

# sumem

NÚMERO 25

LA REVISTA DE LES PERSONES GRANS

RESIDÈNCIA I  
CENTRE DE DIA

## Sant Josep de Cassà de la Selva

Juny 2024

Núm. 4



Ajuntament de  
Cassà de la Selva

Editorial  
PÀG. 02

L'activitat física  
i la salut  
PÀG. 05

Fotos collage  
Un centre actiu  
PÀG. 08

Decidir sobre  
el que vull  
PÀG. 16

Activa't! Treball  
del cos i de la ment  
PÀG. 20



RESIDÈNCIA I  
CENTRE DE DIA

# Sant Josep de Cassà de la Selva



Ajuntament de  
Cassà de la Selva

## EDITA

SUMAR, Serveis Públics  
d'Acció Social, MP, SL.  
Parc de Recerca i Innovació  
de la UdG  
Emili Grahit, 91, Bloc B. 3a planta.  
17003 Girona  
Tel. 972 439 168  
info@sumaracciosocial.cat  
www.sumaracciosocial.cat  
@sumar\_asc  
@sumaracciosocial

## PRESIDENT

Josep Maria Vidal i Vidal

## DIRECCIÓ GENERAL

Estanis Vayreda

## ADJUNTA DIRECCIÓ GENERAL

Mariona Rustullet

## DIRECCIÓ DEL CENTRE

Aroha Roelas

## REDACCIÓ, COORDINACIÓ I EDICIÓ

Natàlia Toledano, directora tècnica  
Núria Enríquez, cap de servei de  
residències de gent gran  
Esther Rodríguez i Delmàs,  
responsable de comunicació

## DISSENY I MAQUETACIÓ

Ambdues SC

## FOTOGRAFIES

Arxiu fotogràfic de Sumar

## PERIODICITAT

Tres edicions a l'any

www.sumaracciosocial.cat

# editorial

## QUALITAT, LA NOSTRA IDENTITAT

A SUMAR ens defineix el nostre compromís amb el servei de qualitat en la cura de les persones grans. Això va més enllà de complir normatives o estàndards, es fonamenta en **una atenció centrada en la persona: oferim serveis personalitzats, escoltem activament i atenem les necessitats i particularitats individuals.**

Els centres que gestionem són centres vius on es gaudeixen d'activitats en què les persones usuàries participen activament i es poden sentir així **escoltades, valorades i respectades** en tot moment. Els centres són molt més que edificis, són llars on ens esforcem per cuidar cada detall, **són espais de convivència on cada dia es creen experiències noves que se sumen a les ja viscudes.**

I la revista que tens a les teves mans és un reflex d'aquesta filosofia. Aquí trobaràs una recopilació de les activitats que donen vida als nostres centres, així com les opinions de les persones usuàries i dels seus familiars. Tot plegat fa que els nostres centres siguin espais interessants, actius.

La qualitat en el servei que ens defineix és la nostra identitat i treballem per aprendre i millorar constantment. Per això avancem en l'òrgan d'inspecció de qualitat de la norma ACP de SUMAR que ens permet revisar la implantació en els equipaments, certificar el seu compliment i identificar oportunitats de millora.

**A SUMAR creiem en allò que fem i avancem en aquest camí.** Posar les persones al centre és la nostra manera de ser i d'actuar, i el que trobareu en aquestes pàgines així ho demostra.

**Gràcies** per la confiança i per ser part de SUMAR.

Josep M. Vidal i Vidal  
President de Sumar



## LA RESIDÈNCIA DELS CASSANENCS I CASSANENQUES

Totes les persones cassanenques, des de la més menuda a la més gran, quan pensen amb **un punt de referència del poble**, tenen la residència Sant Josep al cap. I no només per la presència física del seu edifici, sinó per **la seva enorme contribució al benestar i a la qualitat de vida dels nostres avis i àvies**. Els cassanencs i cassanenques ens omple d'orgull tenir una residència geriàtrica que cuida i acompanya amb dignitat i respecte a la gent gran, gent que ha treballat tota la seva vida i que gràcies a ells i elles, Cassà de la Selva és com és.

