

LA REVISTA DE LES PERSONES GRANS

SUMEM

Desembre 2022

CENTRE DE SERVEIS D'ÀMBIT RURAL
Especial Maials - Núm 5



Núm
21



04 FEM BALANÇ
DEL 2022

11 QUÈ M'AGRADA?

22 ACTIVA'T

EDITORIALS

Quan al gener de l'any 2016 des de l'Ajuntament de Maials vam decidir atorgar a SUMAR la gestió del Centre de Serveis El Tossal, començàvem a fer plegats un camí que esperàvem que fos fructífer i satisfactori per a totes les parts, però especialment per als usuaris i usuàries del centre. Avui, gairebé set anys després, podem dir amb joia que ha estat així.

Aquest camí que hem fet junts ha estat, doncs, òptim, tot i que això no significa que hagi estat fàcil, ni molt menys. Pel mig hi hagut una pandèmia que ha fet que tots i totes donéssim el millor de cadascú de nosaltres i crec que hem sabut superar aquesta etapa tan dura amb bona nota.

En el cas de SUMAR, mitjançant un compromís i una dedicació dignes de tota lloança, però sobretot amb una sensibilitat envers els usuaris i usuàries del centre que un cop més vull agrair públicament. Un agraïment que vull fer extensiu a tot l'equip de treballadors i treballadores del centre per la gran feina que està duent a terme. Nosaltres, des de l'Ajuntament, els hem intentat ajudar en tot allò que hem pogut i els hem acompanyat en aquest viatge. I crec que no m'equivoco si asseguro que tots plegats hem fet un bon equip, sigui dit amb tota la modèstia del món.

Amb la tornada a la normalitat, el Centre de Serveis El Tossal també ha anat recuperant el pols d'allò que hauria d'haver estat el seu dia a dia en cas que no hi hagués hagut pel mig aquesta maleïda pandèmia. Avui dia, l'equipament està en plena ocupació, amb les vint places a disposició de la gent, de la nostra gent. També ens hem retrobat amb activitats que havíem hagut de

deixar aparcades, com ara les festes amb les famílies i l'excursió anual. O les trobades intergeneracionals amb els nens i nenes de l'escola, que ens han permès viure un retrobament que petits i grans esperaven amb moltes ganes.

I no tot han estat recuperacions i reactivacions, sinó que també s'han posat en marxa noves activitats, com ara una coral en la que no només hi participen els usuaris del centre, sinó que també compta amb gent de fora.

Per tot plegat, només puc que mirar amb satisfacció tot el que s'ha fet i el que s'està fent i el cert és que allò que hem aconseguit em fa sentir optimista de cara al futur. Un futur que entenc que passa per consolidar tot allò que hem assolit fins avui i per continuar teixint complicitats i ponts per millorar el que tenim i així seguir creixent. Un futur basat en la confiança mútua, en una entesa que és indispensable per continuar avançant i que estic segur que no es debilitarà sota cap concepte perquè tots som conscients que el més important és el benestar del col·lectiu de persones del centre.

No voldria acabar sense desitjar-vos, com sempre, molta salut a tots i a totes, tot recordant que, malgrat que sembla que estem en bona disposició per tal que aquella 'normalitat' a la qual em referia abans sigui plena, sempre hem de seguir les recomanacions de les persones que vetllen per la salut de la comunitat i molt especialment de la gent del Centre de Serveis El Tossal, un espai que, amb l'esforç de tothom, ha esdevingut un equipament de referència al nostre poble.

David Masot Florensa

Alcalde de Maials



EDITA



SERVEIS PÚBLICS
D'ACCIÓ SOCIAL
DE CATALUNYA

Parc Científic i Tecnològic de la UdG
Edifici Narcís Monturiol
Emili Grahit, 91. Bloc B – 3a Planta
17003 Girona
Tel. 972 439 168
info@sumaracciosocial.cat
www.sumaracciosocial.cat

DESEMBRE 2022

PRESIDENT:

Josep Maria Vidal

DIRECCIÓ GENERAL:

Estanis Vayreda

ADJUNTA DIRECCIÓ GENERAL:

Mariona Rustullet

DIRECCIÓ TÈCNICA I DE

QUALITAT:

Elisenda Serra

DIRECTORA DEL CENTRE:

Susana Eres

COORDINACIÓ I EDICIÓ:

