

Butlletí de la **GENT GRAN**

Número 31 • juliol 2007



gent gran
activa
a la ciutat

Banc del Temps: una estona per ajudar els altres



Els nous **tallers** de gent gran comencen després de l'estiu



'Aprenent de la gent gran'.
Premi Sant Joan Despi



JUNTAMENT
SANTJOANES

Edita:

Departament de Gent Gran
Ajuntament de Sant Joan Despi

Redacció i maquetació:

Departament de Premsa i
Comunicació

Col·laboradors en redacció:

Paquita Llima

Juan Sánchez

Joan Beso

José Gutiérrez

Fotografia:

Guillem Urbà

Correcció lingüística:

Servei Local de Català

Impressió:

Gràfiques Formura

Distribució:

Uni Post Sant Joan S.L.

*El Butlletí de la Gent Gran
no es fa responsable de les opinions
dels articles signats a la revista.*

2

Si tiene alguna afición o realiza alguna colección y considera que es interesante que otras personas la conozcan, para compartirla... llame al Departamento de Gent Gran: 93 477 00 51 o envíe un correo electrónico: butlletigentgran@sjdespi.net

Una Llei històrica

Antoni Poveda
alcalde de Sant Joan Despi



El passat mes de desembre, el govern va aprovar la Llei de promoció de l'autonomia personal i atenció a persones en situació de dependència, popularment coneguda com la Llei de dependència. Aquesta normativa suposa una autèntica revolució en l'estat de benestar i significa que, finalment, l'Administració està disposada a garantir l'atenció a totes aquelles persones que requereixen l'ajuda d'altres per desenvolupar les tasques bàsiques. Aquestes feines, que recauen majoritàriament en familiars i, bàsicament, en el col·lectiu femení, començaran ara a tenir suport econòmic i una més gran atenció pública. L'aplicació d'aquesta llei és comparable al que en el seu moment va ser la universalització de l'educació i de la sanitat, avançant així cap a una societat on es garanteixin per a tota la ciutadania uns acceptables nivells de benestar i de qualitat de vida. Aquest és el repte ara marcat, un punt d'inflexió per al qual no hi ha tornada enrere.

El pasado mes de diciembre, el gobierno aprobó la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a personas en situación de dependencia, popularmente conocida como la Ley de Dependencia. Esta normativa supone una auténtica revolución en el estado de bienestar y significa que, por fin, la administración está dispuesta a garantizar la atención a todas aquellas personas que requieren de la ayuda de otras para desarrollar las tareas básicas. Estas labores, que recaen mayoritariamente en familiares y, básicamente, en el colectivo femenino, empezarán ahora a tener apoyo económico y mayor atención pública. La aplicación de esta ley es comparable a lo que en su día fue la universalización de la educación y de la sanidad, avanzando así hacia una sociedad donde se garantizan para toda la ciudadanía unos aceptables niveles de bienestar y de calidad de vida. Este es el reto ahora marcado, un punto de inflexión para el que no hay vuelta atrás.

LA RECEPТА

Síndria al formatge de cabra

Ingredients: síndria, formatge de cabra fresc (mató), una cullerada de vinagre de poma, enciam francès, *ciboulette*, 3 cullerades d'oli d'oliva.

Elaboració: Tallar un tros rectangular de síndria que no tingui llavors. Poseu-la sobre el mató.

Per a la vinagreta: retalls de síndria, vinagre de poma, oli.

Elaboració: Tireu la vinagreta per sobre dels talls de síndria i el mató. Al voltant de la síndria adorneu amb l'enciam francès amanit de vinagreta. Tireu *ciboulette* picat per sobre del mató.

Eulàlia Parès



Unas 2.000 personas se reunirán para celebrar juntas la Diada

La paella del 11 de septiembre, punto de encuentro de la ‘gent gran’ de Sant Joan Despí

La celebración de la fiesta nacional de Catalunya, la Diada, tiene para la ‘gent gran’ de Sant Joan Despí un significado muy especial. El 11 de septiembre, los mayores de la ciudad están convocados a un almuerzo popular al aire libre en el parque de Sant Pancraç (junto al centro cívico del mismo nombre, en el barrio Centre). Allí, un año más –y ya van 23!– se cocinará la famosa paella gigante para que sea degustada por las aproximadamen-

te 2.000 personas que se espera que acudan a la cita. La paella de la Gent Gran es, sobretudo, un punto de encuentro y reunión en un día con un especial significado social y político. Es la manera que tiene la ciudad de reconocer el trabajo que este colectivo ha realizado durante muchos años y que, sin duda, ha sido la mejor base para fortalecer el estado de libertades en el que vivimos. Pero la jornada es principalmente

festiva y, ante todo, gastronómica. Cocinar la gran paella requiere de un importante esfuerzo de organización por lo que es fundamental el papel del grupo de voluntarios que cada año se apuntan para que el evento sea, edición tras edición, un éxito.