Alguns diran que tenim molta sort de tenir la Residència geriàtrica, però tenir-la no és fruit de la sort, sinó d'haver sabut fer bé la feina i els deures, durant tots aquests anys. **Vetllar pel benestar dels i les nostres residents és una responsabilitat que ens prenem molt seriosament.**

Des dels inicis del mandat 2023, s'ha tingut present la importància del bon govern i això en la Residència es tradueix en què les persones que hi viuen i hi passen el seu dia **estiguin ben cuidades i no els falti de res**. En aquest sentit, volem assegurar-vos que **mantenir les instal·lacions al dia i millorar el mobiliari és una de les nostres prioritats**. S'ha treballat per l'ampliació de la sala que hi ha a la banda del carrer Hospital i que comunica amb la sala gran de l'entrada. Avui en dia, aquest espai ja s'utilitza per les persones del Centre de Dia, i és un espai agradable i acollidor, on s'han eliminat barreres arquitectòniques per tal de fer més fàcil l'accés al pati. Des de l'Ajuntament, **agraïm a l'empresa Fustes Garolera de Cassà de la Selva, per la seva donació**, que ha fet de manera altruista, de la fusteria. A més, també **s'està treballant per tal de que altres projectes importantíssims siguin una realitat**, com per exemple el projecte de la climatització a la zona de la Unitat de Convivència.

"Camina sol i aniràs ràpid, camina acompanyat i arribaràs lluny." És important recordar que **cap objectiu es pot aconseguir sol, i en aquest cas, vull expressar el meu sincer agraïment als professionals que treballen a la residència**, per garantir que la gent gran del nostre poble visqui amb les millors condicions possibles. A tots, des dels/les gerocultors/es, a les infermeres, a les netejadores, a la treballadora social, cuiners, psicòloga... **Sense la vostra entrega, no seriem capaços de complir els objectius que ens marquem**. No deixaré de reconèixer-ho, mentre tingui la ocasió de fer-ho. Junts, aconseguim una vida digna per a tothom.

**Mar Sánchez Cañigueral**  
Regidora de Salut i de la Residència



**Josep M. Vidal i Vidal**  
President de SUMAR



**Mar Sánchez Cañigueral**  
Regidora de Salut i de la Residència Geriàtrica Sant Josep



Aquesta publicació es difon entre els usuaris, familiars i amics dels recursos que gestiona SUMAR amb l'objectiu d'aproximar-los al territori i de fomentar la interacció entre tots els actors que en formen part: usuaris, familiars, amics, govern local, etc. S'autoritza la seva distribució, còpia i reutilització sempre que es faci sense afany de lucre i reconeixent l'autoria. La revista es pot descarregar gratuïtament a: [www.sumaracciosocial.cat](http://www.sumaracciosocial.cat).



# L'activitat física i la salut

MARC BAGÓ, FISIOTERAPEUTA DE LA RESIDÈNCIA

**A** la residència de Sant Josep de Cassà de la Selva ens agrada mantenir-nos actius en la mesura del possible. Aprofitant que el mes d'abril es celebrava la **setmana de l'activitat física** i la salut, no menys important que Sant Jordi, vam decidir celebrar-ho organitzant amb els nostres usuaris una sèrie d'**activitats i jocs d'entreteniment motriu a l'exterior per tal d'incentivar una vida activa, tant física com social.**

Partint de la base que l'activitat física és sinònim de benestar, autonomia i envelliment saludable, creiem que ha de ser un punt important a tenir en compte a totes les edats, però sobretot en el col·lectiu de gent gran. Així que quina millor manera que passar la tarda de forma dinàmica i entre companys?

**L'activitat física ens aporta molts beneficis**, esmentem els més importants:

**-Prevé malalties i dolències musculars i esquelètiques** (osteoporosis, caigudes, fractures, cardiovasculars...)

**-Millora la qualitat física i el funcionament de l'organisme** (cor, artèries, articulacions, sistema nerviós, agilitat).

