



“La Mútua”

MUTUALITAT NTRA. SRA. DEL CARME, MPS
Publicació núm. 23 setembre-febrer 2009



La Mútua ACCIDENTS: pensant en la tranquil·litat dels seus



EL TEMA

Assemblea General
de Socis
2008



ENTREVISTA

Joan Portet i Alegret
Membre de la Junta
de “La Mútua”



CeMaV

Ja s'ha col·locat
la primera pedra
del nou centre



Admirar-lo o conduir-lo. Què vols fer?

Classe M Edition 10. Només 200 unitats.
Només per a uns quants.

Mercedes-Benz presenta la Classe M Edition 10, una edició limitada de 200 unitats amb un equipament de sèrie exclusiu que inclou llandes d'aliatge de 20", fars bixenó, motlures exteriors cromades, tapisseria de cuir negre i seients davantera amb ajust elèctric. Què vols fer, admirar-lo o conduir-lo? Ara, des de 56.500€.
www.mercedes-benz.es

*ML 280 CDI (190 CV). IVA, impost de matriculació, transport i dte. promocional inclosos. Oferta vàlida fins que s'exhaureixin les existències (200 u.). Consum mitjà des de 9,4 fins a 11,5 (l/100 km) i emissions de CO₂ des de 249 fins a 275 (g/km).

Mercedes-Benz

MB Motors

Concesionario Oficial Mercedes-Benz

Ctra. Granollers-Masnou, km. 15. Tel.: 93 879 61 19. 08400 GRANOLLERS
Ctra. N-II, km. 643. Pol. Ind. "B". Sta. Margarida. Tel.: 93 741 80 00. 08349 CABRERA DE MAR
Vial ParaHel, C-35, nº 90. Pol. "Molí de Les Planes". Tel.: 93 867 37 11. 08470 SANT CELONI
www.mbmotors.mercedes-benz.es

Els informem que **ja hem començat la construcció del nou centre**

CeMaV

Centre de Medicina Avançada del Vallès.

Ben aviat al seu servei.



"La Mútua"
MUTUALITAT NTRA. SRA. DEL CARMÉ, MPS

Editorial Sumari



Benvolguts mutualistes,

En l'última assemblea general vàrem posar al dia els nostres associats sobre els temes econòmics i les accions fetes durant l'any 2007.

El resultat net obtingut de l'exercici 2007, que ha estat de 1.311.326 euros, ens ha permès situar els fons propis de La Mútua en 10.544.651,24 €, fet que confirma la solidesa financera de l'entitat.

D'acord amb la legislació vigent, les mutualitats de previsió social han de disposar d'un patrimoni propi no compromès (marge de solvència) més ampli del que fins ara els era exigible. L'anomenat marc de solvència II marca la quantia d'aquest patrimoni, calculat d'acord amb aquesta reglamentació específica, que pretén garantir el compliment, en tot moment i en qualsevol circumstància, dels compromisos adquirits amb els clients.

Les exigències de solvència juntament a altres factors relacionats amb la gestió, han dut a més de 50 mutualitats catalanes a la seva desaparició en els últims dos anys.

Pel que fa a casa nostra, gaudim d'una posició privilegiada gràcies a mesur es establertes temps enrere, la qual cosa ha permès enfrontar folgadoament els creixents marges de solvència.

D'altra banda, en el transcurs del 2007, s'ha efectuat una valoració dels immobles propietat de La Mútua, perquè són actius que estan afectes a la cobertura de les provisions tècniques. El resultat de la taxació ha mostrat unes plusvàlues d'aproximadament 5,7 milions d'euros respecte al valor de compra actualitzat.

Tal com marca el vigent Pla Estratègic i, d'acord amb la línia d'expansió geogràfica, durant l'any 2007 hem:

- Consolidat l'oficina comercial de Mataró, inaugurada en l'exercici 2006.
- Actualitzat i modernitzat les instal·lacions de La Mútua a Arbúcies, per millorar els serveis als assegurats originaris de la Mutualitat Comarcal de Previsió Social Montseny Benèfic d'Arbúcies, i incorporats com a membres de La Mútua en el transcurs del 2006.
- Signats acords de col·laboració amb centres mèdics del Vallès Oriental, el Vallès Occidental i Osona.
- Creat una xarxa comercial externa a través de la incorporació de diferents agents i corredors.

A la Clínica, l'augment d'activitat en totes les àrees, i sobretot en relació amb els serveis per a mutualistes, ens ha dut a portar a terme accions encaminades a millorar l'oferta de serveis i l'equitat d'accés, tals com: penalització per la no-compareixença a una visita mèdica i per alta freqüentació.

A l'ensem hem fet inversions en equipaments mèdics que posen a disposició de l'associat les últimes tecnologies per tal de procedir a un millor diagnòstic. A tall d'exemple, esmentarem un mamògraf digital d'última generació i un endoscopi per a les proves digestives.

La necessitat de donar un millor servei als nostres associats i de créixer com a entitat asseguradora, ha fet imprescindible implementar un procés encaminat al desenvolupament d'un nou aplicatiu assegurador que estarà enllestit el primer semestre del 2009.

En relació a apropar i augmentar la nostra oferta assistencial, el nou edifici de Ca La Sila, anomenat CeMaV (Centre de Medicina Avançada del Vallès) comença a ser una realitat. L'inici de les obres, ja fa una mesos, fa que puguem parlar d'una previsió d'acabament de l'obra dins del darrer semestre del 2009.

El desenvolupament de noves àrees d'activitat per part de la mutualitat fa que propiament es faci realitat la participació de la nostra entitat en la gestió d'un complex residencial d'apartaments tutelats per a gent gran. Aquest fet emmarcat dins el nostre darrer Pla Estratègic enceta...

A hores d'ara, prop de 19.000 assegurats ens fan confiança. La Mútua Nostra Senyora del Carme és i vol continuar sent, gràcies a tots vostès, un referent comarcal en l'àmbit assegurador i assistencial.

La dedicació de la nostra junta, la professionalitat i el treball de l'equip directiu i de tots els treballadors de La Mútua permeten albirar un futur de treball i dedicació al servei del soci.

Finalment, els convido a gaudir de la nostra revista.

