



Voluntariat: quan la companyia és el més valuós

Quan es troben el desig de donar i la necessitat de rebre, es donen fenòmens tan admirables com el del voluntariat. Malauradament, en la nostra societat hi ha moltes persones mancades de recursos, no només materials, sinó també dels que podríem anomenar emocionals, com ho serien la companyia i l'escalf dels altres.

La soledat i l'aïllament són més freqüents, i especialment durs, en la gent gran, que sovint es troba en situacions de dependència i/o a d'afrontar moments complicats. Per això, és en aquesta etapa quan tenir algú al costat és especialment valuós. El programa "Al final de la vida, un somriure acompanya", que porten a terme els EAPS Mutuam la Caixa, posa en contacte persones amb malalties avançades que no tenen qui les agafi de la mà o conversi amb elles i persones disposades a omplir aquest buit. També el programa de voluntariat de Grup Mutuam permet que voluntaris provinents d'entitats amb qui col·laborem facin tasques d'acompanyament a persones grans o malaltes en els nostres centres.

El voluntariat és un acte generós, però té recompensa: qui el practica pot sentir com s'eixampla el seu esperit. Així doncs, us animem a sumar-vos a iniciatives per estar al costat de qui més ho necessita.

DESTACATS



A prop



Activa't



Hem estat a



Actualitat

Servei d'Orientació Social: les nostres professionals l'escolten. Truqui'ns i expliqui'ns el seu cas **NOU TELÈFON: 93 380 09 50**

Sabem que amb l'edat poden sorgir situacions amb dificultats que cal anar superant:

- Si té una persona dependent al seu càrrec
- Si necessita ajuda de confiança a casa
- Si després d'una intervenció quirúrgica necessita fer una convallescència
- Si vol que l'informem i l'ajudem en la tramitació de la Llei de la dependència i altres ajuts públics...

Pel fet de ser **mutualista del Servei Gent Gran** disposa d'un **Servei d'Orientació Social** pensat per ajudar-lo a resoldre situacions com aquestes. Truqui'ns i l'escoltarem i assessorarem per trobar la solució, pública o privada, que millor s'adapti a la seva situació personal i familiar. Coneixem totes les residències i supervisem els serveis abans de recomanar-los. A més, pel fet de ser mutualista, gaudirà de descomptes en la contractació.

Serveis d'ajuda domiciliària (empresa amb professionals especialitzats):

- Serveis d'atenció a la persona: higiene personal, cures, mobilitzacions, acompanyaments, servei domèstic, fisioteràpia, podologia, perruqueria, etc.
- Serveis d'atenció a l'entorn: neteja de la llar, preparació d'àpats, neteja i cura de la roba, compres, etc.

Recursos residencials:

Residències Assistides, Apartaments amb serveis per a la gent gran, Hospitals Sociosanitaris, Hospitals de Dia, Centres de Dia.

Altres recursos:

- Ajuts tècnics i adaptacions de la llar
- Ortopèdies i audiòfons

“Viatjant amb Mutuam Activa mai no et sents sola”

Roser de Dou i Rosa Bartrina, usuàries de Mutuam Activa

La Roser de Dou i la Rosa Bartrina són dues amigues molt viatgeres que, des de fa anys, es mantenen fidels a les propostes de Mutuam Activa, el servei d'oci cultural per a sèniors de Grup Mutuam. La primera, una farmacèutica jubilada de 83 anys, va néixer a Ripoll, i la segona, llevadora retirada de 85, va néixer a Olot, però totes dues viuen des de fa molt a Barcelona. Comparteixen també el fet de ser vídues.

Recorden haver estat sempre apassionades viatgeres. “De joves, amb el meu marit, vam viatjar per tot arreu: Kènia, Tailàndia, Perú...”, relata orgullosa la Roser. La Rosa no només ha gaudit amb les destinacions llunyanes, també, explica, amb les travessies que feia amb la barca que tenia. Això sí, recorda de manera especial el viatge que va fer amb tota la família a la Riviera Maya quan es va jubilar. Les dues dones són un bon exemple que deixar de treballar no implica caure en

el sedentarisme. Es defineixen com a actives i només cal un repàs a les seves agendes setmanals per constatar-ho: exercici, tallers i Aula per a la Gent gran, entre d'altres. La seva amistat va començar precisament quan van coincidir en el mateix gimnàs, i va ser la Roser qui, satisfeta amb l'experiència amb Mutuam Activa, va engrescar la Rosa a sumar-s'hi.

