

LA REVISTA DE LES PERSONES GRANS

# SUMEM

Desembre 2019

**MOLÍ DE CUC**  
Centre de dia - Anglès



Núm  
**05**



04 ACP-SUMAR

10 Què fem?

18 El racó  
de la nostra  
gent gran

20 Coneix  
els nostres  
professionals

22 Activa't!  
Treball del cos  
i de la ment

*"Col-laboro en tot el que puc i m'agrada que em tingueu en compte per tot", ens comenta l'Encarna.  
"A mi m'agrada que em demaneu la meua opinió i tingueu en compte el que jo penso", comenta en Joan.  
I en Pep precisa: "I si organitzem nosaltres el bingo, ens ho passem molt millor!"*

Que diferent que és poder decidir quines activitats vull fer i quines no! Per això, des d'un primer moment, a SUMAR s'ha tingut molt clar que, a més de cuidar a la gent, s'ha d'escoltar.

A la Paquita li agrada estendre la roba, posar les rentadores, escombrar, ajudar a desparar la taula, netejar les tovalles, plegar-les... Són feines que ha fet tota la vida i poder-les fer, encara que d'una manera diferent de com ho havia fet en el passat, a més d'ajudar-la a sentir-se útil i activa, li comporten altres beneficis importants en la seva salut, com ara la millora de l'autoestima i del seu estat anímic.

L'experiència acumulada dels darrers 10 anys en la gestió d'equipaments i serveis públics, així com un estudi comparatiu sobre l'impacte positiu de l'Atenció Centrada en la Persona (ACP) sobre el benestar, la qualitat de vida i la felicitat de les persones, ens permet afirmar amb contundència que anem pel bon camí i que estem liderant un canvi de paradigma en els models d'atenció a la gent gran.

El nostre model d'atenció centrada en la persona és una oportunitat per donar resposta a les preferències i expectatives de les nostres persones grans i de les noves generacions que hi arribaran. I en aquest número trobareu, una vegada més, un reflex.

---

**Estanis Vayreda i Puigvert.** *Director General*  
*SUMAR, Serveis Públics d'Acció Social de Catalunya, S.L.*

---

## 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 2019

### PRESIDENT:

Josep Maria Vidal

### DIRECCIÓ GENERAL:

Estanis Vayreda

### COMITÈ DE DIRECCIÓ:

Mariona Rustullet (directora  
tècnica)  
Gabriel Llagostera (director de  
gestió de persones i organització)  
Salvador Peña (director  
administració i finances)

## DIRECTORA DEL CENTRE:

Tina Galofré

## COORDINACIÓ I EDICIÓ:

Anna Tarafa

## REDACCIÓ:

Equip de professionals del centre  
Anna Tarafa (comunicació)

## DISSENY I MAQUETACIÓ:

Estudi Oliver Gràfic

## FOTOGRAFIES:

Arxiu fotogràfic de SUMAR

## PERIODICITAT:

Semestral

[www.sumaracciosocial.cat](http://www.sumaracciosocial.cat)

Benvolguts i benvolgudes,

Ara fa sis mesos, en aquesta mateixa revista, comentava que m'estrenava com a regidora de Sanitat, Salut i Servei a les Persones i que em feia molt feliç.

També parlava de la tasca que es feia des del centre de dia El Molí de Cuc.

Un centre de dia és, segons el Departament de Treball, Afers Socials i Família, "un servei d'acolliment diürn que complementa l'atenció pròpia de l'entorn familiar, amb els objectius d'afavorir la recuperació i el manteniment de l'autonomia personal i social, mantenir la persona en el seu entorn personal i familiar en les millors condicions i proporcionar suport a les famílies en l'atenció a les persones grans dependents".

Després de sis mesos, puc afirmar que el centre de dia El Moli de Cuc compleix amb escreix aquesta descripció.

He pogut participar en la cloenda del programa 'Apadrina un avi', així com a la festa anual del centre i a la xocolatada que van fer per les Gales, i vaig observar que són com una gran família. Els nostres avis són atesos amb totes les garanties. Les treballadores i treballadors del centre tenen cura d'ells, no només en l'àmbit assistencial, sinó també en l'àmbit emocional, que segurament és molt més important que la cura física.

