

Urgell Gran

Guia de serveis i recursos per a la **gent gran**
a la comarca de l'Urgell
(serveis i recursos per a persones a partir de 60 anys)

Què trobarem en aquesta Guia i com ho hem de buscar

La *Guia de recursos per a la gent gran a la comarca de l'Urgell* està pensada per als ciutadans i ciutadanes a partir de 60 anys i les seves famílies.

L'objectiu d'aquesta ha estat recollir tota la informació sobre les entitats i associacions de la comarca de l'Urgell que ofereixen serveis a persones de més de 60 anys.

La Guia es divideix per temàtiques per facilitar la recerca d'informació. Hi trobareu recursos de lleure, per a realitzar voluntariat, formació, per a la cura personal, de salut, de suport a la dependència, d'entitats que ofereixen atenció, suport i assessorament en temes que afecten la gent gran, sobre transport i altres informacions d'interès. Per a utilitzar-la heu de tenir en compte els següents punts:

- Cada una de les temàtiques es distingeix per un color diferent per facilitar-vos la recerca d'informació.
- Els municipis de la comarca estan ordenats alfabèticament dins de cada apartat.
- Us recomanem que qualsevol activitat que us interessi la consulteu a l'entitat que l'organitza.
- El símbol ☎ significa telèfon.
- El símbol ✉ significa adreça de correu electrònic o e-mail.
- El símbol 🌐 significa pàgina web.
- El símbol ✨ significa que l'activitat és intergeneracional i que per tant la podreu compartir amb persones de totes les edats.
- La indicació **descompte** cal consultar-la a cada servei.



Com s'ha elaborat la Guia

Per a l'edició d'aquesta guia, s'ha contactat amb el Consell Comarcal de l'Urgell, els ajuntaments dels municipis de la comarca i totes les entitats i institucions que ofereixen serveis i/o recursos per a la gent gran que s'han trobat en la recerca realitzada a través de diferents vies.

També s'ha fet una crida a través de les xarxes socials i s'han distribuït cartells, per tal que altres professionals i entitats que ofereixen serveis a majors de 60 anys, i amb els quals no s'havia contactat, poguessin figurar a la guia.

Si alguna entitat o servei no apareix en aquest llistat, és perquè ha manifestat la seva voluntat de no ser-hi inclòs/a o bé no ha informat sobre els serveis i recursos que ofereix.

Agraïm l'interès demostrat per part dels ajuntaments de la comarca de l'Urgell i per part de les entitats i institucions que surten a la Guia per donar a conèixer els serveis i recursos que ofereixen a la gent de més de 60 anys de la comarca de l'Urgell.

El recull de dades, el disseny i la composició ha estat elaborat per l'Oficina d'Acció Social i Ciutadania de la Regidoria d'Acció Social i Sanitat de l'Ajuntament de Tàrraga.

L'Ajuntament no es responsabilitza de la veracitat de les dades incloses a la Guia, les quals han estat facilitades per cada un dels serveis i/o entitats.

Les dades estan actualitzades a 3 d'octubre de 2012

Esperem que us sigui d'utilitat.

