

núm. 42
DES.
2017



SOM MÚTUA



"LA MÚTUA"
MÚTUA DE GRANOLLERS, MPS

ASSEMBLEA GENERAL
DE SOCIS DE LA
MÚTUA

P. 4-5

CAMPANYA
SOMRIURES
QUE CUREN

P. 6

MILLORES DE
LA MÚTUA

P. 12-13



Som MÚTUA



"LA MÚTUA"
MÚTUA DE GRANOLLERS, MPS



EDITORIAL

Benvolguts socis,
Benvolgudes sòcies,

A les acaballes d'aquest intens 2017, la portada de la nostra revista vol ser un homenatge a la nostra gent i al futur d'una institució que enguany ha celebrat el seu 65è aniversari.

Treballar per aconseguir que se'ns reconegui en un mercat cada cop més competitiu com el nostre implica explicar qui som, què fem i com ho fem.

La Mútua, hereva de la Germandat de Socors Mutus per a senyores Ntra. Senyora del Carme, se'ns ha fet gran en tots els sentits. Des dels seus inicis, allà al carrer Anselm Clavé, a la seva actual seu, a la Plaça Pau Casals, ha passat molt de temps. Aquella primera idea d'ajuda mútua és avui la mútua de previsió social d'assistència sanitària més gran del nostre país amb 15 hospitals i més de 900 centres mèdics concertats.

Durant tot aquest temps, La Mútua ha sabut trobar el camí per ser útil a la societat. El servei que es presta al mutualista i la confiança que tots vostès ens fan és l'element clau que identifica aquesta utilitat.

Han estat temps de servei, dedicació i treball per garantir i mantenir la salut. En aquesta línia cal ser: competents (fer cada cop millor el que fem), solidaris, transparents (envers els nostres socis i la societat en general) i responsables (vetllar per la sostenibilitat del model).

Deia Schopenhauer que: «El destí és qui reparteix les cartes, però som nosaltres els qui juguem la partida» i és aquí, en el que fem dia a dia, on ens juguem el futur.

A l'Assemblea, que es va celebrar aquest passat 29 de juny, a banda de presentar els resultats de l'entitat de l'exercici 2016 (que ens diu molt de la sostenibilitat i la transparència de la nostra mútua), es va aprovar la creació d'un fons social que parla de la solidaritat.

La continuïtat de la campanya Somriures que Curen (amb la col·laboració del Club BM Granollers), la nova edició del Dia de La Mútua, el patrocinat de la primera edició de la festa del futbol del Vallès Oriental, el concurs de la postal de Nadal i la nova edició de la Cursa Mútua Kids acaben d'emmarcar aquest aspecte social i solidari del qual els parlava més amunt.

Tot això, no hauria estat possible sense ser competents en el que és la nostra raó de ser (tenir cura de la salut dels nostres mutualistes). L'activitat assistencial a la nostra clínica i delegacions, la incorporació de nous professionals i la millora constant de les nostres instal·lacions (rehabilitació, quiròfan, planta d'hospitalització, esterilització, urgències) així ho avalen.

Així és com juguem la partida, parafrasejant a Schopenhauer, sent Mútua.

Per molts anys i molt bon Nadal i feliç 2018.

Atentament,

Dr. Josep Rius Vilardosa
Director General



SUMARI

PÀG.4-5

ASSEMBLEA GENERAL DE SOCIS

PÀG.6

PRESENTACIÓ CAMPANYA SOLIDÀRIA SOMRIURES QUE CUREN

PÀG.7

DIA DE LA MÚTUA EL PROPER 23 DE MARÇ

PÀG.8-9

CLUB MÚTUA

PÀG.10-11

ENTREVISTA: JOSEP PUJADAS, PRESIDENT DEL CLUB BM GRANOLLERS

PÀG.12-13

MILLORES A LA MÚTUA: QUIRÒFAN - LLUMINÀRIES - ACCÉS
AMBULÀNCIES - SERVEI FISIOTERÀPIA

PÀG.14

LOGOPÈDIA - ELS BENEFICIS DE L'AIGUAGYM

PÀG.15

CONSELLS MÈDICS: LA IMPORTÀNCIA DEL SOMRIURE

PÀG.16-17

NOTÍCIES:

- LA MÚTUA PATROCINA LA PRIMERA EDICIÓ DE LA FESTA DEL FUTBOL DEL VALLÈS ORIENTAL
- CONVOCADA LA XIX EDICIÓ DEL CONCURS DE LA POSTAL DE NADAL
- MÚTUA DE GRANOLLERS PARTICIPA A LA TROBADA DE MUTUALITATS DE CATALUNYA
- NOU ACCÉS AL PÀRQUING DEL CEMAV PEL CARRER DE L'ENGINYER

PÀG.18

ASSEGURANCES: LA MÚTUA MÈDICA

PÀG.19

NADONS



L'Assemblea General de Socis va aprovar establir un **FONS SOCIAL** dotat amb 50.000 euros destinats a ajuts per aquells socis que es trobin en dificultats econòmiques de forma temporal per motius de pèrdua de feina, o problemes derivats d'incapacitats o malalties que no els permetin afrontar el pagament de les quotes per aquests motius.

