

tot SÈNIORS



SECCIÓ ESPECIAL INCLOSA A:

el
tot
Número 1794

MATARÓ

i MARESME

Any XXXVII ■ Del 10 al 16 de novembre de 2017 ■ www.totmataro.cat

Grup de comunicació eltot.cat



tot MATARÓ.CAT



portal mataró .com

FOSBURY
LA REVISTA DE TOT L'ALTRE ESPORT

TOT ESPORT.CAT
XARXA DE WEBS ESPORTIVES DE CATALUNYA

tot

SÈNIORS

MOLT MÉS QUE AVIS

La tercera edat és un grup cada cop més nombrós

Són els grans i cada vegada representen un percentatge més alt de la població. Amb l'actual esperança de vida i el descens de natalicis, cada cop agafa més pes a la nostra societat el grup format pels anomenats sèniors, que en molts casos supera l'antic esquema de la tercera edat. Estan sobradament preparats i són molt més que avis.

**Un col·lectiu cada cop més preparat
i sa que demana un paper actiu
en la societat d'avui en dia**



C. Tetuan 61, baix, Mataró
T 937 574 368
f iluroquiopractic

Beneficis de la Quiropràctica per la tercera edat

- ✓ Disminució de la incidència de sofrir caigudes.
- ✓ Disminució de la degeneració de les articulacions.
- ✓ Millora l'equilibri i la coordinació.
- ✓ Augment de salut i benestar.
- ✓ Augment de l'amplitud de moviment de la columna vertebral i de les extremitats.
- ✓ Alleujament/diminució del dolor.
- ✓ Ajuda a la gent grans a augmentar la qualitat de vida.

**1^a visita
+ ajust
Quiropràctic 29€**
**per a 2
persones 40€**
(treballem en sala privada)



Clínica Badia d'Oftalmologia
Doctor Miquel Badia i Sala

Cirurgia cataracta i presbícia

Miopia · Hipermetropia · Astigmatisme · Presbícia



Intervencions a Mataró sense desplaçaments.

Atenció personalitzada abans i després de la cirurgia.

Més de 25 anys d'experiència.

Actualment disposem d'atenció directa en:

- Oftalmologia general
- Cirurgia de glaucoma
- Oftalmologia infantil
- Segment anterior (còmia, cataracta, presbícia)
- Cirurgia de retina
- Cirurgia refractiva
- Cirurgia llagrimal i annexes
- Quiròfan amb làser excimer
- Optometria, contactologia
- Unitat de Baixa Visió
- Proves complementàries
- Unitat de teràpia i rehabilitació visual
- Urgències oftalmològiques



PER UN ENVELLIMENT SATISFACTORI

Hem d'aconseguir una bona qualitat de vida i un estat d'ànim elevat



Quan diversos aspectes del dia a dia de la gent gran conflueixen és quan podem parlar d'envelliment satisfactori.

Es tracta, concretament, d'envellir tenint un elevat compromís amb la vida sent part activa de la societat, gaudir de bones funcions mentals i físiques on el cos i la ment estiguin en forma i, per últim, comptar amb unes bones capacitats i amb l'absència de malaltia.

Cal destacar que aquest tercer aspecte es pot potenciar si al llarg de la vida hem mantingut hàbits de vida saludables i hem cuidat el nostre cos i ment.

Així ho explica la 'Guia per a la gent gran' elaborada per l'Àrea de Salut Pública i consum de la Diputació de Barcelona.

Tot i que de vegades algunes dificultats o mals no es poden evitar, sovint podem millorar hàbits i actituds del dia a dia per millorar la qualitat de vida



Núria Rodríguez

Acupuntora



**Tècnic Superior en Medicina Tradicional Xinesa
per la Universitat de Beijing**

- Acupuntura
- Auriculoteràpia
- Ventoses i moxibustió
- Dietètica
- Massatge terapèutic
- Reflexologia podal
- Acupuntura estètica corporal-antigreix i facial antiedat
- Tractaments per deixar de fumar

PROMOCIÓ SÈNIORS:

Acupuntura per al dolor i la falta de moviment

• 1a Visita: 50€ 35€

• Resta de visites: 30€ 20€

C. Tetuan, 71-73 baixos 1 · Mataró · M. 617 761 505

PELL FACIAL SANA I JOVE

Claus per frenar l'envelliment de la pell



El procés d'envelliment deixa la seva empremta sobre la pell en forma d'arrugues i flacciditat, però si la cuides diàriament es mantindrà sana i amb bon aspecte tot i el pas del temps.