Des de llavors, han compartit un munt d'escapades, excursions i activitats culturals. Totes elles les descriuen com a experiències molt personals i marcades per la proximitat que els imprimeix la guia i responsable del servei. “La Montse (López-Brea) és molt propera, és com si fos de la família”, expliquen, tot afegint que

“La Montse és molt propera, és com si fos de la família”

els seus fills es queden tranquils quan saben que viatgen amb ella. La confiança que en les sortides de Mutuam Activa està tot previst i que davant qualsevol problema que sorgeixi hi ha algú al costat que respon els ofereix la possibilitat de continuar fent activitats que si no probablement haurien abandonat. “Jo no faria cap viatge sola”, reconeix la Roser.

Més enllà de la seguretat, valoren molt la companyonia i el bon clima que s'estableix entre els viatgers de Mutuam Activa, en el que descriuen com una comunitat molt solidària, sobretot amb les persones que tenen més problemes de mobilitat. Tot això les anima a seguir descobrint nous destins o a retrobar-se amb d'altres ja visitats. Si haguessin d'escollir, a la Rosa li encantaria viatjar a Copenhaguen o Viena, mentre que la Roser es decanta per Praga. Sigui on sigui, segur que ho faran de la mà de Mutuam Activa, perquè “mai no et sents sola”.



La Fundació Mutuam Conviure lliura els seus Premis de Recerca en atenció sociosanitària

En el marc de la 13a Jornada Sociosanitària, la Fundació Mutuam Conviure va lliurar el passat 14 de novembre el seus Premis de Recerca per a projectes en l'àmbit de l'atenció sociosanitària, dotats amb 6.000€ cadascun.

En la categoria de “professionals de Catalunya”, l'escollit va ser una proposta sobre fragilitat i qualitat de vida en l'atenció primària de la Unitat ATDOM de l'EAP Montnegre i la Unitat ATDOM de l'EAP Les Corts-Pedralbes. En la categoria de “professionals del Grup Mutuam”, ho va ser un sobre rehabilitació per a pacients que han patit un ictus, presentat per l'Hospital Sociosanitari Mutuam Girona amb la col·laboració de l'Hospital Universitari Josep Trueta. Dins d'aquesta categoria també es va lliurar un accèssit, dotat amb 3.000 euros, a un projecte sobre prevenció de les bronco-aspiracions en l'adult major presentat per professionals de la Residència Vila-seca.



Neus Saiz rep un Premi a l'Excel·lència Professional del Col·legi de Metges

El Col·legi de Metges de Barcelona va guardonar el passat 3 de desembre amb un dels seus Premis a l'Excel·lència Professional la doctora Neus Saiz, directora de l'Hospital sociosanitari Mutuam Güell. En l'acte, que es va celebrar a l'Auditori AXA de la capital catalana, es va fer el lliurament dels guardons a 51 metges i quatre equips assistencials de les comarques de Barcelona en reconeixement a trajectòries professionals basades en el compromís, l'honestedat, l'altruisme, la integritat i l'excel·lència.

Neus Saiz, que ha estat premiada en la categoria d'Humanitats, cooperació i gestió, és llicenciada en Medicina per la Universitat Autònoma de Barcelona i Especialista en Geriatria. Des de l'any 2005, forma part de l'equip de professionals de Grup Mutuam.

La Llar-residència la Sardana, distingida als Premis ACRA

La Llar-residència la Sardana de Grup Mutuam, un servei residencial obert de suport, integració i tractament per a persones amb malaltia mental, va ser distingida amb un accèssit en els Premis ACRA de l'Associació Catalana de Recursos Assistencials que van celebrar-se el passat 28 de novembre. El projecte que ha merescut aquest reconeixement, en la categoria d'Innovació en l'atenció a la dependència i promoció de l'autonomia personal, ha estat “La figura del padrí”, que consisteix en la incorporació d'una persona de referència que acompanya i fa un seguiment de la persona nouvinguda al centre amb el suport dels professionals.

L'entrega de guardons va tenir lloc al Palau de Pedralbes davant uns tres-cents convidats del sector d'atenció a la dependència, entre els quals hi havia el conseller de Treball, Afers Socials i Famílies, Chakir El Homrani, i altres representants de la Diputació de Barcelona i l'Ajuntament de Barcelona. En nom de la Llar Residència la Sardana, van recollir l'accèssit Montse Camprubí i Alba Ruiz, respectivament directora i treballadora social del centre.