Tàrraga, octubre de 2012

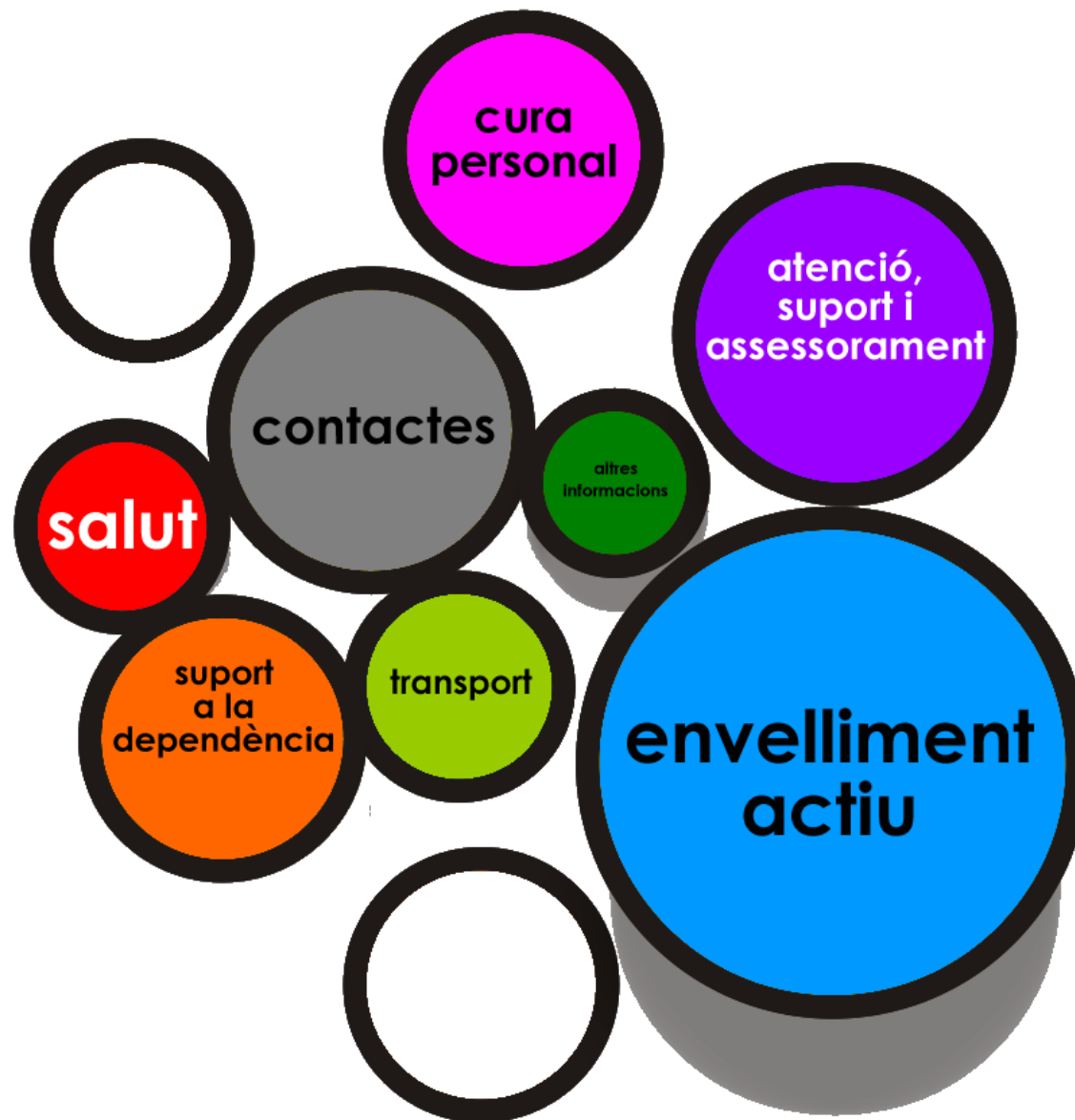


Quins serveis necessites? Índex

Envel·liment actiu	6
Entitats que organitzen activitats de lleure	6
Activitats formatives.....	12
Activitat física	17
Associacions on realitzar tasques de voluntariat	22
Agències de viatge que gestionen les vacances de l'IMSERSO	25
Cura personal	29
Serveis d'estètica.....	29
Serveis de perruqueria	30
Salut	33
Serveis generalistes públics: Centres d'Atenció Primària	33
Serveis generalistes públics: consultoris mèdics locals	35
Centres mèdics privats i mútues d'atenció mèdica	36
Serveis d'orientació i acompanyament a la salut	37
Serveis de fisioteràpia	38
Serveis d'infermeria	41
Serveis d'òptica i audiologia.....	41
Serveis d'osteopatia	42
Serveis d'ortopèdia	43
Serveis de podologia	44
Altres teràpies.....	46

Suport a la dependència	51
Centres de dia, residències i altres.....	51
Suport a la llar.....	55
Mobiliari adaptat i elements de suport per a la vida diària	57
Entitats i serveis que ofereixen atenció, suport i assessorament	60
Adreces dels Serveis Socials d'Atenció Primària per a l'atenció comarcal	60
Transport i altres serveis.....	68
Taxi.....	68
Transport adaptat	68
Transport públic	69
Serveis funeraris.....	71
Serveis bancaris	72
Altres informacions d'interès.....	76
Revistes que ofereixen informació per a gent gran	76
Pàgines web d'interès	76
Òrgans de participació.....	80
Dades de contacte dels centres i entitats de la Guia	82





Envelliment actiu

Entitats que organitzen activitats de lleure

Municipi	Entitat	Activitats	Contacte
Agramunt	Casal d'Avis	<ul style="list-style-type: none"> • Excursions culturals • Celebració de festes (Dia dels Enamorats, la Mona, Sant Joan, del torró, la Castanyada, Nadal...) • Celebració de l'Aniversari del Casal i homenatge als avis/àvies de 85 anys • Ball alguns dissabtes • Dinar de germanor • Tallers de manualitats 	Pl. Mercadal, 15, 1r ☎ 973392332 / 973390048 ✉ mpalou12@xtec.cat 🌐 www.agramuntenxarxa.cat/casaldavisagramunt
Anglesola	Coral Joia de Maig	<ul style="list-style-type: none"> • Activitats relacionades amb el cant coral • Assajos setmanals • Concerts • Sortides d'esbarjo 	Pl. Santa Anna, 3 ☎ 973322070 ✉ coraljoiademaiganglesola@gmail