El President de Mútua de Granollers, Jaume Bages, va insistir en el caràcter solidari de l'entitat que amb aquesta mesura persisteix en l'afany de no excloure als socis que en algun moment no puguin afrontar els seus compromisos.

Aquest Fons Social aprovat en Assemblea, que entrarà en vigor durant l'any 2018, va ser la novetat destacada de l'Assemblea General que com ja és habitual va comptar amb una àmplia assistència de socis.

Aquesta proposta va ser molt ben acollida pel seu caràcter solidari, que com ja és habitual s'ha implantat a l'entitat que ja va iniciar accions solidàries amb els descomptes aplicats de les quotes dels socis de més edat per tal d'afavorir la fidelitat d'aquelles persones que fa tants anys han confiat en La Mútua.



ASSEMBLEA GENERAL DE SOCIS DE LA MÚTUA

Un any més, Mútua de Granollers va donar compte de la seva gestió a l'Assemblea anual que en aquesta ocasió de forma excepcional es va celebrar a la Sala d'actes de la seu central de la Plaça Pau Casals, aprofitant l'ocasió per visitar les obres de reforma del Servei de Fisioteràpia situat al mateix edifici.

El President de La Mútua Jaume Bages acompanyat del Director General Josep Rius van presentar les dades de l'exercici anterior. Entre els aspectes destacables es va anunciar que l'entitat va assolir la xifra de 18.428 assegurats, una dada important donada la conjuntura actual i que inclou el creixement produït en la pòlissa principal que comercialitza l'entitat, La Mútua Familiar.

Aquesta pòlissa és la que va experimentar el canvi de tarificació en l'exercici anterior. El producte amb el canvi de model tarifari que

es va implantar ha obtingut un creixement de 139 assegurats i actualment té 11.004 assegurats, que suposa un 72,5% del total de la facturació de l'entitat.

Pel que fa als resultats de l'entitat es va aprovar un resultat de l'exercici 2016 de 259.000 euros després d'impostos, això ha permès situar el Fons Propi de La Mútua en 13.451.062 euros.

El pressupost previst per l'any 2017 preveu un superàvit abans d'impostos de 800.000 euros.

L'Assemblea General de Socis va aprovar per majoria totes les propostes presentades així com els resultats de la mutualitat.



PRESENTACIÓ ENQUESTA DE SATISFACCIÓ:

Mercè Álvarez, responsable del Servei d'atenció al Mutualista, va ser la persona encarregada de presentar els resultats de l'enquesta que La Mútua va realitzar en la qual hi van participar usuaris de diversos punts de la casa: servei de Fisioteràpia, Consultes Externes, Quiròfan, Planta d'Hospitalització, Urgències, Recepció i Laboratori.

Les dades presentades responen a la valoració de serveis Generals de La Mútua com Recepció, Admissions, Comercial, Prestacions,

Atenció a l'Usuari, Administració, Quiròfan, Urgències, Laboratori, Pl. Hospitalització, Fisioteràpia i Centres Externs.

Els resultats van ser valorats positivament per l'entitat que va anunciar que treballaria en aquells aspectes que es poden millorar.

Tal com va anunciar Álvarez, el Servei d'atenció al Mutualista romandrà a disposició dels socis que ho desitgin per ampliar-ne informació.

PRESENTACIÓ DE LES DADES ECONÒMIQUES:

Rosa Maria Danés, Directora econòmico-financera, va presentar les dades econòmiques de l'exercici 2016.

La valoració de l'exercici segons Danés demostra que l'actuació més rellevant de l'any 2016 de l'activitat asseguradora ha estat la consolidació del nou model tarifari de La Mútua Familiar iniciat el 2014.

En l'àmbit del grup d'empreses es reafirma que l'aposta feta per la Junta en el seu moment, es reflecteix amb els bons resultats aconseguits de totes les empreses participades que hi ha al Cemav, Centre de Medicina Avançada del Vallès, durant el 2016.





CAMPANYA SOLIDÀRIA SOMRIURES QUE CUREN

Ja estem a punt per a la tercera edició de la campanya solidària de La Mútua a favor de la investigació del càncer infantil a benefici de l'Hospital Sant Joan de Déu.

Com cada any des de La Mútua, tot el personal s'hi implica per aconseguir donatius per la lluita contra aquesta terrible malaltia que afecta tantes famílies.

En aquesta ocasió, de nou, els nens dels treballadors i amics de La Mútua han participat en la gravació del vídeo de la campanya, que aquest cop es desenvolupa al voltant de jugar a ser metges...

Mútua de Granollers s'ha convertit per unes hores en un gran plató on els nens han pres el relleu als professionals per convertir-se en metges i infermers que curen als pacients amb el seu somriure solidari.

Amb aquest vídeo presentem una nova edició de la campanya que com cada any consta de diverses activitats amb les quals es pot participar per fer els donatius.

