



ViURE+

REVISTA DE LA GENT GRAN DEL PRAT
NOVEMBRE 2022

gent
gran

**La nova residència, en
escena a la Fira Avícola**

**Nou bus
Prat – Hospital
de Bellvitge**

[Emergències	112
[Ambulàncies	061
[Policia Local	93 478 72 72
(Policia Local urgències)	092
[Mossos d'Esquadra	93 554 12 40
(Mossos urgències)	088
[Creu Roja El Prat	93 370 33 04
[Bombers	93 379 10 81
[Ajuntament del Prat de Llobregat	93 379 00 50
[OAC 360	93 595 44 14
[OIAC (Oficina d'Informació i Atenció al Ciutadà)	93 379 00 50
[OMIC (Oficina d'Informació al Consumidor)	93 379 00 50
[Oficina de Benestar i Família	93 370 98 21
[CAP Ramona Via	93 370 41 01
[CAP Disset de Setembre	93 379 54 22
[CAP Dr. Pujol i Capsada	93 479 16 70
[Centre Cívic Jardins de la Pau	93 379 21 41
[Centre Cívic Sant Jordi – Ribera Baixa	93 374 15 80
[Equipament Cívic Delta del Llobregat	93 478 72 83
[El Prat Ràdio / elprat.tv	93 478 53 60
[Cementiri del Sud	93 478 26 76
[Tanatori	93 478 08 31
[Cementiri de l'Est	93 478 23 93
[Aigües del Prat	93 479 35 35
[Correus	93 379 01 99
[E-distribució	800 76 07 06
[Gas Natural (avaries)	900 75 07 50
[Butà	93 640 08 67
[Estació de RENFE (informació d'estacions)	912 432 343
[Ràdio Taxi	93 370 16 11
	93 113 10 06
[Aeroport	902 40 47 04



Ajuntament del
Prat de Llobregat

Edita: Consell Municipal de la Gent Gran | Ajuntament del Prat de Llobregat | www.elprat.cat

Consell de redacció: Consell Municipal de la Gent Gran

Disseny, maquetació i impressió: Quid Comunicació, SL

Correcció de textos: Quid Comunicació, SL

Fotografia: Consell Municipal de la Gent Gran

Dipòsit Legal: B 19873-2021
Imprès en paper que disposa de totes les garanties mediambientals



Pelayo Domínguez Gutiérrez
Usuario Casal Gent Gran de
Cooperativa Obrera de Viviendas

Inflación y pensiones

Es evidente que estamos concateando en estos tiempos, una serie de hechos y circunstancias que están incidiendo negativamente en las familias y muy especialmente en las personas de edad avanzada. Después de los dos años de afectados por la pandemia, que ha ocasionado numerosos fallecimientos, cuestionándose los servicios y protocolos asistenciales de este colectivo —todavía hoy investigándose

y no aclarados suficientemente—, otra maldición se nos echa encima: la subida desbocada e incontrolada de los precios, no solo de la electricidad, también de toda clase de alimentos, incluidos los denominados básicos (aceite, huevos, leche, cereales, patatas, frutas, carnes, pescado...). **“El precio de los alimentos sube casi cuatro veces más que las pensiones en el 2022”**, titula la revista **65ymas.com**, llegando a una inflación que superó los dos dígitos y que, literalmente, se “come” la pensión. Los elevados precios de los alimentos llevan meses agujereando el bolsillo de los pensionistas y trabajadores. En el caso de los jubilados, este fuerte encarecimiento nos ha empobrecido por la pérdida de poder adquisitivo acumulado. Ante esta situación insostenible, es necesario salir de nuestra zona de confort y participar en las manifestaciones por la recuperación del poder adquisitivo de pensiones y salarios.



Plácido Pretel
Voluntario del Pessebre de la Gent Gran

La familia del Pessebre

Trabajar en la fabricación del *Pessebre de la Gent Gran* es muy gra-

tificante. Todos los días voy al taller con la satisfacción de hacer algo que me gusta.

Ya llevo trece años en el proyecto y somos como una familia; tengo unos compañeros maravillosos. Entre todos nos ayudamos siempre que es necesario y aprendemos mucho los unos de los otros.