Josep Rius
Adjunt de Direcció

Pàg. 3:
Editorial; / Sumari;

Pàg. 4/5:
"La Mútua" a fons;
Apartaments tutelats

Pàg. 6:
El tema;
Assemblea General de Socis

Pàg. 7:
Assegurances;
La Mútua Accidents

Pàg. 9:
El Club de Salut;
Conveni amb Aquasalut

Pàg. 10/11:
L'entrevista;
Joan Portet

Pàg. 12:
Salut;
Fecundació assistida

Pàg. 13:
Consultori;
Obesitat
TDAH

Pàg. 14/15:
Notícies;

Pàg. 16:
Expansió;
La Mútua més a prop seu

Pàg. 17:
Novetats;
Aplicatiu Informàtic

Pàg. 18:
Nadons;

Disseny: H2O Comunicació
Imatge: H2O Comunicació, Meritxell Mis
Fotografia: Enric Bartel
Redacció: H2O Comunicació
Correcció: Maria Forns
Dipòsit legal: B-31924-2007

“La Mútua” a fons; Apartaments tutelats

Pensant en el benestar de les persones grans, “La Mútua” aposta per la gestió d'un complex d'apartaments tutelats a Montornès del Vallès.

El perfil de les persones grans ha experimentat un canvi important els darrers anys. Actualment, les característiques, les necessitats i les expectatives dels nostres grans han augmentat considerablement. La prioritat d'avui en dia és gaudir d'una millor qualitat de vida.

En aquest sentit, La Mútua obre una nova via d'atenció a les persones, en el sector dels apartaments tutelats, establint un conveni de col·laboració amb l'empresa constructora del complex a Montornès del Vallès. El complex residencial de Montornès es convertirà en el primer centre d'apartaments tutelats de la comarca. Ofereix una proposta innovadora que es troba a tan sols 25 km de Barcelona i a 8 km de Granollers:

-Situat en un entorn immillorable, a deu minuts caminant del centre del poble de Montornès, molt a prop de la natura i amb unes magnífiques vies de comunicació, el projecte té una superfície total de 10.000 m².

-Els habitatges, d'una o dues habitacions, oferiran un equipament complet que cobrirà les necessitats dels seus residents, amb ofertes àmplies, comunicadors amb el servei d'assistència 24 hores a totes les estances, etc.

-El projecte també inclourà diferents àrees d'ús comú per fer més agradable l'estada; grans zones enjardinades, solàrium amb àrea d'hidromassatge, gimnàs de manteniment i rehabilitació, piscina climatitzada, consultories mèdiques, àrea lúdica amb sales de reunions, i tots els espais d'oci i relació més comuns: restaurant, cafeteria, celler, biblioteca amb connexió a Internet, sales per fer tallers, i aparcaments privats per a tots els habitatges. El complex oferirà al col·lectiu de persones que hi resideixin l'opció de realitzar activitats lúdiques en grup, i sortides a l'estiu en hotels que es gestionaran des del mateix centre. La filosofia del projecte encaixa amb una nova forma de vida, que vol donar resposta a les necessitats d'una societat moderna, que entén com a prioritària la voluntat que les persones grans puguin viure com si estiguessin de vacances tot l'any.



Serveis

La Mútua té la voluntat de donar el millor servei assistencial a les persones que ocupin aquest complex. Com a norma general, els usuaris dels apartaments seran persones més grans de 65 anys que tinguin una vida completament autònoma i independent, però que desitgin viure amb la garantia i la seguretat d'una atenció mèdica i personal, amb tot tipus de serveis complementaris que els proporcionin confort.

A través de la gestió del primer complex d'apartaments tutelats per a la tercera edat que es construeix a la comarca del Vallès Oriental, La Mútua es situa al capdavant pel que fa a l'oferta de noves oportunitats als nostres grans.

Aquest projecte encaixa amb la filosofia de l'entitat, que continua obrint noves àrees d'activitat. Les darreres han estat la nova delegació d'Arbúcies, l'expansió al Maresme, i el nou Centre de Medicina Avançada del Vallès, CeMaV, que està en fase de construcció. La gestió d'apartaments tutelats és el pas següent en

la consolidació d'un projecte social i sanitari capdavanter, que obre camins en els diferents serveis relacionats amb la salut de les persones. Els usuaris del complex tindran coberts tota una sèrie de serveis bàsics per fer-los la vida més agradable:

- infermeria 5 hores diàries
- servei mèdic 5 hores setmanals
- resposta immediata a alarmes als apartaments i zones comunes
- servei de vigilància i seguretat les 24 hores
- manteniment preventiu i correctiu de les zones comunes i dels apartaments
- serveis de neteja de les zones comunes
- internet, TV, via satèl·lit i telefonia en tarifa plana
- servei de consergeria
- ús dels espais comunitaris
- neteja setmanal dels apartaments
- control de plagues
- gestió de residus
- jardineria
- serveis d'animació
- subministraments de les zones co-

munes.

Aquesta oferta s'ampliarà amb serveis addicionals que poden completar el benestar dels usuaris:

- pàrquing
 - servei d'emergències mèdiques/DUE 24 hores
 - gestió de la medicació
 - fisioteràpia
 - podologia
 - perruqueria
 - restauració, amb servei opcional als apartaments
 - neteges addicionals dels apartaments
 - viatges organitzats
 - visites de metges especialistes
 - productes asseguradors de La Mútua
 - servei de rentat setmanal de llençols i tovalloles
 - gimnàstica, ioga, Pilates, tai-txi...
- En propers números d'aquesta publicació, anirem informant de les darreres novetats sobre aquest complex, així com de les condicions avantatjoses per als associats de La Mútua.



El Tema; Assemblea General de Socis 2008



D'esquerra a dreta: Joan Díaz, Ramon Davi i Marcel Camp, membres de la Junta Directiva. Ricard Blanch, Director General de La Mútua.

“La Mútua” presenta als socis els millors resultats econòmics de la seva història

La Junta de la Mutualitat Nostra Senyora del Carme va presentar als seus socis, en el decurs de l'assemblea general, els resultats econòmics i de gestió del període corresponent a l'exercici 2007, que com ja és habitual en els darrers anys, han millorat respecte a l'any anterior.

El resultat que reflecteix la Memòria de l'entitat destaca un superàvit de 1.311.325€; d'altra banda, el balanç de l'activitat assenyalava que La Mútua ha realitzat 92.179 visites ambulatories, tant a la clínica com a les delegacions,

durant el passat 2007, de manera que s'ha augmentat el servei en més de 7.000 visites.

Durant el mateix període també hi ha hagut un creixement significatiu de les atencions al servei d'urgències, que han augmentat en 4.000 visites respecte a l'any 2006. Pel que fa als actes terapèutics, han experimentat un creixement superior al 80%.

Aquest augment en la utilització dels serveis assistencials reforça la necessitat de l'obertura del CeMaV, el nou Centre de Medicina del Vallès, que permetrà traslladar-hi alguns serveis i augmentar la capacitat de la clínica. A pesar dels bons indicadors, el pressupost aprovat per al 2008 s'ha elaborat sota un criteri de prudència, i es preveu un descens en el superàvit, amb una xifra de 1.159.013€, donat que no s'ha volgut aplicar cap increment addicional

a les quotes dels socis, que com és habitual han pujat únicament l'IPC interanual.

Els ingressos previstos en concepte de quotes per al proper exercici són de 8.950.000€, xifra que experimenta només una lleugera puja respecte a l'any anterior.

L'Assemblea General també va aprovar els membres de la nova Junta. Aquest any han deixat les seves funcions el Sr. Marcel Camps i el Sr. Jaume Soldevila. S'incorporen a la gestió la Sra. Gemma Fusté, que comença així la seva col·laboració amb l'entitat, i el Sr. Francesc Camp, que deixa la Comissió de Control per ocupar el nou càrrec de secretari. Exercirà com a vicepresident el Sr. Ramon Davi, que ha estat fins ara secretari de la Junta, mentre que Jaume Bagés s'incorpora a la Comissió de Control.



Joan Díaz, President. Exercint el seu dret a vot.



Jaume Bagés, Gemma Fusté, Ramon Davi, Francesc Camp.

Assegurances; La Mútua Accidents

Pensant en la tranquil·litat dels seus



Amb l'afany de buscar nous productes per satisfer totes les necessitats dels seus associats, "La Mútua" posa a la seva disposició la nova pòlissa La Mútua Accidents:

Indemnització per mort accidental

Tindran dret a indemnització, fins al límit establert a les Condicions Particulars d'aquesta pòlissa, els assegurats que resultin morts a conseqüència d'un accident.

Aquesta indemnització serà satisfeta tant si la mort esdevé immediatament com si es produeix, a conseqüència del mateix, dins de l'any immediatament posterior a la data de l'accident.

12.000 €

Indemnització per mort en accident de circulació

Tindran dret al doble d'indemnització, els assegurats que resultin morts com a conseqüència d'un accident de circulació, sempre que aquest es produeixi:

- Com a conductor o ocupant d'un vehicle
- Com a vianant

24.000 €

2'91 €
persona/mes

HONDA
The Power of Dreams



German Motors, S.A.

Autovía de l'Atmella, km 0,2. Tel. 93 846 63 33*. GRANOLLERS. BARCELONA.

**Contacti amb nosaltres per a més informació i sol·licitud de prova.*

El Seu Centre Unipost



Serveis bàsics

Distribució de Cartes Locals.

Distribució de Cartes Interurbanes de més de 50 g.

Distribució de Certificats amb justificants de lliurament.

Distribució d'enviaments publicitaris, catàlegs, revistes, publicacions...

Serveis complementaris

Recollides a domicili.

Planificació i tractament de Campanyes de Màrqueting Directe.

Gestió i tractament de Devolucions.

902 902 242
www.unipost.es



C. Tetuan, 94 bjs.
08402 Granollers
938 700 919

El Club de Salut; Conveni amb Aquasalut

Durant aquest mes de juliol passat, es va signar el conveni de col·laboració entre La Mútua i el centre d'hidroteràpia urbà i centre d'estètica Aquasalut de Granollers.

El resultat d'aquest acord permetrà a tots els associats de l'entitat gaudir d'avantatges econòmics en els serveis que ofereix el centre.

Aquasalut és un centre capdavanter en l'oferta de tractaments i teràpies termals i en serveis d'estètica, i compta amb els millors especialistes del sector. De l'oferta del centre, cal destacar tot tipus de tractaments exòtics, com ara

els shirodhara, la xocoteràpia, el chakra stone, o el Tibet. Els embolcalls amb fang, els massatges, les teràpies complementàries, com ara el reiki, el shiatsu, la teràpia sacrocranial, el ioga o el Pilates.

Aquasalut opta per la qualitat i la seguretat en els tractaments i per això formen part del seu equip la doctora Isabel Boix, especialista en medicina estètica, la psicòloga M. Cruz Ferrer i la dietista Elisabeth Vall-Llusada.

Amb aquest conveni, La Mútua vol fomentar la pràctica de teràpies de relaxació i antiestrès, molt recomanades per

a obtenir una millor qualitat de vida i hàbits saludables que fomentin la prevenció de possibles malalties.

La Mútua continua treballant amb el programa del Club de Salut, a través del qual es pretén ampliar l'oferta sanitària que ofereix l'entitat amb un conjunt de propostes relacionades amb els bons hàbits, la salut, l'oci i l'esport.

La filosofia de l'entitat permet actualment a tots els socis obtenir avantatges i preus especials en una vintena d'establiments i centres especialitzats de tota la comarca vallesana.



Ricard Blanch, Director General de "La Mútua" i Carles García Espada, Director General d'Aquasalut

ÒPTICS COTTET

Anselm Clavé, 37
Granollers T. 93 879 38 26

Descomptes especials en instrument òptic i ulleres graduades

CENTRE DE DIAGNÒSTIC MÈDIC

Torras i Bages, 31
Granollers T. 93 879 37 27

**Densimetria òssia:
preu especial de 48 euros**

MUTUAL DE CONDUCTORS

Verge de Núria, 13
Granollers T. 93 870 08 54

Quota d'entrada gratuïta. 50% descompte en la quota del primer any

MARTA CODINA

Marià Maspons, 4, 4t 1a
Granollers T. 93 860 60 64

20% descompte en totes les visites

FEUCNEMED

Cal demanar dia i hora a "La Mútua"
Granollers T. 93 870 80 99

Preus especials en inseminació artificial i fecundació "in vitro"

CENTRE COMARCAL D'AMBULÀNCIES

902 11 20 62
50% descompte sobre preus a particulars

ICR

Pau Alcover, 69-71
Barcelona T. 93 254 79 22

Visita informativa gratuïta. Estudi pre-operatori: 90 euros 2 ulls. Cirurgia refractiva: 900 euros ull

VIATGES MC MONTCAR

Barcelona, 36
Granollers T. 93 879 59 59

Obsequi segons el tipus de reserva

PRADES

Ctra. Granollers a la Roca, Km, 17,00
Granollers T. 93 860 39 90

Tarja client sense cost. Condicions especials en vehicle nou i altres serveis

CLUB TENNIS ELS GORCHS

Av. Gorchs, s/n Llerona
Les Franqueses del Vallès T. 93 849 34 30

50% descompte en la quota d'entrada familiar

EL DAU

SERVEI NEUROPSICOLOGIA

Roger de Flor, 33, 1r 1^a
Granollers T. 93 879 38 26

Descomptes especials en instrument

EUROGIMNÀS

Marià Sans, 8
Granollers

Matrícula gratuïta i el primer mes sense càrrec

PARTENAIRE

Vidal i Jumbert, 10, 3-4
Granollers T. 93 846 62 42

**Matrícula gratuïta.
10% descompte primer rebut**

CENTRE

AUDITIU ACTIVITA

T. 93 840 17 02

**Primer estudi gratuït.
10% descompte en audifons**

BOIL FERNÁNDEZ GELI

Roger de Flor, 86, 1^o 3^a
Granollers T. 93 879 54 59

Condicions especials en serveis jurídics

TEATRE AUDITORI DE GRANOLLERS

Torres i Bages, 50
Granollers T. 93 840 51 21

25% descompte en les entrades

NÚRIA GRAU CARBONELL

Tarafa, 14-16, 1r C Granollers
T. 93 861 39 23 / 609 79 14 32 **10% descompte en drenatge limfàtic (mètode LEDUC), reeducació funcional sòl pèlvic, i tractaments d'orina i anals.**

CECOM: CENTRE CONDUCTA I MEMÒRIA

Venezuela, 19 La Torreta La Roca del Vallès
T. 93 861 36 34 / 607 847 041
10% descompte visites exploració neuropsicològica

Entrevista; a Joan Portet

Membre de la Junta de “La Mútua”

Qui és Joan Portet, vocal de la Junta de “La Mútua” i bacallaner

Nom: Joan Portet i Alegret

Data de naixement: 17/06/41

Lloc de naixement: Granollers

Lloc de residència: Granollers

Treball: Moltes ocupacions

Càrrec que ocupa a “La Mútua”:

Membre de La Mútua, Vocal 1r

Quants anys fa que col·labora amb La Mútua?

Em van venir a buscar quan estava de secretari general de la Cambra de Comerç del Vallès Oriental i em van oferir entrar a formar part de la Junta. En aquells moments començava la presidència del Sr. Trullàs; d'això ja fa més de 18 anys.

Com valora el nou projecte del CeMaV?

Sóc l'únic membre que queda d'aquella Junta que fa anys va anar a Madrid, al Ministerio de Trabajo, per evitar que desaparegués La Mútua de Treball i arrosseguéssim La Mútua Sanitària; d'això fa molts anys. La bona gestió de les diferents juntes que han anat gestionant La Mútua



des d'aleshores ha permès un futur ben encarrilat i planificat. El CeMaV és un gran pas endavant de l'actual Junta, perquè permet posar la tecnologia mèdica en el punt més alt i sempre al servei de les persones, en aquest cas de la comarca del Vallès Oriental, però també de les més properes. La Mútua camina cap a un futur molt esperançador per als usuaris.

Com a persona, què li aporta la seva experiència a La Mútua?

Fa tants anys que formo part de diferents mutualitats, que he aconseguit enriquir-me de l'esperit del mutualisme català. Sabíeu que el mutualisme va néixer a Catalunya? Va ser l'engranatge que va unir la societat catalana en aspectes de lleure i de cobrir necessitats, sempre sense ànim de lucre, amb l'esperit d'unir-se per afrontar les adversitats o gaudir de la cultura.

D'on prové Joan Portet?

Joan Portet prové d'una nissaga de bacallaners que comença amb el casament de Ramon Ricart i Teresa Por-

tet. Ells obren una parada de pesca salada al mercat de Sant Antoni a Barcelona. Des d'aleshores va començar una escola familiar de bacallaners (ofici artesanal ben català i únic al món). Als anys 1930, després de formar una central de compres familiar, posen en marxa una societat importadora de bacallà al costat del mercat del Born. Va ser l'any 1935 quan Francesc Portet, el meu pare, va decidir independitzar-se de la família i buscar un altre punt de la província per posar-hi el negoci. Va triar Granollers, a la plaça de la Porxada 12. Aquí és on vam néixer els membres de la tercera generació i de les següents.

Fora del negoci, en quins projectes està col·laborant?

De les moltes ocupacions i càrrecs que tinc, destacaria tots els que estan relacionats amb l'ofici de bacallaner i la labor humanitària. Actualment soc cònsol mostassaf secretari general de la Confraria Universal del Bacallà, col·laborador de la Fundació pro Dieta Mediterrània, col·laborador de la Càtedra d'Estudis Marítims de la Universitat de Girona, cofundador i batlle

notari de la Confraria de la Mare de Déu de l'Olivera, i col·laborador assidu del cònsol d'Islàndia a Barcelona. He estat membre del capítol, en representació dels gremis, de l'església de Santa Maria del Mar; col·laborador de la Fundació Vicenç Ferrer com a notari de la Confraria de la Mare de Déu de l'Olivera, en un projecte per enviar 10.000 oliveres a l'Índia per fer puré d'oliva madura i oli, per evitar l'escofoidisme dels nadons.



culinari que tindrà lloc a Lleida al mes d'octubre sobre la cuina slow food del bacallà.

Quina relació hi ha entre una bona alimentació i la salut?

A través d'una bona alimentació obtindrem una bona salut. Un bon oli d'oliva, i bons aliments com el bacallà, que tanta proteïna té per reforçar les nostres neurones, originen un procés que ens proporciona un bon estat de salut i benestar. Actualment hi ha un gran nivell de cuiners al nostre país, però encara hi ha una greu manca d'informació a les escoles i a les famílies sobre la nutrició, la dietètica i el coneixement de les primeres matèries. Això ha de canviar per poder entendre la cuina actual.

Què en pensa de la polèmica generada al voltant de la cuina de Ferran Adrià?

Sobre la cuina actual, cal distingir entre Ferran Adrià, que té un laboratori d'investigació, i la resta de cuiners que continuen evolucionant a partir de la cuina de l'àvia. Sentim a parlar de cuina futurista, molecular, galàctica, però tota prové de la base de les receptes de la cuina de l'àvia. Hem de tenir en compte la genètica del ser

humà: portem gravats als gens els sabors, les textures, els gustos i les aromes. Trencar aquest esquema és molt difícil; cal una educació dels sentits i una evolució lògica.

Creu que està en perill, la cuina tradicional?

Cada tendència ha d'anar pel seu camí, sense trepitjar-se. S'ha d'evolucionar en tots els aspectes. La cuina típica de l'àvia pot evolucionar i continuarà sent la cuina típica de l'àvia. Mai no és perdrà, perquè és la bàsica.

Com és Joan Portet quan arriba a casa?

M'agrada visitar sales d'art, antiquaris, traslladar-me en el temps i fer un parèntesi. Posar-me a jeure després d'un bon esmorzar, sota una pineda per on corri la brisa del Mediterrani... i com a fons la música del Cor dels Pescadors del II acte de Madame Butterfly. I, si estic molt estressat, gaudir uns dies, encara que molts cops no sé aparcar la tasca, d'aquest desconegut i meravellós país que és Islàndia.

Doni'ns una primícia sobre el seu futur?

Acabo de ser nomenat comissari per part d'Alimentària Exhibitions, Fira de Barcelona Exhibitions Joint Venture, com a responsable del monogràfic sobre el bacallà al saló Degusta, i també portaré la direcció del Simpòsium Internacional del Bacallà. D'altra banda, he estat nomenat responsable en l'apartat del certamen



Salut; Fecundació Assistida

Actualment, els avenços científics permeten oferir solucions a les parelles amb problemes de fertilitat, La Mútua i Fecunmed treballen des de fa temps per donar la millor atenció als usuaris.

La Mútua és preocupada per oferir nous serveis assistencials. Gràcies als acords establerts amb Fecunmed, els socis de l'entitat podran gaudir de condicions especials. Fecunmed és un centre sanitari privat, situat a l'edifici de La Mútua, que es dedica al diagnòstic i tractament integral de l'esterilitat i la infertilitat. És un centre homologat pel Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya per a la realització de tècniques de reproducció humana assistida.

Aquesta tasca es duu a terme de forma exclusiva i altament especialitzada (l'única finalitat assistencial del centre és l'estudi, el diagnòstic i el tractament de l'esterilitat i la infertilitat). Per aquest motiu Fecunmed està format per un equip multidisciplinari preparat específicament, constituït per professionals amb llarga experiència en els camps de la ginecologia, l'andrologia, la biologia

de la reproducció, la infermeria, el consell genètic i el suport psicològic. Juntament amb l'excel·lència tècnica i científica dels seus professionals, el personal de Fecunmed té com a ideari oferir un tracte personalitzat i una atenció altament individualitzada.

Fecunmed gaudeix dels avantatges que li proporciona el fet d'estar situat dins l'edifici de La Mútua, que li dona accés a un entorn de seguretat, asèpsia i confort propis d'un ambient hospitalari. Aquest emplaçament permet que Fecunmed pugui integrar a la seva activitat quotidiana l'ús dels quiròfans de la clínica, les habitacions de la planta d'hospitalització i el laboratori general d'anàlisis. A més, l'excel·lent qualificació del personal de la clínica facilita la complexa tasca diària del centre.

Les seves instal·lacions es componen d'una zona de consultoris situada a la tercera planta de la clínica, dissenyada especialment per a oferir un ambient confortable i familiar als seus pacients, i una altra zona a la sisena planta, on el centre té els laboratoris de fecundació in vitro i andrologia. Els laboratoris estan equipats amb la tecnologia més moderna per a permetre la realització de tots els tractaments disponibles i amb la màxima eficiència i garantia.

Així doncs, Fecunmed disposa de l'equipament i els coneixements necessaris per aplicar tot el ventall de tècniques diagnòstiques i terapèutiques existents en el camp de la reproducció humana.

La seva trajectòria i els resultats obtinguts l'avalen com un dels centres pioners en FIV a tot Catalunya.

Serveis:

- consulta ginecològica d'esterilitat
- consulta andrològica
- consulta biològica
- laboratoris de reproducció assistida (fecundació in vitro i andrologia)
- banc de semen
- banc d'embrions
- consell genètic
- consulta i suport psicològic
- cirurgia ambulatoria (ginecològica i andrològica)
- cirurgia amb ingrés (ginecològica i andrològica)
- cirurgia endoscòpica ginecològica (laparoscòpia i histeroscòpia)
- laboratori general

Tècniques de reproducció assistida disponibles a Fecunmed:

- inseminació artificial amb semen de la parella (IAC)
- inseminació artificial amb semen de donant (IAD)
- fecundació in vitro (FIV) i transferència embrionària (TE)
- microinjecció espermàtica (ICSI)
- eclosió assistida
- diagnòstic genètic preimplantacional (DGP)
- obtenció espermàtica testicular (TESA y TESE)
- congelació i vitrificació d'embrions
- descongelació embrionària.



Consultori;

Obesitat

L'obesitat és una malaltia crònica que es caracteritza per un augment de greix que és nociu per a la salut.

L'obesitat constitueix un problema de salut pública, atesa l'alta prevalença i les malalties que molt sovint l'acompanyen (diabetis mellitus, pressió arterial elevada, augment del colesterol i dels triglicèrids, síndrome d'apnees obstructives del son, problemes d'artrosi...).

Segons l'examen de salut realitzat en població adulta a Catalunya l'any 2006 per la Generalitat de Catalunya, el 39,9% de la població té excés de pes, i el 16,8% té una obesitat, és a dir, que 1 de cada 2 persones que viuen a Catalunya té problemes de pes.

Hi ha dos tipus d'obesitat: la troncular, o en forma de poma, que s'associa a més risc de patir diabetis mellitus, pressió arterial elevada, augment del colesterol i dels triglicèrids, i la perifèrica, o en forma de pera. Una manera pràctica per saber el tipus d'obesitat consisteix només a mesurar la cintura.

Per determinar si una persona és obesa es calcula l'índex de massa corporal. Mitjançant aquest índex s'estima de manera ràpida i útil en la pràctica clínica el contingut de greix. Aquest índex es calcula a partir del pes, expressat en kg, i dividit per l'alçada al quadrat, expressada en metres. Es considera normopes quan aquest índex està per sota de 25, sobrepès quan l'índex està entre 25 i 30 i obesitat quan és superior a 30. El tractament de l'obesitat es basa a augmentar la pràctica d'exercici físic, seguir una dieta baixa en energia (quilocalories), seguir tractament psicològic, si cal (ja que no és infreqüent la presència depressió i/o ansietat en alguns d'aquests pacients), i en algunes ocasions pot ser útil el tractament farmacològic (pastilles); el tractament quirúrgic, conegut com a cirurgia bariàtrica, estaria reservat a les obesitats més greus (índex de massa corporal a partir de 40). Segons dades de la Fesnad del 2008, cada any es gasten a l'Estat espanyol uns 2.000 milions d'euros en productes miracle per a perdre pes. Aquestes dietes es caracteritzen per:

- Utilitzar estratègies i arguments pseudocientífics per convèncer de les seves bondats.
- Amb freqüència s'acompanyen de missatges i creences errònies.

- Sovint són molt restrictives en energia i desequilibrades en alguns nutrients.

Els riscos d'aquestes dietes són que poden ocasionar desequilibris energètics i dèficit

de vitamines i minerals; que poden empitjorar algunes alteracions gastrointestinals; que no sols no aconsegueixen canviar els mals hàbits, sinó que accentuen els errors, i que afavoreixen l'efecte io-io. Aquest efecte consisteix a recuperar més pes del que s'havia perdut, i amb molta més facilitat, quan s'abandonen.

Segons dades de la Fesnad, el 31% dels espanyols amb problemes de pes ha seguit en alguna ocasió una dieta miracle. Per tal mantenir una alimentació saludable s'aconsella:

1. Menja de tot, però no en grans quantitats, ja que cap aliment té tots els nutrients que l'organisme necessita.
2. Fes 3 àpats principals i 2 mossos (mig mati i berenar), per evitar picar entre hores, ja que així no hi ha temps perquè l'estómac tingui sensació de buit entre un menjar i un altre.
3. Menja cada dia fruita i verdura (5 al dia).
4. Pren llegums de 2 a 4 cops per setmana.
5. Limita els greixos, ja sigui moderant la quantitat d'oli per amanir i les salses grasses com la maionesa o similars, escollint més aviat làctics sense greix o amb poc greix i carns poc grasses (pollastre, conill, poltre, gall d'indi...). Per cuinar utilitza millor el bullit, el vapor, el saltejat amb poc oli, la planxa, el forn i el microones.
6. Evita les "calories buides", que són els aliments molt calòrics i que no porten les vitamines i minerals necessaris per a metabolitzar-los correctament.
7. Beu molta aigua, mantén hidratat l'organisme. Es pot prendre ocasionalment refrescos light com a alternativa a les begudes ensucrades.
8. La compra dels aliments és el moment per escollir el que consumiràs. Per aquest motiu:
 - escull les opcions més nutritives i segures.
 - planifica amb temps els aliments que necessites i la quantitat.
 - intenta anar a fer la compra amb l'estómac ple, ja que així evitaràs comprar aliments innecessaris.
9. Fes exercici físic. Les raons per fer-ne són:
 - contribueix a un millor control del pes corporal.
 - millora la salut òssia i cardiovascular.
 - proporciona sensació de benestar i ajuda a eliminar la tensió i l'estrès.

Dra. Assumpció Recasens
Endocrinòloga

Dèficit d'Atenció amb Hiperactivitat (TDAH)

Aquest és un problema que indiscutiblement està de moda; a pesar de ser un gran desconegut, el TDAH, està actualment en boca de tots.

A nivell escolar, per part de mestres i pedagogs, sovint es considera que aquesta és la causa de molts problemes, i com a conseqüència el TDAH pot estar sobrediagnosticat en molts casos.

En els primers anys d'escolaritat, és molt precipitat alertar els pares sobre aquesta possibilitat, i no té sentit parlar-ne en els casos d'infants de P3 o a l'escola bressol. Moltes vegades, el mal comportament no té res a veure amb el que medicament es defineix com a dèficit d'atenció, que es pot medicar. En ocasions, es confon amb altres trastorns, com poden ser problemes emocionals, cada cop més freqüents, trastorns d'aprenentatge com ara la dislèxia o altres, trastorns psiquiàtrics de qualsevol tipus, etc.

El tractament més efectiu que ofereix la medicina tradicional per als casos clars de dèficit d'atenció és un derivat de les amfetamines d'alliberament lent que presenta alguns efectes secundaris significatius; aquest tractament es recomana en els casos que presentin un alt risc de fracàs escolar o problemes de convivència familiar.

El resultat obtingut en la medicació amb el tractament farmacològic es podrà valorar i comparar amb els efectes secundaris un cop analitzats els resultats acadèmics i de convivència. Cal tenir en compte que el tractament no cura la malaltia, però ajuda a pal·liar-ne els efectes.

En alguns casos es podria dir que amb una correcta medicació es podran evitar futurs problemes com poden ser l'abús de drogues, la inadaptació social o la delinqüència, que en els casos extrems d'aquest trastorn, es podrien presentar. Cal valorar que els resultats de prendre el tractament superen clarament els desavantatges.

En els casos diagnosticats de TDAH, cal tenir en compte l'opinió dels pares a l'hora de subministrar o no el tractament, i per tal de prendre la millor decisió és important facilitar-los tota la informació.

Dr. Marc Tura
Pediatre MNSC



Notícies;



Xavier Álvarez, Dir. Comercial i Nicolás Pereira

Guanyadors dels premis de la fira de l'Ascensió

Nicolás Pereira Madera, de 12 anys, veí de Granollers, i Anna M. Rodríguez Caballero, d'11 anys, veïnes de Mataró, han estat els guanyadors, respectivament, d'una bicicleta júnior tot terreny i del viatge a Port Aventura per a 4 persones.

Els afortunats han participat en el sorteig que La Mútua fa cada any amb motiu de la Fira de l'Ascensió de Granollers.

El lliurament dels premis va tenir lloc a les instal·lacions de La Mútua el dia 17 de juliol. Els guanyadors van rebre de mans del director comercial de La Mútua, el Sr. Xavier Álvarez, el xec de viatge a Port Aventura, per a les germanes Anna M. i Lucia, i la bicicleta, per a Nicolás Pereira, a qui agraden molt les bicicletes tot terreny.



Xavier Álvarez, i les germanes Rodríguez



S'inaugura l'exposició itinerant de pintura a la Fundació Cuixart

El mes de febrer passat es va inaugurar a la Fundació Cuixart Taller Cuixart BCN, l'exposició itinerant dels premis de pintura 2007 de La Mútua.

L'acte de presentació va anar a càrrec del president de la Mútua, el Sr. Joan Díaz i José, acompanyat per alguns dels 17 artistes seleccionats.

La mostra es podrà veure també al mes de setembre a Girona a les instal·lacions de la sala Valvi. En aquesta ocasió la inauguració està prevista el dijous dia 18, amb l'assistència del guanyador del segon premi del certamen, l'artista gironí Joan Mateu.

Torna el cicle de conferències de "La Mútua"

La proposta d'enguany incorpora noves conferències a càrrec de diferents especialistes que tocaran temes d'actualitat sobre la salut de les persones.

La sala d'actes de l'edifici de la plaça Pau Casals de Granollers serà l'escenari en el qual reconeguts especialistes de la medicina parlaran de diferents aspectes de les malalties: de les causes, dels símptomes i de les diverses formes de prevenció i tractament.

El tret de partida ha anat a càrrec de la Dra. Assumpció Recasens, endocrinòloga, que va parlar sobre l'obesitat i els perjudicis de les anomenades "dietes miracle".

La propera conferència, programada per al 17 de setembre, tractarà sobre el càncer de pulmó a la comarca del Vallès Oriental. Aquesta xerrada serà conduïda pel Dr. Enric Barbeta, cap de secció de la Unitat de Pneumologia de l'Hospital de Granollers.

Clourà el cicle el pediatre de Granollers Dr. Marc Tura amb la darrera conferència, prevista per al 19 de novembre. Basarà la seva exposició en el dèficit d'atenció amb hiperactivitat, TDAH. La Mútua espera que aquest cicle tingui la mateixa acollida que l'any anterior, mentre continua treballant en nous continguts per a properes edicions.



Dra. Assumpció Recasens

Des de “La Mútua”



Ricard Blanch, de “La Mútua” i Vicenç Rochina, de la UEI

“La Mútua” renova el seu conveni amb la UEI, i signa noves aliances

Aquest mes de juny, la Mútua va renovar el seu conveni de col·laboració en el context que emmarca les condicions especials que obtindran els socis de la UEI - CERCLEM de les comarques del Vallès Oriental i Maresme, on la Mútua és centre de referència de salut privada.

A través d'aquest acord, La Mútua donarà als associats de la UEI - CERCLEM, als seus treballadors i familiars directes, les cobertures corresponents a les prestacions i serveis oferts per La Mútua, en condicions avantatjoses que inclouen les dues primeres mensualitats gratuïtes i descomptes segons el nombre de socis per empresa.

D'altra banda, continuant amb la voluntat d'apropar els serveis als associats, s'ha signat un conveni amb la Unió de Germandats de Parets per donar cobertura als usuaris de la zona.

Ricard Blanch, President de la Comissió de Consolidació de la FMC



El director general de la Mutualitat Nostra Senyora del Carme, Ricard Blanch i Mas, és nomenat president de la Comissió de Consolidació de la Federació de Mutualitats de Previsió Social Catalanes. Aquesta Comissió ha estat creada per la Federació a partir de la necessitat de vetllar per executar correctament els processos d'absorció entre mutualitats que es preveuen com a conseqüència de l'aplicació del Reglament d'Ordenació d'Assegurances Privades, que serà de difícil compliment per a moltes entitats. Es creu que en el futur quedaran tan sols 10 o 12 mútues federades a tot Catalunya. En base a aquesta dada, té una importan-

cia cabdal garantir que el procés d'absorció d'unes entitats i altres es faci a través dels procediments adequats. Ricard Blanch va ser nomenat per exercir les funcions de president de la Comissió de Consolidació, a proposta del president de la Junta de Federació, el Sr. Rafel Suñol, i del seu director general, el Sr. Xavier Oller, valorant la seva experiència i el fet que compleix els requisits del perfil que s'avé amb les necessitats de la Federació per dur a terme absorcions amigables i complint els procediments adequats. La Comissió de Consolidació està treballant actualment sobre processos d'absorció en diferents punts de Catalunya.

Aquest és un procés inexorable d'absorció de mutualitats que no poden garantir la solvència als seus assegurats. Tant la Comunitat Europea com la Direcció General d'Assegurances (DSS), la Confederació Espanyola de Mutualitats i la Generalitat de Catalunya, demanen que aquests processos es facin de forma adequada. Així ho garanteix la Comissió presidida pel Dr. Ricard Blanch. La Mutualitat Nostra Sra. del Carme és en aquests moments una de les mútues catalanes que es troben en una posició favorable per oferir les millors garanties als seus associats.

Expansió; La Mútua més a prop seu

Ja s'ha col·locat la primera pedra del Centre de Medicina Avançada del Vallès CeMaV

El divendres dia 18 d'abril a les 12 del migdia va tenir lloc l'acte de col·locació de la primera pedra del nou Centre de Medicina Avançada del Vallès.