Des de l'Ajuntament i, especialment des de la meva regidoria, us volem donar les gràcies per cuidar de la nostra gent gran i us encoratgem a continuar amb la vostra tasca com ho heu estat fent fins ara. Per part meva faré tots els possibles perquè la nostra gent gran pugui gaudir d'un centre de dia cada dia millor.

Aprofito per desitjar-vos unes bones festes.

---

**Neus Moragas i Fontané**

*Regidora de Sanitat, Salut i Atenció a les Persones*

---



# RUTINES QUE EM FAN SENTIR BÉ

**Cristina Campoy** 82 anys - La Celler de Ter



*Hace unos años que soy viuda y mi familia me dijo de venir al centro de día para estar acompañada y hacer cosas y estar distraída. Me gusta mucho venir, tengo amigas y me lo paso muy bien.*

Por la mañana viene Cristóbal, el chófer, a buscarme con una furgoneta grande. Siempre la tiene muy limpia. Es muy buen chico y siempre me espera y me ayuda. Luego vamos a buscar a las otras compañeras por los pueblos. Me lo paso muy bien porque paseo, charlamos, veo las calles bonitas y eso me alegra la mañana.

Cuando llegamos al centro, la chica me ayuda a bajar de la furgoneta y ya nos tiene el desayuno a punto. Me gusta la leche calentita y algo dulce para comer. Luego, esperamos a que lleguen todos, que coman tranquilos, y así yo me voy un ratito al sofá, veo las noticias y cuando terminan todos ya nos ponemos a la faena.

Las cosas que más me gustan hacer son las cosas de casa, como tender ropa, recogerla, plegar toallas, manteles y servilletas. También me gusta ayudar a preparar las ensaladas de la comida, a cortar el pan, a poner las mesas, a barrer... Eso me hace sentir bien porque siempre me dicen lo bien que lo hago y me dan las gracias. A mí me gusta ayudar a todo el mundo y a una también le gusta saber que aun vale y se la tiene en cuenta.

Aquí también hacemos gimnasia, a veces cantamos, hacemos juegos de memoria, salimos a pasear por fuera o a comprar cosas pequeñas al supermercado. Pero lo que más me gusta en vida son los niños pequeños. Disfruto cuando vienen de los colegios a cantar o a pasar el rato con nosotros. Cuando salimos de paseo, siempre nos paramos en la reja de la guardería a ver a los niños chiquitines, les decimos cosas, se ríen... Yo rezo siempre por todos los niños del mundo, que no pasen hambre, que tengan sus padres y una casa. No sé leer ni escribir, pero yo rezo mucho, mucho. Por todos, y por los que estamos en el centro, también. Me lo paso muy bien y me gustaría que más personas vinieran para que también fueran felices como yo.



## Isabel Zamora 83 anys - La Celler de Ter

*Vinc al centre cada dia, de dilluns a divendres. Em porten a les 8:30 del matí i ja m'espera la Rosa amb l'esmorzar a punt. Després, comencem a fer activitats lliures. Sobretot, faig el que més m'agrada: pintar, xerrar, fitxes de memòria... Em fan sentir bé. També fem tallers de cuina deliciosos per menjar per postres o per berenar.*

Tenim un hort petit amb una mata de bledes que vaig plantar jo. M'agrada molt treballar a l'hort, m'agradaria que hi hagués més verdures per cuidar. També m'agrada que vinguin els voluntaris i les voluntàries, que sempre ens porten coses i pensen en nosaltres. És d'agrair.

A mig matí, molts dies sortim una estona a donar la volta pels voltants, a vegades fins a la plaça de La República, i seiem una estona o fem la volta cap a la piscina, segons les que som. Em va molt bé per les cames sortir a caminar. Acompanyada és molt millor.

Després ens comencem a preparar per dinar. Algunes parem les taules i, quan ja surt el menjar, tothom és a taula. Després del cafè vaig cap a la butaca a mirar les notícies i és el meu moment de descans. Quan arriba la gent de la tarda, ens comencem a aixecar.

Cada tarda toca una mica de gimnàstica per fer bellugar el cos i no oxidar-nos. Quan acabem, ens ajuntem unes quantes i juguem unes partides al dòmino. També m'agrada molt jugar tots junts al bingo, és molt entretingut.