Para hacer realidad la paella se utilizarán alrededor de 250 kilos de arroz, 220 kg. de carne y más de 30 kg. de cigalas, entre otros muchos ingredientes.

3

para participar como voluntario o asistir a la paella:

Para ser voluntario: la reunión de coordinación de voluntarios de ‘gent gran’ para la paella tendrá lugar el día 13 de julio en el Àrea de Serveis a la Persona (polideportivo Francesc Calvet, primera planta), a las 9.30 horas de la mañana.

Para asistir a la paella: recibirá en casa una carta de invitación que deberá canjear por la correspondiente invitación en los centros cívicos de la ciudad.

ÀLBUMS

Setmana de la gent gran

Del 7 al 18 de mayo, la 'gent gran' fue la protagonista de la vida social de la ciudad



Una de las actividades clásicas de la Setmana de la Gent gran es el homenaje que anualmente se realizan a las **parejas que celebran sus bodas de oro**. Los cincuenta años de vida en común se celebran con una recepción en el Ayuntamiento y una salida (en la fotografía, imagen del grupo frente a Can Negre).



'Dinar de gent gran' celebrado el 18 de mayo en el polideportivo del Mig en el que participaron medio millar de personas.



Durante todo el curso se realizan numerosos talleres y cursillos para la 'gent gran'. El día 15 de mayo tuvo lugar una espléndida puesta en escena en el Auditori Miquel Martí i Pol.



Las personas mayores son un pozo de conocimiento y de tradiciones que, durante la Setmana de la Gent Gran, se muestran en diferentes actividades como la muestra de comidas entrañables realizada el 14 de mayo en el centro cívico de Les Planes.



El 17 de mayo se realizó un recorrido por diferentes puntos de la ciudad que finalizó en las instalaciones de la Ciutat Esportiva del FC Barcelona, momento al que corresponde la instantánea fotográfica superior.



Sant Jordi

5



La celebración de Sant Jordi en la ciudad también contó con una activa participación de la 'gent gran' de la ciudad. Estas imágenes así lo reflejan: reparto de rosas en la residencia Sophos-Sant Joan Despí; lectura de cuentos en voz alta para adultos en Can Negre y la muestra de encaje de bolillos realizada en la plaza de Catalunya.



BANC DEL TEMPS

La iniciativa que properament es durà a terme a la ciutat es basa en l'intercanvi d'ajuda i de petites feines per fer-nos la vida més fàcil



Entre les accions que poden realitzar les persones apuntades al Banc del Temps es troba l'acompanyament a fer gestions

Si vostè té unes hores lliures i vol ajudar en petites reparacions domèstiques, o acompanyar a fer gestions, o simplement fer una estona de companyia, o...

el banc del temps és una solució perquè, entre tots, ens fem la vida més fàcil, cadascú oferint allò que pugui fer i, evidentment, rebent, si és necessari, l'ajuda que necessiti. És un banc que no treballa amb diners, sinó que fa servir el principi de solidaritat comunitària.

El banc del temps de la Gent Gran és una nova iniciativa que es basa en el voluntariat i en donar respostes a les necessitats constatades de la gent gran del municipi.

La voluntat de l'Ajuntament de

Sant Joan Despí, promotor de la iniciativa, és començar a treballar en la seva articulació abans de finalitzar l'any, amb una primera

“Petites reparacions, fer companyia a persones soles, fer gestions... es tracta de dedicar una estona a ajudar qui ho necessita. És un banc que no treballa amb diners, sinó amb la solidaritat de les persones”

fase de recollida de necessitats de la gent gran de la ciutat i complementada amb una tasca de recerca

de gent voluntària i que ofereix alguna habilitat o temps lliure per poder ajudar a la persona que ho necessiti. És un pas més dintre del

programa articulat de voluntariat del qual ja disposa el Departament de Gent Gran de l'Ajuntament de Sant Joan Despí, i que ja es desenvolupa en d'altres municipis, amb especificitats concretes a cada lloc.