Entitats que organitzen activitats de lleure			
Municipi	Entitat	Activitats	Contacte
Anglesola	Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	<ul style="list-style-type: none"> • Viatges • Bingo • Coral • Berenar • Jocs de taula • Billar • Pantalla gegant per visionar els partits de futbol • Exposicions permanents de quadres • Descomptes en el bar per als socis i sòcies 	C. Santa Anna, s/n ☎ 973308011 / 669471988 ✉ jaumej47@gmail.com
Belianes	Associació de Dones Castellselvà	<ul style="list-style-type: none"> • Organització d'excursions • Cursets de manualitats • Organització de festes tradicionals 	C. La Bassa, s/n ☎ 973330637
Belianes	Associació de Jubilats Sant Jaume	<ul style="list-style-type: none"> • Organització d'excursions • Cursets de manualitats • Organització de festes tradicionals 	C. La Bassa, s/n ☎ 973330637
Bellpuig	AA.VV. Sant Jaume de l'Avgda. Catalunya i la Secció Esportiva de Bitlles	<ul style="list-style-type: none"> • Bitlles catalanes federades 	Av. Catalunya, 46 - Local Social – Pistes del Poliesportiu, s/n ☎ 973320421 / 677710075 ✉ dolors@bellpuig.cat 🌐 http://bitlles.bellpuig.net



Entitats que organitzen activitats de lleure			
Municipi	Entitat	Activitats	Contacte
Castellserà	Associació de Dones l'Esclat	<ul style="list-style-type: none"> • Manualitats • Pintura • Patchwork 	Av. Catalunya, 4 ☎ 659540676 ✉ assesclatcastellsera@gmail.com
Castellserà	Niu de la 3a Edat	<ul style="list-style-type: none"> • Excursions vàries 	Av. Catalunya, 4 ☎ 973610301
La Fuliola	Llar de Jubilats La Fuliola i Boldú	<ul style="list-style-type: none"> • Excursions en autocar • Sortides de teatre a Barcelona o Lleida • Club de Bitlles 	Pl. Alcalde Jaume Ferrer, s/n ☎ 973570463 / 636834348 ✉ llarjubilats@gmail.com
La Guàrdia d'Urgell	Club de Bitlles de la Guàrdia d'Urgell	<ul style="list-style-type: none"> • Club de Bitlles 	☎ 973570233
Maldà	Llar de Jubilats Sant Joan de Maldanell	<ul style="list-style-type: none"> • Celebració de festes tradicionals: Pasqua (dia de la Mona), Torronada de Nadal, Dinar dels jubilats (el mes de juny) • Algunes sortides turístiques durant l'any • Manualitats 	Pl. Homenatge a la Vellesa, 1 ☎ 973330067



Entitats que organitzen activitats de lleure			
Municipi	Entitat	Activitats	Contacte
Tàrrega	Associació de dones Arrel de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Manualitats • Ceràmica • Lectura <p><i>Cobren una petita quota anual per cobrir despeses</i></p>	<p>Habitatges La Plana, s/n, Bloc 2, esc. A, 3r, 1a</p> <p>☎ 973500275 / 609179313</p> <p>✉ donesarrel@gmail.com</p>
Tàrrega	Associació de Persones Afectades de Dolor Crònic (APADOC)	<ul style="list-style-type: none"> • Labors, manualitats • Demostracions de cuina 	<p>C. Segle XX, 2 (Centre d'Entitats)</p> <p>☎ 657216098 / 973314131</p> <p>🌐 http://apadoctarrega.blogspot.com</p>
Tàrrega	Associació Fraternal de Minusvàlids i Malalts de Tàrrega i Comarca (FRATER)	<ul style="list-style-type: none"> • Colònies/convivències a Gerri de la Sal • Excursions 	<p>Pl. Major, 2</p> <p>☎ 973500903 / 635622448</p> <p>✉ fratertarrega@gmail.com</p> <p>🌐 www.facebook.com/fratertarrega</p>
Tàrrega	Associació Gent Gran Amics del País de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Balls diumenges i festius • Festa Noces d'Or • Revetlles • Escala en Hi-Fi • Grup d'Animació la Repera • Macramé i vidre • Sortides d'un a més dies 	<p>Casal de Gent Gran</p> <p>C. Salvador Espriu, 9</p> <p>☎ 973500008</p> <p>✉ amicsdelpais@hotmail.com</p>