A les 5 de la tarda demano el berenar i m'espero que em recullin; torno cap a casa, ja s'ha acabat el dia al centre. M'agrada molt venir cada dia i gaudir d'estones fent coses tots junts. Vinc al centre perquè a casa estic sola i m'avorreixo, i quan vinc aquí em distrec unes hores i em sento acompanyada.

Sí que voldria afegir que m'agradaria fer més excursions a l'aire lliure i fora del poble. Quan al maig vam anar a Banyoles amb la barca, va ser preciós. M'ho vaig passar molt bé. M'agradaria anar a la Salut o a la Fageda, que diuen que és molt maco a la tardor.



## Montserrat Rabionet 86 anys - Anglès

*Hi ha temporades que he vingut més, però ara vinc a les tardes. Em porten sempre els de casa o una noia que ens ajuda. A vegades em fa mandra venir, però després, quan hi sóc, m'ho passo bé. Arribo a les 3 i de seguida em proposen coses per fer.*

M'agrada molt pintar amb pintura, els treballs manuals, fer fitxes de sumar i restar i jocs orals de lletres, paraules, noms, números. Quan fem sumes en veu alta, soc la primera de contestar i sempre em feliciten.

Tothom fa el que li agrada i les treballadores ens ajuden si alguna cosa ens costa. També m'agrada molt llegir revistes i comentar el que hi surt amb la resta. Sempre en tenen alguna per dir. Riem molt, sobretot amb la Paquita de Can Tarrés, que sempre seu a prop meu.

Cada dia fem gimnàstica, però quan hi ha coses que em costen de fer, faig fins on arribo. A vegades ho fem amb música, a vegades ho fem amb noms.

Aquí ens ho passem bé i xerrem una estona. Qui vulgui venir, que vingui i així ho veurà amb els seus propis ulls!



**Beatriz Hernández 73 anys - La Celler de Ter**

*Venir al centre de dia em fa feliç perquè em sento com a casa. Aquí faig tot el que m'agrada: pintar, ganxet, ajudar quan es fan tallers de cuina... És molt divertit, sobretot quan ens ho mengem!*

Les noies són molt atentes i amables. Si hi ha alguna cosa que no sé, elles m'ajuden amb un somriure. Quan vaig arribar, necessitava moltes atencions, però a poc a poc m'he anat refent i ja em puc valdre una mica més per mi sola. M'ha ajudat molt venir aquí.

En Cristóbal em recull amb la furgoneta a les 8 i em torna a casa cap a quarts de 6. Passo bona part del dia aprenent coses noves i gaudint de la companyia de la gent del centre. M'agrada cuidar-los, a vegades poso crema a les mans de la Maria o li pinto les ungles. Són una segona família. Soc molt afectuosa i m'agrada que també ho siguin amb mi. També m'agrada molt escoltar les històries que expliquen; coses d'abans, coses de la vida, de la família.

M'agradaria fer alguna excursió i gaudir de l'aire lliure amb la gent del centre. Podríem anar a Santa Bàrbara, a la Salut, a Montserrat... Estic molt contenta, perquè sempre hi ha alguna cosa a fer i no ens deixen avorrir.

A vegades fem paradetes, com la del dia de la dona, que vam fer llaços liles; o la parada de Sant Jordi, amb treballs manuals fets per nosaltres. Fer treballs manuals fa que l'estona sigui més divertida, em relaxa molt. M'agrada fer coses per les noies que treballen al centre; a vegades algun clauer o algun detall fet meu, sempre vaig pensant a veure què més puc fer.

Anem de passeig, a comprar al súper, a donar un vol pel poble i xerrem amb qui ens trobem, cada dia és diferent. M'agrada jugar al dòmino, al bingo, fer jocs orals, participar quan venen els alumnes del Projecte 'Apadrina un avi'... En definitiva, a tot el que ens proposen. M'ho passo molt bé i sempre espero amb ganes tornar l'endemà.