La inauguración es un día muy especial porque vemos el resultado de tantos días de trabajo. Ahí es cuando te sientes más realizado, viendo lo bien que ha quedado todo y recibiendo las felicitaciones de la gente.

Aquest espai està destinat a totes les persones que desitgin expressar-hi la seva opinió i els seus suggeriments i/o propostes. Si esteu interessats/des a participar-hi, tan sols heu de fer arribar el vostre escrit a:

Revista VIURE+ | Consell Municipal de la Gent Gran

Plaça de l'Agricultura, 4 (Cases d'en Puig) o a l'adreça electrònica gentgran@elprat.cat

Les nostres ciutats no cuiden la gent gran com ho haurien de fer. I això, en societats on cada cop neixen menys infants i l'esperança de vida augmenta, serà un problema cada cop més greu.

Per exemple, al nostre país i també a la nostra ciutat hi ha massa poques places en residències per a gent gran. Fa temps que reclamem a la Generalitat que les augmenti. Però mentres esperem, des de l'Ajuntament no podem quedar-nos amb els braços ple-gats. Per això, un dels compromisos d'aquest govern era impulsar una nova residència municipal.

En els darrers mesos hem treballat intensament i ja tenim un projecte per començar a construir-la, un projecte que es basa en el respecte a la gent gran, als seus gustos, a les seves preferències. Perquè massa sovint entrar a viure en una residència implica perdre autonomia, i volem que això canviï, que la

futura residència del Prat sigui un espai on es respectin els gustos i les preferències dels seus inquilins i inquilines. En resum: que sigui, més que una residència, una nova llar per a totes les persones que hi habitin. En aquesta revista us donem més detalls sobre com ho garantirem.

També traslladem una altra bona notícia. Una altra demanda històrica de la nostra ciutat era disposar d'un autobús que ens connecti millor amb l'Hospital de Bellvitge. Per fi podem anunciar que hem acordat amb l'AMB que en els propers mesos entri en servei aquest bus.

D'aquesta manera, aproparem encara més el Prat al vostre hospital de referència, Bellvitge, el qual aprofito per felicitar perquè acaba de fer 50 anys: mig segle construint sanitat pública, mig segle cuidant el Prat i la seva gent. Que en siguin molts més!



LLUÍS MIJOLER
Alcalde del Prat de
Llobregat

Una nova llar al Prat

Nuestras ciudades no cuidan como deben a la gente mayor. Y esto, en sociedades donde cada vez nacen menos niños y la esperanza de vida aumenta, será un problema cada vez más grave.

Por ejemplo, en nuestro país y también en nuestra ciudad hay demasiadas pocas plazas en residencias para gente mayor. Llevamos tiempo reclamando a la Generalitat que las aumente. Pero mientras esperamos, desde el Ayuntamiento no podemos cruzarnos de brazos. Por eso, uno de los compromisos de este gobierno era impulsar una nueva residencia municipal.

En los últimos meses hemos trabajado intensamente y ya tenemos un proyecto para empezar a construirla, un proyecto que se basa en el respeto a la gente mayor, a sus gustos, a sus preferencias. Porque demasiado a menudo entrar a vivir en una residencia implica perder autonomía, y queremos que eso cambie, que la futura residencia de El Prat sea

un espacio donde se respeten los gustos y las preferencias de sus inquilinos e inquilinas. En resumen: que sea, más que una residencia, un nuevo hogar para todas las personas que la habiten. En esta revista os damos más detalles sobre cómo lo garantizaremos.

También trasladamos otra buena noticia. Otra demanda histórica de nuestra ciudad era disponer de un autobús que nos conecte mejor con el Hospital de Bellvitge. Por fin podemos anunciar que hemos acordado con el AMB que en los próximos meses entre en servicio este bus.

De esta forma, acercaremos aún más El Prat a su hospital de referencia, Bellvitge, al cual aprovecho para felicitar porque acaba de cumplir 50 años. Medio siglo construyendo sanidad pública: medio siglo cuidando de El Prat y de su gente. ¡Que sean muchos más!