El Servei Gent Gran tanca l'any amb el dinar de Nadal

Mutualistes del Servei Gent Gran, residents dels Apartaments Agustí Montal Mutuam Collserola i representants de les entitats a qui Mutuam presta serveis, acompanyats dels càrrecs directius del Grup Mutuam, van celebrar l'11 de desembre el dinar de Nadal del Servei Gent Gran. Així, al renovat Hotel Sofia Barcelona, un total de 102 persones van donar la benvinguda plegades al Nadal i van tancar l'any d'activitats d'aquest servei de Mutuam que integra un Servei d'Orientació Social i un d'oci cultural per a sèniors.

El president del Grup, Josep Arqués, va brindar pel nou any i, tot seguit, el grup Chatta Trio va oferir una actuació musical, mentre els comensals arrodonien l'àpat amb torrons, neules i cafès. No hi va faltar el tradicional lliurament d'obsequis per al mutualista més col·laborador, el més fidel i el més rodamons, així com el sorteig entre els mutualistes d'un viatge de cap de setmana a Mallorca per a dues persones.





ESTOCOLM
14-18 MAIG

Lloc de trobada: Ausiàs Marc, 39
Hora de presentació: 09.00h
Preu Servei Gent Gran: 1.795€

Preu acompanyant: 1.895€
Suplement individual: 575€
Assegurança de cancel·lació: 29€



El preu inclou:

Trasllat a l'aeroport
Pensió completa
Hotel 4*
Visita amb guia local a Estocolm
Sigtuna i Uppsala
Entrades a visites i monuments
Sopar de comiat
Guia de l'agència i acompanyant
de MUTUAM

Dia 1. BARCELONA – ESTOCOLM

Sortida amb autocar fins a l'aeroport de Barcelona, on agafarem el vol cap a Estocolm. A l'arribada, trasllat amb autocar fins al centre de la ciutat per iniciar una visita panoràmica que ens ajudarà a descobrir els seus principals atractius. Després d'aquest primer contacte amb la capital sueca, anirem fins a l'hotel, on soparem i ens allotjament.

Dia 2. ESTOCOLM

Després d'esmorzar, visitarem la ciutat vella (Gamla Stan), un barri medieval amb estrets carrers empedrats vorejats d'edificis antics esplèndidament conservats, fins arribar al Palau Reial, l'escenari exclusiu de les recepcions oficials de la monarquia. Dinarem a un restaurant i ens traslladarem amb autocar fins al Palau Drottningholm, en una illa al llac Mälaren. Inclòs a la llista de Patrimoni Mundial de la Humanitat per la UNESCO, és el castell reial millor conservat de Suècia i el més representatiu de tota l'arquitectura europea de l'època. Actualment es la residència oficial, permanent i privada de la família reial. Les habitacions de l'ala sud del palau estan reservades per a ella, així que en coneixerem la resta i els bells jardins. També visitarem un dels altres elements protegits per la UNESCO, el Pavelló Xinès, construït a mitjans del segle XVIII.

Finalitzada la visita, agafarem un vaixell cap al centre de la ciutat fent un recorregut per l'arxipèlag d'Estocolm. Disposarem de temps lliure fins a l'hora de sopar.

Dia 3. ESTOCOLM

Esmorzarem a l'hotel i farem una visita panoràmica de la capital sueca, el Parlament i l'illa de Djurgården. Entrarem a l'Ajuntament, una de les mostres més admirables de l'arquitectura europea moderna, on coneixerem l'anomenat saló blau, on se celebra el sopar dels premis Nobel. Continuarem amb la visita al Museu Vasa, on podrem contemplar un vaixell de guerra que es va enfonsar en la primera travessa, l'any 1.628, i que, després de viure en l'oblit durant tres segles, fou localitzat i extret del mar l'any 1.961. S'exposa des de llavors amb altres elements en un dels més bells museus d'Europa. Complementarem la visita matinal coneixent el museu d'Skansen, una exposició etnogràfica a l'aire lliure que es va fundar l'any 1.891 amb la intenció de preservar l'arquitectura tradicional sueca. Al seu interior, també hi trobem un parc zoològic, un aquari, un teatre i diferents cafès. Dinarem en un restaurant i la resta de la tarda gaudirem de la tranquil·litat del centre d'Estocolm. Tornarem a l'hotel per sopar.

