senon que nos farán pasalo be a todos nos nalgúns momentos.

En resumo, que a vida segue e con ela as nosas ilusións intactas. E QUE DURE!

Lembrando Itinera



Arturo Bermejo Rubio

Ainda lembro cando empecei nos "tornillos". Cáseque pasaron catro anos xa. Chamárame un amigo para ver se quería entrar no equipo, eu daquela tiña moitas ganas de xogar. Dixéralle que sí pero que tiña que acabar un curso de Son que estaba facendo, empecei a entrenar en novembro.

Coñecín a moita boa xente no terrerño de xogo pero eu non facía máis que berrar nos entrenos, sempre me defendía con eso de que te quentas e por iso berras. Pero agora doume conta de que non é a maneira de estar no equipo, todo o mundo sofre correndo como para ter que andar chillando. De feito cando a mín me gritan non me gusta, e máis cando me berran e vou correndo sem folgos!

Carlos foime metendo en vereda e empecei algunhas actividades con Itinera. A primeira foi medioambiental, limpamos moito, nos veráns viña xente de fora (voluntarios de todas as partes do

mundo) a limpar o antigo lava-deiro, o cemiterio, o Río, o que fixera falta. A min sempre me gustou o campo así que se podía contar conmigo para estes traballos.

Algo máis tarde empezamos a pasar fins de semana en Merza. Coido que despois do Druida son a persona que mellor o teño pasado alí, coma un anano: bañarnos, bucear, comer uvas, recoller noces, limpar o monte, bailar, cantar, xogar a mil xogos, pasear, facer fotos, contemplar o lume, escoitar contos, cociñar, gritar, podar a viña, falar cos veciños, comer, limpar, arranxar cousas, estropear o limoneiro, pór a mesa, discutir a ver quen tirou as colillas no chan,... descubrimentos de grutas, rutas, sendeiros, fontes, árbores, niños, e ata da tumba de Leandro!

Houbo un ano no que coñecín a Clara que estivemos axudando a profesora da escola (Chelo fora profesora miña cando neno), saímos ata na televisión no telexornal. Tamén aprendín moito de

algunhas personas que estaban na aula.

Penso que todos os que van a actividade de plástica están aprendendo moito e empreando cada vez maior número de técnicas e visións o que implica un camiño cara o arte. Arte como ciencia e ciencia como experimentación. Estes modelos vos poden servir de xeitos de pensar despois na vida.

Síntome moi orgulloso de ter camiñado cos "itinerantes", o maior número de xente que teño coñecido na asociación é xente moi especial con moi boas inquietudes e con moito máis que contar que o que se poida pensar. Todos os que conozo teñen uns sentimentos moi loables e todos son moi xenerosos ("os bos e xenerosos a nosa voz entenden...").

Anímovos a continuar traballando, a seguir camiñando aínda que moitas veces sexa costa arriba e pareza moi difícil. Verémonos no sitio máis inesperado en calquera momento!

Campamentos de verán



Redacción

Neste mes de agosto do 2009 a Asociación Itínera organizou novamente os campamentos de verán en Merza. Ó longo destes días, usuarios e voluntarios tivemos a ocasión de convivir e aprender moitas cousas xuntos coas actividades que os monitores prepararon.

Na primeira quenda, os obradoiros adicáronse ós xogos populares galegos, a maioría deles descoñecidos para nós, que somos case todos da xeración criada diante do televisor. Aínda que pasamos moito tempo có xogo dos bolos celtas, sen dúbida o máis divertido foi o de "saca-la porca", cunha piña e uns paos a modo de

sticks de hoquei montábamos auténticas liortas, ó remate sempre gañaba a nai de Chelo, que aínda que ten máis de oitenta anos non había que puidera con ela.

A nosa intención no seguinte campamento era que os participantes coñecesen os instrumentos e os cantares máis senlleiros da nosa tradición, isto incluía un achegamento á gaita, á pandeireta e a cancións populares, dende "a saia da Carolina" ata Andrés do Barro. Coidamos que o que realmente se acadou foi a gratitude dos lábregos do pobo, xa que cós nosos alaridos espantamos ós xabaríns das leiras de millo.

Na derradeira xuntanza, contamos coa presenza dos nosos amigos da "Asociación Xaruma"

de Vigo. O tema monográfico eran "Contos e Lendas" e montamos entre todos un apaixonante xogo de rol en vivo, onde os participantes interpretaban ós veciños dun pobo celta que ve as súas terras efeitizadas por un meigallo, se queren rompélo terán que explorar obscuras covas e perigosos bosques, roubar en frias criptas e atacar armados castelos. Deste xeito e caseque por obra de maxia druidas, trasnos, meigas chuchonas, a Santa Compañía e o malvado Conde de Ambrás chegaron nunha noite de verán a Merza.

Nestes campamentos acudiron máis de trinta persoas e moitos máis foron os que axudaron na súa organización. O éxito dos mesmos débese a todos vós. Moitas grazas.

Unha ollada rápida ós nosos programas

Dividimos os programas da asociación en tres grandes liñas de traballo.