Un bus llançadora connectarà el Prat amb l'Hospital de Bellvitge

Tal i com va explicar l'alcalde, Lluís Mijoler, al programa *Contrasenyes* de El Prat Ràdio, un nou bus llançadora connectarà el Prat amb l'Hospital del Bellvitge. El seu recorregut passarà per la majoria de vies principals de la ciutat i tindrà parades als principals punts de l'entorn hospitalari, com ara Urgències i Consultes Externes.

El nou bus llançadora es posarà en marxa durant els primers mesos del 2023 i servirà com a solució provisional en espera que es pugui consolidar la recuperació del traçat habitual de l'L10.



Visita de la gent gran a l'Aeroport del Prat

Les persones usuàries del Programa de Lleure de la Gent Gran van poder gaudir d'una visita guiada pel centre cultural aeronàutic i d'un recorregut per les pistes, terminals i torres de control.



Cicle de xerrades informatives al Casal Remolar

El Casal Municipal de Gent Gran El Remolar acollirà diverses xerrades en matèria de seguretat i salut. Per començar, el passat 9 de novembre s'hi va dur a terme una xerrada sobre prevenció d'incendis a la llar, a càrrec dels bombers.

La gent gran, protagonista a la 49a Fira Avícola



La nova residència serà un dels grans temes de l'estand municipal

Els propers dies 2, 3 i 4 de desembre tindrà lloc a la Granja de la Ricarda una nova edició de la Fira Avícola, que enguany arriba a la seva 49a edició, juntament amb la 20a Mostra d'Entitats i l'Espai Gastronòmic. Com cada edició, aquest esdeveniment tan important tindrà un espai municipal que explicarà les línies estratègiques que faran del Prat una ciutat encara millor durant els propers anys, una ciutat compromesa, innovadora i ecològica que posa les persones al centre per tal que la seva ciutadania digui amb orgull que el Prat és el seu lloc al món.

Una part d'aquest model es basa a ser una ciutat amigable per a la gent gran, ja que un dels seus objectius és promoure'n el benestar i l'autonomia amb tot el gran ventall de serveis a la seva disposició i, sobre tot, amb la construcció de la nova residència municipal.

Residència municipal: unitats de convivència centrades en la persona

A l'estand municipal, la gent gran podrà conèixer la maqueta de la nova residència que es començarà a construir properament, una residència que basarà la seva estructura i els seus serveis en unitats de convivència de 15 persones: un model d'atenció centrat en la persona, que s'allunya de l'assistència impersonal i mecànica, perquè les persones se sentin com a casa.

Per això, més del 85 % de les habitacions són individuals i la convivència es dona en petits grups, amb una cuina pròpia a cada unitat i on prevalen les decisions de les persones, la promoció de la seva autonomia i el foment de l'envelliment actiu. Serà un edifici envoltat de verd i jardins terapèutics on les persones podran ser protagonistes del seu entorn.

A banda d'aquest espai municipal, el dissabte 3 de desembre, a les 11 h,



El dissabte 3 de desembre, a les 11 h, es farà una xerrada informativa sobre projectes d'autonomia personal i envelliment

es farà una xerrada titulada "La gent gran al Prat del futur: viure i envellir amb autonomia personal i qualitat de vida". Aquesta trobada servirà per donar més informació sobre la pròpia residència i per explicar els reptes de futur que tenen per endavant els serveis de la ciutat dedicats a la gent gran.



Faustino Albaladejo

Pensionista y exsindicalista. 86 años.

“La gente mayor de El Prat está bien asistida”

Faustino Albaladejo, nuestro tercer entrevistado en la revista *Viure+*, ha sido un referente en la defensa de los derechos de la clase trabajadora de El Prat.

¿Cuál es tu experiencia con la *gent gran*?

Fui el representante de CCOO, en el ámbito de la *gent gran*, en el Consell Comarcal del Baix Llobregat. Estuve 12 años y lo tuve que dejar por problemas de salud. Íbamos 6 representantes de El Prat a las reuniones.

¿Cómo fue que llegaste a El Prat desde tu Cuenca natal?

