



Taula Comunitària

Benestar i Salut de la Gent Gran
a Girona i Salt

JORNADA DE BENESTAR I SALUT



DILLUNS 05/10/2026

De 10 h a 13 h i de 16 h a 19 h



Espai Fundació "la Caixa"

Plaça del Poeta Marquina, 10
Girona



Una jornada
per informar,
aprendre i cuidar
la nostra salut

ACTIVITATS I XERRADES

Obertes sense inscripció

10:00 – 10:30

Cuidar als cuidadors

Organitza: Sanitas Mayores

10:45 – 11:15

**Habitatges de lloguer accessible amb serveis
del Patronat Santa Creu de la Selva**

Organitza: Fund. Privada Patronat Santa Creu de la Selva



Pausa - cafè

11:40 – 11:55

**L'Ajuntament de Girona al teu costat.
Serveis i recursos per a les persones grans.**

Organitza: Ajuntament de Girona

11:55 – 12:20

Les soledats. Programa Sempre Acompanyats

Organitza: Fundació "la Caixa", Creu Roja, Aj. Girona

12:30 – 13:00

**La importància de cuidar la salut cognitiva.
Factors de protecció davant la pèrdua de memòria**

Organitza: Fundació Catalunya La Pedrera

16:00 – 16:30

El bon ús dels medicaments

Organitza: Col·legi Oficial de Farmacèutics de Girona

16:45 – 17:15

DVA: Què és, perquè serveix i com fer-ho.

Organitza: Associació Dret a Morir Dignament



Pausa - cafè

17:45 – 18:15

**Vacuna't! Vacunes indicades a partir
dels 65 anys i més**

Organitza: Institut Català de la Salut (ICS)

18:30 – 19:00

**La meua salut. Com donar-se d'alta
i maneig bàsic**

Organitza: Institut Català de la Salut (ICS)



CIRCUIT D'EXERCICI TERAPÈUTIC: 10 h • 12 h • 16 h • 18 h

** Cal inscripció prèvia a l'espai la Caixa del 14/09 al 30/09
presencialment o per telèfon: 972 215 408 (places limitades)



Mesura de la
pressió arterial



Mesura de la
capacitat pulmonar



Mesura de
sucre en sang



Valoracions
cognitives



I molt més!

ENTITATS PARTICIPANTS



Fundació
"la Caixa"

Fundació
Catalunya
La Pedrera

FUNDACIÓ
PRIVADA
PATRONAT
SANTA CREU
DE LA SELVA
GIRONA

Càritas
Diocesana de Girona

dmd
DIÀLOG DE MENTES
DIVERSES
CATALUNYA

Sempre Acompanyats
Programa de
Gent Gran

COL·LEGI DE FARMACÈUTICS
DE GIRONA

Sanitas

associació
contra el càncer
a Girona

Universitat de Girona
Facultat d'Infermeria

support

Ajuntament
de Girona

GRUPMUTUAM

Associació
ICTUS
Girona

GRUPMIFAS

Associació Gironina de
PARKINSON

Creu Roja



**Generalitat
de Catalunya**



**Institut Català
de la Salut**