Anna Tarafa (responsable de comunicació)

REDACCIÓ:

Equip de professionals del centre
Anna Tarafa

DISSENY I MAQUETACIÓ:

Estudi Oliver Gràfic

FOTOGRAFIES:

Arxiu fotogràfic de SUMAR

PERIODICITAT:

Semestral

www.sumaracciosocial.cat

Més de deu anys dels Serveis d'Atenció Integral per a la gent gran del món rural

Els SAIAR o Serveis d'Atenció Integral en l'Àmbit Rural neixen l'any 2009 com a prova pilot del Departament de Drets Socials de la Generalitat de Catalunya amb dos objectius: afavorir l'envelliment rural i a domicili i facilitar l'accés a les persones d'entorns rurals amb necessitats assistencials als serveis d'atenció especialitzada. Es creen pràcticament al mateix temps que SUMAR i també com a un element més de suport al desplegament del sistema català de serveis socials, d'acord a la Llei 12/2007.

En aquest context, els SAIARS o centres de serveis s'estructuren com una plataforma de serveis a municipis de menys de 5.000 habitants on s'ofereixen programes d'atenció d'acord a les expectatives i necessitats de cada territori per poder garantir el contínuum assistencial durant totes les fases de l'envelliment, des dels vells joves a vells amb situacions ja de fragilitat i/o dependència. Acompanyar les persones grans en les diferents etapes d'evolució cap a la dependència, donar suport a la família o persona cuidadora i oferir la continuïtat en el desenvolupament de les activitats diàries en el seu entorn immediat són els principals objectius del projecte.

Amb el suport i la col·laboració del Departament de Drets Socials de la Generalitat, al llarg de 2010 vam posar en marxa els primers sis centres de serveis. Al 2011, n'incorporem tres més i així successivament fins arribar als catorze centres de serveis que gestionem avui. El de Maials es va incorporar l'any 2015.

Més de deu anys d'existència demostren l'èxit d'aquests serveis basats en un model d'atenció centrada en la persona pioner a Catalunya que ofereix una atenció personalitzada amb una àmplia oferta d'activitats pensades per fomentar l'autonomia i el benestar de les persones en un entorn de proximitat a la pròpia llar.

S'ha demostrat que els centres de serveis són el relleu natural dels centres de dia, els quals es basen en una normativa de fa més de 20 anys. Els centres de serveis són un recurs més modern, flexible i amb més serveis. Són una molt bona alternativa per combatre la solitud a casa i passar-se els dies i les setmanes amb molt poca activitat. Una solitud que pot provocar un deteriorament més ràpid de les capacitats físiques i cognitives de la persona gran com ha evidenciat la Covid-19 amb l'aïllament social a què ens va obligar.

Per això, a mesura que la situació epidemiològica ha millorat, no hem escatimat esforços per anar recuperant la normalitat de les activitats i les interaccions socials amb l'entorn. Ha calgut un treball intens i extraordinari de les treballadores dels centres, però també la predisposició i col·laboració de les persones usuàries i de les seves famílies. I aprofitem per agrair a tothom la seva aportació, que, tot i les mesures de prevenció i seguretat per evitar contagis, encara vigents, ens ha permès recuperar al màxim la normalitat convivencial i les activitats als centres. Una normalitat que queda reflectida en aquest nou número de la revista SUMEM especial pel centre de serveis de Maials.

Josep M^a Vidal i Vidal. *President*

Estanis Vayreda i Puigvert. *Director General*



SERVEIS PÚBLICS D'ACCIÓ
SOCIAL DE CATALUNYA

FEM BALANÇ DEL 2022

A CÀRREC DE SUSANA ERES,
DIRECTORA TÈCNICA DEL CENTRE DE SERVEIS

L'inici d'any va ser una mica estrany per a nosaltres. El Centre de Serveis va estar tancat a causa de la Covid-19 fins a meitat del mes de gener. I al llarg d'aquest any hem anat passant per diverses etapes per fer front a la pandèmia. Les mesures de seguretat i prevenció van continuar molt estrictes fins al mes de juny: el manteniment de les distàncies de seguretat, l'ús de la mascareta, la impossibilitat de compartir materials, el rentat de mans amb gel hidroalcohòlic molt sovint, la impossibilitat de poder entrar al centre les persones usuàries dels tallers externs, les famílies,...