Des de fa uns dies, ja tenim a la venda les participacions de Loteria de Nadal, el número d'aquest any és el **43854** i com ja sabeu el podeu trobar a la seu i a les delegacions de l'entitat. De cada participació 1 € va destinat a Sant Joan de Déu per la campanya solidària.

D'altra banda, també trobareu a La Mútua i a les seves delegacions la Cinta de Sant Joan de Déu, una polsera solidària en diferents colors que podeu aconseguir fent un petit donatiu de només 3 € que van tots destinats a la campanya Somriures que Curen.

I en l'àmbit de la col·laboració que vam iniciar l'any passat amb el BM Granollers, enguany organitzem conjuntament el partit d'handbol solidari que serà el diumenge 21 de gener de 2018. Per l'esdeveniment comptem amb els jugadors i jugadores de la Selecció Catalana d'Handbol i els primers equips masculí i femení del Fraikin BM Granollers.

Us hi esperem!



Número de Loteria de Nadal



Cintas Sant Joan de Déu



Partit d'handbol solidari

DIA DE LA MÚTUA EL PROPER 23 DE MARÇ

D'aquí a uns dies donarem inici a un nou any, i amb ell ens emplacem per retrobar-nos a la III edició del Dia de La Mútua, un esdeveniment que ja forma part de les activitats anuals de la nostra entitat i que vol simbolitzar el reconeixement als socis i un moment de trobada per compartir tots plegats emocions, records, amistats i sobretot solidaritat.

Enguany el Dia de La Mútua torna al Teatre Auditori de Granollers el proper dia 23 de març, en un format com ja és habitual en què els socis podran gaudir d'un espectacle pensat especialment per la celebració.

El Dia de La Mútua tornarà a ser l'ocasió ideal per compartir complicitats amb els que necessiten la nostra solidaritat. Un any més

La Mútua col·labora a través de Sant Joan de Déu en la investigació mèdica infantil del càncer amb la campanya Somriures que Curen.

Com ja és habitual un dels moments destacats del Dia de La Mútua, té lloc dalt de l'escenari amb l'acte de lliurament del xec amb diners recaptats durant la campanya per l'Hospital Sant Joan de Déu.

Un altre moment estel·lar que tornarem a viure plegats és el reconeixent als socis i al personal més antics de la casa. Amb aquest acte es ret homenatge a les persones que fa més temps que confien i treballen per fer de la nostra entitat un referent, on tots fem Mútua i tots SOM MÚTUA.






CLUB MÚTUA



DESCOMPTES

per a socis



7 MASAJES

Jordi de la Torre Rodríguez
Mòb. 666 46 28 80
Tel. 93 198 83 39
20% de descompte en tots els tractaments i serveis.

PELL BELLA FRANQUESES

Plaça de l'Espolsada, 7
Les Franqueses del Vallès
10% descompte en tractaments d'electroestimulació.

MARGARET PERRUQUERS

C/ Gregori Resina 2-4
Granollers
Tel. 93 870 21 74
www.margaretperruquers.com
10% de descompte en tots els serveis i tractaments.

ÒPTICS COTTET

Anselm Clavé, 17
Granollers
Tel. 93 879 38 26
www.cottet.es
Descomptes en instrument òptic i ulleres graduades.



BOIL FERNÁNDEZ GELI

C/ Josep Umbert, 92-94
Granollers
Tel. 93 879 54 59
www.boilfernandezgeli.com
Condicions especials en serveis jurídics.

ESPORT CLUB GRANOLLERS

Girona, 52
Granollers
Tel. 93 870 36 63
Entrades gratuïtes pels partits de futbol del camp de l'ECG (excepte primer equip).



TEATRE AUDITORI DE GRANOLLERS

Torres i Bages, 50
Granollers
Tel. 93 840 51 21
20% de descompte en les entrades.

CENTRE AUDITIU ACTIVITA

Francesc Ribas, 2-4
Granollers
Tel. 93 849 46 57
Primer estudi gratuït.
10% de descompte en audífons.

ESPAI WELLNESS PÀDEL

Passeig Conca del Besòs, 12
Granollers
Tel. 93 861 87 04
DI - dv: 7-23h
Dss - dg i festius: 8-22h
Matrícula gratuïta i un 10% de descompte en la quota anual.



MARTA CODINA

Marià Maspons, 4 4t 1a
Granollers
Tel. 93 860 60 64
20% de descompte en totes les visites.

P&P CAN PASCUAL

Ctra. Hostalric a Arbúcies,
km. 12-13
Arbúcies
Tel. 97 216 20 60
20% de descompte.



FECUNMED

Edifici La Mútua
Granollers
Tel. 93 861 18 28
Preus especials en inseminació
artificial i fecundació "in vitro".

VIATGES MC MONTCAR

Barcelona, 36
Granollers
Tel. 93 879 59 59
Obsequi segons el tipus de reserva.