- **Neteja:** Mantenir la pell neta, exfoliada i tonificada.
- **Hàbits de vida saludables:** dieta equilibrada rica en antioxidants, exercici físic, hores de son, reduir l'estrès, evitar excessos de tabac i alcohol.
- **Bona hidratació:** cremes hidratants, aigua, suc de fruites...

Tractaments facials

La pell facial és la més delicada i mereix una atenció especial. Per això, al centre **KORR Mataró** trobaràs professionals altament qualificats que utilitzen les tècniques més innovadores. A partir d'una valoració prèvia, t' aconsellaran el millor tractament segons el teu tipus de pell i la necessitat concreta. **Coolifting, Radiofreqüència, Microdermabrasió** amb punta de diamant, aplicacions amb vitamines, minerals i Q10 són els tractaments facials més adequats per tenir cura de la pell envellida, danyada pel sol, amb taques i arrugues.

KORR

Estètica Científica i Benestar

EXCLUSIU

A MATARÓ | DESCOBREIX

Coolifting



Sessió única: Efecte immediat en una sola sessió, efecte lífting: allisa i il·lumina la pell, elimina arrugues superficials i redueix les arrugues profundes.

Tractament d'atac i de xoc: 8 sessions durant un mes (2 per setmana) per efecte rejuveniment: intensa estimulació de col·lagen, elastina, regeneració dèrmica, millora de la textura i qualitat de la pell.

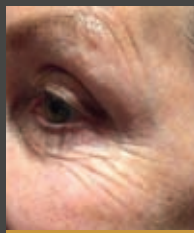
Tractament manteniment: una sessió cada 15 dies.

EN 5 MINUTS

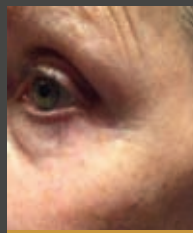
Et canviarà la cara



Els tens?



Abans



Després

www.korrmataro.cat

MANTENIR-SE ACTIU I EXERCITAR LA MENT

Alguns consells per exercitar les capacitats mentals



Un cop s'acaba l'etapa laboral i arriba l'anhelada jubilació, un munt de canvis s'apoderen del dia a dia perquè toca canviar hàbits i rutines.

Amb els canvis, però, arriben noves oportunitats: viatges, excursions, cuidar dels néts, passar més temps amb un mateix o gaudir d'activitats en els Casals de Gent Gran són algunes de les moltes coses a les quals es pot destinar el temps. El més important: no quedar-se a casa i aprofitar per recuperar totes aquelles aficions que estaven aparcaades perquè aquesta etapa pot ser una de les més actives de la vida.

Mantenir la ment activa promourà un envelliment més saludable i evitarà la ràpida pèrdua de facultats i capacitats mentals. Jugar a jocs de taula, fer sudoku, mots encreuats, pintar mandales o fer exercicis de memòria són algunes activitats que marcaran la diferència per mantenir la ment sempre desperta. Sol o amb grup, l'important és mantenir-se actiu.

És per això que també és important mantenir rutines i hàbits que impliquin moure's de casa, sempre que ens ho podem permetre. Anar a missa -si s'és creient- cada dia, per exemple.

Una bellesa activa promourà un envelliment més saludable i evitarà la ràpida pèrdua de facultats i capacitats mentals



Dra. Otilia Boix

més de 30 anys amb vosaltres

- Fils tensors.
- Replens d'arrugues.
- Augment de llavis.
- Botox.
- Pílings químics / Taques.
- Reafirmació facial / Corporal.
- Anticel·lulítics (Alidya).
- Tractaments corporals i facials.
- Fotodepilació amb IPL.
- Esclerosis de varius.
- Dietes / Nutrició / Obesitat.
- Intoleràncies alimentàries.
- Medicina Anti-Aging.
- Medicina familiar.
- Kinesiologia.