No va ser fins al mes de juny que les mesures es van començar a relaxar i així hem arribat fins avui. Ara ja podem anar sense mascareta, podem fer activitats conjuntes en un mateix espai, podem compartir materials, els familiars i altres persones que ens visiten poden entrar al centre i sense mascareta.





Aquesta relaxació de les mesures també ens ha permès recuperar moltes accions i activitats relacionades amb el model de treball d'Atenció Centrada en la Persona (ACP) que la pandèmia ens havia obligat a deixar de fer, com poder ajudar a parar i desparar taula a l'hora dels àpats, a poder-se servir el menjar un mateix, a posar les setrillers al mig de la taula perquè cadascú es pugui amanir el menjar segons els seus gustos i preferències, a ajudar a passar l'escombra per la sala, a estendre o plegar els tovallons i

les tovalles..., Són petites accions, però molt significatives que ajuden a fomentar l'autonomia i la mobilitat de les persones grans, a la vegada que milloren la seva autoestima, fent-les sentir útils i com a casa.

També hem recuperat projectes intergeneracionals amb els nens i nenes de l'escola Otegesa de Maials. Per Carnestoltes els nens i nenes van venir a fer-nos una desfilada de disfresses, per Pasqua les persones usuàries van pintar un ou de Pasqua

per cada infant de l'escola. Vam participar amb un parell de cançons en el Festival de No a la Guerra que va organitzar l'escola en motiu de la seva Setmana Cultural i hem iniciat el Projecte de Lectura en veu alta on un grupet de cinc o sis nens i nenes de cicle mitjà van venir a llegir-nos un llibre.

Una altra novetat d'aquest any és la incorporació d'una psicòloga a l'Àrea Bàsica de Seròs per donar

un millor servei a la comunitat i va iniciar el seu projecte amb unes xerrades al centre de serveis sobre el benestar físic i emocional de les persones grans que han incorporat sessions de treball de les emocions generades per la pandèmia i els confinaments que se'n van derivar. Amb ella hem parlat de com desfer-nos dels nervis, d'aprendre a valorar-nos, de com treure les emocions, de com tenir bons hàbits per sentir-nos millor...,





I després de dos anys hem tornat a organitzar la Festa de Primavera amb les famílies. Una festa molt esperada per a tots i totes que, a més de la preparació de la decoració dels espais i d'un detall per a totes les persones que hi van assistir, va incloure un recital de poesies, un espectacle d'acrobàcies per part dels nens i nenes de l'escola i una paella boníssima per dinar.

I l'excursió anual. Hem anat al Castell del Remei i ens hi han acompanyat algunes famílies i senyores usuàries dels tallers externs de gimnàstica i d'estimulació cognitiva.

Al setembre també hem fet una sortida a les piscines de Maials. I al llarg de l'any també hem anat recuperant l'organització de xerrades amb temes d'interès per a les persones usuàries,

les seves famílies o qualsevol altra persona del territori. Al juny se'n va fer una sobre el bon tracte a les persones grans i una altra de com prevenir el deteriorament cognitiu. I al setembre se n'ha organitzat una altra sobre l'Alzheimer.

Hem organitzat racons pel centre també amb

l'objectiu de fomentar l'autonomia i poder escollir què fer en qualsevol moment: el racó de la lectura, el de la música, el de la informàtica, l'hort. Moltes persones surten a passejar per l'hort, a prendre el sol o la fresqueta en un dels bancs que hi ha, a cuidar les plantes, regar-les, collir-les,...





I finalment hem creat la Coral Veus de Ponent. A moltes persones usuàries els agrada molt cantar i el que va començar com una broma s'està convertint en una realitat. Gràcies a una persona vo-

luntària a qui li agrada molt la música i és molt voluntària amb la gent gran, s'han començat a fer assajos i esperem poder donar a conèixer la coral ben aviat.



QUÈ M'AGRADA?

La nostra gent i les activitats que els hi agraden

LES PERSONES GRANS



MANUEL ARBONÉS ORÓ. 94 anys ALMATRET

Lloc de naixement: Artesa de Lleida
Usuari des del 4 de maig de 2016

Què m'agrada

A en Manuel li agrada escoltar a la ràdio les notícies de l'actualitat política i de futbol, llegir i conversar amb la família. De jove, li agradava anar a la platja i també li agradava molt la música i tocar el trombó, afició que continua al centre cantant amb el grup durant l'activitat de música o taral·lejant cançons moltes estones mentre està fent altres activitats. També li agraden les

fitxes d'estimulació cognitiva que treballen la simetria.





