

Revista del

Projecte Radars

Radars és una xarxa de prevenció i acció que s'adreça a les persones grans que viuen soles o acompanyades d'altres persones grans, per prevenir i pal·liar els efectes de la soledat no volguda.



A Vilassar, ningú ha de sentir-se sol. El Projecte Radars treballa per acompanyar la gent gran del municipi i crear vincles.

Gràcies a vosaltres, el Projecte Radars està fent de Vilassar un poble més acollidor! Amb cada trucada setmanal, amb cada trobada mensual per prendre un te i conversar, i amb cada gran trobada amb entitats i serveis, estem teixint una xarxa de companyia i suport.

Però sabem que encara hi ha veïns i veïnes que podrien beneficiar-se'n i no ens coneixen. Aquí és on vosaltres sou essencials! Us animem a parlar-ne amb amics, familiars o persones del barri que vulguin ampliar les seves xarxes socials. Potser un conegut que trobeu cada dia a la botiga, una amiga que ha perdut contacte amb el seu entorn o un veí que viu sol.

Inscriure's és molt fàcil! Només han de venir una matí a Can Bisa (C. Montserrat, 2) per signar la documentació o trucar al 937540332 per resoldre qualsevol dubte.

Contingut

01

Els Voluntaris

02

Activitats que hem fet

03

Properes activitats

04

Records de Vilassar

05

Històries de vida

06

Recomanació lectora

07

Mandales

08

La Recepta

01

Voluntaris

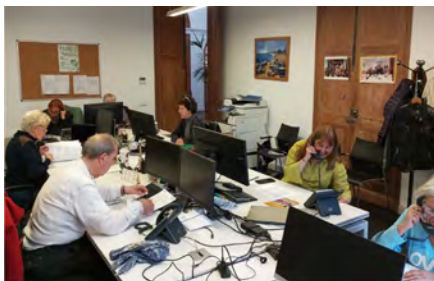
Creix l'Equip de Voluntariat Radars

El Projecte Radars impulsat per l'Ajuntament de Vilassar, destinat a detectar i pal·liar els efectes de la solitud no volguda, ha experimentat un notable creixement des de la seva posada en marxa el setembre de 2024. En aquell moment, el servei de seguiment telefònic comptava amb només tres voluntaris: en Miquel, la Montserrat i en Francesc. Ara, la xarxa de suport ha crescut fins a comptar amb onze persones implicades activament en el projecte.

Entre els nous membres, l'Ana María s'encarrega de realitzar la primera entrevista amb les persones usuàries. Pel que fa a les trucades de seguiment, el Francesc i la Charo contacten amb un mateix grup d'usuàries, igual que la Montserrat i la Griselda, i també en Miquel i la Marta V., que atenen un altre conjunt de persones.

A més, la Odette s'ocupa de fer trucades informatives per donar a conèixer el projecte i ampliar la seva difusió entre possibles beneficiaris. D'altra banda, la Marta M., com a voluntària, recorre els comerços locals per presentar la iniciativa i fomentar la col·laboració amb el teixit comercial del municipi.

Aquest creixement evidencia la importància del Projecte Radars i la necessitat de crear xarxes de suport per a les persones que es troben en situació de solitud no desitjada. L'augment de voluntariat i la implicació de la comunitat són claus per garantir el benestar i creixement del projecte i les persones que el formen.



02

Activitats que hem fet

2024



Festa Radars

Una celebració que serveix de tret de sortida a un calendari d'activitats que buscarà, de manera constant, implicar més persones i crear una xarxa de suport encara més forta per la gent gran del municipi.

La Festa Radars, a la plaça de l'Ajuntament, va comptar amb el grup de country del Centre Cívic Lluís Jover, el grup de ball en línia del Centre Cívic Lluís Jover i va finalitzar amb l'actuació del grup Sant Pau Rhum Band.



Taller de Pintura

El mes d'octubre es va celebrar un taller de pintura a Vilassar, on els participants van poder gaudir d'una jornada creativa i relaxada. Va ser una bona oportunitat per explorar noves tècniques, expressar-se artísticament. Amb la col·laboració de la Lídia, tallerista del Centre Cívic del Passeig.