INFORMACIÓ GRATUÏTA

TRACTAMENTS PERSONALITZATS

Camí de la Geganta, 73, 1er 2a · Mataró · T. 937 571 100 · M. 616 660 411
www.draotiliaboix.com · info@draotiliaboix.com



Per què és tan important comparar?

Pensar és comparar, va definir el filòsof alemany Walther Rathenau.

En comprar un producte que no coneixem, volem saber si aquest producte ens donarà el resultat esperat en relació al seu preu. Com per exemple, quan comprem unes sabates fins que no les hem provat i comparat amb altres models no som capaços de decidir quines comprar i això sense desprestigiar la professionalitat dels fabricants, ni la qualitat de les sabates.

Aquesta necessitat és molt més pronunciada en el cas de l'audició, només que encara no ho sabem. Quan comprem uns audífonos necessitem provar i comparar diferents marques i models per saber quin és el més adequat per a la percepció subjectiva de la nostra audició, ja que és totalment imprevisible i això sense desprestigiar la professionalitat de l'audioprotesista, ni la qualitat dels audífonos.

Quan una persona té la necessitat d'adaptar-se uns audífonos per sentir-hi bé i s'informa en un centre auditiu, el més probable és que després de realitzar-li un estudi audiològic, l'audioprotesista del centre li expliqui quin és el producte més adequat per al seu cas i li faci un pressupost d'un únic model.



En molts països europeus, on les adaptacions d'audífonos estan subvencionades per la seguretat social, aquesta exigeix als centres auditius que deixin provar i comparar als seus pacients com a mínim tres models diferents d'audífonos. Això aquí sembla ser una utopia.

A ONAcústica som els únics que treballem amb totes les primeres marques d'audífonos i deixem provar i comparar diversos models durant setmanes en l'entorn quotidià, per assegurar així la millor adaptació possible.

Nomes així valorarem coses tan importants com és el fet d'entendre o no entendre el que ha dit algú en una situació acústica complexa.

D'això pot dependre si podrem participar en les converses o quedarem exclosos.

Lucas Xirinachs
Audioprotesista

 **ONAcústica**
CENTRES AUDITIUS

Rda. General Prim, 67-69, Mataró
Tel. 93 799 98 92
www.onacustica.net

- Audífonos digitals d'última generació des de 490€
- Finançament a mida, des de 39€ al mes
- Proveu durant 20 dies sense compromís
- 4 anys garantia
- 4 anys piles gratuïtes



ELS CENTRES DE DIA

Una posició intermèdia que permet seguir amb la família



Els centres de dia tenen com a objectiu augmentar la independència de la gent gran, per això compten amb programes de tractament adaptats a cada necessitat de les persones grans, com per exemple, programes de prevenció perquè la gent gran mantingui la seva autonomia el màxim temps possible, programes per a patologies com l'Alzheimer, el Parkinson, hemiplegies, ictus, demències, etc.

Amb aquesta fórmula la gent gran continua vivint en els seus domicilis el màxim temps possible i realitzen diàriament als centres de dia activitats terapèutiques necessàries per al seu benestar i bona qualitat de vida. El perfil de la persona que pot acudir a un centre de dia és tant aquella que vulgui realitzar tractaments de prevenció com aquella que ja tingui una patologia. Alguns centres tenen les seves instal·lacions adaptades i equipades amb diferents tipus d'aparells per treballar les

articulacions, enfortir els músculs... Per als centres de dia és important la detecció precoç de qualsevol patologia, ja que si s'aconsegueix treballar de manera terapèutica malalties com l'Alzheimer, el Parkinson o l'ictus, els resultats poden ser molt més favorables i ajuden molt a l'evolució de la malaltia.

**Molts centres són residència
i centre de dia alhora**

 **CAN BOADA**
centre geriàtric

Màxima Qualitat de Vida

c/ Pirineus 9-13, Mataró · T. 937 411 139

15
anys

fent camí junts!

