

LA REVISTA DE LES PERSONES GRANS

SUMEM

Desembre 2021

CENTRES DE SERVEIS D'ÀMBIT RURAL
Camallera



Núm
19



04 La vacunació
contra la COVID-19

07 El calendari
d'activitats

14 El racó de la
nostra gent gran

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



Després del malson del 2020 començàvem el 2021 amb l'esperança de la vacuna i la il·lusió de tornar aviat a la normalitat. L'activitat i les ganes de fer coses tornaven amb força al centre de serveis tot i les restriccions i les mesures de seguretat vigents.

L'arribada de la vacuna per fer front a la COVID-19 ha permès reduir el nombre de contagis i la millora de la situació epidemiològica també ha posat fi a la majoria de restriccions.

La COVID-19 ha condicionat el funcionament del centre i la seva distribució. Després d'un any de les primeres vacunes la pandèmia ha perdut força però no s'ha acabat. S'està subministrant la tercera dosi i les famílies encara han de seguir les activitats i celebracions del centre a distància, sense poder entrar a l'interior, ni tant sols per acompanyar a la persona gran a l'arribada o sortida del centre.

Tot i la pandèmia seguim fomentant accions i activitats per potenciar l'autonomia de cada persona. Cada dia busquem i trobem alternatives per equilibrar les mesures de seguretat i prevenció contra la COVID-19 amb el benestar de les persones grans. Així ho hem fet i així ho seguirem fent.

Ens cal encara molta prudència i la mascareta, la higiene de mans i la ventilació segueixen presents en el nostre dia a dia i més a prop de les persones grans, un dels col·lectius més afectats i vulnerables al virus.

Tot i això, no defallim i acabem el 2021 amb l'esperança d'un molt millor 2022.

Bones festes!

Josep M^a Vidal i Vidal. *President*

Estanis Vayreda i Puigvert. *Director General*

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 2021

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:

Neus Serra

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

DEU ANYS DE CENTRE DE SERVEIS



Ajuntament de Saus,
Camallera i Llampàies

El Centre de Serveis de la Gent Gran de Camallera ha celebrat aquest any el seu desè aniversari, i cal dir que, després d'aquests deu anys, el centre s'ha convertit en tot un referent a la zona. El tipus de servei que s'ofereix des de SUMAR, flexible i personalitzat quant a l'atenció, permet que les persones que van al centre es trobin com a casa i gaudeixin del seu dia a dia envoltats d'una gran família.

Per a l'ajuntament, el Centre de Serveis és una prioritat ja que pensem que la gent gran és un gran pilar dins del nostre municipi i ells i elles tenen tot el dret a envellir amb autonomia i sobretot amb qualitat de vida. Des de l'equip de govern hem apostat sempre per mantenir i millorar tot el que fa referència al centre, de forma coordinada amb l'equip directiu de SUMAR, amb el personal i amb els usuaris i usuàries que en formen part, escoltem sempre les seves demandes de millora i fem tot el possible per a dur-les a terme.

Una de les coses més importants que tenim al centre és el servei que s'hi presta, d'una qualitat excel·lent. És per aquest motiu que vull aprofitar per donar les gràcies a tot el personal que treballa al centre, ja que sense el seu esforç i actitud això no seria possible. Agrair també a SUMAR per la seva gestió i la seva professionalitat.

Per finalitzar, m'agradaria donar les gràcies a totes les famílies que confien en el Centre de Serveis de la Gent Gran de Camallera i fan possible que aquest pugui tirar endavant.

Esperem millorar sempre i sobretot donar cada cop més qualitat de vida a les persones usuàries del centre.

Moltes gràcies i a seguir endavant,

Atentament,

Esteve Gironès i Hernández

Alcalde de Saus, Camallera i Llampàies

LA VACUNACIÓ CONTRA LA COVID-19

Objectiu

La vacunació contra la COVID-19 té com a finalitat arribar a la immunitat de grup, fonamental per minimitzar els efectes de la pandèmia. *Quan una part de la població ja té els **anticossos proporcionats per la vacuna, el virus queda bloquejat, baixa la seva propagació i els contagis es redueixen fins a un nombre residual.***

Avui en dia, la vacuna contra la COVID-19 és la principal eina per fer front a la pandèmia, sense oblidar mesures com ara la distància de seguretat, la higiene de mans, la mascareta i la ventilació d'espais tancats.