Es disposarà doncs d'una gran base de dades on recollir tant demanda com oferta, on es valorarà individualment cada cas i es tindrà en compte la voluntat d'anonimat de les persones que hi partici-

pin. Entre tots i totes podem fer que moltes persones tinguin una millor

qualitat de vida a la ciutat.

Però els programes de voluntariat amb la gent gran no són nous a Sant Joan Despí. De fet, en l'actualitat el departament de la Gent Gran realitza cinc projectes d'aquest tipus, un dels més antics és el d'*Aprenent de la gent gran*, a través del qual nou voluntàries fan classes de manualitats per als infants de l'escola Sant Francesc d'Assís.

La veu de l'experiència

Dominga Dosaigües va ser una de les primeres persones que es va implicar en aquest projecte, ara fa prop de 20 anys. **"Vaig començar fent ninots, després quadres amb lleties... i ara flors amb mitjes. Al proper curs volem treballar amb el fang, fent figuretes"**. Dosaigües comenta que va aprendre a cosir al casal **"i després va arribar un moment en el que vaig decidir que estaria bé ensenyar a la canalla"**. La voluntària explica que **"al principi recordo que amb nosaltres hi havia un home que ensenyava a fer cistelles, un altre, figures de fusta... vaig començar amb la Montserrat Vives, que encara continua. Ara el temps ha can-**



Dominga Dosaigües, a l'esquerra, amb els infants del Sant Francesc d'Assís treballant manualitats. A la dreta, Montserrat Vives

viat, ens adaptem i fem coses que puguin agradar a la canalla, com els peluixos, els encanta". Dominga anima a tota la gent gran a participar en aquest tipus d'activitat **"treballar amb la canalla és molt agraït. M'ho passo molt bé i i això de poder ensenyar m'agrada. Fins i tot és una satisfacció veure com han crescut els nens als que vaig ensenyar, en reconeixem pel carrer i em fa molta il·lusió"**.

Vull ser voluntari/ària

Si vols ser voluntari o voluntària i participar en moltes activitats, posa't en contacte amb el departament de Gent Gran (poliesportiu Francesc Calvet, av. Barcelona, 45, telèfon 93 477 00 51).

**correu electrònic:
butlletigentgran@sjdespi.net**

7

Setmana Homenatge a la gent gran a Can Maluquer



El Casal de Can Maluquer va celebrar del 21 al 27 de maig la "Setmana Homenatge". Durant aquests dies es van realitzar tota mena d'activitats, com petanca, parxís, domino, billar, escacs... També es van fer concursos de poesia, narrativa, fotografia i pintura i un tast de truites, una desfilada de vestits, ball, una exhibició dels tallers de gimnàstica, balls de saló i una exposició d'artesanía, entre d'altres. Durant la cloenda es va ballar una sardana de germanor i l'alcalde, Antoni Poveda i la regidora de la Gent Gran, Fuensanta Fernández, van lliurar els premis de les activitats. A l'esquerra, una imatge d'arxiu d'una ballada de sardanes al casal.

Il·lusió... desig?

Natàlia Carbonell

Moltes vegades voldríem explicar coses que tenim al pensament i, mentre les pensem, als pocs instants s'esvaeixen i de nou tornem a quedar-nos en blanc sense trobar el fil per començar a desembolicar la trama.

I ara m'ha vingut al pensament la història de la Nit de Sant Joan, he corregut a agafar el llapis i, sense més, he començat a escriure per explicar-ho.

La nit de Sant Joan és màgica, diuen. Si és veritat o no, no ho sabem, però sí que ens fa somiar. A la meva joventut somiàvem amb històries que els nostres avis explicaven de com podíem saber quin seria el nom del nostre enamorat.