- Placs de residència col·laboradores i privades
- Centre de Dia amb horaris personalitzats
- Unitat d'atenció Psicogeriàtrica
- Assistència Mèdica 24 hores
- Rehabilitació i Fisioteràpia
- Activitats psicoestimulatives
- Tallers ocupacionals
- Cuina pròpia / dietètica
- Bugaderia pròpia

L'OCUPACIÓ EN PERSONES AMB DEMÈNCIA

Fer-los participants de tasques quotidianes els fa sentir millor

El fet que una persona amb demència pugui ajudar amb les tasques de la llar el fa sentir-se útil, augmentant la seva autoestima i apaivagant problemes conductuals que se'n puguin derivar. Alhora que serveix com a element distractor i d'estimulació, tant per la interacció social que se'n deriva, com per la necessitat d'utilitzar capacitats cognitives per fer front a l'activitat. La pèrdua d'activitats quotidianes implica un sentiment negatiu envers un mateix, aquesta activitat, amb el suport professional necessari, ajuda al fet que aquesta pèrdua evolucioni més lentament.



És per tot això que des de fa un temps a la Unitat de Suport Especialitzat de la Residència i Centre de dia el Mirador de Mataró, estan fomentant aquest tipus d'activitats amb els Seus residents amb la finalitat de donar continuïtat aquelles ocupacions i tasques que donaven sentit a les seves vides.

Els objectius que es pretenen assolir són

- Treballar la implicació i l'ocupació en aspectes que tenen a veure amb la quotidianitat que es deriva d'"estar a casa".
- Potenciar el sentiment de validesa.
- Estimular aspectes cognitius associats (atenció, orientació, discriminació, denominació).



EL MIRADOR DE MATARÓ
RESIDÈNCIA I CENTRE DE DIA

Venint a casa teva GRUP 

Urbanització Can Quirze · C/ Capcir, 90
Mataró (Barcelona) · Tel. 93 790 15 36
infomirador@grupvl.es

- ✓ Places de residència col·laboradores i privades
- ✓ Centre de dia amb transport adaptat
- ✓ Apartaments especials per a matrimonis
- ✓ Estades temporals i caps de setmana
- ✓ Atenció integral i personalitzada
- ✓ Pàrquing gratuït per a familiars i clients
- ✓ Equip professional multidisciplinari
- ✓ Serveis complementaris
- ✓ Menjador per a famílies
- ✓ Servei de rehabilitació
- ✓ Unitat de demències
- ✓ Terrasses i jardins

**Nova Unitat de Rehabilitació
Intensiva (URI)**



LA CURA ÉS LA MILLOR PREVENCIÓ

Com arribar a grans amb una pell sana i sense risc de càncer



Cuidar la pell des de ben petits pot marcar la diferència perquè, a la llarga, puguem evitar la sequedat, les arrugues i, sobretot, les

malalties de pell. Els experts detecten un augment progressiu dels casos de melanoma i alerten que les xifres es tripliquen aproximadament cada deu anys. Aquest tipus de malaltia de pell és molt comú en els adults i la gent gran perquè són els que han estat més anys exposats al sol.

Per evitar a la llarga tenir càncer de pell els experts recomanen cuidar la pell amb cremes solars de protecció elevada, així com no exposar-la al sol llargs períodes de temps. Existeixen diversos tipus de crema solar pensades per les diverses tipologies de pell, només cal consultar al farmacèutic o al personal sanitari per conèixer el que ens és més adient. Cuidar-se al llarg de tota la vida és la millor prevenció per tot tipus de càncer de pell.



Bellaire, és un centre geriàtric privat i col·laborador que des del 1989 ofereix serveis residencials permanents, temporals i de centre de dia per a la gent gran, tots els dies de l'any.

Des de llavors, la nostra missió ha estat l'atenció directa i continuada a la persona, transmetent valors que ens distingeixen com l'acollida, el compromís i la proximitat amb els residents i les seves famílies.