Entitats que organitzen activitats de lleure			
Municipi	Entitat	Activitats	Contacte
Tàrrega	Aula d'Extensió Universitària de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Sortides culturals • Concerts • Teatre 	Casal de Gent Gran C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 / 637841513 ✉ aeutarrega@gmail.com
Tàrrega	Centre Esportiu Sant Jordi	<ul style="list-style-type: none"> • Descomptes per a grups i persones a partir de 60 anys • Sortides lúdiques 	C. El Talladell, 1 ☎ 646127788 ✉ cesantjordi@hotmail.com
Tàrrega	Club de Bitlles Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Difusió del joc tradicional català de les bitlles • Participació en tornejos Federats <p><i>No es paga quota de soci</i> <i>Es demana el compromís per jugar partits oficials de les lligues on competeixen</i></p>	C. Segle XX, 2 – Centre d'Entitats – Despatx n. 9 ☎ 973311474 / 686491288 ✉ clubdebitlestarega@gmail.com 🌐 bitlestarega.tarregae.org
Tàrrega	Creu Roja l'Urgell	<ul style="list-style-type: none"> • Sortides per l'entorn • Manualitats 	Av. Catalunya, 51 ☎ 973500679 ✉ tarrega@creuroja.org 🌐 www.creuroja.org



Entitats que organitzen activitats de lleure			
Municipi	Entitat	Activitats	Contacte
Tàrrega	Generalitat de Catalunya – Casal de Gent Gran de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Servei de premsa diària i biblioteca 	C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 ✉ cgg.tarrega@gencat.cat 🌐 http://xecat.gencat.cat
Tàrrega	Museu de la Mecanització Agrària / J. Trepàt Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Visites guiades al Museu • Preu reduït en l'entrada al Museu per als jubilats 	Av. Josep Trepàt i Galceran, s/n ☎ 973311616 ✉ informacio@museutrepàt.cat 🌐 www.museutrepàt.cat
Tornabous	Associació Casal de la Gent Gran de Tornabous	<ul style="list-style-type: none"> • Sortides culturals • Altres activitats (<i>consulteu a l'entitat</i>) 	Pl. de la Vila, 1 ☎ 973570343
Vilagrassa	Associació cultural El Portalet de Vilagrassa	<ul style="list-style-type: none"> • Concerts i trobades • Activitats culturals diverses 	C. Tàrrega, 12 ✉ elportaletvilagrassa@gmail.com
Vilagrassa	Associació de Jubilats i Pensionistes Sant Sebastià	<ul style="list-style-type: none"> • Sortides i excursions • Festes i trobades 	C. Ramon Perelló, 2



Activitats formatives			
Municipi	Centre	Temàtica	Contacte
Agramunt	Casal d'Avis	<ul style="list-style-type: none"> Xerrades sobre salut, prevenció, seguretat, etc. Cursos: informàtica, mòbil... 	Pl. Mercadal, 15, 1r ☎ 973392332 / 973390048 ✉ mpalou12@xtec.cat 🌐 www.agramuntensexarxa.cat/casaldavisagramunt
Anglesola	Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	<ul style="list-style-type: none"> Certamen literari per Sant Jordi (concurs) Anglès Grup de lectura 	C. Santa Anna, s/n ☎ 973308011 / 669471988 ✉ jaumej47@gmail.com
Belianes	Associació de Dones Castellselvà	<ul style="list-style-type: none"> Xerrades sobre diferents temes 	C. La Bassa, s/n ☎ 973330637
Belianes	Associació de Jubilats Sant Jaume	<ul style="list-style-type: none"> Xerrades sobre diferents temes 	C. La Bassa, s/n ☎ 973330637
Bellpuig	AA.VV. Sant Jaume de l'Avgda. Catalunya i la Secció Esportiva de Bitlles	<ul style="list-style-type: none"> Jornades d'ensenyament 	Av. Catalunya, 46 - Local Social – Pistes del Poliesportiu, s/n ☎ 973320421 / 677710075 ✉ dolors@bellpuig.cat 🌐 http://bitlles.bellpuig.net