**-Augmenta l'esperança i la qualitat de vida**, manté l'autonomia.

**-Ajuda a conciliar el son** i tenir un descans més reparador, disminueix els episodis d'insomni.

**-Afavoreix les relacions socials** i fomenta valors positius (millora l'estat d'ànim, redueix l'estrès i ajuda a combatre l'ansietat i la depressió).

**-Millora la funció cognitiva**, memòria, eficiència i l'atenció i prevé així el deteriorament cognitiu.

**-Millora i manté la funció i la independència física.**

“  
**l'activitat física és sinònim de benestar, autonomia i envelliment saludable. Creiem que ha de ser un punt important a tenir en compte a totes les edats**”

Hem de tenir present però, que en els casos de menor independència, com pot ser en fases avançades de malalties senils, ens trobem amb rigidesa articular i muscular que acaba afectant les activitats de la vida diària. En aquests casos **ens centrem a estimular físicament adaptant-nos a l'estat de cada persona.**

És molt important mantenir el moviment, i per això des del centre es realitzen mobilitzacions actives, assistides o passives per prevenir i treballar la rigidesa generalitzada.

# Fotos collage

## UN CENTRE ACTIU!

El Centre de dia i residència Sant Josep de Cassà de la Selva és un centre actiu!

Sortides a la natura, activitats artesanals i culturals, festivitats, tasques de jardineria, jocs de taula, tallers de pintura i cuina, entre altres activitats, omplen els nostres dies per convertir el centre en un refugi actiu per a la gent gran.

Acompanyem les persones en el seu dia a dia en **un marc dis-tès i acollidor, sempre tenint en compte i respectant els seus interessos i preferències personals**, i alhora fomentant la creació de llaços, cohesió i comunitat entre totes les persones que hi participen.

Les imatges següents capturen moments de les diverses activitats desenvolupades en el centre.

Esperem que aquesta selecció us ofereixi una visió del dinamisme i atenció al detall que caracteritzen el nostre centre.





UN CENTRE ACTIU!



Fotos collage





UN CENTRE ACTIU!



Fotos collage



UN CENTRE ACTIU!



Fotos collage



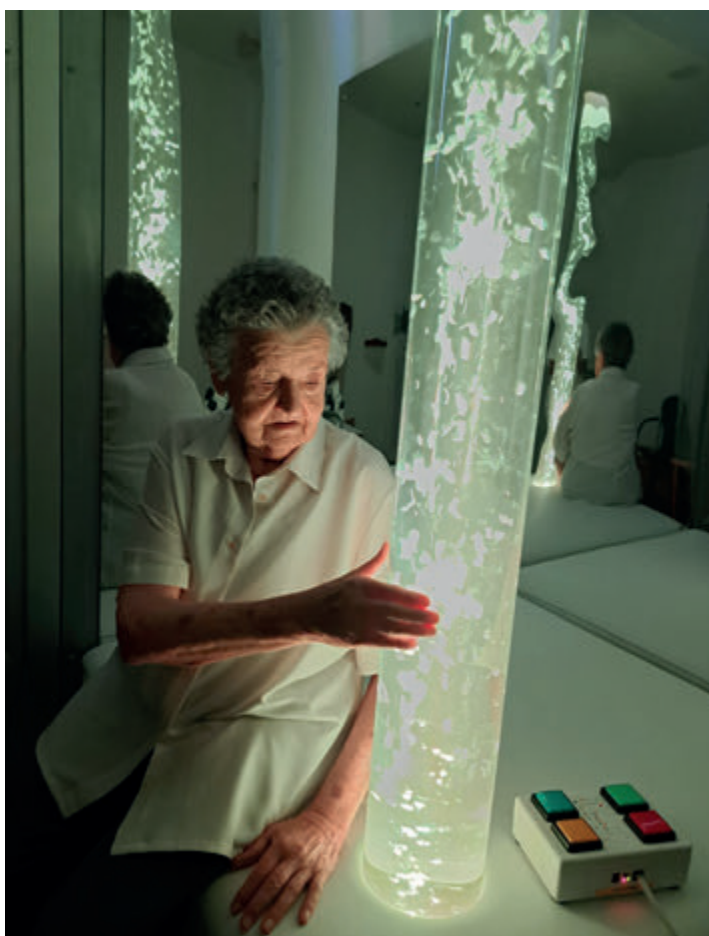


UN CENTRE ACTIU!