Vine desde Cuenca, de un pueblo que se llama Villarejo-Periesteban. Una vez que hice la mili ahí, en Aranjuez, volví al pueblo, donde el trabajo era básicamente agrícola. Cuando terminó el verano tenía la intención de irme a Madrid a trabajar, pero decían que ahí la cosa estaba complicada. Contacté con un tío mío que estaba aquí en El Prat, llamado Rufino Rodrigo, que trabajaba en La Seda. Le mandé una carta y me respondió que la cosa estaba bastante mal, pero decidí venir a El Prat. Estaba soltero y tenía solo 24 años, no me importaba tener que volver si no salía bien. Vine a casa de mi tío y eché la instancia a La Seda, donde empecé a trabajar al poco tiempo.

¿Cómo recuerda aquel Prat?

Tenía unos 10.000 habitantes. El Prat de entonces no se puede entender sin La Seda, donde trabajaban más de 3.000 personas. Y en la papelería, unas 1.000. Yo empecé a trabajar en 1949 y me casé en 1961. Mi tío tenía un piso en Pau Casals, pero no cabíamos todos, así que nos tuvimos que buscar otra vivienda, en Coronel Sanfeliu. Prácticamente eran barracas. No teníamos ni cocina.



“El Baix Llobregat siempre ha sido puntero en la lucha trabajadora”.

Cuando mi mujer se quedó embarazada, buscamos un piso con mejores condiciones. Estaba en la travesía del Canal y tuvimos que dar 25.000 pesetas de entrada. No las teníamos,

tuvimos que pedir un préstamo a La Seda.

Has dedicado buena parte de tu vida a la defensa de la clase trabajadora y la justicia social; ¿por qué esa dedicación y ese compromiso?

Conocí a varios trabajadores implicados en estos asuntos y se fueron juntando otros. Ahí fue el inicio de la Cooperativa Obrera de Viviendas, por ejemplo, debido a la precariedad de las viviendas.

También hicimos una huelga de ocho días en 1962 para pedir aumentos de salarios, de 60 a 80 pesetas al día, y mejoras en las condiciones de trabajo. Una mañana se presentó ahí la Guardia Civil, abrieron las puertas y tuvimos que entrar a trabajar. Nos quitaron la antigüedad, volvimos como si fuéramos nuevos.

Luego, en las primeras elecciones que hicimos, me apunté y salí como enlace sindical. Ahí empezamos a reivindicar la restitución de la antigüedad. Después pasé a jurado de empresa y seguimos con esta reivindicación. Finalmente, en una renegociación del convenio de empresa, lo conseguimos.

El Baix Llobregat siempre ha sido puntero en la lucha trabajadora.

¿Cómo ves los recursos y servicios que hay para la *gent gran*, un colectivo cada vez mayor en la ciudad?

Creo que la *gent gran* está bastante bien asistida por los servicios que tiene el Ayuntamiento. Esto no quiere decir que no se pueda hacer más, porque la gente mayor somos muy de pedir (se ríe). El Ayuntamiento administra bien los recursos y los reinvierte también en las personas mayores. Se lleva comida a casa a gente que no puede cocinar, por ejemplo. O la teleasistencia.

También se ha vuelto a hacer esta revista, que es muy importante.



Els serveis per a la gent gran es concentren en un mateix punt

Durant l'estiu, les Cases d'en Puig han patit una reforma integral dels seus espais. Un dels objectius dels canvis ha estat el de millorar les condicions de l'edifici per tal que les persones puguin fer-ne un ús més amable durant la seva estada.

L'altre objectiu de l'harmonització d'aquest edifici històric ha estat el d'ubicar-hi una part de l'Oficina Integral d'Atenció Social (OIAS) i acomodar tots els serveis dirigits a la gent gran en un mateix equipament municipal.

Aquest espai serà, per tant, on es centralitzarà tota l'atenció, informa-

ció i la tramitació dels serveis, ajuts i prestacions de l'àmbit social, i serà també la porta d'entrada als Serveis Socials Municipals per a la gent gran.

Els serveis que podrem trobar a les Cases d'en Puig seran els següents.

El Servei d'Atenció Domiciliària

Els Serveis Socials d'Atenció Domiciliària són un conjunt de serveis de proximitat per a la ciutadania, que s'inclouen dins dels serveis socials bàsics.