Dol al Nadal

L'Equip d'Atenció Primària de Vilassar de Mar i el projecte Radars van organitzar el 16 de desembre l'activitat "És Nadal i a casa hi ha una cadira buida". Es tractava d'una sessió en format conferència pensada per oferir eines a aquelles persones que es troben en procés de dol i que poden tenir dificultats per afrontar les festes nadalenques.

Dirigida a persones que han patit una pèrdua (dol) i perceben dificultats per poder passar Nadal arran d'aquesta pèrdua. Conduïda per la Remei Galindo, referent de benestar emocional del CAP, va ser un èxit d'assistència i un moment en què trobar-nos.

2025



Gener **loga adaptat per a tothom**

En col·laboració amb L'ESTUDI-YOGA- del c. Santa Elena, 3, es va realitzar una classe de ioga gratuïta, pensada per a totes les edats i nivells, amb adaptacions per a persones amb problemes articulars o mobilitat reduïda. Es va utilitzar una cadira com a suport per facilitar els exercicis. Els participants van aprendre tècniques de respiració, estiraments i moviments suaus per millorar la flexibilitat i el benestar. L'activitat va ser molt ben rebuda, creant una atmosfera relaxada i una bona connexió amb el cos i la respiració, demostrant que el ioga és accessible per a tothom.

Febrer

Musicoteràpia a Casa Pairal: el poder sanador de la música

La residència Casa Pairal va acollir una sessió de musicoteràpia, on la música es va utilitzar per millorar el benestar emocional, mental i físic. Els residents i les persones de Radars van gaudir d'una experiència sensorial que va despertar records, va afavorir la connexió entre ells i va aportar moments de calma i alegria.

Març

Descobrint la història de Vilassar a través de l'Arxiu Municipal

El passat 12 de març a les 11 h, vam visitar l'Arxiu Municipal, dins del cicle de trobades mensuals dedicades a la identificació de fotografies històriques. Aquesta activitat no només va permetre als assistents descobrir imatges inèdites del passat del municipi, sinó que també va fomentar la participació activa de la comunitat en la recuperació del patrimoni documental de Vilassar de Mar. Amb l'ajuda de veïns i veïnes que van aportar els seus records i coneixements, es van poder identificar llocs, persones i moments clau de la història del poble. Aquestes sessions són una magnífica oportunitat per preservar el llegat històric local

2025



Abril

Trobada Radars: Un cafè a l'aire lliure per compartir

El 5 d'abril es va celebrar la Trobada Radars, dins de la Setmana de Salut. Durant l'esdeveniment es van intercanviar experiències, es va passar una bona estona i es va reforçar el sentiment de comunitat entre veïns. Es va decidir crear punts de llibre per a la diada de Sant Jordi, amb la participació activa dels usuaris del projecte i les famílies de les escoles. A més, els infants van fer punts de llibre dedicats a les seves àvies. Va ser una trobada oberta a tothom, reflectint els valors del projecte: suport mutu, companyia i vincle amb la comunitat.



03

Properes activitats

El cafè Radars

HAS SENTIT A PARLAR DE RADARS?

VOLS SABER-NE MÉS?

VINE AL CAFÈ RADARS!



Una trobada mensual per compartir una estona agradable i conèixer aquest projecte d'acompanyament a la gent gran.



ON?

Espai Galbany
(C. Sant Roc, 2)



QUAN?

El primer dimarts
de cada mes, 17 h

PROPERES TROBADES:

4 de març, 1 d'abril, 6 de maig,
3 de juny i 1 de juliol de 2025.

QUÈ ÉS RADARS?

És un **projecte comunitari** que ofereix suport a les **persones grans**. Fem trucades setmanals, ens trobem un cop al mes per conversar i, de tant en tant, organitzem activitats.