Fotos collage





# OPINIÓ USUARIS

## AMÀLIA GUERRERO GALLARDO

.....



Li agrada molt participar en totes les activitats que se li proposen, però si hagués de destacar-ne alguna, triaria les festes i la coral. Potser a vegades no hi participa de manera activa, però sempre li agrada ser-hi present.

Una altra de les activitats que sol gaudir molt són

les activitats intergeneracionals, el contacte amb els nois i noies que venen setmanalment a fer dinàmiques i activitats diverses.

Cada dia camina, és fàcil trobar-la pel centre fent un passeig. Ja sigui per les diferents sales, saludant la resta de la gent, com per la zona exterior si fa bon temps. Al matí a vegades no té tant de temps, però a la tarda sempre troba el moment d'anar a estirar les cames.

A més, als matins, setmanalment també rep la visita de la Montserrat, que és una de les persones voluntàries que col·laboren amb la residència. Amb la Montserrat surten a passejar i conversen durant una hora, sol ser cap a mig matí, a les 11:30 h.

Per acabar, manifesta que també li agrada molt cosir i aprofitant aquest fet, s'ha pensat poder recuperar aquesta activitat i arreglar petites coses del centre que vagin sortint.

## CONSOL RABERT ESTEVE

.....



La senyora Consol fa poc que viu al centre, però ja coneixia la residència de fa temps enrere, uns sis anys. De fet va decidir demanar plaça i així ha estat des de fa uns mesos.

Li agrada participar en les activitats que se li proposen, sobretot jocs de taula i les celebracions i festes.

Li agrada fer el tallat després de dinar, ja que això la fa sentir com a casa.

Està en una habitació individual. Com que fa poc que n'és usuària, coneix gent, però poca. Amb els dies, compta fer noves amistats. Li agrada la relació amb els professionals, i sobretot amb les gerocultores, comenta que són gent jove amb molta empena i paciència i se sent molt acompanyada i atesa.

Valora molt poder sortir amb la família els dissabtes, ja que va a casa seva. I li agradaria poder anar al mercat els dimecres. També li agradaria que a les festes i a les celebracions es posés més música per animar.

Fa una valoració molt positiva de la seva curta estada, i espera anar coneixent les persones i professionals amb qui conviu.



# Decidir sobre el que vull

## JOSÉ OLIVARES MARTÍNEZ

.....



És una persona molt sociable. Li agrada molt conversar, compartir vivències, tal com ell diu: explicar "històries i guerres" de vida, sobretot de la seva vida pro-

fessional, ja que havia estat policia local durant trenta anys a Arenys de Mar, i té mil anècdotes d'aquella època.

Comenta que se sent molt ben acompanyat al centre, hi ha trobat un ambient molt familiar. Parla amb tots els companys i ell mateix es va canviant de lloc per poder parlar amb tothom. Es mostra molt obert a qualsevol tipus d'activitat que es realitzi al centre, se li donen molt bé les manualitats i les activitats creatives, també li agrada molt el gimnàs i les celebracions que es fan. Destaca que el que no li agraden gens són els jocs de taula, i per això no hi participa.

En general, diu que se sent a gust i ben acompanyat, no es pensava que podria sentir-s'hi així de còmode.

## CARMINA GASCH DURAN

.....



És una persona a qui li agrada mantenir la ment activa: llegeix "El Punt" cada dia, li agrada molt treballar la ment amb l'ordinador i fer estimulació cognitiva en grup amb l'Anna, la psicòloga de la residència. De tant en tant, també li agrada fer algun puzzle.

És una gran lectora, agafa llibres de la biblioteca de la residència per llegir, és una gran fanàtica de les novel·les policiaques. Forma part dels "Marxants

de paraules" del municipi i assisteix als recitals que s'hi fan. Li agrada molt la poesia, de fet en la commemoració del Dia de la Pau, va recitar un poema d'Àngel Guimerà juntament amb altres persones de la residència.