Ofereixen una atenció de caràcter integral i personalitzada a les famílies amb dificultats per a la realització de les activitats bàsiques de la

vida quotidiana, i també una atenció per al seu desenvolupament personal i social, dins del seu entorn habitual de vida.

Aquests serveis es defineixen com a polivalents, comunitaris i preventius per fomentar l'autonomia de les persones perquè visquin dignament, atenent-ne les diferents situacions de necessitat.

Programa de Lleure

El Programa de Lleure es reflecteix en una sèrie de propostes que abasten àmbits d'animació, participació i manteniment físic i psíquic. Els objectius bàsics són estimular i motivar les persones, mantenir-les en



plena forma física i integrar-les en les activitats de la ciutat. El ventall d'activitats és ampli:

- Animació sociocultural: sortides, caminades, xerrades i estada de vacances.
- Manteniment físic: grups d'activitat física i diada esportiva.
- Tallers: informàtica, marqueteria i pessebre.
- Participació de la gent gran en actes diversos: Nadal, paella i les Jornades de la Gent Gran.

Serveis de dependència

La Unitat d'Atenció a la Dependència (UDEP) és un servei que centra la seva activitat en l'atenció social a persones que tenen reconegut algun grau de dependència, així com als seus cuidadors/ores i representants legals. En aquest sentit, vetlla

i fa les gestions perquè aquestes persones accedeixin als serveis i prestacions més adequats a cada moment, i també revisa el programa individual d'atenció a la dependència quan correspon i en fa un seguiment continuat.

Servei d'àpats a domicili

És un servei municipal, adreçat a persones de mínim 65 anys que visquin soles; a persones amb dependència reconeguda que visquin soles o amb una altra persona gran, i a persones que, encara que no tinguin l'edat requerida, presentin situacions en les quals calgui garantir-ne l'alimentació. L'objectiu és garantir àpats de qualitat per a totes aquestes persones i oferir-los un pla d'intervenció, d'acord amb la seva situació sociofamiliar i econòmica.

Teleassistència

El servei de teleassistència domiciliària és una prestació municipal que

té la finalitat d'afavorir la seguretat i fer un seguiment i acompanyament de les persones que es troben en situació de risc per factors d'edat, salut o dependència, a través d'un terminal connectat al seu telèfon mòbil i a una central d'alarmes.

Possibilita que persones grans o amb diversitat funcional, que no requereixin una atenció permanent i presencial d'altres persones, tinguin la seguretat que, davant d'una situació de crisi, caigudes, emergències sanitàries o de l'habitatge, podran contactar de manera immediata amb el centre d'atenció.

Transport adaptat

Servei adreçat a persones amb mobilitat reduïda reconeguda que no poden fer un ús normal del transport públic ordinari i que s'han de desplaçar, ja sigui de manera habitual o puntual. Aquest servei es presta en conveni amb el Consell Comarcal del Baix Llobregat.

Estrès en la gent gran: consells per combatre'l



Les persones grans s'enfronten sovint a situacions estressants. Les tècniques per combatre l'estrès ajuden a facilitar la vida diària

Envellir no és només tranquil·litat i disposar de temps lliure per realitzar tot allò que no es va fer abans de la jubilació. De fet, els canvis, el nou estil de vida i el temps lliure que cal ocupar d'alguna manera poden provocar estrès a les persones grans. Fins i tot molt temps després de la jubilació, es donen situacions estressants i esgotadores o situacions que provoquen descontentament.

Sovint, l'entorn, la família, i fins i tot els metges, no prenen de debò la persona gran que diu patir estrès. Hi ha estudis que afirmen que, en general, les persones grans saben portar millor l'estrès que els joves.

Tot i així, n'hi ha algunes a les quals costa adaptar-se al pas de la vida laboral a la jubilació.

Les causes més comunes:

- Desapareix la rutina de l'activitat

Consells per combatre l'estrès:

- Tècniques de relaxació
- Fer esport
- Activitats a l'aire lliure
- Repassar mentalment i anticipar-se a determinades situacions

professional, canvien els hàbits i s'adquireix un estil de vida no estructurat.