CEDIV (Densitometria)

Agustí Vinyamata, 7-9-11
Granollers
Tel. 93 693 44 55
Preus especials pels socis de La Mútua.

ICR

Pau Alcover, 69-71
Barcelona
Tel. 93 254 79 22
Visita informativa gratuïta.
Estudi preoperatori: 90€/2 ulls.
Cirurgia refractiva: 900€/ull.

CRACKSPORTSCLUB

Turó Brugué, 2
Granollers
Tel. 93 879 69 15
Condicions especials pels
socis de La Mútua.



AUTOESCOLA ONA

Foment, 6
Granollers
Tel. 93 846 60 71
25% de descompte sobre
tarifa pel permís de
conduir tipus B.



ISEP CLÍNICA (Psicologia)

Avinguda del Parc, 1 5-1
Granollers
Tel. 93 879 34 71
30% de descompte en diferents
departaments.

SVELTA Llenceria i Complementos

Bartomeu Brufalt, 33
Granollers
Tel. 93 849 32 82
10% de descompte en qualsevol
article.

PUNT ÒPTIC

Ctra. de Ribes, 194
Les Franqueses del Vallès
Facebook.com/puntoptic
10% descompte en ulleres de sol i
graduades, revisió i prova d'audiòfon
gratuïta més un obsequi.
15% descompte en aparells
meteorològics.

TENNIS PÀDEL GRANOLLERS

Camp de les Moreres, 23
Granollers
www.tpgranollers.cat
Preu pista de pàdel o tennis 3€
persona/hora. Excepte de dilluns
a divendres a partir de les 18h.
10% descompte en classes de
pàdel o tennis.



CLÍNICA OSTEOPÀTICA GRANOLLERS

Plaça de la Corona, 8 3a
Granollers
www.osteopatiagranollers.com
10% descompte en osteopatia. 10%
descompte en osteopatia obstètrica o
per a embarassades. 10% descompte
en osteopatia pediàtrica o per a bebès.

VILLÀ VIATGES

Girona, 13
Granollers
www.villaviatges.com
Condicions especials en bitllets d'avió,
vaixell i assegurances de viatge.
5% descompte en paquets Vacacionals
i estades a hotels.



FOU POR VIAJAR

Pl. Josep Torras i Bages, 2
Granollers
Tel. 93 860 30 25
www.fouporviajar.com
5% de descompte en tots viatges
vacacionals (excepció vols, trens i
grups).

ICOF

Camèlies, 18
Barcelona
Tel. 93 284 20 40
www.ico.es
Primera visita completa gratuïta per a
socis i fills de socis fins els 8 anys.
20% descompte si no es disposa de
La Mútua.

ANYTIME FITNESS GRANOLLERS

Sant Jaume, 84
Granollers
Tel. 620 80 12 18
Matrícula gratuïta per a
socis i quota de 37,90€/mes
per sempre amb tot inclòs.
Zumba, Pilates, Bodypump,
loga i molt més.



HÍPICA DON CABALLO

Camí de Vilassar s/n
Vilanova del Vallès
Tel. 93 845 90 81
www.doncaballo.com
10% de descompte en classes
d'equitació, en la compra de cavalls
i en el lloguer de les pistes de pàdel
d'aquestes instal·lacions.





ENTREVISTA: JOSEP PUJADAS

.....

NOM I COGNOMS:

JOSEP PUJADAS MASPONS

PROFESSION:

President Club BM Granollers

.....



DES DE QUAN PRESIDEIX EL BM GRANOLLERS?

Tinc l'honor de presidir aquest Club que tant m'estimo des del mes de desembre de 2011, ara fa sis anys i me'n sento molt orgullós.

QUIN ÉS EL VINCLE DEL BM AMB LA CIUTAT?

El BM Granollers és un Club amb més de setanta anys d'història, arrelat a la ciutat i que ha estat protagonista d'alguns dels fets esportius més rellevants i amb més projecció internacional per a la ciutat: ja siguin els Jocs Olímpics de 1992, el Mundial d'Handbol Masculí de 2013 o la mateixa Granollers Cup.

I a l'horitzó tenim la perspectiva del Mundial d'Handbol Femení de 2021 que de nou omplirà d'handbol la nostra ciutat.

COM VALORA LES COMPLICITATS ENTRE LES ENTITATS I EMPRESES DE GRANOLLERS?

En la meua opinió són útils i necessàries per a ambdues parts. En el cas del nostre Club aquestes complicitats són una part essencial per a la nostra existència i funcionament. A més he de dir que ens agrada i ens ajuda a tots el fet de teixir complicitats i acords.

COM ÉS LA RELACIÓ ENTRE EL BM I LA MÚTUA DE GRANOLLERS?

La Mútua de Granollers és una de les entitats amb més història i prestigi a la ciutat, que presta, a més, uns serveis essencials per a les persones. Des del Club valorem molt especialment i positiva tant els acords com les relacions que hem anat teixint al llarg dels anys amb La Mútua.