LORETO LLINÀS MATEU. 77 anys LLARDECANS

Lloc de naixement: Llardecans
Usuària des del 15 d'abril de 2021

Què m'agrada

Li agrada molt fer ganxet i labors. Per guanyar algun dineret per casa feia gorres quan era jove. Li agradava molt anar al cinema però s'aixecava molt aviat al matí per anar a repartir la llet que el pare munyia de les vaques de la família i mai podia acabar de veure les pel·lícules. Al centre li agraden molt les activitats orals com el penjat o les paraules encadenades i també troba molt interessants les xerrades informatives que se'ls ofereixen. Diu que sempre n'aprèn alguna cosa.





RAMONA PAU MIRÓ. 75 anys MAIALS

Lloc de naixement: Torres de segre
Usuària des del 15 de març de 2022

Què m'agrada

Des de que es va jubilar, li agrada molt pintar mandales i dibuixos de paisatges. També li agraden molt els treballs manuals i la cuina, principalment fer postres.



SALVADOR SANTAULARIA MIR. 90 anys MAIALS

Lloc de naixement: Serós
Usuari des del 29 d'octubre de 2019

Què m'agrada

En Salvador ha estat sempre una persona molt parladora a qui li agrada molt anar al cafè a fer tertúlia amb els amics. Li agrada jugar a fer solitaris i cuidar l'hort del centre.





AGUSTÍ FIGUERES CUMÍ. 85 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuari des del 31 de gener de 2022

Què m'agrada

Li agrada molt anar a caçar amb el seu germà conills i perdius. Anar al cafè a conversar amb els amics, al cine i a ballar. Li agradava moltíssim viatjar i conèixer països, els seus paisatges, tradicions i el menjar tradicional de cada lloc que visitava. Al centre de serveis li agrada molt col·laborar amb els treballs manuals que s'organitzen.



PILAR PORTOLÈS LAX. 82 anys SERÓS

Lloc de naixement: Fraga
Usuària des del 12 de març de 2020

Què m'agrada

Li agrada molt cosir, quan era joveneta es feia tots els vestits, i sortir a passejar. Els diumenges sol sortir a passejar per conversar amb les amigues i anar a missa. Al centre li agrada molt poder ajudar a escombrar, a estendre roba..., i a recitar poesies.





M^a DEL CARMEN JOVÉ JOVÉ. 82 anys SERÓS

Lloc de naixement: Serós
Usuària des del 14 d'abril de 2021

Què m'agrada

Des de ben joveneta que li han agradat les labors i anar al tros. Li encanta poder estar sota d'un arbre i triar la fruita més gran i madura per menjar-se-la amb el silenci de la natura i gaudir del paisatge de la finca. Al centre es cuida molt de l'hort i també col·labora fent bufandes que es porten a una associació que les reparteix a persones vulnerables de la societat.



TERESA BENAVENT SABATÉ. 83 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuària des del 4 d'abril de 2022

Què m'agrada

Sempre li ha agradat molt ballar i sortir al carrer a parlar amb les veïnes. De joveneta vaig fer corte y confección i es feia tota la roba que portava. Encara li agrada molt, però la vista no l'acompanya gaire. Després de dinar li agrada poder fer una partida de cartes amb les amigues i també li agrada molt poder cuidar-se de les plantes que hi ha al jardí.





JOSEP MIRÓ ARESTÉ. 87 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuari des del 13 de juny de 2022

Què m'agrada

Li agrada molt llegir llibres d'història i de fets reals i mirar el futbol. El seu equip favorit és el Barça. També li agrada molt anar al cafè a conversar amb els amics i jugar al dominó. I de més jove li agradava viatjar molt. Al centre es baixa llibres que ha començat a casa per poder acabar-los quan abans millor. I ha après a fer reixa. Li agrada molt i fins i tot s'ha fet una bosseta de mà per a guardar-hi les claus de casa.