Activitats formatives			
Municipi	Centre	Temàtica	Contacte
Bellpuig	EspaiSocial Bellpuig	<ul style="list-style-type: none"> Tallers de memòria Grups de treball per prevenir i millorar els problemes de la lumbàlgia Curs per cuidar els cuidadors Grups de treball sobre la menopausa 	C. Ramon i Cajal, 25 ☎ 973320401 / 673701829 ✉ bellpuig@crespais.org 🌐 http://obrasocial.catalunyacaixa.com
Castellserà	Associació de Dones l'Esclat	<ul style="list-style-type: none"> Conferències 	Av. Catalunya, 4 ☎ 659540676 ✉ assesclatcastellsera@gmail.com
Castellserà	Niu de la 3a Edat	<ul style="list-style-type: none"> Català Càlcul 	Av. Catalunya, 4 ☎ 973610301
La Fuliola	Llar de Jubilats La Fuliola i Boldú	<ul style="list-style-type: none"> Informàtica, curs d'iniciació Curs Històries de vida Activa la ment Envelliment actiu Grans lectors Despertar amb un somriure Patchwork 	Pl. Alcalde Jaume Ferrer, s/n ☎ 973570463 / 636834348 ✉ llarjubilats@gmail.com
Maldà	Llar de Jubilats Sant Joan de Maldanell	<ul style="list-style-type: none"> Conferències Taller de memòria (<i>consulteu a la llar</i>)	Pl. Homenatge a la Vellesa, 1 ☎ 973330067



Activitats formatives			
Municipi	Centre	Temàtica	Contacte
Tàrrega	Ajuntament de Tàrrega - Gòtic	<ul style="list-style-type: none"> Programació trimestral d'activitats relacionades amb les TIC: itineraris d'alfabetització, càpsules formatives i altres tallers i accions Servei gratuït de wifi Horari d'accés lliure als terminals 	<p>C. Segle XX, 2, 2n (Centre d'Entitats)</p> <p>☎ 973500199</p> <p>✉ gotic@tarrega.cat</p> <p>🌐 http://gotic.tarregae.org</p>
Tàrrega	Ambulàncies DYA Lleida	<ul style="list-style-type: none"> Curs de Reanimació i desfibril·lador Curs de Primers Auxilis Cursos sanitaris per a col·lectius (<i>consulteu a l'entitat</i>) 	<p>Pl. de les Nacions sense Estat, baixos, s/n</p> <p>☎ 973986283 / 650391477</p> <p>✉ info@dyalleida.es</p> <p>🌐 www.dyalleida.com</p>
Tàrrega	Associació Alzheimer de Tàrrega i comarca	<ul style="list-style-type: none"> Tallers d'estimulació cognitiva en grup i individuals <p><i>Possibilitat de beques, previ estudi econòmic i social</i></p>	<p>C. Alonso Martínez, 11, baixos</p> <p>☎ 973501478 / 678392561</p> <p>✉ alzheimer.tarrega@lleida.org</p>
Tàrrega	Associació de dones Arrel de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Xerrades Diferents cursets, cuina de Nadal, etc. <p><i>Cobren una petita quota anual per cobrir despeses</i></p>	<p>Habitatges La Plana, s/n, Bloc 2, esc. A, 3r, 1a</p> <p>☎ 973500275 / 609179313</p> <p>✉ donesarrel@gmail.com</p>



Activitats formatives			
Municipi	Centre	Temàtica	Contacte
Tàrrega	Associació de Persones Afectades de Dolor Crònic (APADOC)	<ul style="list-style-type: none"> • Conferències (<i>consulteu a l'entitat</i>) • Tallers de memòria 	 <p>C. Segle XX, 2 (Centre d'Entitats) ☎ 657216098 / 973314131 🌐 http://apadoctarrega.blogspot.com</p>
Tàrrega	Aula d'Extensió Universitària de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Conferències cada dimarts d'octubre a maig <p><i>L'Aula de Tàrrega està inscrita dins les activitats per a la gent gran de la UdL¹</i></p>	<p>Casal de Gent Gran C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 / 637841513 ✉ aeutarrega@gmail.com</p>
Tàrrega	Centre de Formació d'Adults	<ul style="list-style-type: none"> • Graduat en Educació Secundària GES • Preparació prova d'accés Cicles Formatius de Grau Mitjà • Cicle de Formació Instrumental • Cursos de català, anglès i informàtica 	 <p>C. La Pau, s/n ☎ 973501712 ✉ cfatarrega@xtec.cat 🌐 www.xtec.cat/cfatarrega</p>
Tàrrega	Centre Esportiu Sant Jordi	<ul style="list-style-type: none"> • Xerrades sobre alimentació (<i>consulteu al centre</i>) 	 <p>C. El Talladell, 1 ☎ 646127788 ✉ cesantjordi@hotmail.com</p>

¹ Universitat de Lleida.