Al centre també li agrada molt participar en les activitats de creativitat, manualitats...

I diàriament treballa la deambulació amb en Marc, el fisioterapeuta. Normalment, va amb cadira de rodes, però li agrada mantenir l'autonomia per a poder desplaçar-se.

Pel que fa a les visites, a vegades va al mercat amb una persona voluntària. La seva filla i la família la visiten també cada setmana, amb la Trufa, la seva gossa.

Manifesta sentir-se a gust i molt ben atesa per totes les professionals de la residència.

# OPINIÓ FAMILIARS

## CONVERSEM AMB LA FAMÍLIA DE LA PEPITA MARSAL

.....



En Suly, net de la Pepita, explica com va arribar la seva àvia a la residència.

“La Pepita vivia sola, ja li havíem ofert venir a casa amb nosaltres o tenir algú a casa seva, però ella no volia. Va ser arran d’una caiguda que va agafar por. A causa d’aquesta caiguda, va estar un temps en un ingrés hospitalari per fer la recuperació. Quan va

acabar, li vam proposar venir amb nosaltres, però ens va dir que li havia agradat molt estar al centre. Finalment, vam aconseguir una altra estada en un altre centre de recuperació, i quan va acabar, com que havia estat molt bé i no podia tornar a casa sola, vam decidir, juntament amb ella, que vingués al centre. Va ser una decisió que va sorgir d’ella, i això va fer que fos més senzill per a nosaltres acabar de decidir entre tots que vingués.

Aquí veiem que està contenta i ben atesa; tot el que li falta, ho té. Ens diu que està contenta i això ens dona la tranquil·litat que està bé.. El que ens feia patir era que no estigués sola.

A la residència, ella no vol fer activitats, segons les seves paraules, diu que ja no vol treballar. Veiem bé que li donin l’opció de triar, és veritat que després sí que acaba participant en algunes de les activitats que se li proposen”.

## ROBERT RIGAU ISERN, FILL CARMÉ ISERN

.....



En Robert explica que la mare va decidir venir a la residència perquè ja la coneixia per l’estada que havia fet el seu marit temps enrere. Així que el gener del 2023, quan va obtenir plaça, la senyora Carmé no ho va pensar dues vegades.

El dia a dia a casa i a la residència és diferent. En Robert comenta que hi ha hagut molts canvis, tot i això, manifesta que tant la Carmé com els familiars s’hi han adaptat molt bé. Tot i no conèixer el model ACP amb el que es treballa, percep que és beneficiós per a la seva mare i els familiars. La Carmé gaudeix amb les companyes de taula, sempre estan xerrant o fent coses, sempre li fan preguntes de les activitats que han realitzat. Tot i que li diu al seu fill que no fa falta que vingui cada dia, ell la visita sovint i manifesta estar content de poder gaudir d’una residència tan oberta als familiars.

En Robert no es pensava que pogués fer les coses que fa, com entrar a l’habitació de la mare i moure’s amb llibertat. De fet, comenta que el sorprèn gretament el fet de treballar segons el model ACP, ja que, com diuen, ara és casa seva.

# Decidir sobre el que vull

## MARIA I FINA, FILLES DE LA JOSEFA VIRUETE

.....



“A casa, la mare no feia gaire res: mirava la televisió, li agradava observar les flors del jardí i anar a passejar una estona, segons la seva tolerància. Li fèiem fer activitats de cal·ligrafia i fitxes de números. Creiem que hi ha certes activitats que feia a casa que pot

mantenir, com ara mirar la televisió, llegir revistes...

A l'inici, les activitats li poden costar una mica, però amb incentivació i empena, s'acaba animant, ja que és de riure fàcil. Les activitats li resulten més amenes quan hi és la família. Li agraden les celebracions que es fan al centre sobretot va gaudir molt del dia de carnaval.

Estem contentes amb el tracte que rep la nostra mare per part dels i les professionals del centre. Veiem que es tenen en compte les seves preferències i les seves circumstàncies per afavorir la convivència amb altres usuaris.

