



Ajuntament
de Mataró

8è CICLE D'ACTIVITATS FORMATIVES PER A LA GENT GRAN

activitats formatives gent gran



**Can
Palauet**

Carrer d'en Palau,
32- 34. Mataró
ENTRADA GRATUÏTA

www.mataro.cat

Telèfon d'Atenció Ciutadana 010*



FUNDACIÓ ACADÈMIA DE
CIÈNCIES MÈDIQUES DE
CATALUNYA I DE BALEARS



FUNDACIÓ DEL MARESME

**fundació
agrupació mútua**



UNION GENERAL DE
TRABAJADORES

MATARÓ
SETEMBRE,
OCTUBRE
I NOVEMBRE
2009

**Can
Palauet**

Carrer d'en Palau, 32- 34. Mataró

Dijous de 17 a 18.30 h

(excepte el 8 d'octubre, "Jornada de
prevenció del glaucoma". Vegeu calendari)

ENTRADA GRATUÏTA

* Establiment de trucada: 0,28 euros + IVA. Cost: 0,21 euros + IVA/
minut. 807 11 70 10 des de fora de Mataró. Establiment de trucada:
0,09 euros + IVA. Cost màxim: 0,34 euros + IVA/minut



L'Ajuntament de Mataró, juntament amb l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i Balears des de la seva filial del Maresme, la Fundació Agrupació Mútua, UGT delegació Maresme i professionals vinculats a la gent gran, us ofereixen el vuitè Cicle d'Activitats Formatives per a la gent gran.

Aquest cicle d'activitats sorgeix del treball endegat en el si de la Comissió de Qualitat de Vida del Consell Municipal de la gent gran de Mataró. Amb aquest Cicle d'activitats volem donar consells pràctics a les principals qüestions que preocupen a la gent gran i els seus familiars i cuidadors fomentant una actitud activa en temes de salut i qualitat de vida.

Us convidem a participar-hi.

SETEMBRE

24 INAUGURACIÓ I PRESENTACIÓ DE LES ACTIVITATS

Núria Aguilar, consellera delegada de Gent Gran de l'Ajuntament de Mataró. **Mateu Cabré**, metge, president de la Filial del Maresme de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques. Un representant de la Comissió de Qualitat de vida del Consell Municipal de la Gent Gran.

PLANS DE VIDA, PLANS DE MORT, COM PREPARAR LA DARRERA ETAPA

Mateu Cabré, metge geriatre de l'Hospital de Mataró. **Esther Valverde**, infermera de PADES. **Romuald Grané**, membre de la comissió de qualitat de vida de la gent gran.

OCTUBRE

1 DIA INTERNACIONAL DE LA GENT GRAN

Lectura del manifest i recital de poesia.

8 JORNADA DE PREVENCIÓ DEL GLAUCOMA

Fundació Agrupació Mútua i Laboratoris Alcon. Diagnòstic preliminar sobre el glaucoma. De 10 a 14 h i de 16 a 18 h a la Plaça de l'Ajuntament. Xerrada informativa. A les 18.15h a Can Palauet.

15 INFORMACIÓ I PREVENCIÓ D'ESTAFES I SEGURETAT VIAL

Agents de policia de la Generalitat-Mossos d'Esquadra.

22 LA BIODANSA

Marta González, facilitadora de Biodansa.

29 EL BANC DEL TEMPS

Carme Altayó, coordinadora del programa de Solidaritat Local de la Fundació Hospital.

NOVEMBRE

5 PREVENCIÓ D'ACCIDENTS A LA LLAR

Fundació Agrupació Mútua. **Vicente Botella**, metge. **Jaume Fernández**, pediatre. En finalitzar la conferència hi haurà una petita representació teatral escenificant-ne un resum dels principals continguts.

12 CUINA FÀCIL I SALUDABLE

Montse Tapia, cuinera professional.

19 QUÈ ENS CORRESPON DE PENSIÓ?

Lola González, UGT, delegació Maresme.

ACTE DE CLOENDA

Un representant de la Comissió de qualitat de vida del Consell Municipal de la Gent Gran. **Núria Aguilar**, consellera delegada de Gent Gran, de l'Ajuntament de Mataró