Dia 4. SIGTUNA – UPPSALA

Després d'esmorzar, agafarem la carretera per

iniciar un interessant dia de visites a les rodalies d'Estocolm. Començarem amb la visita de Sigtuna, un pintoresc poble construït a tocar del llac Mälaren que fou el principal enclavament comercial dels Svea. Aquesta tribu establerta a Suècia després de l'última glaciació va marxar durant el segle XIII després del saqueig per part de pirates estonians. El poble no va recuperar la seva esplendor fins al segle XV, moment en què es construeixen alguns dels principals edificis de la ciutat. Continuarem la ruta fins a Uppsala, la principal ciutat universitària de Suècia. Un indret històric on les cerimònies vikingues paganes, extremadament sagnants, van persistir fins al segle XI. La Universitat d'Uppsala, una de les institucions docents més antigues i respectades d'Europa, fou fundada per l'arquebisbe Jakob Ulfson l'any 1.477. Dinarem a un restaurant i disposarem de temps lliure fins la tornada a Estocolm, on ens dirigirem a l'hotel per sopar.

Dia 5. ESTOCOLM - BARCELONA

Després d'esmorzar, descobrirem l'anomenada "Venècia del Nord" des d'un dels millors mitjans de transport de la ciutat: el vaixell. Un creuer d'aproximadament dues hores de navegació ens mostrarà les 14 illes que formen la ciutat. Finalitzada la visita matinal, ens desplaçarem a l'aeroport per tornar cap a Barcelona.

Puig i Cadafalch a Montjuïc
Divendres 1 MARÇ



La voluntat dels barcelonins de convertir la muntanya de Montjuïc en un pulmó verd de la ciutat apareix a principis del segle XX al ser escollida com a escenari de la gran Exposició Universal que es va celebrar el 1929. El projecte urbanístic i arquitectònic va ser confiat a Josep Puig i Cadafalch. Durant el recorregut explicarem els principals edificis i espais que va projectar, començant per la cèlebre fàbrica Casaramona (actual Caixaforum), les quatre columnes i el Palau Nacional, entre d'altres.

Lloc de trobada: Torres Venecianes (Plaça Espanya)
Hora de trobada: 10.45h
Hora visita: 11.00h
Preu Servei Gent Gran: 14€
Preu acompanyant: 16€

Malignum Castrum i el Centre d'Observació de l'Univers
Dijous 14 MARÇ



Sortida de la nostra parada habitual direcció a Lleida, amb breu parada per esmorzar (no inclòs en el preu). A Os de Balaguer visitarem el Castell Malignum Castrum, fortificació d'origen àrab alçada a la part alta de la vila. Farem una visita guiada tant a la part exterior com interior del castell per conèixer la seva fascinant història. A l'interior del castell, en concret a la sala gòtica, trobem el Museu de les Campanes de Catalunya, una mostra amb nombroses peces recollides arreu de Catalunya, de diferents mides i sons.

Finalitzada la visita, tornarem a l'autocar per traslladar-nos fins al restaurant on dinarem. Després anirem fins a Àger per visitar el Centre d'Observació de l'Univers. Gaudirem de la projecció "A l'ull del Montsec", l'únic planetari del món amb tecnologia 3D i cúpula desplaçable. A més, descobrirem les instal·lacions i el parc dels telescopis gràcies a una interessant visita guiada.

Lloc de trobada: Ausiàs Marc, 39
Hora: 08.00h
Preu Servei Gent Gran: 60€
Preu acompanyant: 65€

Centre de Restauració de Béns Mobles de Catalunya
Divendres 22 MARÇ



Ubicada a Sant Cugat, aquesta institució neix amb l'objectiu de conservar i restaurar el patrimoni cultural català de forma directa o tutelant les intervencions sobre els béns culturals d'interès nacional i els catalogats. S'hi poden trobar obres procedents del patrimoni de la Generalitat, de les entitats públiques, del patrimoni eclesiàstic i de museus i jaciments arqueològics del territori català.

Lloc de trobada: Estació de Valldoreix
Hora de trobada: 10.30h
Hora visita: 11.00h
Preu Servei Gent Gran: 10€
Preu acompanyant: 12€

Mas Miró i el Parc Samà
Dijous 11 ABRIL



Sortida cap a Tarragona fins a Mont-Roig del Camp, població on Joan Miró estiuava i va descobrir la seva vocació. Visitarem un espai únic, inèdit fins ara, un indret íntim i de treball amb paisatges essencials de la vida de l'artista: el Mas Miró.