Vine a coneixe'ns:

Truca al: 93 753 36 56

o entra a: www.residenciabellaire.cat

C/ Eucaliptus 16. Urb. Sant Crist · Cabriels



Residència
assistida



Centre
de dia



Estades
temporals

Centre col·laborador



Generalitat
de Catalunya



IOTT
INSTITUTO OFTALMOLÓGICO
TRES TORRES

¿CATARATAS, VISTA CANSADA?

Con Láser catalys
Tecnología de alta precisión

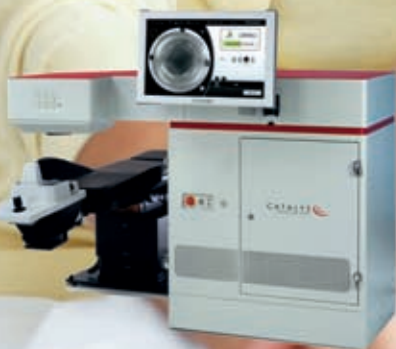
1ª VISITA

GRATIS Y SIN COMPROMISO



Dr. Emilio Juárez
Director médico

CATALYS®
Precision Laser System



FORMAR-SE TAMBÉ DE GRAN

Cada cop més sèniors es formen, com per exemple amb les Aules Sènior



La imatge de persones d'edat més o menys avançada estudiant és cada cop més freqüent. Hi ha programes especials en universitats, altres que cursen les assignatures com si fossin joves i, també, hi ha programes específics com el de les Aules Sènior de Mataró. Es tracta d'un espai d'aprenentatge específicament senyalat per persones ja jubilades i que amb els lustres ha acumulat reconeixements i qualificacions.

Les Aules Sènior de Mataró d'Extensió Universitària promouen des de fa ja 37 anys la cultura i la formació per a la gent gran. Pionera a Catalunya d'aquest moviment del qual avui dia en formen part més de 50 Aules sota les diverses Universitats, som un col·lectiu important dins la nostra societat. Les Aules Sènior de Mataró estan adscrites a la Universitat Pompeu Fabra i asseguren que volen "formar part d'aquest món que avança a velocitat de vertigen i ens hi adaptem a

través del coneixement, la cultura i la convivència". El seu lema és "Posem en pràctica allò d'aprendre a fer aprendre a saber, aprendre a conviure, i en definitiva, aprendre a ser, perquè creiem fermament que aprendre és sentir-se viu".

Les Aules Sènior tenen un local propi al carrer d'en Pujol, al cor de la ciutat



Residència Geriàtrica
LAIA

La Residència Laia està situada al centre de Mataró

Estades permanents, Estades temporals
Centre de dia, amb transport a domicili
Places temporals de respir.

Qualitat tècnica i humana al servei de les persones grans.

Per sentir-se segur, confortable i acompanyat.

VINGUI A VEURE'NS


C/ Biada 45, MATARÓ

T. 937 588 188

www.residencialaia.com



*La Residència i Centre de dia
a Mataró al costat del mar*

—  *la vostra llar* —

Ambient familiar, acollidor i atenció personalitzada als residents.

Més de 7 propostes diàries d'activitats i teràpies:

Estimulació cognitiva, psicomotricitat, taller creatiu, fisioteràpia, manualitats, bingo, teràpia amb gossos, aquateràpia, sortides a la platja, taller de cuina, posa't guapa, etc..


La millor relació qualitat/preu en assistència geriàtrica de Mataró.

Disponibilitat de transport per als usuaris de centre de dia.

C/. Tordera núm. 8, Mataró

T. 93 799 91 44

PÀRQUING GRATUÏT

 Bus 2,4 i 8.

www.lavostrallar.com


la vostra llar

Centre acreditat per la Generalitat



Generalitat de Catalunya
Institut Català d'Assistència
i Serveis Socials

LA IMPORTÀNCIA DE LA VIDA SOCIAL ACTIVA

Com fer nous amics i relacionar-nos durant la vellesa



Després de la jubilació augmenta considerablement la quantitat de temps lliure del qual es disposa i és per això que és important evitar quedar-se a casa i descobrir quines activitats es volen fer i en quins ambients ens volem moure.