QUINS SÓN ELS ÀMBITS DE COL·LABORACIÓ ENTRE AMBDES ENTITATS?

La Mútua aporta uns recursos que són molt importants per a les activitats i projectes que portem a terme amb tots els equips del Club, a més La Mútua col·labora de manera molt especial en la celebració de Granollers Cup, que com se sap porta cada any a Granollers a milers de nois i noies d'arreu del món.

PARLI'NS DEL PARTIT D'HANDBOL SOLIDARI DEL PROPER 21 DE GENER?

La solidaritat és un dels valors que forma part del codi ètic del Club, és present al mateix Palau i per tant estem molt implicats, tant a nivell col·lectiu com individual, en l'organització dels partits solidaris del 21 de gener de 2018 en els quals l'esport tornarà a contribuir a fer possible una bona causa.

Desitjo i espero que el proper dia 21 de gener, tal com va succeir en la primera edició, molta gent s'acosti al Palau d'Esports: socis de La Mútua i del propi Club i la mateixa gent a qui els agrada l'handbol i l'esport en general.

***"Hem de proposar-nos
ser més i aconseguir més
recursos."***

COM HI COL-LABORA EL CLUB?

El Club participa en l'organització dels partits, en la seva difusió entre els seus socis i aficionats i, òbviament, aporta els dos

equips, femení i masculí del Fraikin BM Granollers, que jugaran amb les respectives seleccions catalanes.

ÉS UN ÈXIT SOLIDARI QUE LA SELECCIÓ CATALANA TORNI A COL-LABORAR EN LA CAMPANYA?

Hem d'estar molt agraïts tant a la Federació Catalana d'Handbol com a tots els clubs que cedeixen jugadors i jugadores per integrar la selecció catalana per la seva contribució a una causa solidària de tanta importància com la de col·laborar amb l'Hospital de Sant Joan de Déu.

PER QUÈ HEM D'OMPLIR EL PALAU D'ESPORTS EL PROPER 21 DE GENER?

Es tracta d'una activitat que ens interpel·la i toca de ple els nostres cors. Estic convençut que hi ha molta gent disposada a col·laborar en una campanya com la de Somriures que Curen.

Tal com es va dir l'any passat, "esperem que cada cop més persones s'encomanin de l'essència dels nostres somriures".



MILLOREM LA MÚTUA

LA CLÍNICA DE MÚTUA DE GRANOLLERS CONTINUA MILLORANT LES SEVES INSTAL·LACIONS PER GARANTIR EL MILLOR SERVEI ALS SOCIS

Fidels al compromís assumit de millora continua, durant el decurs d'aquest any, Mútua de Granollers ha seguit treballant per millorar les seves instal·lacions. A la Clínica del Carme s'hi ha fet una renovació completa de tota l'àrea de rehabilitació funcional que ja vam anunciar a l'anterior número d'aquesta revista, les noves instal·lacions actualment funcionen a ple rendiment amb la satisfacció dels seus usuaris.

En les darreres setmanes s'ha fet una important obra en un dels quiròfans que ens permet disposar de més espais i nous utilitatges i de quiròfans dotats d'alta tecnologia, superant amb escreix l'exigència normativa actual necessària per al tipus d'operacions que s'hi realitzen.

D'altra banda, s'han canviat les lluminàries de totes les consultes i despatxos de l'edifici i també s'ha remodelat l'entrada de la porta d'ambulàncies per l'entrada d'urgències.

Pensant sempre en el benestar de tots els socis que en són els usuaris, La Mútua no tan sols millora les instal·lacions sinó que ho complementa amb noves incorporacions de professionals al quadre mèdic de l'entitat.

Actualment Mútua de Granollers és una de les entitats catalanes més arrelades al territori, i aposta per treballar en la millora del seu entorn més proper oferint serveis de qualitat als seus associats, destacant el tracte personal que en reben i la filosofia solidària dels seus projectes col·lectius.

Noves incorporacions al quadre mèdic:

ANY RERE ANY "LA MÚTUA" SEGUEIX AMB LA SEVA APOSTA PER MILLORAR ELS SERVEIS MÈDICS I OFERIR ELS MILLORS PROFESSIONALS DE CADA ESPECIALITAT, AIXÍ DONCS AQUEST DARRER ANY HEM INCORPORAT AL QUADRE MÈDIC ESPECIALISTES COM EL DR. IRIONDO EN CIRURGIA GENERAL, LA DRA. MARTÍNEZ EN CIRURGIA PEDIÀTRICA, EL DR. NIETO EN L'ESPECIALITAT DE GINECOLOGIA I DUES NOVES INCORPORACIONS MÉS EN L'ESPECIALITAT DE PEDIATRIA, LA DRA. ESTAPÉ I EL DR. CORONADO.