Activitats formatives			
Municipi	Centre	Temàtica	Contacte
Tàrrega	Club de Bitlles Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Relacionada amb la pràctica del joc de bitlles 	<p>***</p> <p>C. Segle XX, 2 – Centre d'Entitats – Despatx n. 9 ☎ 973311474 / 686491288 ✉ clubdebitllestarrega@gmail.com 🌐 bitllestarrega.tarregae.org</p>
Tàrrega	Consorci per a la Normalització Lingüística	<ul style="list-style-type: none"> Cursos de català per a adults 	<p>***</p> <p>C. Agoders, 16 ☎ 973500707 ✉ urgell@cpnl.cat 🌐 www.cpnl.cat</p>
Tàrrega	Creu Roja l'Urgell	<ul style="list-style-type: none"> Tallers de memòria Xerrades <p>(consulteu a l'entitat)</p>	<p>***</p> <p>Av. Catalunya, 51 ☎ 973500679 ✉ tarrega@creuroja.org 🌐 www.creuroja.org</p>
Tàrrega	Generalitat de Catalunya. Casal de Gent Gran de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Idiomes: català i anglès Informàtica Coral i solfeig Punta al coixí, brodats ("lagartera"), Patchwork 	<p>C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 ✉ cgg.tarrega@gencat.cat 🌐 http://xecat.gencat.cat</p>
Tàrrega	Museu de la Mecanització Agrària / J. Trepà Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Conferències Per a fer de guies del Museu 	<p>***</p> <p>Av. Josep Trepà i Galceran, s/n ☎ 973311616 ✉ informacio@museutrepà.cat 🌐 www.museutrepà.cat</p>





Activitats formatives			
Municipi	Centre	Temàtica	Contacte
Tàrrega	New School II	<ul style="list-style-type: none"> • Anglès • Graduat en Educació Secundària Obligatòria (GES) • Preparació per a les proves d'accés a cicles formatius grau superior 	<p style="text-align: center;">***</p> <p>C. El Talladell, 7-9, baixos ☎ 973311143 ✉ secretaria@nstarrega.com 🌐 http://nstarrega.com</p>

Activitat física			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Agramunt	Casal d'Avis	<ul style="list-style-type: none"> • Taller de gimnàstica • Espais lúdics • Caminades 	<p>Pl. Mercadal, 15, 1r ☎ 973392332 / 973390048 ✉ mpalou12@xtec.cat 🌐 www.agramuntenxarxa.cat/casaldavisagramunt</p>
Altet	Ajuntament de Tàrrega – Regidoria d'Esports	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnàstica als pobles agregats adreçada a persones adultes 	<p style="text-align: center;">***</p> <p>Pavelló Municipal d'Esports Parc Esportiu del Reguer ☎ 973311608 ✉ pavellomunicipal@tarrega.cat 🌐 www.tarrega.cat</p>
Anglesola	Club de Bitlles d'Anglesola	<ul style="list-style-type: none"> • Practicar i fomentar el joc de les Bitlles Catalanes 	<p style="text-align: center;">***</p> <p>C. Enric Granados, 4 - A ☎ 973308114 / 679702241 ✉ ramoromi@hotmail.com 🌐 bitllesanglesola-ramon.blogspot.com</p>



Activitat física			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Anglesola	Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnàs • Ioga • Reiki 	C. Santa Anna, s/n ☎ 973308011 / 669471988 ✉ jaumej47@gmail.com
Belianes	Ajuntament de Belianes	<ul style="list-style-type: none"> • Zona ludicoesportiva "La Bassa": <ul style="list-style-type: none"> ◆ Petanca- mesos d'estiu ◆ Espai lúdic i de salut 	Pl. de l'Ajuntament, s/n ☎ 973330139 ✉ ajuntament@belianes.cat
Bellpuig	AA.VV. Sant Jaume de l'Avgda. Catalunya i la Secció Esportiva de Bitlles	<ul style="list-style-type: none"> • Bitlles 	Av. Catalunya, 46 Local Social – Pistes del Poliesportiu, s/n ☎ 973320421 / 677710075 ✉ dolors@bellpuig.cat 🌐 http://bitlles.bellpuig.net
Castellserà	Associació de Dones l'Esclat	<ul style="list-style-type: none"> • Aiguagim • Pilates 	Av. Catalunya, 4 ☎ 659540676 ✉ assesclatcastellsera@gmail.com
Castellserà	Niu de la 3a Edat	<ul style="list-style-type: none"> • Educació física 	Av. Catalunya, 4 ☎ 973610301