# PROGRAMA D'ACTIVITATS\*

JULIOL - DESEMBRE 2019

## QUÈ FEM?

### EL DIA A DIA

#### Activitats domèstiques





## Activitats de lliure elecció



## Cuidem el jardí i l'hort





## Fisioteràpia al pati



## Exercici físic



## Treballs manuals





## Taller de cuina





## Activitats intergeneracionals



## Jocs de manipulació





## Jocs d'atenció i de memòria



**Projecte peixera**



**Fem reixa**



**Bingo**





## Tardes de música



## Jocs de taula



## Estimulació cognitiva amb TIC



## Fem labors





# QUÈ FEM?

## LES CELEBRACIONS

### Aniversaris



### Cantada i xocolatada de Gales



### Castanyada





## Vermut



## Festa dels 13 anys del centre



## Cloenda 'Apadrina un avi'

## Festa d'Estiu



## Celebrem missa





# QUÈ FEM?

## LES SORTIDES

## Sortides pel poble



## Anem a comprar





# EL RACÓ DE LA NOSTRA GENT GRAN

CONEIXEM A...

**AGUSTINA HERNÁNDEZ**



**Lloc i data de naixement:** Berrocal de Salvatierra (Salamanca), 6 de gener de 1936

**Lloc de residència:** Anglès

**Estat civil:** vídua d'en Valentín Valle

**Pares:** Lino i Júlia

**Germans:** 1, Gonzala

**Fills:** 1, Mari

**Nets:** 2, Xevi i Bena

**Besnets:** 3, Itziar, Unai i Sergi

**Aficions:** Fer ganxet, brodar i pintar

## Agustina, ens pots fer una pinzellada de la teva vida?

Mi infancia y mi juventud las pasé en el pueblo, estudiando lo poco que podíamos y ayudando a los padres en las tareas del campo y los animales. Me gustaba cuidar a todos los animales, disfrutaba mucho y me gusta recordarlo. También disfrutaba de los largos paseos por el pueblo los días festivos con mis compañeros. ¡Y los jamones de mi tierra... ay, qué jamones!

Al poco tiempo de casarme con mi marido, nos trasladamos a vivir a Girona. Vinimos en busca de trabajo y da la casualidad que nos afincamos en Anglès. Primero, vino mi marido Valentín y, a los pocos meses, me vine yo con mi hija Mari.

Al principio hacía faenas por las casas y, finalmente, encontré trabajo fijo en la Gassol, la fábrica textil de Salt. Y nos fuimos a vivir allí.

Durante muchos años, mi vida transcurrió entre el trabajo y la familia. Mi hija se casó, tuvimos nietos... Y no me puedo quejar de cómo nos fue.

Cuando por fin nos jubilamos, nos trasladamos otra vez a Anglès, donde mi hija vivía con su familia, y así nos teníamos más cerca.

Pasaba los ratos bordando y haciendo punto de cruz. Me gustaba mucho. Ahora ya no lo puedo hacer por la vista y las manos. Aun así, cuando me animo aquí en el centro, todavía hago cosas para decorar o para la parada de Sant Jordi, ¡coso





toallas que se desgarran o hasta algunas veces he hecho los bajos de algún pantalón!

Las rutinas que tenía cuando me quedé viuda eran salir a pasear y sacar a la perrita que me regalaron mis nietos. Eso me encantaba, se llamaba Baldufa. Pero me rompí la pierna y, como pasé muchos meses en el hospital, se fue a vivir con una familia de Santa Coloma, que también la cuidan mucho.

### L'ESTADA AL CENTRE

En septiembre del año 2017 me incorporé al centro de día con muchas ganas e ilusión, porque ya lo conocía al haber estado aquí unos años mi Valentín.

Estoy muy contenta de ir, ya que estamos muy entretenidas. Pintar me encanta y es un pasatiempo del cual me he aficionado aquí, en el centro. Me gusta elegir dibujos bonitos, sacar punta a los colores que creo que me irán bien y pintar con calma.

Nos llevamos bien todas las compañeras y pasamos buenos ratos juntas. Salimos de paseo, hacemos de cocinillas, plegamos ropa, cantamos canciones de nuestra juventud... y mucha gimnasia, que va muy bien para la salud.



### LA FAMÍLIA

#### Mari, com valoreu l'estada al centre de la mare?

M'agrada que vingui i estic molt contenta. Crec que per a ella és agradable venir perquè està entretinguda fent cosetes i quan la vinc a buscar a la tarda no té mai pressa per marxar!

M'ensenya el que fa i estem una estona parlant amb les dones que hi ha abans de pujar al cotxe. Estem contents de tenir aquest centre. Gràcies per comptar amb nosaltres.





# CONEIX ELS NOSTRES PROFESSIONALS

CONEIXEM A...