TERESA VILA FENOSA. 73 anys ALMATRET

Lloc de naixement: Almatret
Usuària des del 17 de febrer de 2022

Què m'agrada

A la Teresa li agrada molt escoltar música, sortir amb les amigues i sobretot mirar la televisió. Al centre el que més li agrada fer són les fitxes d'estimulació cognitiva que l'ajuden a mantenir la ment activa.





MARTA ARESTE ARESTÉ. 84 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuària des del 5 d'octubre de 2020

Què m'agrada

A la Marta li agrada molt pintar, tant és que sigui un quadre amb pintura a l'oli com una mandala amb llapis de colors. Al centre aprofita totes les estones que pot per pintar mandales i té els seus colors preferits guardats en una capseta. La pastisseria també ha estat una activitat que sempre li ha agradat molt.



MARIA ALONSO MORA. 88 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuària des del 5 d'octubre de 2020

Què m'agrada

La Maria era una gran pintora de quadres a l'oli. La música també li ha agradat sempre molt i quan reconeix alguna de les seves cançons preferides la canta i, fins i tot, la vol ballar. Llegir llibres o revistes del cor encara li agrada molt i també passa moltes estones del dia amb les agulles de fer mitja.





MARIA MARTÍ SABATÉ. 73 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuària des del 3 de maig de 2021

Què m'agrada

La seva gran afició sempre ha estat cosir i, fins i tot, es va poder guanyar la vida cosint. Li agrada molt jugar al bingo i s'ho passa molt bé amb les sortides que fem al poble.



ANTONI FLORENSA PRATS. 90 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuari des del 5 d'octubre de 2020

Què m'agrada

Sempre ha tingut curiositat i li agrada molt la música. De jove li hauria agradat ser capellà perquè així hauria pogut estudiar música. També li agrada molt llegir i diu que quant més gruixuts són els llibres més li agraden. Al centre passa moltes estones fent pedals perquè diu que és una activitat que l'ajuda a mantenir bona salut.





ROSA PIÑOL MORA. 76 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuària des del 13 de juny de 2022

Què m'agrada

La Rosa és una persona molt dinàmica a la que sempre li agrada estar fent alguna activitat. Al centre té moltes ganes d'aprendre coses que no ha fet mai com ara fer reixa i gimnàstica.



JOSEP PRATS SABATÉ 81 anys MAIALS

Lloc de naixement: Maials
Usuari des de l'11 de gener de 2021

Què m'agrada

El que més li agrada fer a en Josep és llegir el diari i passejar.





MONTSERRAT SANCHEZ FOLCH. 84 anys SERÒS

Lloc de naixement: Fraga
Usuària des de l'1 de setembre de 2022

Què m'agrada

A la Montse li agrada llegir i també fer treballs manuals. A casa li agradava molt fer totes les tasques domèstiques i cuidar-se de les plantes.



M^a ELENA FLORENSA JOVÉ. 79 anys SERÒS

Lloc de naixement: Seròs
Usuària des del 2 de novembre de 2021

Què m'agrada

A la M^a Elena li agrada molt tenir converses amb tothom, cantar i ballar. Al centre ajuda moltes estones a plegar tovallons i s'ho passa molt bé quan es preparen diferents treballs manuals.



LES PROFESSIONALS



LOURDES VILARRUBLA FENÉS 48 anys. Alcarràs

Lloc de naixement: La Seu d'URGELL

Incorporació al centre de serveis: 29 de setembre de 2021

Què m'agrada

A la Lourdes li agrada ballar, viatjar, fer treballs manuals, llegir i cuinar, sobretot receptes de rebosteria i pastisseria. Diu que és molt feliç fent activitat al centre i veient com s'ho passen de bé les persones usuàries amb els serveis que s'hi ofereixen.



TERESA CALZADA IBARS 58 anys. Seròs

Lloc de naixement: Aitona

Incorporació al centre de serveis: Maig de 2017

Què m'agrada

Tot i que fer caminades i esport agrada molt a la Teresa, la seva activitat preferida és la lectura. Al centre de serveis diu que li agrada molt l'activitat de música i fer treballs manuals amb les persones usuàries, tot i que, si n'ha d'escollir una, no sap quina triar perquè s'ho passa molt bé fent qualsevol activitat amb les persones usuàries.



Estiraments de maluc

- Per ajudar a mantenir i/o millorar l'estabilitat del cos i la flexibilitat.
- També poden ajudar a alleugerir dolors i patologies de la zona.