La campanya de vacunació va començar a Catalunya el 27 de desembre de 2020.

Les vacunes administrades

Pfizer/BioNTech

Moderna/Lonza

Oxford/AstraZeneca

Johnson&Johnson/Janssen

Les 4 vacunes estan autoritzades per l'Agència Europea de Medicaments (EMA) i són segures i efectives per a la prevenció de la COVID-19. Malgrat són diferents, totes protegeixen contra la COVID-19 greu.



Les pautes de vacunació i la seva finalització

Les pautes de vacunació són diferents segons la vacuna, l'edat o si hem estat un cas positiu de COVID-19.

Si una persona no ha patit la COVID-19 abans de la vacunació: Segons la vacuna, la pauta de vacunació estarà finalitzada:

- **Pfizer/BioNTech**, 7 dies després de la segona dosi.
- **Moderna/Lonza** i **Oxford/AstraZeneca**, 14 dies després de la segona dosi.
- **J&J/Janssen**, 14 dies després de la primera i única dosi.



Si una persona ha patit la COVID-19 abans de la vacunació de la primera dosi:

- Si té 65 anys o menys, solament necessitarà una única dosi de la vacuna per arribar a la pauta vacunal completada, 2 mesos després de ser un cas positiu de COVID-19.
- Si té més de 65 anys, necessitarà dues dosis, una vegada estigui recuperada de la COVID-19.

Si una persona ha patit la COVID-19 durant el seu procés vacunal, és a dir, després de la primera dosi i abans de la segona dosi:

- Si té 65 anys o menys, s'administrarà una segona dosi 2 mesos després d'haver passat la malaltia o del diagnòstic de la infecció.
- Si té més de 65 anys, es completarà la pauta amb una segona dosi quan la persona estigui completament recuperada i hagi finalitzat el període d'aïllament.

La dosi adicional

- Durant el mes d'octubre del 2021, s'ha començat a administrar una tercera dosi de la vacuna a les persones majors de 70 anys. La tercera dosi pretén reforçar la resposta immunitària de la persona contra el virus.

La immunitat enfront de la COVID-19 s'assoleix gràcies a la pauta de vacunació completada; per això és tan important la finalització del nostre procés vacunal.

Les persones que han assolit la pauta vacunal completada poden demanar el certificat digital COVID de la UE.

Les mesures de protecció i control en els serveis d'atenció diürna

Mascareta – Higiene de mans – Ventilació – Neteja i desinfecció

L'activitat diària

Activitat grupal

- Si la cobertura vacunal de les persones ateses és igual o superior al 85%, es pot mantenir l'activitat a una distància mínima d'1 metre entre persones amb les corresponents mesures de protecció (mascareta quirúrgica, higiene de mans i espai ventilat).

En cas contrari, la distància ha de ser d'1,5 metres i s'ha de garantir un espai de 2,5 m²/persona en qualsevol de les activitats i serveis grupals que es duen a terme a l'interior del centre.

- Es garanteix la ventilació suficient en cadascun dels espais habilitats per a les activitats grupals.
- S'organitza l'atenció presencial en "grups estables" de persones ateses i de professionals.



Control i gestió de casos sospitosos de COVID-19

- Cada dia es fa un qüestionari a les persones usuàries amb l'objectiu d'identificar símptomes relacionats amb la COVID-19. Es té en compte la simptomatologia de la variant Delta amb presència de símptomes de refredat comú (mucositat, mal de coll, mal de cap, etc.) o valorant que la persona no hagi estat un contacte estret en cap cas sospitós, probable o confirmat de COVID-19 en els darrers 14 dies.
- Si s'identifica una persona usuària amb símptomes compatibles amb la COVID-19, se suspèn la seva assistència al centre i s'aïlla fins que algú la vingui a buscar en una habitació ben ventilada on no hi hagi altres persones i se li facilita una mascareta quirúrgica.

En el cas d'un/a professional, aquest/a es retirarà del lloc de treball.

Manteniment de l'activitat diària en situació d'un cas/brot de COVID-19

Es mantindrà l'activitat si la sectorització del centre ho permet i si l'organització de l'activitat en grups estables o unitats de convivència ho fa possible.

L'assistència de persones usuàries que siguin contacte estret d'un cas confirmat dependrà de la pauta de vacunació de cadascú i del protocol establert per la normativa vigent en el moment en què es produeixi el positiu.



Novetats a partir d'octubre 2021

Participació de voluntariat

Les persones voluntàries correctament vacunades poden reincorporar-se als centres de dia per col·laborar en la realització d'activitats.

Servei de transport adaptat

S'elimina la limitació del número de persones usuàries en el servei de transport adaptat, sempre i quan es compleixin les mesures d'autoprotecció.

Cribatges a professionals

Als professionals, voluntaris habituals o alumnes en pràctiques correctament vacunats i asimptomàtics, o que han passat la malaltia en els 6 mesos previs, es

realitzarà un test PCR en mostra nasal quinzenal de forma periòdica.

Als professionals no vacunats o incorrectament vacunats i que no hagin passat la malaltia en els 6 mesos previs, es realitzaran tres cribatges setmanals amb automostra nasal i a dies alterns. I almenys una de les proves haurà de ser una PCR.

Als professionals externs com podòlegs, fisioterapeutes o perruquers així com altres col·laboradors i voluntaris esporàdics, que tinguin un contacte directe amb les persones usuàries, es realitzarà sempre un TAR abans d'entrar al centre de dia amb independència del seu estat vacunal.

Fonts:

<https://canalsalut.gencat.cat/> Campanya de vacunació contra la COVID-19

Pla d'intensificació de les mesures de control en centres de dia i centres i serveis d'atenció diürna. Setembre 2021. /Salut. Departament de Drets Socials de la Generalitat de Catalunya.

EL CALENDARI D'ACTIVITATS

MÉS D'UN ANY DESAFIANT LA COVID-19



El dia a dia del centre de serveis des de la seva reobertura al juny del 2020 ha estat un repte constant. La pandèmia ens obliga a anar adaptant totes les activitats de manera constant en funció de la seva evolució i del risc de contagi que hi ha a cada moment.

A l'inici, el fet de reprendre el servei amb pocs usuaris va facilitar la tasca a l'hora d'organitzar les activitats i repartir material per a ús d'una sola persona. No va ser cap inconvenient l'adaptació de l'espai a les distàncies de seguretat més enllà de la fredor que suposa pel fet de perdre el contacte amb les persones.

El material a utilitzar específic per a cada persona també va ser fàcil d'organitzar. Ara tothom disposa d'un caixó amb el seu propi material que també es guarda dins de bossetes de plàstic.

La resta d'activitats s'han mantingut o s'han anat incorporant de mica en mica i segons l'evolució de la pandèmia. És el cas de les activitats de la vida quotidiana, un tipus d'activitat amb molt d'èxit on tothom

decideix el seu grau d'implicació i que, a més d'ajudar a fomentar l'autonomia, fan sentir a les persones útils.

A Camallera fins i tot hem mantingut les trobades intergeneracionals. Les hem reinventat i adaptat aprofitant els grans finestrals que tenim i que ens ha permès poder veure als nens de l'escola Terraprima a l'exterior del centre sense sortir de la nostra sala.

També hem adaptat el taller de cuina que l'hem passat a un format individual. Per exemple, tothom qui ha volgut ha decorat la seva pròpia mona de Pasqua o s'ha preparat una macedònia al seu gust.

Tot i això, encara no hem recuperat totes les activitats i en seguim trobant a faltar algunes com l'excursió anual o les celebracions amb les famílies.

De mica en mica anem tornant a una normalitat adaptada, però que ens ha permès seguir amb l'activitat del dia a dia sense parar.





Gimnàs



Detall de benvinguda



Juguem al bingo



Estimulació cognitiva



Manualitats



Jardineria



Vida quotidiana



Labors



Lectura



Jocs de taula



LES CELEBRACIONS

Santa Cecília



Aniversaris



10è aniversari



Preparem el Nadal



Carnestoltes



Quaresma



Sant Jordi



Castanyada



Pasqua



EL RACÓ DE LA NOSTRA GENT GRAN

CONEIXEM A...

CONXITA ESTARRIOLA CARRERAS



Data de naixement: 20/04/1936

Lloc de naixement: Maià de Montcal

Pares: Enric i Dolors

Germans: Trinitat, Encarnació, Teresa, Roser, Montserrat, Vicenç i Dolors

Fills: Joaquim, Josefina i Imma

Netes: Helena i Judit

Besnets: Olga i Artur

Ofici: Gerent de l'empresa Juscafresa de Camallera

Data d'arribada al centre de serveis:
20/03/2018

Data d'arribada a Camallera: 1959 (quan es va casar)

LA HISTÒRIA DE VIDA DE LA CONXITA

Parlem amb la Josefina, la filla de la Conxita

Josefina, com vàreu viure el confinament amb la mare i el tancament del centre?

La mare va viure el confinament amb tota tranquil·litat i sense ser massa conscient del que realment estava passant al nostre voltant. Com que no podia venir al centre de serveis estava a casa constantment acompanyada, ja sigui de la cuidadora, l'Estefani, o de la família: el meu pare, en Jaume, i la resta de família que vivim a prop i que entrem i sortim de casa seva sovint.

De seguida que es va tornar a obrir el centre de serveis la mare s'hi va incorporar amb tota normalitat. Primer poques hores però amb el temps hem anat fent algun canvi i actualment ve la jornada sencera.

Ens pots parlar una mica de la teva mare?

Explicar-nos algun fet significatiu i com ha estat la seva vida?

La mare i els seus germans varen passar la infància a pagès al poble de Maià de Montcal, i més endavant a Banyoles fins que es va casar. Un cop casada va venir a viure a Camallera perquè la seva sogra els hi va regalar una casa que tenia un taller annex.





Això va permetre que el pare, en Jaume, pogués començar un negoci de reparacions que amb els anys es va convertir en l'empresa actual de fabricació i venda de maquinària agrícola.

Les vivències personals de la mare van molt lligades a les professionals doncs amb el pare sempre van lluitar per tirar l'empresa endavant, el que significa molta implicació personal.

Com és el seu dia a dia al centre de serveis?

La Conxita arriba a les 9.30 h del matí. La porta el seu marit en Jaume i marxa cap a les 17.30 h. Habitualment participa en totes les activitats que se li ofereixen i per a ella és molt important moure's i aprofitar cada canvi d'activitat per caminar una mica i mantenir-se activa. En certes activitats necessita un acompanyament o que se li faciliti el material. Li agrada molt fer activitats manipulatives i llegir revistes. També la gresca i cantar i ballar. És una persona molt sociable i sempre en té alguna per

dir. També és molt presumida i elegant i cada dia es pinta els llavis.

La Conxita no és molt conscient de la pandèmia ni dels canvis que ha suposat. A vegades no entén la distància entre persones i perquè no es poden fer petons ni abraçades.

L'OPINIÓ DE LA FAMÍLIA

Com valoreu la família la seva estada al centre?

Tots els membres de la família ho valorem molt bé. Les persones que hi treballem cuideu molt bé dels nostres familiars, els acompanyeu i us preocupeu d'ells perquè es trobin al màxim de bé possible, tot i la seva fragilitat, com és el cas de la mare que pateix Alzheimer.

La generositat és un valor que teniu i que creiem que es reflecteix molt bé en com estan ateses les persones que ateneu cada dia. No podem dir res més que moltes gràcies per la vostra meravellosa tasca i el suport que ens doneu a les famílies.



EL RACÓ DE LA NOSTRA GENT GRAN

CONEIXEM A...

**DOLORS NAVARRO
CASELLAS**



Data de naixement: 02/01/1957

Lloc de naixement: Sant Sadurní de l'Heura

Pares: Antonio i Assumpció

Germans: Pilar i Assumpció

Data d'arribada al centre de serveis:
04/10/21

LA HISTÒRIA DE VIDA DE LA DOLORS

La Dolors fa poc que s'ha incorporat al centre de serveis. Abans de començar, a principis d'aquest any, va agafar la COVID.

Dolors, què recordes dels dies que vas patir la COVID?

Va ser al febrer d'aquest any 2021 i sembla ser que em vaig contagiar mentre anava i tornava amb l'ambulància que em portava a rehabilitació per una caiguda que havia tingut a casa. La meva germana em va portar a l'hospital perquè em trobava molt malament i vaig passar uns dies molt crítics. Pensaven que no me'n sortiria i vaig estar ingressada al voltant d'un mes. Recordo que mentre estava ingressada vaig dormir molt i que els de casa estaven confinats. Quan vaig tornar a casa, estava molt cansada i no tenia força, i havia de dormir amb oxigen a les nits. Ara ja estic refeta, tot i que de tant en tant encara em fan controls.