**CRISTÓBAL GONZÁLEZ**

**Xofer del transport adaptat**



En Cristóbal té 51 anys i és d'Anglès. Va començar la feina de xofer del nostre transport adaptat l'abril d'aquest any 2019. Tanmateix, fa 6 anys que fa el transport de treballadors de l'empresa ANTEX.

## **Cristóbal, què t'aporta aquesta feina?**

El primer que haig de dir és que m'aporta una gran satisfacció. En realitat, són diverses. Una d'elles i que està pel damunt de les altres és treballar portant i fent que arribin bé i contents, tant al centre de dia com quan tornen a casa.

Hem de tractar la nostra gent gran tan bé com sigui possible i, per aquest motiu, crec que s'ha de tenir molta cura d'ells durant els trasllats perquè, a vegades, passem per carrers o camins que tenen sotracs i això no agrada gaire.

És per això que cada dia que pujo a la meua eina de treball, la furgoneta, miro de donar el millor de mi, ja que d'això depèn la seguretat i el benestar de les persones que porto durant el viatge.

Una de les altres coses importants és que m'aporta una plenitud immensa, ja que faig la feina que més m'agrada: conduir.

I a la satisfacció que m'aporta conduir hi afegixo la satisfacció que m'aporta que m'hagin donat la confiança de tenir la responsabilitat i la cura de la gent gran. Aquesta aportació és immensament grossa!

## **Com et sent treballant amb persones grans?**

En realitat, la feina és d'estar poca estona amb ells, però durant aquesta poca estona em sento molt bé. Ens expliquem coses mútuament i, a més a més de passar bones estones, mai falten unes rialles.

Se'm pregunta a mi com em sento amb ells, però en realitat el que és més important per a mi és saber que ells se senten bé amb mi. Jo vull que durant l'estona de transport sentin la meua estima, que vegin que estic per ells, que s'ho passin bé. Sempre els rebo amb un somriure a la cara.

Gràcies a Déu, en la meua vida m'han passat i em continuen passant anècdotes divertides, i quan els les explico miro que es distreguin per treure'ls un somriure. A la meua manera! De les altres necessitats ja se'n cuiden les meves companyes de feina, que ho fan molt bé.

Per cert, em sento tan bé amb ells que moltes vegades arribo abans a la feina per estar una estona més amb ells, ja que en els viatges d'anada i tornada no podem xerrar gaire! Com a mínim, jo... Hem de recordar que la seguretat és el primer. És per això que arribo abans o bé em quedo una estona quan els deixo al matí i així xerrem una estona.

## **Què valors, de positiu?**

Puc valorar moltes coses i en tinc diverses de primordials: la nostra gent gran és digna de valorar perquè et diuen l'edat que tenen i quedes parat quan veus tot el que realment encara poden fer. Les persones grans són dignes de valorar perquè segur que no han tingut una vida fàcil i, tot i això, han estat capaços d'arribar a ser com són: UNS VALENTS!

Valoro la lliçó que m'està donant la vida treballant amb ells, i crec que tothom hauria de passar, com a mínim, un mes fent la meva feina. Crec, i no m'equivoco, que la gent pensaria com jo.

Quan el dia de demà arribi, nosaltres també serem gent gran, i quan hi arribem voldrem ser respectats i rebre bones atencions. Per això m'esforço cada dia. També valoro a les meves companyes de feina, ja que fan un treball esplèndid i excel·lent amb ells.



### **Pots explicar-nos alguna anècdota o moment que recordis especialment?**

Els millors moments són quan, a vegades, em poso a jugar amb ells o elles, sobretot al dòmino. Quan em guanyen i veig com riuen, penso que la felicitat és això: petites coses amb gent que et valora. També em va agradar molt l'altre dia perquè, amb la música que posen al centre, vaig estar ballant amb una de les persones grans, l'Agustina. I vaig pensar: vas a la discoteca i no em treu ningú a ballar. I aquí totes estan encantades de ballar amb mi!

Per dins meu vaig pensar com estimo la meva feina i que grans que són! SÓN ESTUPENDS EN TOTS ELS SENTITS. Escrit així, en majúscules.