L'acte va anar a càrrec del president de La Mútua, el Sr. Joan Díaz i José, el director general, Sr. Ricard Blanch, i tot l'equip directiu.

Es va poder comptar també en aquesta ocasió amb la presència de l'il·lustríssim alcalde de Granollers, Sr. Josep Mayoral, acompanyat per la regidora de Sanitat. La primera pedra del Cemav es va col·locar sota la pluja, que va ser tan ben rebuda com les noves instal·lacions sanitàries que han de donar servei a tota la comarca.

Després de l'acte protocol·lari, autoritats i públic assistent van poder veure una presentació del projecte en tres dimensions, on es recollien les propostes de l'edifici, que tindrà una superfície cons-



Presentació del Projecte per part de les autoritats

truïda de 3.462 m² destinats a les instal·lacions sanitàries i administració i 2.254 m² repartits en tres plantes d'aparcaments per als usuaris. Per clore l'acte, es va oferir un petit refrigeri i una copa de cava per brindar en ocasió d'aquesta data tan important per a l'entitat i els seus associats.

El Centre de Medicina Avançada del Vallès forma part del context de creixement de la mutualitat. El CeMaV pretén assolir tres objectius:

D'una banda, ampliar i potenciar la infraestructura mèdica de La Mútua amb la construcció de les noves instal·lacions,

fet que permetrà donar un millor servei als associats de l'entitat.

D'altra banda, alliberar espais en l'actual edifici de La Mútua, i aconseguir així una millora en relació amb l'accessibilitat i el confort de les actuals instal·lacions. Finalment, crear un nou centre mèdic, obert al públic en general, que ha de contribuir a donar més servei i una cobertura mèdica més àmplia a tots els usuaris de la comarca del Vallès Oriental.



Josep Mayoral, Alcalde de Granollers



Joan Díaz, President de "La Mútua"

Novetats; Aplicatiu Informàtic

Continuant amb la filosofia de millores constants en els serveis als socis, “La Mútua” posa en funcionament el nou aplicatiu informàtic

El darrer Pla Estratègic de la mutualitat preveu la consolidació de l'entitat en la seva posició de lideratge local i la seva expansió dintre de la comarca del Vallès Oriental, així com a les comarques properes del Maresme i la Selva. Per tal d'assolir ambdues fites, ens calen eines que ens permetin dur a terme aquesta tasca. Una d'aquestes eines necessàries per assolir aquests objectius, garantint la prestació del millor servei als associats, és la implantació d'un nou aplicatiu informàtic fet a mida. Aquest aplicatiu ha de permetre a la mutualitat créixer des del punt

de vista assegurador, automatitzant i integrant en una sola solució un gran nombre de procediments en relació amb l'esmentada activitat. Entre d'altres, podem identificar: la revisió de les prestacions de cadascun dels socis, la connexió amb centres concertats, l'alta de nous associats, el control de carències i preexistències i, en general, una millora en tots els processos que ha d'afavorir la comunicació interna i externa. Per aconseguir millorar tots aquests aspectes, ens és imprescindible la col·laboració amb i-SOFT, l'empresa responsable de l'aplicatiu assistencial a casa nostra.

Treballant des d'aquests dos àmbits, els associats de La Mútua Nostra Senyora del Carme gaudiran de tots els beneficis que representa una bona gestió dels procediments:

- millora del servei d'atenció a l'usuari
- agilitació de les tramitacions dels socis

- absència de llistes d'espera
- ampliació de l'accés al quadre mèdic
- agilitació de la petició de visites als centres concertats

Es preveu que el nou aplicatiu informàtic serà operatiu en acabar el primer trimestre de 2009.

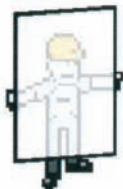
Amb la implantació d'aquesta solució informàtica, La Mútua esdevindrà, cada cop més, una entitat integral en relació amb la seva activitat asseguradora i prepararà la nostra entitat per a un futur més ampli en el món assegurador.

No cal dir que els demanem disculpes per avançat si, en el decurs del període d'implantació del sistema, sorgeixen inconvenients o problemes que puguin alterar el normal desenvolupament de les nostres tasques diàries envers vostès. Treballarem per minimitzar qualsevol incident, i confiem que sabran entendre les molèsties que això els pugui ocasionar.



TANCAL

carpintería de aluminio



20 anys d'experiència en feines particulars i grans obres

**Finestres corredisses · Practicables · Galeries
Mampares · Reixes · Mallorquines · Mosquiteres
Alumini Rotura Tèrmica · Persianes · Vidres de Seguretat
Vidres Càmera · Tendals · Parquets · Portes d'Interior
Reformes Integrals**

FABRICA:

LES FRANQUESES DEL VALLES Mas Pujol, 45 nave 7 · Pol. Ind. Sector V · Tel 93 840 02 38

EXPOSICION:

GRANOLLERS

Rbla. Josep Tarradellas, 3 local 5
(detràs estació autobus Sagalés)
Tel 93 879 51 15
E-mail: granollers@tancal.es

LA GARRIGA

Calabria, 68 - 70
(ctra. antiga Vic)
Tel/Fax 93 871 92 92
E-mail: lagarriga@tancal.es

VILASSAR DE MAR

Sant Jaume, 25 local 1
(frente estación Renfe)

DISTRIBUÏDOR OFICIAL CERVESA:



DISTRIBUCIONS



Porvenir s/n
Pol. Ind. Sur, nau 2
Tel. 93 841 34 54
Fax. 93 841 34 55
08450
LLINARS DEL VALLÈS

Assegurança de la Llar

Contracti-la ara i emporti's un d'aquests dos regals.



L'Assegurança de la Llar de Caixa Manlleu protegeix el seu patrimoni davant qualsevol imprevist, des d'un senzill vidre trencat, un robatori, una destrossa per fenòmens atmosfèrics, danys elèctrics o per aigua... fins a un incendi. Inclou també Assistència en viatge, Assistència informàtica, Recuperació de dades i Responsabilitat Civil en cas de danys accidentals a tercers persones.

Casa seva, el lloc més segur.



www.caixamanlleu.cat