MILLORES A LES INSTAL·LACIONS DE LA CLÍNICA 2017:

- MILLORES DEL QUIRÒFAN
- CANVI DE LLUMINÀRIES A TOTES LES CONSULTES I DESPATXOS DE LA CLÍNICA
- NOU ACCÉS PER AMBULÀNCIES A L'ENTRADA D'URGÈNCIES
- REHABILITACIÓ DEL SERVEI DE FISIOTERÀPIA

Els usuaris de la Clínica de Mútua de Granollers poden apreciar des de fa uns dies com han millorat els quiròfans, les lluminàries de tot l'edifici de la Plaça Pau Casals de Granollers i l'accés de les ambulàncies per la porta d'urgències.

Les millores efectuades al segon quiròfan de La Mútua consisteixen en el canvi de la sortida de l'aire passant d'un aire turbulent a un aire laminar que afavoreix la seguretat en les intervencions. També s'han substituït les llums ambientals i la làmpada d'operacions per garantir una millor il·luminació de la zona.

D'altra banda s'han canviat el sostre i el terra, s'han folrat les parets i s'han col·locat portes automàtiques.

Amb aquestes millores s'aconsegueix més sobrepressió, més i millor renovació de l'aire evitant les partícules ambientals i una millor il·luminació de l'espai.

Aquesta actuació aconseguirà que tinguem un quiròfan de Classe A, a la taula d'operacions una ISO5 i a la resta del quiròfan una ISO6.

Pel que fa a les lluminàries, s'han canviat les llums de totes les consultes i despatxos de la Clínica de Granollers, s'han col·locat pantalles "Led" per aconseguir una llum més natural i un menor consum energètic, amb el canvi de les antigues pantalles de 72w a les noves de 40w aconseguim un estalvi del 45%.

El nou accés per ambulàncies de l'entrada d'urgències respon a les necessitats actuals dels nous vehicles, molt més grans que els antics. Per adequar l'accés s'ha apujat el sostre i s'ha col·locat una porta més alta.

Amb aquesta actuació es facilita l'entrada dels vehicles i la millora de la mobilitat dels usuaris.



LOGOPÈDIA

La logopèdia, habitualment coneguda en àmbits escolars, no només va destinada a infants que presenten trastorns o dificultats de parla, lectura o escriptura sinó que també treballa per ajudar a crear estratègies i així millorar alteracions de la veu, comunicació poc eficaç, succió i alletament dificultós per al bebè i dolorós per a la mare, dificultats per introduir nous aliments, baveig excessiu, mastiacions sorolloses o amb interposició lingual i respiració bucal.

Aquest servei engloba molts aspectes relacionats amb la sanitat. De fet, a nivell col·legial es defineix com una professió sanitària que la seva funció és prevenir,

valorar, tractar i estudiar les alteracions del llenguatge, la comunicació i la deglució dels bebès, nens, adults i ancians.

Des del mes de setembre de 2016 aquest servei està a disposició de tots els mutuaristes i també per a persones externes. Es troba dins les instal·lacions de CEMAV Dental. Oferint un tracte individualitzat, acurat i en contacte amb els professionals més propers als pacients: metges, metges pediatres, dentista, psicòleg, fisioterapeuta, família i entorn.

El més important, obtenir el contacte i la confiança del pacient. Només d'aquesta manera es pot plantejar un ajut, millora i

evolució per poder arribar a la fi d'un tractament que es veurà directament relacionat amb el tipus d'alteració presentat.

Així doncs, els convidem a visitar el nostre servei si creu que presenta alguna d'aquestes alteracions per ajudar-lo.

MAR JUNYENT SEGARRA
Logopeda
Col. 08-4261

ELS BENEFICIS DE L'AIGUAGYM

Has fet mai activitat física dins de l'aigua?

La gimnàstica aquàtica o l'aiguagym és una sessió dirigida dins de l'aigua que ens ajuda a estar en forma, a portar una vida més saludable, millora el nostre to muscular i és una bona pràctica per alliberar l'estrès del dia a dia. És aconsellable per a totes les edats i sobretot per aquelles persones que porten una vida més sedentària o tenen algun tipus de lesió muscular.

Durant 50 minuts es duen a terme un gran ventall d'exercicis que compten amb l'ajuda de materials flotants i suport musical. El 100% d'aquests exercicis no tenen cap tipus d'impacte físic i tots ells estan dirigits per un tècnic professional especialitzat en activitats aquàtiques de fitness.

Els materials que s'utilitzen són xurros, pala, pullboy, manuelles d'escuma de diverses formes (rodones, triangles i quadrades), turmelleres i canelleres submergibles flotants i pilotes de plàstic.

És molt important que la temperatura de l'aigua estigui entre 28 i 32 graus i la piscina on es realitza l'activitat tingui una alçada d'entre 1,20 i 1,50 metres. És recomanable que el terra sigui encoixinat, perquè hi hagi menys impacte a l'hora de realitzar els exercicis.

Un cop acabada la sessió d'aiguagym és aconsellable fer una sessió d'spa o hidromassatge amb sauna, banys de vapor... per relaxar la musculatura.

A l'Espai Wellness fem aiguagym tots els dies de la setmana de dilluns a diumenge. Vine a provar una sessió!