Mantenir el cos i la ment actius és important, però també ho és el fet de viure una vida socialment activa per ser més feliços al dia a dia. La manera de gaudir de l'oci s'aconsegueix, principalment, portant una vida social activa

i ampliant el marc de relacions habituals més enllà de l'espai familiar. Tenir una vida social activa està directament relacionat amb una millor qualitat de vida en la vellesa. A més, també repercuteix en la salut física i mental, puja l'autoestima, disminueix el risc de depressió i ansietat, millora el rendiment de la memòria i del sistema musculoesquelètic, i molt més.

Consells per gestionar el temps lliure

Tant si sempre has estat una persona amb tendència a ocupar el temps lliure i fer moltes activitats, com si t'has trobat molt ocupat per les obligacions al llarg de la vida, procura destinar el temps a les activitats que de veritat et motiven. Els experts aconsellen descobrir les veritables aficions de cadascú, consultar la programació de centres cívics, casals de gent gran o espais culturals, i així decidir a què destinar les hores del dia. És important també ser conscients que la soledat no és inevitable en fer-se gran i que hi ha molts espais on socialitzar-se, fer amics i compartir estones amb persones diferents.

Assistència Domiciliària
per a les Persones Grans
i amb Dependència

ASISTED

ASISTED MARESME
c/Barcelona, 12-14, 2n 1ª
Mataró
T. 937 906 115
www.asisted.com

CIDIE

PSICOLOGIA
i PSICOTERÀPIA

C/ Pintor Velazquez 66, Mataró
www.cidie.es · psicologia@cidie.es
T 937 960 916

EMDR
CURACIÓ EMOCIONAL

Ansietat · Estrès
Pors · Depressió
Fòbies · Addiccions
Inseguretat
Somatitzacions

Nova i poderosa **Psicoteràpia global** per alliberar la ment i el cos d'emocions negatives i experiències traumàtiques

Miquel Pérez Pallejà
Psicòleg-Psicoterapeuta

NOVA ADREÇA:
c/Sant Benet, 43. 1º 3ª - MATARÓ · Telf. 652 411 143



CAFRANC

TECNOLOGIA AL SEU SERVEI



**SUNRISE
MEDICAL**
Servicio Técnico Autorizado



C. Cuba, 46 baixos | Mataró | 937 963 001 | www.cafranc.com

VISITES CONCERTADES DE DILLUNS A DIVENDRES



Ampliem el servei de professionals per oferir un millor servei de podologia.

REVISIONS • EXPLORACIÓ DE LA MARXA AMB PLATAFORMA DE FORCES • PLANTILLES.

Cadires elèctriques • Scooters • Llits elèctrics • Domòtica • Salvaescales • Plataformes • Elevadors verticals