EXERCICI 1:

Flexió i extensió. Col·locar-se de peu amb el costat esquerre del cos al costat d'una cadira recolzant la mà esquerra. El braç dret se separa lleugerament del cos. Els peus estan lleugerament separats a l'alçada dels malucs i alineats mirant endavant.

Aixecar la cama dreta estirada endavant realitzant un moviment de flexió de maluc. Mantenir la posició durant uns segons i portar la cama cap enrere i cap amunt sense flexionar el genoll, fent un moviment d'extensió de maluc. Mantenir la posició breument durant uns segons. Repetir la seqüència de 10 a 20 vegades. Repetir el mateix procés amb la cama esquerra.



EXERCICI 2:

Abducció i adducció. Col·locar-se de peu darrere el respall d'una cadira recolzant les dues mans. Els peus estan lleugerament separats a l'alçada dels malucs i alineats mirant endavant. Aixecar la cama dreta estirada realitzant un moviment d'abducció de dreta cap esquerra. Mantenir la posició durant uns segons i portar la cama de dreta cap a esquerra fent un moviment d'adducció. Mantenir també la posició durant uns segons. Repetir la seqüència de 10 a 20 vegades de manera lenta, rítmica i contínua. Fer el mateix procés per la cama esquerra.



Mantenir la posició durant uns segons i portar la cama de dreta cap a esquerra fent un moviment d'adducció. Mantenir també la posició durant uns segons. Repetir la seqüència de 10 a 20 vegades de manera lenta, rítmica i contínua. Fer el mateix procés per la cama esquerra.

Molt important: Si existeix alguna patologia crònica, cal consultar amb una especialista abans de realitzar aquests exercicis. El dolor lumbar o de genolls pot limitar els moviments i s'haurien de fer amb menys amplitud.

ACTIVA LA TEVA MENT!

A càrrec d'**Antonia López**, treballadora social i directora del centre de serveis dels Hostalets de Pierola



1 Còpia a la graella de la dreta el que veus a la de l'esquerra

2 Titlla el nombre que és diferent al primer de la fila

6869547	6869547	6869547	6699547	6869547	6869547
5455621	5455621	5455621	5455621	5656621	5455621
3561478	3561478	3561478	3567478	3561478	3561478
6742589	6742589	6742589	6742589	6742589	6742689

3 Llegeix tantes vegades com vulguis, i intenta repetir sense mirar

Plou poc, però per al poc que plou, plou prou

Duc pa sec al sac, m'assec on sóc i el suco amb suc.

Una gallina tica-xica-mica, cama-curta i ballarica va tenir set polls tics-xics-mics, cama-curts i ballarics.

A les sis tinc set, el càntir és buit, és nou i encara es deu.

En cap cap cap el que cap en aquest cap.

SABIES QUE...?

L'aïllament social i la soledat poden provocar problemes greus de salut a la gent gran, com per exemple, la depressió

- + El manteniment de les relacions amb familiars i amics i la realització d'activitats aporten moments d'alegria i distracció que ajuden a millorar el benestar i l'autoestima de la persona gran.
- + La inactivitat és un dels pitjors enemics de l'aïllament social. Fer activitats ajuda a mantenir la ment ocupada i és una manera de fer exercici físic.

Accions per combatre l'aïllament social i la inactivitat de la gent gran:

- + Rebre visites i trucades telefòniques o de vídeo sovint.
- + Realitzar activitats que agradin a la persona. No cal que siguin grans activitats però sí que han de ser activitats significatives per a la persona: treballs manuals, ganxet, jocs de taula, sortir a passejar, tasques domèstiques, ...
- + Seguir rutines diàries a partir d'un horari preestablert que impliqui el compromís de realitzar una sèrie d'activitats.



Amb el suport de:



SUMAR

Parc Científic i Tecnològic de la UdG
Edifici Narcís Monturiol - C. Emili Grahit, 91.
Bloc B - 3a pl. - 17003 Girona
Tel. 972 439 168
info@sumaracciosocial.cat

CENTRE DE SERVEIS

C. Barceloneta, 95
25179 Maials
Tel. 973 130 595
csmaials@sumaracciosocial.cat

www.sumaracciosocial.cat

csmaials.wordpress.com

[@csmaials](https://www.facebook.com/csmaials)

[@CS_Maials](https://twitter.com/CS_Maials)