Objectius de l'aiguagym

- MILLORA LA CONDICIÓN CARDIORESPIRATORIA.
- TREBALLA LA FORÇA I LA RESISTÈNCIA MUSCULAR.
- AUGMENTA LA FLEXIBILITAT.
- POTENCIA LA COORDINACIÓ MOTRIU, EL RITME I L'AGILITAT.
- CORREGEIX LA POSTURA DEL COS.
- AFAVOREIX EL RETORN VENÓS.
- CONTRIBUEIX A LA MILLORA DE LES QUALITATS I CAPACITATS FÍSQUES BÀSIQUES.

Beneficis de l'aiguagym

- AFAVOREIX LA CIRCULACIÓ SANGUÍNA.
- ELS MOVIMENTS CORPORALS SÓN MÉS FÀCILS DE REALITZAR GRÀCIES A LA FLOTACIÓ (SUSTENTACIÓ). EL PES CORPORAL DINS DE L'AIGUA BAIXA UN 90%.
- DISMINUEIX L'IMPACTE EN LES ARTICULACIONS, MÚSCULS I COLUMNA VERTEBRAL.
- MILLORA L'AUTOCONFIANÇA I L'AUTOESTIMA.

CONSELLS MÈDICS

LA IMPORTÀNCIA DEL SOMRIURE

De la mà de "LA MÚTUA", CEMAV Dental, especialistes en implantologia, estètica i rehabilitació oral arriba a Granollers amb un nou concepte en el marc de l'estètica dental que farà que no puguem deixar de somriure.

I en què consisteix?

Es tracta d'una nova tècnica que consisteix a dissenyar somriures individualitzats per a cada un dels pacients i veure els resultats en boca sense haver iniciat cap tractament.

Cemav Dental realitzarà una primera visita on coneixerà les vostres inquietuds, desitjos, personalitat i on també us faran unes fotografies i sobre aquestes treballaran de forma digital per realitzar una simulació del que serà el resultat final el vostre tractament. Si aquest resultat final no és l'anhelat podreu fer modificacions d'aquestes fotografies fins a aconseguir el resultat esperat.

Per què aquest nou sistema de somriures DSD?

Les respostes són moltes, perquè realitzem tractaments completament personalitzats, per ser un mètode completament no invasiu, perquè és l'únic fins al moment on podem veure el resultat final abans de començar el tractament.

I finalment, perquè un cop decidit el tractament a realitzar, les visites a la consulta dental es redueixen a dues, màxim tres sessions, ja que us estalviareu totes les visites de proves.

Què podem modificar amb aquest sistema tan poc invasiu?

Amb el sistema DSD podem oferir als pacients la millora de la posició de les seves dents, l'eliminació definitiva de tincions, blanquejament definitiu de dents fosques o amb tetraciclins, la falta de dents en el sector anterior, arreglar les dents trencades o desgastades a causa de lesions, accidents o pel pas dels anys.

Esteu preparats per no deixar de somriure?

Cemav Dental
Granollers
Cemav Dental
Caldes



NOTÍCIES

LA MÚTUA PATROCINA LA PRIMERA EDICIÓ DE LA FESTA DEL FUTBOL DEL VALLÈS ORIENTAL

El passat mes de juny a l'històric camp de futbol del carrer Girona de Granollers, va tenir lloc la primera edició de la Festa del Futbol del Vallès Oriental. L'èxit de la jornada va ser tant d'afició com esportiu, ja que va comptar amb la participació dels esportistes més importants del panorama vallesà.

Mútua de Granollers, va ser un dels patrocinadors principals de l'esdeveniment que començava a les 16.30 hores amb la disputa d'un partit "All-Star" de veterans, en el que s'enfrontaven una selecció de veterans de la comarca amb una selecció d'exjugadors de l'EC Granollers. Un cop acabat, va tenir lloc l'entrega de guardons als millors futbolistes de la comarca: premi al millor jugador del futbol vallesà, al millor porter, al millor equip, al millor entrenador i al màxim goleador.

El plat fort de la jornada va ser l'últim del dia, en el qual l'equip de l'Esport Club Granollers es va enfrontar a la Selecció del Vallès Oriental.



LA FESTA DEL FUTBOL DEL
VALLÈS ORIENTAL

CONVOCADA LA XIX EDICIÓ DEL CONCURS DE LA POSTAL DE NADAL

Un any més es convoca el Concurs de Dibuix de Nadal de La Mútua que aquest any arriba a la XIX edició.

En aquesta convocatòria hi poden participar mutualistes fins a 15 anys que participen a alguna de les 4 categories dividides per trams d'edat. Per a cada categoria es repartiran 3 premis i entre tots els dibuixos se n'escollirà un que es publicarà com a felicitació de Nadal de l'any 2018.

Els dibuixos han de representar un motiu nadalenc i s'han de presentar fins al dime-

crès 13 de desembre a "La Mútua" de Granollers, o a les delegacions d'Arbúcies, Barcelona, Caldes de Montbui i Sant Celoni.