# **ACTIVA'T! TREBALL DEL COS I DE LA MENT**

## **ACTIVA EL TEU COS**

### **Exercicis per controlar la posició del cos i millorar l'estabilitat**

**A càrrec de **Neus Serra**, fisioterapeuta i directora del Centre de Serveis de Porqueres (Pla de l'Estany)**

Amb l'edat poden aparèixer dificultats visuals que poden fer augmentar la inestabilitat mentre es camina, així com problemes musculoesquelètics com ara atròfia muscular, osteoporosis o artrosi que, a poc a poc, van modificant la postura de la persona i fan augmentar també la inestabilitat postural.

Si a tot això, a més a més, sumem d'altres problemes de salut de tipus neurològic o cardíacs, el risc de caigudes augmenta considerablement.

En aquest número us facilitem un seguit d'exercicis que poden ajudar a equilibrar la postura, millorar la coordinació i afavorir el manteniment del conjunt d'ossos i músculs del nostre cos.





# Exercicis:

## EXERCICI 1:

Ens posem drets prop d'una paret amb una pilota a les mans. Fem pujar la pilota de l'alçada dels malucs fins més amunt de les espatlles, i la fem rodar o lliscar per la paret. Primer, amb una mà i després, amb l'altra.



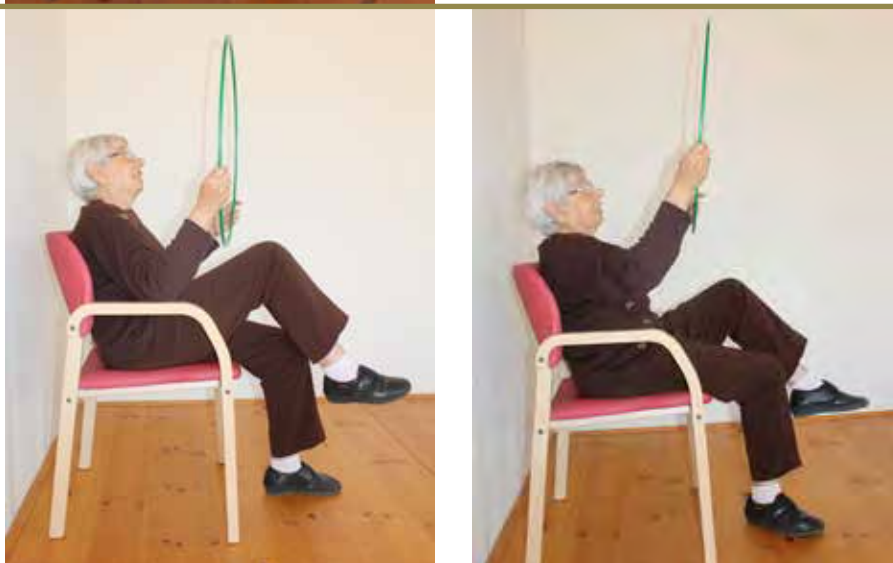
## EXERCICI 2:

Asseguts amb un cercol als peus i una pilota. Anem fent moviments rotatius amb la pilota dins el cercol. 10 vegades amb cada peu i en els 2 sentits.



## EXERCICI 3:

Drets o asseguts amb un cercol a les mans, alçarem el cercol cada cop que alcem el genoll alternativament amb una cama i l'altra.



**Variants de l'exercici:** Aquests exercicis es poden dur a terme amb pilotes de diferents mides, textures i/o pesos. I també descalços, sense sabates.

**Molt important:** Si apareix mareig o dolor agut o prolongat durant un dels exercicis, cal aturar-se i buscar una postura més adequada. No s'han de forçar les articulacions.

# ACTIVA LA TEVA MENT!

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



## 1 Troba els 12 pobles de Catalunya que disposen d'un centre de serveis d'àmbit rural per a la gent gran

E E C I L K D Z T V P Z T T K  
N R N C T H A C O M O A E A Z  
C R G I L O X F R A R S K Y Y  
K I G E K S Q G R I Q P C F I  
O U H Q G T M T E A U O Z L J  
P D E C C A M A L L E R A D Y  
S E P V G L I M A S R T G P M  
I L X Y Z E Y V V N E B U T U  
V L B F F T U Z I T S O L Ó F  
F O G A R S Z F T I N U L J E  
O T T G R A N A D E L L A T U  
V S J C S A N T V I C E N Ç Z  
O X N N Y O I B C T J Q A L X  
W K A A S M O Q S S O P S F M  
F H G R G H N G K U D O F D Z