- Al final del dia no s'ha aconseguit el que un s'havia proposat. Les persones grans, al final, s'estressen i se submergeixen en tasques i projectes que els desborden.
- Influències externes que poden provocar estrès en les persones grans: les presses a la caixa del supermercat, en el semàfor, gestions als bancs, els comentaris públics sobre les imperfeccions, etc.
- Algunes persones grans també s'adonen que amb prou feines poden dur a terme activitats quotidianes sense dificultat i que necessiten l'ajuda d'algú altre.



Pessebre de la pl. de la Vila 2022

**Inauguració del pessebre
de la gent gran
15 de desembre a les 18 h
A la plaça de la Vila**



Les Dones Sàvies preparen l'obra *Esta casa es una locura*

Aquesta nova representació, en to d'humor, té com a rerefons el bon tracte a la gent gran

Les Dones Sàvies de Sant Cosme són un grup indispensable per al desenvolupament comunitari i un exemple clar de la importància de la vida activa per a la gent gran.

El teatre és la seva passió per explicar històries que no deixin ningú indiferent, i és per això que estan preparant una nova representació teatral titulada *Esta casa es una locura*. L'obra, que esperen estrenar a principis del 2023, té com a rerefons

el bon tracte a la gent gran, la defensa de les persones en situació de solitud no desitjada i una denúncia al mal tracte en l'àmbit familiar.

Esta casa es una locura és una comèdia de *enredos*, tal com la va descriure la María Godoy, una de les participants. I també té un toc emotiu.

Abans de l'estrena, cap al desembre, esperen fer-ne una preestrena per a familiars i amics. També volen fer-ne representacions al centre de

dia del barri i a l'Institut Escola del Prat.

L'Anna García Moreno és la directora de l'obra i dinamitzadora del grup de Dones Sàvies.

"Això ho fan per pura satisfacció, no cobren res", remarca. "Ja duen més de deu anys interpretant contes i obres de teatre".

Anteriorment, les Dones Sàvies van representar les obres *INseguridad Social* i *Tracta'm bé*.

Qui són les Dones Sàvies?

Les Dones Sàvies de Sant Cosme són un grup de dones d'entre 60 i 85 anys que reflexionen i fan aportacions sobre diferents aspectes del barri que caldria millorar, per mitjà de trobades i accions periòdiques i de la participació a la vida comunitària del Prat de Llobregat.

Han fet de Sant Cosme un barri on viure dignament i veure créixer els seus fills i nets.

■ FA 25 ANYS...

La Fundació Rubricatus es va crear l'any 1997 i, al llarg de la seva trajectòria, s'ha consolidat en el territori com a centre de referència per a persones amb diversitat funcional intel·lectual. Els seu objectiu és promoure la

integració social efectiva de les persones a través de la prestació de serveis de teràpia ocupacional, donant-los suport en la seva activitat professional o mitjançant el suport a les famílies dels treballadors o usuaris.



El passat 20 de setembre, el Parc Nou va acollir una nova edició de la Paella de la Gent Gran. Després de dos anys d'aturada degut a la pandèmia de covid, aquesta edició del retrobament va aplegar unes 1.100 persones que van poder gaudir del que tradicionalment és el tret de sortida no oficial de la Festa Major del Prat.

La jornada va començar a les 12 h amb l'obertura de l'espai, per tal que totes les persones assistents poguessin acomodar-se a les seves respectives taules i cadires. Poc després, cap a les 14 h, va començar el repartiment dels plats de paella, que van fer les delícies de la gent gran.

Aproximadament a les 16 h, l'alcalde, Lluís Mijoler, va dedicar unes paraules a les persones assistents, posant èmfasi que aquesta era una edició molt esperada per tota la gent gran després de dos anys d'aturada.

Tot just després del parlament institucional, va començar el tradicional ball amb orquestra per continuar amb l'ambient festiu de la paella.

L'esperada Paella de la Gent Gran va tornar després de dos anys d'aturada



Si voleu veure totes les fotos d'aquell dia seguiu aquest QR!



Al Prat 4.958
persones majors de
18 anys viuen soles.
Quantes d'elles
viuen en situació
de solitud no
desitjada?

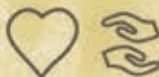
Des de la comunitat
fem possible que les
persones que es
troben en situació de
solitud no desitjada i
de fragilitat puguin
sentir-se més
acompanyades.