Això sí, havíem d'estar desperts a mitjanit i preparar-nos per demanar a Sant Joan que ens revelés el nom del nou, que com podeu pensar, ja el teníem triat. De noms, n'havia molts que ens agradaven, però esperàvem que Sant Joan ens el revelés. Agafàvem una palangana i l'omplíem d'aigua i en tres paperets escrivíem un nom de tres nois –o noies si ho feien els nois– (encara que crec que no s'ho creien). Cargolàvem els paperets i al tocar les dotze de la nit demanàvem l'encanteri tot dient: "Sant Joan Baptista Apòstol i Evangelista, per la virtut que Déu vos ha donat feu que surti el nom del meu enamorat". I tiràvem els paperets dins de l'aigua de la palangana i, de seguida, miracle! A poc a poc es descargolaven els papers i del primer que quedava obert llegíem el nom de qui seria del nostre enamorat.

Quines rialles i quanta gatzara. Totes volíem endevinar qui era i fèiem supòsits i ja somiàvem que seria veritat. Els avis ens deien que no fallava, ja que amb ells no va fallar. I així era com les revetlles de Sant Joan les passàvem somiant i planificant la manera d'aconseguir que aquell desig es fes realitat.

I mireu, a algunes els ho endevinava, i a les que no, pensàvem que el nom no ho és tot i que millor era el conjunt, de bona persona i, si fos possible, ben plantat.

Això era abans. Ara tot és diferent. Vivim amb tots els avenços, tenim els millors entreteniments: la televisió, els ordinadors, Internet amb el qual podem conèixer una persona de l'altra banda del món i fins i tot parlar-hi... potser això també és màgia, però una màgia diferent.

La màgia d'abans havíem d'esperar-nos per veure-la. Ara no cal, de seguida es veu. Tot és màgia i en aquells temps creiem que era Sant Joan, la nit màgica. I crec que encara ho deu ser quan avui m'ha fet recordar les il·lusions. Un pensament que he tingut i un desig: que no es perdin els orígens, els costums i les nostres tradicions, per petites que siguin (com aquesta que m'ha vingut al pensament, encara que sembli una superstició, de la meravellosa Nit de Sant Joan).

Segur que com aquesta hi ha moltes més històries que són bones de recordar i explicar als nostres néts.

8

L'estiu

Concepció Torrens

*Quan el blat ja s'ha daurat
i es decanten les espigues
ja és a punt per segar
podem dir sense mentir
que l'estiu ja és aquí.*

*Allà voltant a migdia
poca gent es veu al carrer
ben fosquet a dintre a casa
és on s'està més bé.*

*Cap al tard o havent sopat
se sol sortir a passejar
o bé a asseure's en un banc
per conversar o per pensar.*

*És l'hora de tornar a casa
fa una calor sufocant
no saps si al llit ficar-te
o quedar-te al sofà.*

*Donant voltes i més voltes
ja comença a clarejar
aviat ja serà l'hora
de tornar-s'hi a posar.*

*Molta gent va de vacances
altres no hi poden anar
i pels que es queden a casa
altre remei no hi haurà
que prendre molta paciència
i l'any vinent Déu dirà*

“Aprenent de la gent gran” Premi Sant Joan Despí

Reconeixement al grup de persones que dediquen part del seu temps a fer tasques educatives amb escolars de la ciutat



L'alcalde, Antoni Poveda, lliurant el premi a les persones que donen forma al projecte 'Aprenent de la gent gran': Maria Carcereny, Natàlia Carbonell, Carmen García, Raimunda Bertrán, Ana Alcaide, Maria Teresa Rovira, Maria Sáez, Montse Vives, Dominga Dosaigües i Pascuala Rueda

La feina que realitzen la desena de persones que participen en el projecte 'Aprenent de la Gent Gran' ha rebut un merescut reconeixement públic en ser guardonats amb un dels premis que anualment atorga l'Ajuntament de Sant Joan Despí a

persones i col·lectius que destaquen per la seva tasca en diferents àmbits de la vida santjoanenca. Aquest grup de gent gran són voluntaris i voluntàries que dediquen part del seu temps a educar els més petits posant la seva

experiència al servei dels escolars de la ciutat. Fan tallers a diferents centres docents de la ciutat ensenyant als nens i les nenes manualitats, algunes de les quals s'estan perdent a la nostra societat.

Mejoras en el servicio de **peluquería** del centro cívico les Planes

La peluquería para las personas mayores que funciona en el centro cívico de Les Planes ha mejorado sus instalaciones para ofrecer un mejor servicio a sus usuarios y usuarias. Se ha pintado el local y se ha colocado nuevo mobiliario. La peluquería funciona de lunes a viernes de 9 a 13 horas y los martes, jueves y viernes, de 17 a 19 horas. El pasado 7 de junio se realizó una jornada de puertas abiertas para mostrar la nueva imagen que a partir de ahora ofrece este servicio promovido por el Ayuntamiento (fotografía adjunta).



Ley de la dependencia: en marcha las primeras ayudas

Este año se beneficiarán las personas que se encuentren en una situación de gran dependencia

El Gobierno central ya ha aprobado el Real Decreto que establece el baremo del Sistema de Autonomía y Atención a la Dependencia. Esto permite que todos los españoles, que lo soliciten, puedan ser evaluados en los servicios sociales de la comunidad autónoma en la que residan para determinar así el grado y nivel de dependencia que les corresponda.

Este instrumento de valoración identifica el nivel y los problemas que puedan tener los ciudadanos en su entorno habitual para realizar las actividades básicas de la vida diaria, así como el grado de supervisión y apoyo de otra persona para ayudar en estas tareas. De esta forma se establece una clasi-

ficación de niveles de autonomía personal y la necesidad de supervisión y apoyo para estas actividades. Se determina así el grado de dependencia de los ciudadanos. Este año serán beneficiarios del sistema de dependencia los ciudadanos que se encuentren en una situación de gran dependencia (grado III), y paulatinamente, hasta el 2015, se incorporarán al sistema las personas con dependencias severas y moderadas.

El gobierno propone 561 euros al mes para los cuidadores de familiares

Los familiares que cuidan a las personas mayores dependientes y a las personas con discapacidad

que no se pueden valer por sí mismas recibirán una prestación mensual de hasta 561 (487 euros mensuales más 74 euros de cotización a la seguridad social y formación). La cuantía definitiva dependerá del grado de dependencia del familiar a cargo. Además de la prestación, al tener que darse de alta en la Seguridad Social, los beneficiarios tendrán derecho a poder percibir la pensión correspondiente.

El Gobierno y las comunidades autónomas cofinanciarán esta prestación, tal y como establece el texto de la Ley de la Dependencia. Esta medida será debatida en los próximos días por el Consejo Territorial de la Dependencia.

Consejos de Salud:

Cuidado con los golpes de calor!

El frío y el calor excesivos y sostenidos comportan un aumento de la mortalidad, especialmente entre las personas de avanzada edad, bebés y enfermos crónicos. Hay tener en cuenta que el verano pasado se alcanzaron en Catalunya temperaturas de unos 35°C y, como consecuencia, se produjo un exceso de mortalidad, fundamentalmente en personas muy mayores con enfermedades crónicas descompensadas. Es por todo esto que se ha elaborado un plan de actuación para prevenir los efectos de las oleadas de calor sobre la salud. Este plan se llevará a cabo en todos los centros de atención primaria (ambulatorios) de Catalunya.

De todas maneras hay otras medidas preventivas importantes que hace falta que la población conozca y haga uso de ellas (cuadro adjunto). Son consejos que ayudarán a pasar un verano más soportable pero, ante cualquier duda, debe consultar al médico de familia de su centro de asistencia primaria.

- **Beber agua con frecuencia.**
- **Retardar el ejercicio físico.**
- **Refrescarse con duchas.**
- **Llevar ropa ligera y de colores claros.**
- **Evitar el sol.**
- **Ventilar las casas adecuadamente** (abrir ventanas a primera hora de la mañana o bien a última hora de la tarde y mantenerlas cerradas y con las persianas bajadas durante las horas de calor).

Fuensanta Fernández

renueva como
concejala de Gent Gran



Fuensanta Fernández seguirá siendo la concejala responsable del Departamento de Gent Gran durante los próximos cuatro años. El alcalde, Antoni Poveda, ha renovado su confianza en Fernández en el nuevo equipo de gobierno formado tras las elecciones municipales del 27 de mayo al valorar muy positivamente la gestión que desde hace años desarrolla al frente de la concejalía. El pasado 16 de junio se constituyó el nuevo Ayuntamiento tras los comicios locales y el 29 de julio se dio cuenta de las delegaciones de cada uno de los concejales que forman parte del gobierno municipal, de nuevo formado por el PSC, ICV-EUiA y CiU. Fuensanta Fernández afirma que seguirá trabajando **“con todas mis fuerzas e ilusión por la ‘gent gran’ de Sant Joan Despí, para ofrecerles mejores servicios y actividades”**.