AGULLANA  
CAMALLERA  
PORTBOU  
PORQUERES  
TORRELAVIT  
MAIALS  
HOSTALET  
GRANADELLA  
FOGARS  
RIUDELLOTS  
SANTVICENÇ  
OLÓ

## 2 Escriu els ingredients que es necessiten per fer un bon brou

---

---

---

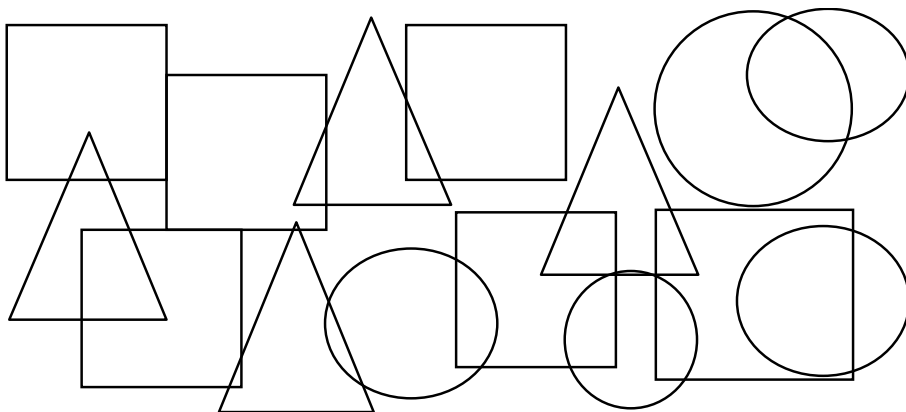
---

---

---

---

## 3 Pinta les figures del color indicat i escriu en el requadre de la dreta la quantitat que hi ha de cadascuna



 ?

 ?

 ?

## 4 Troba el número que ha desaparegut i completa aquesta sèrie numèrica de l'1 al 30

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 10 | 5  | 18 | 6  | 12 | 20 | 2  | 26 | 16 | 8  |
| 22 | 27 | 25 | 17 | 30 | 3  | 14 | 1  | 4  | 15 |
| 9  | 21 | 11 | 28 | 7  | 19 | 29 | 13 | 24 |    |



# SABIES QUE...?



SERVEIS PÚBLICS  
D'ACCIÓ SOCIAL  
DE CATALUNYA



Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya  
Departament de Treball,  
Afers Socials i Famílies



Diputació  
de Girona

**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 DIA**

Joan Coromines, 5  
17160 Anglès  
Tel. 972 421 108  
cdangles@sumaracciosocial.cat

[www.sumaracciosocial.cat](http://www.sumaracciosocial.cat)

Sumar\_asc 

cd\_MoliCuc 

+ **L'Alzheimer és una malaltia evolutiva i que les persones que la pateixen passen per diferents etapes?** En cada una d'elles, les dificultats amb què es troba la persona, la seva família i els seus cuidadors són diferents.

---

+ A la web del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies de la Generalitat de Catalunya pots trobar 4 vídeos amb **idees i consells de com reduir aquestes dificultats**.

---

+ Els 4 vídeos se centren en 4 espais de la llar: **cambra de bany, dormitori, sala d'estar i cuina/menjadore**.

---

+ Els 4 vídeos incorporen imatges i pautes que poden ajudar a conèixer els recursos que existeixen, a saber com funcionen aquests i d'aquesta manera valorar si la solució es pot adequar a l'entorn de la persona i a la seva situació.

---

+ Enllaç a la web:  
**[https://treballiaferssocials.gencat.cat/ca/ambits\\_tematices/persones\\_amb\\_discapacitat/accessibilitat\\_intern/accessibilitat\\_i\\_autonomia/sirius/consells-per-a-latencio-de-persones-amb-alzheimer-us-de-productes-de-suport-i-adaptacio-de-la-llar/](https://treballiaferssocials.gencat.cat/ca/ambits_tematices/persones_amb_discapacitat/accessibilitat_intern/accessibilitat_i_autonomia/sirius/consells-per-a-latencio-de-persones-amb-alzheimer-us-de-productes-de-suport-i-adaptacio-de-la-llar/)**

---

+ Cada cas és diferent i pot ser necessari l'assessorament d'un professional. En els centres d'autonomia personal es pot trobar aquesta orientació individualitzada.