L'edifici principal conserva l'estructura de la típica casa d'indians. Passejarem per l'interior i exterior del mas -la masia, la capella, el taller, el safareig, la bassa, l'antic pou, el galliner i el corral- que per decisió de la família s'ha conservat pràcticament tal i com el va deixar el pintor a la seva mort l'any 1976.

Lloc de trobada: Ausiàs Marc, 39
Hora de trobada: 08.00h
Preu Servei Gent Gran: 59€
Preu acompanyant: 64€

Canal du Midi i Sud de França

26 - 28 ABRIL



El preu inclou:

Autocar modern i confortable
Pensió completa
Hotel 4* a Besiers
Entrades i visites detallades
al programa
Guia de l'agència i
acompanyant de MUTUAM



Dia 1. BARCELONA – CANAL DU MIDI – BESIERS

Sortida per carretera fins a Besiers, població on agafarem el vaixell en què farem el creuer pel Canal du Midi. Es tracta d'un impressionant recorregut pel canal i les seves rescloses, tot gaudint del paisatge i inoblidables panoràmiques. Durant el recorregut, farem una parada per dinar a un restaurant a la riba del canal. En acabar, continuarem la navegació fins tornar de nou a Besiers. Visitarem la ciutat abans de traslladar-nos a l'hotel, on soparem.

Dia 2. SAINT GUILHEM LE DESERT – COVES DE CLAMOUSE

Després d'esmorzar, sortirem cap a Saint Guilhem le Desert, una petita població medieval situada al centre del camí a Santiago de Compostela. El poble està identificat com un dels més bells de França. En destaca l'Abadia de Gellone, declarada Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO, que visitarem interiorment.

Dinarem en un restaurant i a la tarda ens traslladarem a Saint Jean de Fos per visitar les Coves de Clamouse, internacionalment conegudes per la riquesa excepcional que es troba al seu interior en forma de cristalls d'aragonita i calcita. Finalitzada la visita, tornarem a l'hotel a sopar i dormir.

Dia 3. BEZIERS – ABADIA DE FRONTFROIDE – BARCELONA

Esmorzar a l'hotel i sortida cap a Narbona per visitar l'Abadia cis-tercenca de Frontfroide, fundada l'any 1.093 i que encara conserva impecablement l'església, el claustre, la sala capitular construïda el segle XII i l'edifici dels conversos, una joia arquitectònica. Dinarem en un restaurant i tornarem cap a Barcelona.

Lloc de trobada: Ausiàs Marc, 39
Preu acompanyant: 598€
Hora sortida: 07.00h
Suplement individual: 101€
Preu Servei Gent Gran: 498€
Assegurança de cancel·lació: 18€

Aiguamolls de l'Empordà amb trenet



Visita al Butterfly Park

Dijous 23 MAIG



Sortirem amb direcció a l'Empordà i farem una breu parada per esmorzar (no inclòs al preu). En arribar a Castelló d'Empúries, accedirem al Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà, un espai natural protegit comprès entre les desembocadures dels rius Fluvià i Muga que visitarem de forma molt còmoda: a bord d'un trenet turístic. Descobrirem una llarga extensió de platja de dunes que ribeteja el parc fins arribar al golf de Roses, diferents paratges com terres salobres, camps inundats, dunes de platja, riberes de canals, pastures i, com no, nombroses espècies aquàtiques que hi habiten o que hi fan parada durant les seves migracions.

Finalitzades les visites, ens traslladarem fins a un restaurant per dinar. Després, anirem a un jardí tropical al cor de la Costa Brava, passejarem pels seus camins i descobrirem el fascinant món de les papallones, però també dels lloros i altres animals exòtics. Acabada la visita, tornarem a Barcelona.

Lloc de trobada: Ausiàs Marc, 39
Hora: 08.00h
Preu Servei Gent Gran: 40€
Preu acompanyant: 45€

Ajuntament de Barcelona

Divendres 3 MAIG



La Casa de la Ciutat, la seu de l'Ajuntament de Barcelona, ens obrirà les portes per conèixer la seva història i arquitectura. La visita guiada transcorrerà per les sales nobles i podrem descobrir els secrets de la construcció d'espais de gran valor històric, com l'Escala Negra, la Capella del Bon Consell, el Saló de Cròniques, la Sala del Bon Govern, la Sala del Treball, el despatx de l'alcalde, la Sala Tàpies, el Saló de la Reina Regent, el Saló de Cent, la Sala del Consolat de Mar, el Despatx d'Honor, el Saló de Carles III, el Saló de la Ciutat, la Galeria Gòtica i l'Escala d'Honor.