Activitat física			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Claravalls	Ajuntament de Tàrrega – Regidoria d'Esports	<ul style="list-style-type: none"> Gimnàstica als pobles agregats adreçada a persones adultes 	Pavelló Municipal d'Esports Parc Esportiu del Reguer ☎ 973312935 ✉ pavellomunicipal@tarrega.cat 🌐 www.tarrega.cat
El Talladell			
La Fuliola	Llar de Jubilats La Fuliola i Boldú	<ul style="list-style-type: none"> Gimnàstica i cinta rotativa per caminar i bicicleta Club de Bitlles 	Pl. Alcalde Jaume Ferrer, s/n ☎ 973570463 / 636834348 ✉ llarjubilats@gmail.com
Maldà	Llar de Jubilats Sant Joan de Maldanell	<ul style="list-style-type: none"> Jocs de bitlles 	Pl. Homenatge a la vellesa, 1 ☎ 973330067
Tàrrega	Ajuntament de Tàrrega – Regidoria d'Esports	<ul style="list-style-type: none"> Viure com cal. Gimnàstica de manteniment per a majors de 60 anys Camina Esportivament 	Pavelló Municipal d'Esports Parc Esportiu del Reguer ☎ 973312935 ✉ pavellomunicipal@tarrega.cat 🌐 www.tarrega.cat
Tàrrega	Associació de dones Arrel de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Gimnàs Caminades Cobren una petita quota anual per cobrir despeses	Habitatges La Plana, s/n, Bloc 2, esc. A, 3r, 1a ☎ 973500275 / 609179313 ✉ donesarrel@gmail.com



Activitat física			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrega	Associació de Persones Afectades de Dolor Crònic (APADOC)	<p>Els i les sòcies de l'APADOC gaudeixen de preus especials a/en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Piscina coberta municipal • Centre de ioga Els Quatre Vents on, a més, se'ls imparteixen sessions adaptades de ioga i chikung • Alguns comerços de la ciutat 	<p>C. Segle XX, 2 (Centre d'Entitats) ☎ 657216098 / 973314131 🌐 http://apadoctarrega.blogspot.com</p>
Tàrrega	Associació Els Quatre Vents	<ul style="list-style-type: none"> • Curs d'estiraments i relaxació per a majors de 65 anys 	<p>C. Carme, 31 2n 2^a ☎ 606790223 🌐 info@elsquatrevents.net</p>
Tàrrega	Centre Esportiu Sant Jordi	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnàstica dolça i ioga • Gimnàstica per a la fibromiàlgia i el dolor • Batuca therapy • Descomptes per a grups i persones majors de 60 anys 	<p>C. El Talladell, 1 ☎ 646127788 🌐 cesantjordi@hotmail.com</p>
Tàrrega	Club Natació Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Descomptes per a jubilats a les piscines d'estiu 	<p>C. Verge de Montserrat, s/n ☎ 973311040 🌐 cntarrega@cntarrega.org 🌐 www.cntarrega.org</p>



Activitat física			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrrega	Eurofitness	<ul style="list-style-type: none"> Quota especial per a gent gran major de 65 anys  Instal·lacions adaptades a les seves necessitats Activitats per a persones majors de 60 anys: aiguagim, ioga, fisioteràpia aquàtica, gimnàstica suau adaptada Serveis de sauna, bany de vapor, spa i piscina d'aigua calenta 	Piscina coberta municipal C. Joan Brossa (Parc Esportiu) ☎ 973313169 ✉ eurofitness.tarrega@ubae.cat 🌐 http://tarrega.eurofitness.com
Tàrrrega	Generalitat de Catalunya – Casal de Gent Gran de Tàrrrega	<ul style="list-style-type: none"> Gimnàstica Ioga Tai-txi Música i dansa 	C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 ✉ cgg.tarrega@gencat.cat 🌐 http://xecat.gencat.cat
Tàrrrega	Olimpia Sport (Paddle Tàrrrega S.L).	<ul style="list-style-type: none"> Grup d'activitat física per a majors de 60 anys Quota especial en tots els serveis de la instal·lació Accés a classes dirigides, pràctica del pàdel i sala de musculació sota assessorament tècnic  	Polígon la Canaleta, 1-c ☎ 973502578 ✉ web@olimpiasport.cat 🌐 www.olimpiasport.cat