Creiem que, en general, està ben cuidada, sobretot molt més acompanyada, i més activa que a casa. A casa la infraestructura ja no l'ajudava. Estem contentes, sobretot per ella”.

## ENTREVISTA A FAMILIARS D'ÀGUEDA QUIÑONES

.....



Parlem amb els nebots de l'Àgueda Quiñones: la Mili, en Geni i la seva dona, la M. Àngels.

Expliquen que la seva tia va estar a casa fins que va ser possible i va ser ella qui va prendre la decisió, ja que era molt conscient de la situació després de quatre anys amb limitacions per sortir de casa.

La Mili explica que la seva tia està a la residència com si fos a casa seva, amb una família més gran, i tots coincideixen que la veuen molt millor aquí.

Diuen que l'Àgueda és una persona molt independent. Posen l'exemple que prefereix agafar el seu llibre i estar tranquil·la, que fer una activitat amb molt de xivarri o amb molta gent. Està contenta perquè aquesta opció és respectada al centre. També agraeix poder fer la migdiada al llit, ja que li agrada descansar aquesta estona. Així mateix, valoren que si necessita alguna cosa, té la llibertat de poder demanar-ho.

En Geni compleix amb una cosa que li va demanar quan va venir a la residència: trucar-li cada dia abans d'anar a dormir, per poder parlar de com ha anat el dia.

Al principi, li va costar deixar casa seva, com és normal, però es va poder emportar els seus quadres, els seus llibres i el més estimat d'ella.

## Activa el teu cos!

GLÒRIA GIFREU PASCAL FISIOTERAPEUTA (núm. col. 3126)  
I DIRECTORA DEL SAIAR VALL D'ONYAR DE VILOBÍ D'ONYAR

### Allibera't de tensions

#### Exercicis per aprendre a destensar-nos fàcilment

Les espatlles i la zona de les cervicals (el coll) són zones que habitualment ens sentim carregades i/o rígides.

Aquí us proposem una taula d'exercicis suaus per alleugerir aquestes molèsties.

#### Exercici 1

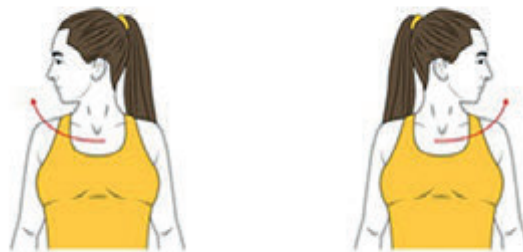
##### 3 REPETICIONS

Cal repetir 3 vegades

- Moure el cap en diferents direccions per notar el moviment. Veure si hi ha tibantor, fins on arriba la mirada, si hi ha "sorollets" (com si hi hagués sorreta).
- Baixar la mirada a terra i tornar-la al davant, tres vegades.
- Alternar girs del cap cap a la dreta i cap a l'esquerra, tres vegades.



1 BAIXAR I PUJAR LA MIRADA



2 GIRAR EL CAP A LA DRETA I A L'ESQUERRA

## A tenir en compte!

- Cal realitzar els exercicis al matí quan us aixequiu, per escalfar la zona, o després d'una posició mantinguda que us ha carregat, per exemple, després d'estar davant de l'ordinador o amb el mòbil, cosint, pintant, llegint...
- Cal realitzar els exercicis drets o asseguts en una cadira sense reposabraços i sense recolzar l'esquena al respall. Els braços preferiblement s'han de deixar caiguts al costat del cos.
- No s'ha d'arribar mai a notar dolor, per tant, seran moviments lents i suaus.



### Exercici 2

#### 5 REPETICIONS

Cal repetir 5 vegades.

- Elevació i descens de les espatlles: pujar-les en direcció a les orelles i baixar-les cap a terra les espatlles. Cinc vegades
- Fer cercles amb les dues espatlles alhora. totes dues alhora. Cinc cercles enrere i cinc cercles endavant.
- Repetir l'exercici 1 i fer una comparativa de sensacions (tibantor, fins on arriba el moviment, "sorollets"...).