“Proxecto Ágora:” consiste na creación dun centro de estudos para complementar a formación académica daquelas persoas que non puideron continuar os seus estudos ou, nalgún caso, non tiveron acceso a eles. Tamén se imparten obradoiros de actividades de vida diaria e de habilidades sociais, para aprender a desenvolverse cós tramites burocrático e administrativos comúns (pago de taxas na Administración, operacións bancarias, recibos da luz e o gas etc...). O programa, impartido dende setembro do 2008 está aberto durante todo o ano e as clases teñen lugar na academia da asociación sita na rúa República Arxentina nº 22 5º-esquerda. As actividades que realiza son:

Clases de apoio ó estudio: Pasantías individuais de diversas materias para persoas que queiran sacar dende o graduado escolar ata grupos de apoio ó estudo para universitarios e opositores.

Informática: Achegamento ó complexo mundo dos ordeadores, do sistema Windows e do Microsoft Office e Internet. Nos Centros Socioculturais de Fontiñas e Aurelio Aguirre de Conxo.

Escola de idiomas: Clases de nivel básico e medio de lingua inglesa e francesa.

Curso de Cociña e Comedor: Onde os participantes aprenderán a preparación de platos básicos e repostería elaborada. Por suposto, disfrutarán do que se cociña.

Habilidades administrativas: Iniciación no mundo da lexislación básica referente o eido da saúde mental. (dereitos e deberes como cidadáns, concepto básicos sobre internamentos, incapacitacións, tutelas...).

Análise crítico: Grupo de estudio e debate sobre temas de actualidade e cunha metodoloxía de traballo en grupo.

Artes plásticas: Achegamento ó mundo das diversas artes como a pintura, o modelado, a banda deseñada, a fotografía ou a montaxe de maquetas. No Centro Sociocultural de Fontiñas

Iniciación ó cine: Cine fórum onde se proxectan clásicos da sétima arte con posterior coloquio.

Clube de lectura: Proponse ós participantes unha serie de libros a elixir que posteriormente comentanse en común ó tempo que se realizan diversas dinámicas de grupo con contados literarios.

Equipo de redacción: Este grupo de reporteiros ten como función estar ó día de tódalas actividades da

asociación para poder informar o público en xeral sobre o noso traballo, tanto neste boletín coma na nosa páxina web (www.asociacionitinera.com) ou no noso blog (www.aditineris.blogspot.com)

“Proxecto Hermes”: Consiste na creación dunha rede social a través de actividades de corte deportivo e lúdico e fin de semanas compartidos.

Fútbol: Adestramentos semanais do equipo de fútbol “Os Tornillos” có obxectivo de gañar tódolos partidos timestrais. Os venres No campo de fútbol da S.D. Conxo.

Programa amigo: O primeiro obxectivo da nosa asociación é que ninguén camiñe nunca só. Para este fin contamos cun bó número de voluntarios que realizan labores de acompañamento con todas aquelas persoas que precisan dunha voz amiga coa que departir sobre as cousas da vida, tomar un café ou dar unha volta...

Xornadas activas de Merza: Cada quince días os membros da nosa asociación disfrutamos dos fins de semana na antiga Casa Rectoral da parroquia de Merza. Ali realizamos as actividades máis diversas dende cuidar da casa e da eira ata, cociñar, prantar patacas, restaurar mobles vellos, facer sendeirismo e outras actividades.

Campamentos de verán: Cada mes de agosto Itinera organiza na nosa casa en Merza tres campamentos de cinco días con actividades de corte temática cada un. Neste ano 2009 os devanditos campamentos trataron sobre: “Xogos populares galegos”, “Música tradicional galega” e “Contos e lendas”.

“Proxecto Hefestos”: A través deste proxecto tentamos desenvolver actitudes e habilidades necesarias para a incorporación ó mundo laboral.

Taller de emprego: Consiste en diferentes obradoiros, encaminados o desenvolvemento no ámbito do emprego. Dende a redacción de curriculums e a preparación de entrevistas ata a mellora da comunicación e a resolución de problemas no traballo, así como lexislación laboral básica.

Educación medioambiental: Rehabilitación dunha antiga alameda de gran riqueza biolóxica e histórica á beira do río sar e nos arredores do Hospital Psiquiátrico. Este ano comezaráse coa construción dun pequeno invernadoiro e o manexo de maquinaria lixeira.



Curso

09-10



Horas	LUNES	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO	DOMINGO
11-13.00	Equipo de Redacción	Inglés Clases de apoio ó estudio	Informática Artes plásticas Clases de apoio ó estudio	Informática Artes plásticas	Clube de Lectura Clases de apoio ó estudio	Espacio Lúdico	Xornadas Activas Fin de semana
12-15.30			Curso Cociña Comedor		Curso Cociña Comedor		
16-19.30	Clases de apoio ó estudio Talleres Emprego	Habilidades Advas. Análise Crítico Coro	Informática Educación no Medio Ambiente	Informática Iniciación Cine	Fútbol	Xornadas Activas Fin de semana	Xornadas Activas Fin de semana



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE TRABALLO
E BENESTAR



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA
Dirección Xeral de Política Lingüística



**Fundación
Pedro Barrié de la Maza**



**CONCELLO DE
SANTIAGO**



Voluntarios en saúde mental



**SERVIZO
GALEGO
de SAÚDE**



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE

