

LA REVISTA DE LES PERSONES GRANS

SUMEM

Desembre 2021

CENTRES DE SERVEIS D'ÀMBIT RURAL
Fogars de la Selva



Núm
19



04

La vacunació
contra la COVID-19

07

El calendari
d'activitats

18

El racó de la
nostra gent gran

21

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:

Lídia Molist

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



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 sospitos, 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



Ja portem un temps considerable convivint amb la pandèmia i a dia d'avui podem dir que ja hem normalitzat tot el que implica.

Així doncs, la famosa frase de “la nova normalitat” ja s’ha integrat d’allò més. Tots som conscients de les accions que hem de prendre per tal de complir amb les mesures de protecció; la mascareta, la rutina del gel hidroalcohòlic... El que més ens costa és la distància de seguretat, això d’haver de menjar a dos metres de l’altre, veure les taules desangelades, ... No negarem que trobem a faltar menjar en taules de sis i compartint un moment important del dia.

Actualment ja trobem habitual realitzar les activitats a més distància uns dels altres del que ens agradaria, amb el hàndicap que suposa per les persones amb dèficit auditiu. Si sumem distància i mascareta, la comunicació es complica d’allò més. Per això, tot allò visual i la comunicació no verbal han agafat més protagonisme que mai. Per exemple, utilitzem molt la televisió amb programes d’estimulació o imatges que faciliten les activitats mentals. I també la pissarra també és una eina que utilitzem més que abans. El pati i l’exterior també

han pres rellevància, ja que ens ofereixen la possibilitat de respirar millor i tenir un ampli espai. També han augmentat els projectes individuals, on cadascú té la seva bateria d’activitats per anar fent al seu ritme. Aquests projectes van des de labors, treballs manuals, exercicis d’estimulació cognitiva mitjançant material manipulatiu, pilotes o gomes que tothom té a la seva taquilla i que utilitza quan li ve de gust, els pedals de bicicleta, ja sigui pels braços o les cames,...

Analitzant tot el que hem fet al llarg d’aquests darrers mesos podem dir que hem mantingut moltes activitats i que simplement hem canviat el format en quan a la proximitat i a la metodologia de no compartir material. Com veureu en algunes imatges, hem gaudit de l’activitat d’herbes remeieres, de la sortida, del taller Crea-arte, del gimnàs, de l’activem la ment, del servei de transport adaptat, dels serveis de perruqueria, fisioteràpia i podologia, ... Tot amb les mesures pertinents. I com no, totes les festivitats i tradicions, que ens encanta poder celebrar i ens ajuden a orientar-nos millor en el temps. Hem continuat celebrant els aniversaris, això sí en lloc de bufar les espelmes, ara les apaguem amb el moviment de les mans.



La pandèmia ens ha ajudat a donar un pas més a l'hora de fomentar el benestar de les persones grans i de veure el centre més enllà d'un recurs on es venen a fer activitats, sinó un espai on es viu part de la jornada.

I també fer més activitats individuals ens ha ajudat a veure molt més les singularitats i les necessitats personals com per exemple la necessitat d'un coixí de cervicals per alleugerar el malestar, un massatge per l'artrosis

que permet sentir-se més atesa i cuidada o la importància d'una estona de companyia per parlar d'algun tema.

La seguretat de veure una professional en tot moment ajuda a orientar i a aportar calma... Confort, seguretat, tranquil·litat i somriures és on hem posat el focus enguany sempre amb l'objectiu de generar benestar i felicitat, la base de la nostra missió.

EL DIA A DIA

Preferències individuals





Activem la ment





Benestar





Projecte Crea-Arte



Projecte herbes remeieres



Ens movem





Cuidem la casa



Somriures i bons moments



Tallers



LES CELEBRACIONS

Carnestoltes



Dia de l'Alzheimer



Dia de la vellesa



Dia de la Dona



11 de setembre



Sant Joan



Festa major - visita museu



Celebració d'aniversaris



EL RACÓ DE LA NOSTRA GENT GRAN

CONEIXEM A...

M^a ROSA LEON



Lloc i data de naixement:

Tordera, 25 de març de 1939

Pares: Joaquim i Maria

Germans: Caterina, Josep, Pilar, Joan

Fills: M^a Angels, Santi, Montse, Joan i Irene

Nets: Laura, Júlia i Anna

Data d'arribada a Fogars de la Selva:

2006

Ofici: Col·laborar en les tasques de pagès de casa, en fàbrica tèxtil i mestressa de casa

Data d'arribada al centre de serveis:

Juny del 2021

HISTÒRIA DE VIDA

L'eix vertebrador de la seva vida ha estat cuidar la família. Ha treballat a casa i a l'empresa familiar i ha tingut cura de 5 fills i del marit amb gran delit. La seva vida ha estat plena de dedicació al benestar familiar, donant-li prioritat sobre el seu benestar personal.

La mare, ens explica la seva filla Montserrat, sempre ha destacat per ser una persona molt treballadora i voluntariosa. Va ser la petita de 5 germans i de petita va viure a la casa de pagès "Can Freixas" del terme municipal de Tordera on la família cuidava la terra i el bestiar de la casa.

Va anar a l'escola a Tordera fins als 12 anys, i cada dia feia el trajecte a peu d'anada i tornada. Dels 12 als 18 va col·laborar i treballar a les tasques de la casa pairal familiar, fent tasques domèstiques, de cultiu i cura del bestiar.

Als 18 anys va començar a treballar a l'empresa Fibra-color de tints, aprestos i acabats tèxtils a Tordera i als 19 anys va conèixer l'amor de la seva vida amb qui va iniciar una relació que va desencadenar en casament als seus 21 anys. Fruit d'aquesta relació van néixer 5 fills i a dia d'avui la parella porta compartits 61 anys de records i vivències.



L'ESTADA AL CENTRE

Malgrat que a la mare li costa sortir de casa per venir al centre, al passar per la porta del recurs, ja se li dibuixa un somriure. A més, ella és d'allò més expressiva i es fa entendre, allò que vol i necessita ho transmet a través de les paraules, el to i la gesticulació que acompanya la seva comunicació.



Li encanta pintar, cada dia a primera hora de la tarda vol comprovar com té els dibuixos i fa revisió de la seva carpeta, vol tenir el control de la seva bossa de colors. Destina un temps a colorejar i ens mostra el resultat amb orgull. També és molt bona executant activitats manipulatives d'activació de la ment, com el memory de cercles que finalitza ràpidament. Generalment li agrada participar de l'activem la ment grupal, però algun dia prefereix fer activitats més individuals. Sempre està pendent dels companys i el dia de la coral mostra la cara més simpàtica i riallera, i si s'anima surt a ballar i tot!

Després de berenar, la tarda no li passa tan ràpid. Observa que hi ha companys que marxen i a vegades això li genera certa angoixa. Depèn del dia pot fer gimnàs, caminar una estona o fer alguna activitat individual a l'entrada on pot controlar la sortida i l'arribada del transport que l'acompanyarà de retorn a casa.

Després de gairebé 5 mesos d'assistir al centre, observem que ja ha generat la rutina d'assistència al centre, que s'ha vinculat amb el grup i que es mou per les instal·lacions com si fos casa seva, amb desimboltura i seguretat. Ens encanta el somriure que ens ofereix a l'entrada, quan arriba, doncs connota una alegria al veure el recurs i a tots els que en formem part.



Montserrat, com veieu la mare des que assisteix al centre?

Des del principi de venir a dia d'avui ha fet un canvi a positiu. Nosaltres li diem que el fet de venir equival a una pastilla de menys. Al centre fa activitats, cosa que a casa li costa més i està més passiva. Així que per a nosaltres és una bona experiència, ja que aquestes activitats l'ajuden a agilitzar-se mentalment i corporalment.

Perquè vàreu decidir a venir al centre, tot i la pandèmia?

Nosaltres vàrem prioritzar que no perdés facultats. La pandèmia en sí era un aspecte secundari i les mesures que vàrem veure que aplicàveu ens varen donar la seguretat suficient per donar el pas.

Volem que la mare gaudeixi, tingui contacte, surti de casa i estigui activa i vosaltres ens oferíeu aquesta possibilitat.

Ella no recorda les activitats però sempre parla bé de tots els professionals del centre, així que això ens genera confiança.

EL RACÓ DE LA NOSTRA GENT GRAN

CONEIXEM A...

ALBERT SALSAS



Lloc i data de naixement:
Toulouse, 1 de maig de 1948

Pares: Joan i Ramona

Germans: Joan i Ferran

Fills: Mònica

Nets: Biel

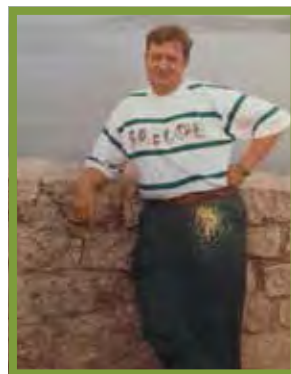
Data d'arribada a Fogars de la Selva:
Desembre del 2000

Ofici: Comercial/empresari

Data d'arribada al centre de serveis:
Agost del 2017

HISTÒRIA DE VIDA

Vaig néixer a l'exili, a Tolouse. La meua infància es caracteritza per molts moviments i canvis de domicilis, on pares i germans no sempre podíem estar junts. Des dels 3 mesos que ens vàrem traslladar a viure a Barcelona amb familiars, vaig passar per varis pisos, des del tiet Quimet a Barcelona, la tieta Maria a Tardell, l'àvia i la mare novament a Barcelona,...



Vaig poder disposar d'una bona escolarització, primer assistint al col·legi de monges de la Vall d'Hebron i després a la Salle Josepets, fins als 12 anys, moment en què vaig entrar d'aprenent de botiga a "La Gran Moda S.A.". Als 14 anys em vaig passar a una altra botiga de teixits amb millors condicions, "La Columna S.A." on vaig finalitzar l'aprenentatge per esdevenir dependent.

De la infantesa i adolescència recordo els amics i companys de futbol del carrer Gomiz.

Als 14 anys combinava la feina amb el "Liceo Practico", on estudiava comerç.

Treballar és el que més m'ha omplert. Per herència familiar i com molts membres de la meua família, m'he dedicat al món tèxtil i comerç. Un dels moments més importants a nivell laboral va ser quan em varen fer director de la divisió de decoració i l'altre gran moment professional va ser quan vaig crear

la meua pròpia empresa: Arte en Moda SA. I precisament allà és on vaig conèixer a la meua dona actual, que va entrar com a secretària.

A Fogars vaig arribar-hi fa 21 anys, quan amb la Vicky vàrem decidir venir a viure-hi.

L'ESTADA AL CENTRE

Ja fa 4 anys que vaig conèixer el centre. Em van agradar les activitats i l'ambient i aquí segueixo.

A dia d'avui tinc una rutina fixada que em dona seguretat i calma. Al arribar faig 30 minuts de bici, després realitzo alguna fitxa de memòria, sobretot de càlcul que és el que més m'agrada i algun dia faig algun treball manual, si la vista m'ho permet.

També participo de l'activitat grupal d'activem la ment on no hi falta la petita pausa per berenar. Després, i amb l'energia recuperada, faig 40 voltes per la sala i això m'ajuda a treballar la musculatura de les cames i a escalfar per a l'activitat que fem en grup, d'activar el cos.

Això és el que faig un dia normal al centre, a excepció de quan fem coral, una activitat que gaudeixo molt perquè la música és un indispensable a la meua vida i els divendres, que fem activitats lúdiques.

El 2020 va ser una temporada difícil per mi a nivell de salut, amb continues entrades i sortides de l'hospital, on apareixien moltes patologies i fins i tot vaig agafar la Covid-19. Com que el quadre general ja era delicat, el virus va ser un element més del que estava vivint, i potser per això no va prendre la rellevància que en un altre moment hagués experimentat. Per aquests motius de salut, no vaig poder assistir al centre al llarg de 4 mesos, i la veritat és que vaig trobar-ho a faltar! Per això al tornar, em vaig posar les piles, i entre els meus esforços i les propostes del centre em sento recuperat i gaudint d'una bona salut.



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? _____

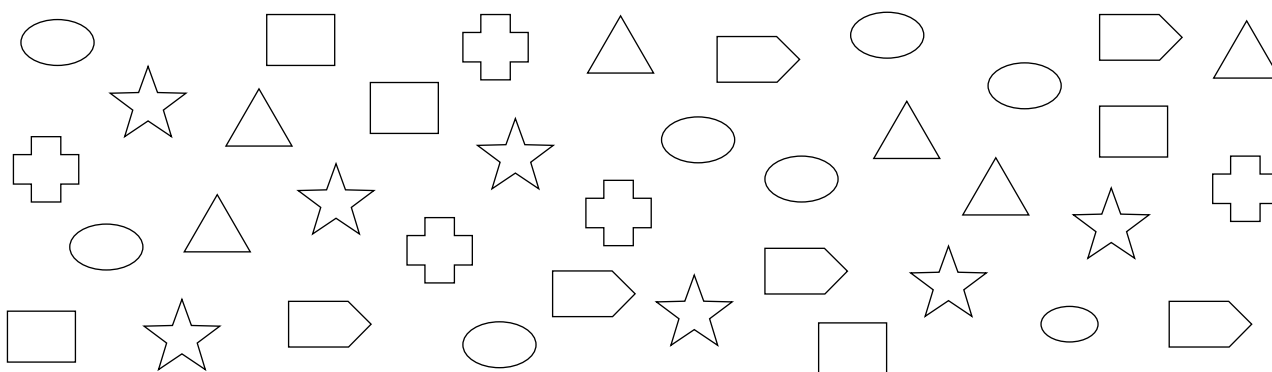
Quantes lletres **I** has trobat? _____

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?

Totes les persones grans que ho desitgen poden ajudar a desparar les taules després dels àpats. No podem ajudar a parar la taula però sí a desparar-la perquè tot el material que es toca va al rentaplats o a la rentadora i es desinfecta. Per tant, no suposa cap risc per a ningú ni vulnera les mesures COVID-19.

Tothom ha assumit la responsabilitat de tocar el timbre després de fer ús del lavabo i així s'avisava perquè es desinfecti.

Les taquilles individuals s'utilitzen més que mai. Ara la majoria de material és d'ús individual i cadascú guarda el material que utilitza diàriament a la seva taquilla i s'ho gestiona.

Ham augmentat els passejos a l'exterior ja que s'agraeix estar en un espai obert. Gaudim de petites passejades, del sol, de la companyia i del jardí.

Amb motiu de les distàncies de seguretat, ocupem més espais del centre. Ara la recepció, la zona de les taquilles o els bancs del pati s'utilitzen moltes vegades com espais alternatius per fer-hi activitats individuals. Tothom busca el seu espai.

Els projectes de costura ens han ajudat a fer efectives algunes mesures per fer front a la COVID-19. Per exemple hem elaborat les nostres pròpies bosses individuals per guardar la mascareta en els àpats o les fundes individuals pels sacs de cervicals.

L'ús de la mascareta al llarg de tota la jornada ha estat tot un repte i l'èxit aconseguit s'ha donat amb l'ajuda i la responsabilitat de tots.



SERVEIS PÚBLICS
D'ACCIÓ SOCIAL
DE CATALUNYA



Ajuntament
de Fogars
de la Selva



Consell Comarcal
de la Selva
BENESTAR SOCIAL

Amb el suport de:



Generalitat
de Catalunya

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

Plaça Serra de Marina, s/n
08495 Fogars de la Selva
Tel. 937 644 367
csfogars@sumaracciosocial.cat

www.sumaracciosocial.cat

csfogars.wordpress.com

@csfogars 

@cs_fogars 