Reparacions i Manteniment • Taller propi • Muntatge i Servei Post-venda

Sterling Little Gem 2

Abans

~~1.550€~~ **1.150€**



Sterling Pearl

Abans

~~1.950€~~ **1.550€**



Sterling S 425

Abans

~~2.300€~~ **1.900€**



Sterling Sapphire 2

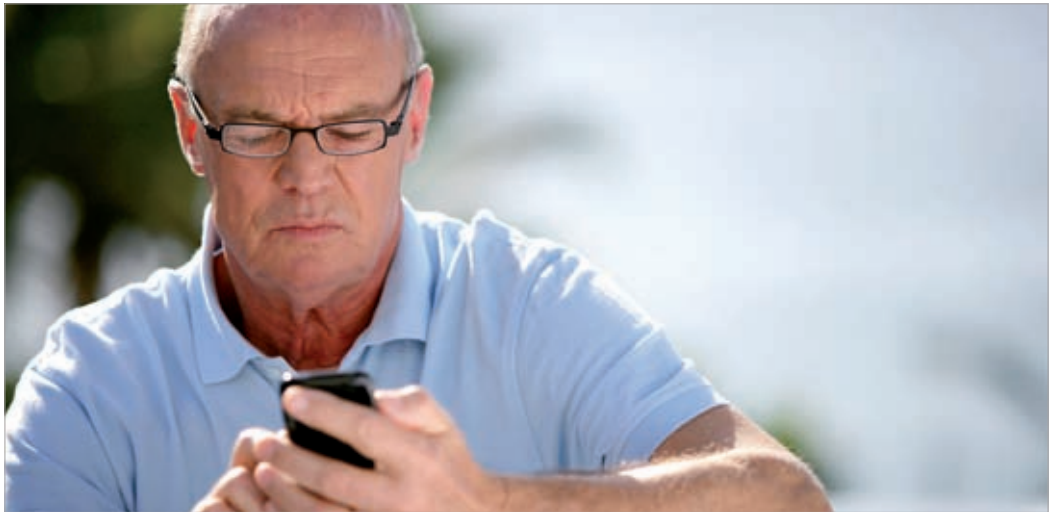
Abans

~~1.800€~~ **1.400€**

Gaudeixi de la seva llibertat, **ARA ÉS EL MOMENT!**

DAVANT LA DEMÈNCIA I L'ALZHEIMER

Com conèixer i actuar davant dues malalties tan comuns



Tant la demència senil com l'alzheimer són dues de les malalties degeneratives més conegudes i esteses. Ens poden tocar de ben a prop pel que cal conèixer com detectar-les i sobretot com tractar els que les pateixen.

La demència senil és la pèrdua progressiva de les funcions cognitives, memòria, pensament abstracte, judici, llenguatge, capacitat per realitzar tasques complexes, identificació i reconeixement de subjectes i objectes, elaboracions mentals objectives i canvis de personalitat, conservant intactes els mecanismes d'alerta i el nivell de consciència.

La malaltia d'Alzheimer és la causa més freqüent de demència irreversible en adults. És un tipus de lesió

La pèrdua de facultats es pot manifestar en qualsevol situació

cerebral orgànica. La seva deterioració intel·lectual progressa gradualment des de l'amnèsia fins a la incapacitat total. Es caracteritza per una atrofia cerebral i un excessiu nombre de nusos neurofibrilars i plaques neurítiques localitzades al cervell.

El tractament

Existeixen fàrmacs que maquillen els símptomes o en retarden lleugerament la deterioració, però no existeix tractament curatiu eficaç per a l'EA actualment. No obstant això, els cuidadors poden fer moltes coses per frenar l'accelerat progrés de deterioració intel·lectual i per millorar la qualitat de vida d'una persona amb demència, sigui quines sigui la seva tipologia.

SENT ACTIU
CENTRE DE DIA PER A LA GENT GRAN

Tractament no farmacològic

Es recomana simplificar la comunicació verbal amb el malalt: parlar-li amb frases curtes, deixant-li temps perquè processi la informació i mirant-li a la cara, evitar la realització de canvis en l'entorn, encara que és necessari adaptar-ho per evitar accidents i mantenir al màxim els hàbits socials del malalt, entre d'altres.

Centres especialitzats

A Espai Terapèutic Maresme ofereixen Diagnòstic diferencial per sospita de malaltia degenerativa i el seu subtipus.

Aborden les manifestacions psicològiques del dany cerebral i de les relacions cervell-comportament, alteracions cognitives, alteracions de l'aprenentatge, trastorn o patologia psiquiàtrica. També fan una avaluació i diagnòstic tant en persones sanes com amb dany cerebral i diagnòstic diferencial amb l'obtenció d'un perfil clínic o neuropsicològic.

Així precisen el diagnòstic, l'amplien per sospita de comorbiditat i planifiquen una intervenció adequada, afinant en el tractament i estudiant totes les possibilitats. S'ajuden d'exploracions i estudis rigorosos, mitjançant l'aplicació de proves psicomètriques i les informacions aportades per la família o professionals derivadors.

És també important la planificació de les cures del pacient, de la rehabilitació mitjançant estimulació cognitiva i prioritzen la devolució per explicar els resultats i diagnòstic concret amb l'entrega d'un informe complet de cada cas.