Xerrada sobre Serveis Socials

26 de maig al matí a l'Espai Galbany

El proper **26 de maig al matí, l'Espai Galbany** acollirà una xerrada informativa sobre els **Serveis Socials** de Vilassar de Mar. Les treballadores socials del municipi explicaran **en què consisteixen aquests serveis** i quins **recursos estan disponibles per a la gent gran**.

És una bona oportunitat per conèixer de primera mà les treballadores socials, **els ajuts, serveis d'acompanyament i altres suports** que poden facilitar el dia a dia de moltes persones. Si tens dubtes o vols informar-te millor, aquesta és una ocasió ideal per fer-ho.

Trobada amb el Club de Lectura de Viladona

16 de juny a la tarda a l'Espai Galbany

El proper **16 de juny a la tarda, l'Espai Galbany** serà l'escenari d'una trobada especial amb el **Club de Lectura de Viladona**. Una oportunitat per compartir impressions sobre llibres, intercanviar recomanacions i gaudir d'una conversa enriquidora amb altres persones aficionades a la lectura.

Si t'agrada llegir i vols descobrir noves obres i punts de vista, no et perdís aquesta trobada! Un espai per gaudir de la literatura i fer comunitat.



04

Records de Vilassar



L'alegria de la Pepita amb el Projecte Radars

La Pepita està contentíssima de com ha estat acollida a Vilassar en aquesta etapa de la seva vida. Allà on va, la tracten molt bé i ha fet noves amigues. Se sent acompanyada i valorada.

Per a ella, el Projecte Radars li ha donat molta alegria a la seva vida. Les trucades i les trobades li han donat moments de companyia i conversa que li fan el dia a dia més feliç.



Vilassar, sempre al cor de la Lucía

La Lucía porta Vilassar al cor perquè aquí va començar la seva vida. Fa molts anys, quan hi va arribar, va conèixer el seu marit, que treballava a la fàbrica. Quan es van casar, els van donar una porteria de la fàbrica per viure-hi, i gràcies a això van poder començar junts el seu camí.

Per a ella, Vilassar és més que un poble: és records, és casa, és el lloc on la seva història va prendre forma.



Alberto: Un músic de cor que segueix tocant amb passió

Alberto és un home que ha dedicat gran part de la seva vida a la música. Va ser pianista i violinista, però quan es va jubilar, una nova oportunitat va aparèixer a la seva vida. En Lluís li va proposar fer-se càrrec de l'orgue de la coral de l'església, i des d'aleshores, fa ja uns 15 anys, Alberto no ha deixat de tocar.

Cada dissabte a la tarda i diumenge al matí, Alberto segueix tocant l'orgue a la missa, compartint la seva passió per la música amb els assistents. La seva dedicació i amor per la música el mantenen actiu i feliç.



Records del Casal de Curació de Vilassar

Quan treballava al Casal de Curació de Vilassar, la Isabel va viure moltes històries, però una en especial li ha quedat gravada. La dona d'un reconegut actor català va anar a parir i ella era a la sala de parts. Quan va arribar el moment, el marit va voler entrar, però l'emoció el va superar i es va posar a plorar. Un record que mostra la intensitat i la humanitat que es vivia en aquell hospital.

El Casal de Curació era molt més que un centre sanitari **des dels seus inicis fins al 1987, va ser l'hospital del poble**, oferint una atenció mèdica i social adaptada a les necessitats de la població. Durant les dècades dels seixanta, setanta i vuitanta, va ser un referent tant per a Vilassar com per als pobles veïns.



Un nou capítol a Vilassar de Mar

Fa dos anys i mig, aquesta nova veïna va decidir començar una nova etapa de la seva vida a Vilassar de Mar. Va deixar la seva antiga casa a Tarragona, un canvi gran però que, amb el temps, li ha compensat. Té una filla i un nét, i la seva integració al poble ha estat molt positiva.

Una de les grans alegries que ha trobat és tenir la seva germana al poble, amb qui comparteix moments molt especials. Tot i viure cadascuna a casa seva, gaudeixen de fer activitats junts, com aquagym, zumba i altres activitats que els mantenen unides i actives.