Lloc de trobada: Plaça Sant Jaume, 1
Hora trobada: 10.45h
Hora visita: 11.00h
Preu Servei Gent Gran: 10€
Preu acompanyant: 12€

Museu d'Arqueologia de Catalunya

Visita guiada als Tresors del MAC

Divendres 10 MAIG



La seu de Barcelona d'aquest museu conté la col·lecció d'arqueologia cronològicament i territorialment més completa del país i una de les biblioteques especialitzades en arqueologia més importants. L'exposició permanent explica l'evolució que, des dels primers homes fins a l'inici de l'època medieval, conformà el territori català actual i el seu entorn. Les seves peces ens permeten conèixer els avenços tecnològics de la prehistòria, la petjada de les colonitzacions de fenicis i grecs, l'orfebreria dels ibers, el procés de romanització de la península o el llegat dels visigots.

Lloc de trobada: Passeig de Santa Madrona, 39
Hora trobada: 10.45h
Hora visita: 11.00h
Preu Servei Gent Gran: 12€
Preu acompanyant: 14€



MUTUAM ACTIVA

El Servei de Gent Gran prepara les sortides especialment per als seus mutualistes

Telèfon d'informació d'activitats i viatges: 93 380 09 60 / Organització tècnica: Central de Viajes S.A. - GC - 11MD

Què haig de fer per inscriure'm?

1. Fer la reserva de les activitats:
 - Presencialment al c/ Ausiàs Marc, 39 el dia de les Inscripcions
 - Telefònicament al 93 380 09 60
2. Abonar l'import de les sortides fent una transferència als següents comptes de La Caixa segons la tipologia de l'activitat:

• **CIRCUITS I EXCURSIONS**
IBAN ES11 2100 8631 9102 0005 5513



• **MATINALS O TALLERS**
IBAN ES64 2100 8635 7402 0002 2600



En cas d'un circuit, s'ha d'abonar un 25% del seu import. Per a la resta d'activitats, cal abonar-ne la seva totalitat.

Confirmació i lloc de seient:

Els seients seran assignats per rigorós ordre d'inscripció (MUTUAM es reserva el dret d'anul·lar una activitat en el cas que no s'arribi a un mínim de 25 places).

Penalitzacions en cas d'anul·lació:

Comunicació de l'anul·lació

- En cas d'anul·lació s'ha de comunicar de dilluns a divendres en horari d'oficina (de 9 a 14h) al 93 380 09 60
- 11 dies feiners* abans de la data de sortida.
- Entre 6 i 10 dies feiners* abans de la data de sortida.
- A partir de 5 dies feiners* abans de la data de sortida.

Percentatge de penalització

- 5% de l'import total (es retorna un 95%)
- 25% de l'import total (es retorna un 75%).
- 100% de l'import total (NO HI HA DRET A DEVOLUCIÓ).

*Feiners: de dilluns a divendres.
Dissabte, per al Servei Gen Gran, és FESTIU.

Inscripcions presencials: dilluns 18 de febrer a Ausiàs Marc, 39, de 09.00 a 13.45 h.

TELÈFON: 93 380 09 60



HEM ESTAT A

Bermeo



Barolo



Torí

Parc Art



Països Baixos



Granada

Torí



Munic



Parlament de Catalunya



Casa de
les Punxes



Casa Coll i Regàs

Més lluny o més a prop, acompanyats fins a les orelles o amb el ventall a la mà. Hem viatjat de moltes maneres amb Mutuam Activa, però sempre amb bona companyia i amb la tranquil·litat de tenir al costat qui ho ha previst tot per treure el màxim partit a cada destinació. Junts hem gaudit del traçat medieval de **Vitòria**, dels bells i colorits paisatges dels **Països Baixos**, del fort caràcter dels pobles pesquers de **Biscaia**, dels racons de la increïble capital del **Piemont** o hem aprofundit el nostre coneixement de Catalunya, capbussant-nos ens les seves institucions o descobrint-ne l'arquitectura més impressionant.