1

PUJAR I BAIXAR ESPATLLES



2

RODAR ESPATLLES ENRERE I ENDAVANT

# Activa la teva ment!

ANTONIA LÓPEZ TREBALLADORA SOCIAL I DIRECTORA DEL CENTRE DE SERVEIS DELS HOSTALETS DE PIEROLA

Troba 11 principis del programa “TU DECIDEIXES COM VOLS ENVELLIR”

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

ACOMPANYAR      ACTITUD  
 DIGNITAT          FELICITAT  
 ACTIVITATS        INNOVACIÓ  
 AUTONOMIA        BENESTAR  
 PARTICIPACIÓ     RESPECTE  
 CAPACITATS

Completa el poema de Joana Raspall amb les vocals que hi falten:

## UN RAGET DE SOL

Un r\_g\_t de s\_l m'h\_dit  
 Qu\_ si el v\_ll per c\_mp\_nyia  
 a pr\_p del m\_u llit v\_ndria  
 a f\_r-me llum c\_da n\_t.  
 Jo li d\_c qu\_ vull d\_rmir  
 i el s\_l em desv\_tllaria.  
 De n\_t, la llun\_, voldria;  
 \_l sol, qu\_ vingui al m\_tí.

**ESCRITURA CREATIVA:** escriu una frase en la qual aparegui

**UN MITJÀ DE TRANSPORT:** En l'excursió prevista a Montserrat utilitzarem l'autocar i el funicular.

**UN JARDÍ:**

**UN ARMARI:**

**UNES SABATES:**

**UNA BICICLETA:**

**COMPLETA AQUESTA SÈRIE NUMÈRICA:**

5	10	15						
---	----	----	--	--	--	--	--	--

# Sabies que...

## la creativitat no és un domini exclusiu de la joventut?

Encara més, l'experiència i el coneixement que acumulem al llarg dels anys poden **enriquir la capacitat de generar solucions innovadores** i veure connexions on d'altres no les veuen.

De fet, trobem casos de persones que han començat la seva carrera en arts, literatura i altres àrees creatives en edats avançades.

És el cas d'Anna Mary Robertson Moses, coneguda com a Grandma Moses (àvia Moses), que va començar a pintar als **70 anys**. La seva artritis no la deixava seguir brodant així que va canviar les agulles per pinzells, i va començar a pintar escenes familiars, costumistes i rurals del folklore americà.

O el de Penélope Fitzgerald, que va iniciar la seva carrera literària als **58 anys**. És autora d'obres com *La llibreria*, finalista del Premi Booker, que Isabel Coixet va adaptar al cinema i va guanyar un premi Goya a la millor pel·lícula i a la millor direcció.

O el també escriptor Frank McCourt, que va publicar el seu aclamat primer llibre, *Les cendres d'Àngela*, als **66 anys**.

Aquests són tan sols uns exemples que desafien els estereotips sobre l'envelliment i destaquen **la importància de valorar i fomentar la creativitat en totes les etapes de la vida**.



# sumem

LA REVISTA DE LES PERSONES GRANS



Ajuntament de  
Cassà de la Selva

## RESIDÈNCIA I CENTRE DE DIA SANT JOSEP DE CASSÀ DE LA SELVA

Rambla Onze de Setembre, 77

17244 Cassà de la Selva

Tel. 972 460 130

[www.residenciasantjosepcassa.com](http://www.residenciasantjosepcassa.com)

[aroelas@sumaracciosocial.cat](mailto:aroelas@sumaracciosocial.cat)

**SUMAR**, Serveis Públics  
d'Acció Social, MP, SL.  
Parc de Recerca i Innovació  
de la UdG  
Ed. Narcís Monturiol  
Emili Grahit, 91. Bloc B. 3a Planta  
17003 Girona  
Tel. 972 439 168  
[info@sumaracciosocial.cat](mailto:info@sumaracciosocial.cat)  
[www.sumaracciosocial.cat](http://www.sumaracciosocial.cat)

 @sumar\_asc

 @sumaracciosocial

 @sumaracciosocial

 Sumar Acció Social

 Sumar, Serveis Públics  
d'Acció Social de Catalunya

Amb el suport de:



Diputació de Girona



Generalitat  
de Catalunya