Està molt contenta amb la seva nova vida a Vilassar de Mar, on ha trobat un lloc on es sent acollida i, sobretot, ben acompanyada.

05

Històries de vida

Unes petites passes cap a un gran futur

Quan la Maria va arribar a Vilassar, no s'imaginava que unes petites peces de roba marcarien el seu camí. Una família de Mataró li va encarregar fer peücs per a nines, i van tenir tant d'èxit que, de mica en mica, amb el seu marit, van poder aixecar el seu propi negoci. Un negoci que, anys després, encara perdura.

Però el més bonic de la seva història és que segueix en contacte amb les persones que la van ajudar en els seus inicis.

El brodat: una tradició que la Maria guarda al cor

Maria Ramón ens explica que va començar a brodar als 15 anys, una passió que va cultivar durant molts anys. Ara fa temps que no broda, però recorda amb nostàlgia aquells moments. Per a ella, brodar a mà era una autèntica artesanía, un art que no només requeria habilitat, sinó també molta paciència i dedicació.

Abans, el brodat era molt popular, fins i tot existia una certa competició per tenir els brodats més elaborats. Per Maria, aquest ofici no era només una activitat, sinó una tradició que unia a la gent i que s'ha perdut amb el temps, però que ella guarda amb molt d'afecte en el seu record.



Un comiat ple de música i amor

La Pepita recorda amb emoció el comiat del seu marit a l'Hospital de Mataró. En aquell moment difícil, va poder acomiadar-se d'ell amb la música de Claro de Luna, la melodia que sempre els havia acompanyat. Aquelles notes suaus van omplir l'habitació i, dolçament, ell se'n va anar, envoltat de la música que havien compartit tota una vida.

Un record trist, però també ple de pau, que la Pepita guarda al cor.

Els viatges de Maria Antonia Díaz: Una vida plena d'aventures

Maria Antonia Díaz ha estat una gran viatgera, amb la sort de conèixer racons de tot el món. Tot i que ha recorregut molts països, alguns viatges s'han quedat especialment gravats en el seu cor.

Un dels seus grans records és el viatge a Patagònia i Xile.

També recorda amb afecte el seu temps a Zimbàbue, Sud-àfrica i Botswana. Un altre viatge que va marcar la Maria Antonia va ser a l'Índia, tant al sud com al nord, també guarda un record especial del Perú, amb les seves ruïnes antigues i la rica història que la va fascinar.

Un dels viatges més autèntics que va fer va ser a Tailàndia, on va passar un mes seguint una ruta no turística, descobrint racons amagats i submergint-se en la cultura local. I, per descomptat, també recorda els seus viatges a l'Iran, Síria i Jordània.

Amb tants viatges i experiències, Maria Antonia ha viscut una vida plena d'aventures i descobriments.

06

Recomanació lectora

Un burka por amor Una història de sacrifici i superació

L'Adriana ens porta a través del seu llibre "Un burka por amor" a una història d'amor i lluita que trenca barreres. Una jove, enamorada d'un noi de l'Afganistan, viu una passió profunda i mútua. Però quan la vida els porta a l'Afganistan, ella es troba davant una realitat impensable, on la seva identitat com a dona es veu reduïda.

Amb tres fills a càrrec, es veu atrapada en un món que sembla no tenir sortida. Però la seva determinació la portarà a fer front a tot, i un gir inesperat obrirà una porta a una nova vida, lluny d'aquell lloc.

Què serà el següent? Quina direcció prendrà la seva vida després d'aquests esdeveniments tan decisius? Un viatge, un canvi radical, i una llibertat que sembla cada vegada més propera. Però, el camí serà tan senzill com sembla?

"Un burka por amor" és el descriu com un llibre molt bonic, i una dona de 10.