Entre tots podem
fer possible que les
persones en situació de
molta fragilitat arribin als
serveis professionals
que les poden
ajudar.

Com actua el projecte Antenes?

1

Detectem amb una mirada respectuosa
situacions de risc que poden afectar qualsevol persona.



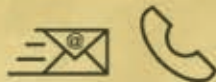
2

Ho comuniquem a
antenes@elprat.cat

Servei d'Acció Social: 623 272 660

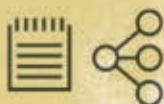
Horari d'atenció: de dilluns a divendres, de 9 a 16 h

Si és urgent: 092 Policia Local



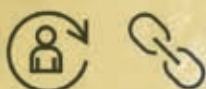
3

Valorem amb la persona les seves necessitats i
activem els serveis de la xarxa professional de la ciutat



4

Fem un **seguiment** professional i, si s'escau,
activem l'acompanyament de persones voluntàries i de la
xarxa cívica de la ciutat.



Al Prat Antenes

no estic sol/sola



Amb una mirada
respectuosa i amable

Com pots participar en el projecte?

Com a **ciutadà o ciutadana** pots
participar en el projecte Antenes i també
pots fer-te'n **voluntari o voluntària**.

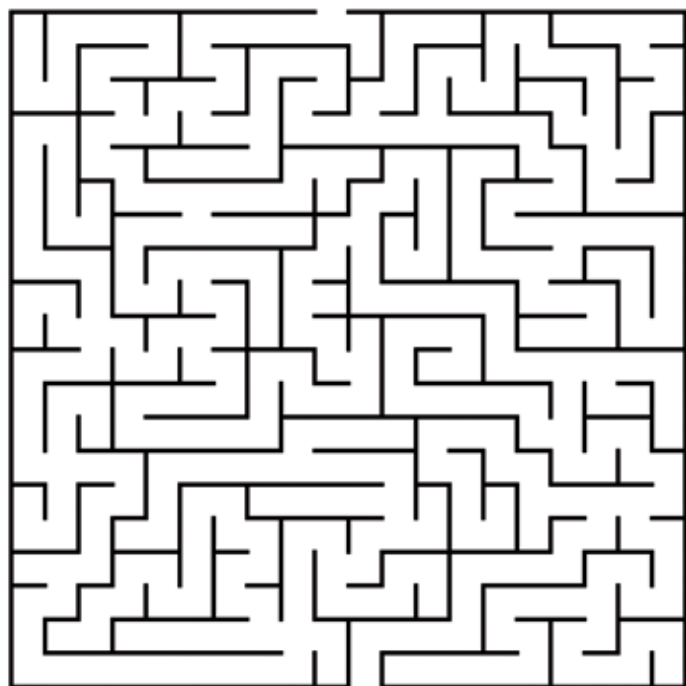
Com a **entitat** pots **coliderar** el projecte.

✉ Escriu a antenes@elprat.cat
o truca al Servei d'Acció Social
Tel. 623 272 660

Horari d'atenció: de dilluns a divendres, de 9 a 16 h

☎ **Per a urgències**
092 Policia Local
112 urgències/emergències

Anem al
Pessebre!



Busca les figures

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

VERGE MARIA, NEN JÉSUS, MELCIOR, GASPAR, BALTAZAR,
PASTORETS, CAGANER, SANT JOSEP, VACA, BOU

Sudokus

	5	7			3	6		
6					8		3	
		8	2	6	4			9
8						2		
		5		2	6	9		
2	6	3	7		9			
		4			2		5	8
7	8						2	4
5								6



Quant val?



+



= 8



+



+



= 9

El capell val dos euros i cinquanta cèntims

A l'hort

Tenim un hort amb 348 mates de tomàquet i 274 mates de pebrot. Quantes mates hi ha en total a l'hort?



La suma de les mates fa un total de
sis-centes vint-i-dues

Al Prat, les persones ens cuidem les unes a les altres.



Al Prat, teixim xarxes entre tota la ciutadania, fem comunitat.
Això vol dir que ens ajudem. És una mostra més de per què diem,
amb orgull, que el Prat és el nostre lloc al món.



Ajuntament del
Prat de Llobregat

www.elprat.cat