Ens pots explicar alguna cosa de la teva vida? Què recordes especialment?

Vaig néixer a Sant Sadurní de l'Heura, tot i que vaig viure-hi poc temps perquè els pares van anar a viure a Peralada, Vilamacolum i Sant Pere Pescador. Eren pastors. Quan tenia uns 13 anys el pare va marxar de casa i vàrem anar a viure a casa d'un germà de la mare, anàvem a l'escola a Ultramort, tot i que vaig anar poc a l'escola. Més endavant la mare va trobar feina en una carnisseria i vàrem viure una temporada a Mataró i més tard a casa d'un advocat, on vàrem viure fins que vàrem tornar a Vilamacolum. Quan va morir la mare, vaig anar a viure a Sant Pere Pescador amb la meva germana Pilar que és amb qui visc actualment. M'agrada molt escoltar la ràdio i llegir revistes.





Com et trobes al centre?

M'hi trobo molt a gust ja des del primer dia, tant de bo hagués pogut venir abans. Si hi hagués un llit per dormir també m'hi quedaria. La gent és molt agradable i el tracte de les noies molt cordial.

M'agrada pintar, arreglar l'hort i el jardí, ajudar als altres i participar en activitats de la vida quotidiana com parar taula, recollir o escombrar. Em passaria hores pintant mandales i tota mena de dibuixos i he provat de treballar la memòria per ordinador i també m'agrada molt. També faig moltes manualitats que són entretingudes.

Com que no he conegut el centre abans de la pandèmia m'he adaptat molt bé al funcionament, estic acostumada a portar la mascareta i a mantenir la distància amb la gent. Veig que el COVID-19 no afecta al dia a dia, fem moltes activitats i celebracions.

L'OPINIÓ DE LA FAMÍLIA

Pilar, com valoreu l'estada al centre de la teva germana?

La Dolors sempre ha tingut alts i baixos per culpa de la seva malaltia i amb els anys s'ha fet gran i no pot estar sola. El fet de venir al centre de serveis ha sigut una alegria per a ella i un descans per mi, ja que en soc la cuidadora principal. Tot i que he de fer dos viatges cada dia val la pena perquè la Dolors s'hi sent molt a gust. Cada dia ens explica tot el que hi fa i el que ha menjat.

ACTIVA'T! TREBALL DEL COS I DE LA MENT

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

En aquest espai us facilitem un seguit d'exercicis per moure el cos i estimular la ment, que tenen l'objectiu de fomentar un envelliment més actiu i saludable.

Són exercicis que pretenen ajudar a preservar els canvis que es produeixen a mesura que augmenta l'edat i que poden ser beneficiosos tant per a la salut física com la mental.

Els exercicis físics pretenen ajudar a mantenir una millor flexibilitat i els d'estimulació mental a mantenir funcions com la memòria, la comprensió, l'orientació o el llenguatge. Són beneficiosos per a la salut i ajuden a preservar les habilitats físiques i comunicatives, facilitant l'adaptació a l'entorn.



Estiraments de tronc i cap

El cos té flexibilitat quan es mou amb facilitat, sense esforç i sense lesions. Amb el pas del temps anem adoptant una postura incorrecta, el cos es desplaça endavant i va canviant la corba de la columna. És en aquest moment quan comencen a aparèixer dolors i molèsties.

Els estiraments poden afavorir la flexibilitat i el benestar físic i emocional. S'han de realitzar de manera suau i lenta, sense anar més enllà dels propis límits. No ha d'aparèixer dolor i és essencial tenir consciència del propi cos i la pròpia respiració. Us en facilitem alguns:

EXERCICI 1:

Flexió i extensió de coll.

Realitzar una inspiració pel nas i, en el moment d'expulsar l'aire per la boca, sense moure l'esquena, inclinem el cap endavant

amb la barbeta en direcció al tòrax. Tornem a inspirar, aixecant el cap a poc a poc, i el portarem cap enrere fins a un punt còmode, sense forçar. Repetir l'exercici de 6 a 10 vegades. I si existeix vertigen, es pot fer amb els ulls tancats.



EXERCICI 2:

Flexió i extensió de tronc.

Col·locar-se en una cadira, el més endavant possible sense recolzar l'esquena. El cap ha d'estar recte i en línia amb el tronc, els peus lleugerament separats mirant endavant, les mans sobre els genolls i la mandíbula relaxada.