ESPAI TERAPÈUTIC MARESME

CENTRE DE SALUT MENTAL I TERÀPIES A MATARÓ

Cuidem la teva salut mental i alimentem la teva intel·ligència emocional

- ⊗ Psiquiatria adults i infanto-juvenil
- ⊗ Psicologia adults i infanto-juvenil
- ⊗ Logopèdia i foniatria
- ⊗ Reeducació i psicopedagogia
- ⊗ Avaluacions clíniques i neuropsicològiques

⊗ **Tallers, sessions, xerrades:**
mindfulness, Educació Emocional, Coach, sexologia, Creixement i millora personal, etc

www.espaiterapeuticmaresme.com
93 790 22 14

SEGON ESTABLIMENT DE LA FARMÀCIA SINDREU

Espai de Parafarmàcia i Ortopèdia davant del CAP d'Argentona



Ja fa 40 anys que la Farmàcia Sindreu treballa al servei dels argentonins i argentonines per atendre les seves necessitats i oferir-los medicaments, productes de dermocosmètica, medicina natural, ortopèdia i molt més. Ara des de la Farmàcia Sindreu han decidit apostar per ampliar l'empresa obrint un espai de Parafarmàcia i Ortopèdia que inclourà també serveis d'Osteopatia, Quiromassatge, Podologia, Dietes personalitzades, Teràpies Naturals, tot adaptat a les necessitats del client, explica l'Anna Sindreu.

La seva propietària, Anna Sindreu, formada com a farmacèutica, ortopeda i terapeuta naturista, té clar que l'equip de la farmàcia i de la parafarmàcia està format per farmacèutics i tècnics farmacèutics molt qualificats. Tots ells treballaran en els dos establiments per oferir així un servei professional dinàmic amb un equip que està sempre en contacte amb el medicament.

Fa uns anys que la Farmàcia Sindreu va començar a

ampliar els seus serveis amb més categories com, per exemple, la medicina natural, la dermocosmètica o l'ortopèdia adaptada i a mida. Amb les noves instal·lacions de Parafarmàcia i Ortopèdia continuen evolucionant per "adaptar-se a les necessitats del client", explica Sindreu.

**Inclou serveis d'Osteopatia,
quiromassatge, podologia
i teràpies naturals**



Sindreu
farmàcia-ortopèdia

📍 C. Barcelona, 26, Argentona

📞 937 971 400

📞 680 565 526

🌐 www.farmaciasindreu.com

**NOVA
OBERTURA**



SindreuSalut
Parafarmàcia i Ortopèdia

📍 C. Nou, 34, Argentona · 📞 936 672 705 · 📞 682 403 683





dr. Pere Pérez Peña

centres d'aplicacions **làser**

medicina interna . medicina làser

www.drpereperez.es

Tractament del dolor amb làser

artrosi, lumbàlgies, tendinitis, epicondilitis, genolls...

Medicina interna

Dietes personalitzades

diabetis, hipertensió, obesitat, cel·lulitis...

Medicina estètica

farciment (relleno) d'arrugues i llavis

Mesoteràpia infiltracions per a la cel·lulitis

Peelings salicílic i despigmentant

Rejuveniment facial

Cicatris queloides

Làser

eliminació de berrugues, cuperosi, queratosi, aranyes vasculars, taques, varius i tatuatges

Eliminació de varius

crioesclerosi i làser

Eliminació de tatuatges

amb Làser Spectra

Depilació mèdica làser

facial i corporal, per a l'home i la dona

Hores convingudes

Camí de la Geganta, 119, entl. 3a - 08302 MATARÓ - Tel. 93 796 43 57

Plaça Europa, 4, 2n 2a - 25700 LA SEU D'URGELL - Tel. 93 796 43 57

drpereperez@hotmail.com

tot SÈNIORS

el tot MATARÓ
I MARESME

Grup de comunicació **eltot.cat**



tot MATARÓ.CAT

 portalmataró.com

FOSBUXY
LA REVISTA DE TOT L'ALTRE ESPORT

TOTESPORT.CAT
BARÇA DE WEBS ESPORTIVES DE CATALUNYA