Talleres para la ‘gent gran’

curso 2007-08

Las inscripciones se podrán realizar hasta el 18 de julio · Los talleres se iniciarán en octubre

TALLER DE MANUALIDADES

TALLER DE COSTURA

TALLER DE INTERNET

GIMNASIA TERAPÉUTICA

BAILES DE SALÓN

TALLER DE PUNTES DE COIXÍ

TALLER DE YOGA

TALLER DE INFORMÁTICA

Información e inscripciones: Área de Serveis a la Persona (polideportivo Francesc Calvet, primera planta) Tel. 93 480 00 51

11

LA RECEPТА

Brazo de patatas

Ingredientes: Un kilo y cuarto de patatas, 3 huevos duros, 200 grs. de atún en aceite de oliva, aceitunas rellenas, 3 cucharadas de tomate frito, una cucharada de margarina, una pastilla de caldo Avecrem de pollo y mahonesa.

Elaboración: Hervir las patatas con la pastilla de Avecrem (no poner sal). Una vez cocidas, colar y chafar con un tenedor junto con la margarina. Después, mojar con agua y escurrirlo con un trapo de cocina. Extender el puré sobre el trapo –ha de quedar plano– y repartir el tomate frito sobre el puré. En el centro, poner dos huevos duros cortados en

rodajas finas, repartir el atún junto con las aceitunas cortadas a láminas. Enrollar con cuidado el trapo dándole forma alargada y colocar en una bandeja (al sacar el trapo quedará con la forma del brazo del gitano). Cubrir con mahonesa y rayar un huevo duro por encima. Tenerlo en la nevera un mínimo de dos horas. Se pueden añadir mejillones y langostinos cocidos con un poco de mahonesa para completar la bandeja.

Paquita Llima

Aula cultural de la gent gran

o
c
t
u
b
r
e

La història de la Inquisició (1)

Dimecres 3 d'octubre, a les 17 hores. Amb la historiadora Mercè Riera. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45

La història de la Inquisició (2)

Dimecres 10 d'octubre, a les 17 hores. Amb la historiadora Mercè Riera. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45

La història de la Inquisició (3)

Dimecres 17 d'octubre, a les 17 hores. Amb la historiadora Mercè Riera. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45

Sortida al monestir de Sant Cugat i Casa Aymat

Dimecres 24 d'octubre. Sortida a les 9,15 hores, des de Can Tusquets (av. Barcelona, davant el poliesportiu Francesc Calvet i la parada Font Santa del Trambaix). El preu és de 7,50 euros.

Consells Pràctics: alimentació i gent gran

Dimecres 31 d'octubre. Amb un professional de l'Àrea Bàsica de Salut. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45.

n
o
v
e
m
b
r
e

El canvi climàtic

Dimecres 7 de novembre. Amb Àngel Arroyes, responsable del centre mediambiental L'Arrel. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45.

Les nostres tradicions (2)

Dimecres 14 de novembre. Amb Maria Rosa Fernández Gasa. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45.

Sortida: Passegem per Barcelona (Museu del Perfum i Casa Amatller)

Dimecres 21 de novembre. Sortida a les 9,15 h, des de Can Tusquets (av. Barcelona, davant el poliesportiu Francesc Calvet i la parada Font Santa del Trambaix). El preu és de 7,50 euros.

Els romans a Catalunya (2): Tarraco

Dimecres 28 de novembre. Amb la historiadora Núria Pujol. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45.

d
e
s
e
m
b
r
e

Esport i gent gran

Dimecres 5 de desembre 17 hores. Amb el fisioterapeuta Gabriel Liesa. A l'Àrea de Serveis a la Persona. Primera planta del poliesportiu Francesc Calvet. Av. de Barcelona, 45.

Sortida

Dimecres 12 de desembre. Sortida a les 9,15 hores, des de Can Tusquets (av. Barcelona, davant el poliesportiu Francesc Calvet i la parada Font Santa del Trambaix). El preu és de 25 euros.

Recuerdos, sentimientos, viajes, experiencias...
muchas de sus historias seguro que merecen ser compartidas

COLABORE EN EL BUTLLETÍ DE LA GENT GRAN,
Sus propuestas y escritos serán bien recibidas

Departament de Gent Gran: 93 477 00 51
butlletigentgran@sjdespi.net