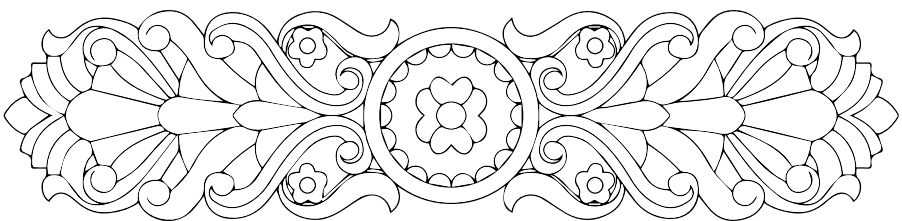
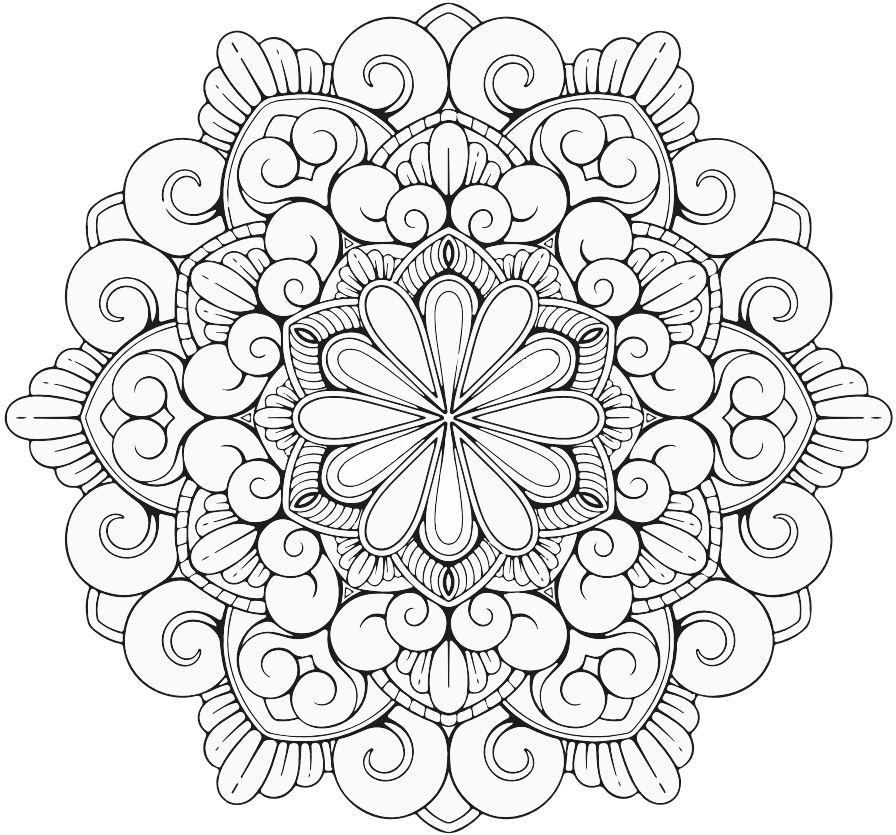


Autora: Reyes Monforte
ISBN: 978-84-8460-649-9
Pàgines: 250
Publicació: 2007

07

Mandales

Pintar mandales
aporta pau i serenitat



08

La recepta

Pastís de poma de l'Emília

Ingredients

3 clares d'ou
100 g. de sucre
Vainilla (branca)
50 gr. midó de blat de moro (maizena)
500 ml. de llet
Massa de pasta de full
2 pomes
Sucre
Mantega

Comença preparant la crema

pastissera: bat 3 rovells d'ou amb 100 g de sucre, una mica de vainilla (en branca) i 50 g de midó de blat de moro (maizena). A continuació, afegeix ½ litre de llet i escalfa la barreja a foc lent, remenant constantment per evitar que arribi a bullir.

Després, estén la làmina de pasta de full en una safata de forn i cobreix-la amb la crema pastissera. Al damunt, col·loca les pomes tallades a làmines fines, empolsa-hi una mica de sucre i afegeix uns trossets de mantega.

Enforna a 170 °C aproximadament uns 30 minuts, fins que la massa estigui daurada i cruixent.

Ja tens a punt un deliciós pastís de poma casolà!





Ajuntament de
Vilassar de Mar



endavant