Col·locar les mans amb els dits mirant cap endins, realitzar una inspiració pel nas i, expulsant l'aire per la boca, anem flexionant l'esquena mentre el cap va baixant. Al tornar a inspirar aixequem el cap i estirem la columna. Repetir de 6 a 10 vegades.



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'Antònia López, treballadora social i directora del centre de serveis dels Hostalets de Pierola



1 A la graella envolta amb un cercle:

La lletra anterior a la **R**

La lletra posterior a la **C**

La lletra que està sota de la **P**

La lletra que es troba damunt de la **G**

Contesta la preguntes:

Quantes lletres **L** has trobat? _____

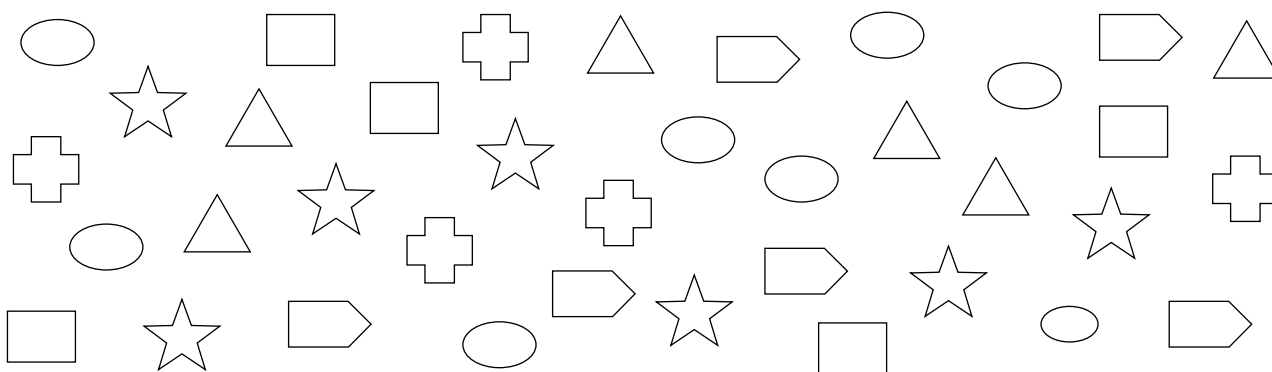
Quantes lletres **I** has trobat? _____

Quantes lletres **V** has trobat? _____

Quantes lletres **A** has trobat? _____

B	A	N	U	J	V	U	G	M	A
P	Y	B	F	E	A	I	O	L	P
G	N	C	Z	O	L	V	J	Y	S
L	F	I	D	J	Y	D	A	B	R
L	K	R	S	A	B	S	F	I	I
N	J	G	H	V	K	L	K	R	V

2 Pinta les figures del color de la mostra



3 Tapa la imatge i intenta respondre les preguntes següents:

Hi havia estrelles? _____

De quin color és el triangle? _____

Quins colors hi trobem? _____

SABIES QUE...?

TOT I LA COVID NO HEM DEIXAT DE FOMENTAR L'AUTONOMIA. COM HO FEM?



SERVEIS PÚBLICS
D'ACCIÓ SOCIAL
DE CATALUNYA



Ajuntament de Saus,
Camallera i Llampàies



CONSELL COMARCAL
DE L'ALT EMPORDÀ

Amb el suport de:



Generalitat
de Catalunya



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 SERVEIS

Prolongació carrer Nou s/n
17465 Camallera - Tel. 972 794 590
cscamallera@sumaracciosocial.cat

www.sumaracciosocial.cat

cscamallera.wordpress.com

@cscamallera

@cs_camallera

+ Hem ideat un nou taller de cuina en format individual.

+ Durant el bon temps hem fomentat fer més activitats a l'aire lliure.

+ En Josep i la Dolors tornen a parar taula cada dia prenent totes les mesures de seguretat possibles.

+ Familiars, coneguts i treballadors ens han seguit portant revistes per mantenir el taller de lectura que desinfectem o posem en quarantena abans d'utilitzar-les.

+ L'Escola Terraprima de Camallera sempre pensa amb nosaltres i ens visita en dies especials, encara que sigui des de l'exterior.

+ Ens agraden molt les celebracions i celebrem tots els aniversaris.