El 20 de desembre a les 18.30 h es lliuraran el premis en un acte que se celebrarà a la sala d'actes del Cemav de Granollers i on hi haurà un obsequi per a tots els participants i xocolatada pels assistents. Tots els dibuixos s'exposaran a la sala d'actes del Cemav de Granollers durant les festes de Nadal.

XIX CONCURS de DIBUIX DE NADAL!

EL DIBUIX GUANYADOR ES PUBLICARÀ COM A POSTAL DE NADAL DEL 2018

XIX EDICIÓ DEL CONCURS
DE LA POSTAL DE NADAL

MÚTUA DE GRANOLLERS PARTICIPA A LA TROBADA DE MUTUALITATS DE CATALUNYA

Mútua de Granollers, va participar un any més a la trobada anual de Mutualitats de Catalunya que es va celebrar el passat 9 de novembre a Girona.

La finalitat d'aquestes jornades, organitzades per la Federació de Mutualitats de Catalunya, és aconseguir un punt de trobada de caràcter permanent i anual per fer difusió del mutualisme, crear sinèrgies i punts de col·laboració amb l'economia social.

Les mutualitats de previsió social, es defineixen com a societats de persones que exerceixen amb caràcter principal una activitat asseguradora sense afany de lucre, complementària o alternativa de la Seguretat Social, sota els principis de protecció mútua, solidaritat, gestió professional i organització democràtica.

A Catalunya, les Mutualitats estan en procés continu de renovació per mantenir la seva tradició i peculiaritats, adaptades a aquest món en canvi continu. El seu repte és, per tant, evolucionar per continuar essent competitiu en el marc de la previsió social i l'assegurança.

Les mutualitats de previsió social catalanes, entitats asseguradores no lucratives, ofereixen cobertura i protecció actualment a 851.000 persones amb diversos productes d'assegurances personals.

En aquesta 4a edició de la Trobada hi van assistir més de 100 professionals entre representants de les mutualitats catalanes i un ampli ventall de col·laboradors i patrocinadors que van donar suport a l'acte.



TROBADA DE MUTUALITATS DE CATALUNYA

NOU ACCÉS AL PÀRQUING DEL CEMAV PEL CARRER DE L'ENGINYER

Un cop finalitzades les obres del carrer Marià Sans, on està situat l'accés al pàrquing del Cemav, aquest s'ha transformat en una zona de plataforma única, segons el projecte executiu d'adequació de l'espai útil disponible per als vianants.

El pas de vehicles es restringirà únicament a veïns i usuaris del pàrquing del Cemav, que a partir d'ara han d'accedir-hi des del carrer Girona pel carrer de l'Enginyer.

Pels vehicles provinents de Barcelona a través del carrer Girona, l'itinerari recoma-

nat és: girar a la dreta pel carrer d'Agustí Vinyamata fins la Plaça de la Font Verda en direcció a l'Hospital i un cop allà baixar pel carrer de Francesc Ribas fins a recuperar el carrer Girona en sentit Barcelona des d'on trobareu les indicacions al carrer de l'Enginyer que us donarà accés a l'entrada del pàrquing.

Des d'aquest mes de desembre i fins el 31 de gener podreu obtenir targetes d'aparcament gratuït d'1 hora.

Demaneu-les a la recepció del Cemav.



ITINERARI RECOMANAT

ASSEGURANCES

LA MILLOR ASSEGURANÇA MÈDICA



— ARA AMB EL —
10%
DESCOMPT*

* Promoció per noves altes



PER LES COSES PREVISTES. PER LES IMPREVISTES I EN TOT MOMENT "LA MÚTUA" SALUT

MÚTUA DE GRANOLLERS TEL. 93 860 01 56

PLAÇA PAU CASALS S/N · GRANOLLERS · 08402
COMERCIAL@MUTUA.ORG

VISITA EL NOSTRE WEB I DESCOBREIX MÉS SOBRE
AQUEST PRODUCTE I SERVEIS:

WWW.MUTUA.ORG     MÚTUA DE GRANOLLERS

AQUESTES FESTES REGALA SALUT, REGALA ESPAI

OBRIM
360
dies/any
6-23h (dl-dv)
8-22h (ds-dg)



3 MESOS PER 168€

AMB MATRÍCULA INCLOSA*!

MAQUINÀRIA D'ÚLTIMA GENERACIÓ

TECHNOGYM

ENTRENAMENTS PERSONALS
190 ACTIVITATS DIRIGIDES
CURSETS DE NATACIÓ
SALA DE CYCLING
SALA DE FITNESS
SALA BODYTEC
ESTUDI PILATES
PÀDEL
SPA

I A MÉS,
SERVEI DE BUGADERIA,
ESTÈTICA, PERRUQUERIA,
NUTRICIONISTA, COACHING,
QUIROMASSATGE I LUDOTECA.

**BOSSA ESPAI
DE REGAL**



*Promoció vàlida per a noves altes fins al 31 de desembre de 2017.
Preu corresponent a la tarifa de quota lliure.