Associacions on realitzar tasques de voluntariat			
Municipi	Entitat	Tasques de voluntariat amb...	Contacte
Anglesola	Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	<ul style="list-style-type: none"> • Acompanyament de gent gran al centre amb cotxe • Suport a gent gran per aprendre el funcionament de mòbils i càmeres de fotos 	C. Santa Anna, s/n ☎ 973308011 / 669471988 ✉ jaumej47@gmail.com
Belianes	Càritas Parroquial	<ul style="list-style-type: none"> • Recollida d'aliments i de roba • Visites malalts 	Pl. Comandant Serret, 11 ☎ 973330159
Bellpuig	AA.VV. Sant Jaume de l'Avgda. Catalunya i la Secció Esportiva de Bitlles	<ul style="list-style-type: none"> • Festes de barri • Parc d'estiu • Parc de Nadal 	Av. Catalunya, 46 - Local Social – Pistes del Poliesportiu, s/n ☎ 973320421 / 677710075 ✉ dolors@bellpuig.cat 🌐 http://bitlles.bellpuig.net
La Fuliola	Llar de Jubilats La Fuliola i Boldú	<ul style="list-style-type: none"> • Manualitats • Curs bàsic d'informàtica • Aprendre a cosir • Sardanes 	Pl. Alcalde Jaume Ferrer, s/n ☎ 973570463 / 636834348 ✉ llarjubilats@gmail.com
Tàrrega	Ambulàncies DYA Lleida	<ul style="list-style-type: none"> • Suport als departaments de l'associació Dya Lleida • Xerrades especialitzades per a la ciutadania • Serveis socio-sanitaris 	Pl. de les Nacions sense Estat, baixos, s/n ☎ 973986283 / 650391477 ✉ info@dyalleida.es www.dyalleida.com




Associacions on realitzar tasques de voluntariat			
Municipi	Entitat	Tasques de voluntariat amb...	Contacte
Tàrrega	Associació Alzheimer de Tàrrega i comarca	<ul style="list-style-type: none"> • Acompanyament a persones afectades per alguna malaltia neurodegenerativa • Participació en activitats de sensibilització i captació de fons 	C. Alonso Martínez, 11, baixos ☎ 973501478 / 678392561 ✉ alzheimer.tarrega@lleida.org
Tàrrega	Associació de Persones Afectades de Dolor Crònic (APADOC)	<ul style="list-style-type: none"> • Direcció d'activitats i tallers de labors, de memòria, manualitats... 	C. Segle XX, 2 (Centre d'Entitats) ☎ 657216098 – 973314131 ✉ http://apadoctarrega.blogspot.com
Tàrrega	Associació Fraternal de Minusvàlids i Malats de Tàrrega i Comarca (FRATER)	<ul style="list-style-type: none"> • Acompanyament en les: <ul style="list-style-type: none"> ◆ Colònies/convivències a Gerri de la Sal ◆ Excursions 	Pl. Major, 2 ☎ 973500903 / 635622448 ✉ fratertarrega@gmail.com 🌐 www.facebook.com/fratertarrega
Tàrrega	Associació Sant Antoni d'Amics de la Residència de Gent Gran de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Aconseguir recursos per una millor qualitat de vida dels residents • Suport en activitats i sortides de la gent gran del centre residencial 	C. Hospital, 2 ☎ 973310760 ✉ associacio.sant.antoni.tarrega@gmail.com



Associacions on realitzar tasques de voluntariat			
Municipi	Entitat	Tasques de voluntariat amb...	Contacte
Tàrrrega	Càritas Parroquial de Tàrrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Programes: <ul style="list-style-type: none"> ◆ Vellesa i Voluntariat ◆ Família i Infància ◆ Botiga de Roba "La Troballa" ◆ Alberg de Persones Sense Llar ◆ Mitjans de comunicació 	C. Urgell, 1 ☎ 973314079 ✉ caritas_tarrega@yahoo.es 🌐 http://caritas.tarregae.org
Tàrrrega	ConSORCI per a la Normalització Lingüística	<ul style="list-style-type: none"> • Voluntariat per la llengua 	C. Agoders, 16 ☎ 973500707 ✉ urgell@cpnl.cat 🌐 www.cpnl.cat
Tàrrrega	Creu Roja l'Urgell	<ul style="list-style-type: none"> • Tallers d'alfabetització en llengua catalana i castellana • Tallers de costura i cuina • Tallers a proposar (<i>bústia de suggeriments</i>) 	Av. Catalunya, 51 ☎ 973500679 ✉ tarrega@creuroja.org 🌐 www.creuroja.org
Tàrrrega	Grup de Missions i Mans Unides	<ul style="list-style-type: none"> • Activitats de col·laboració i sensibilització amb el 3r món 	Pl. Major, 2 ☎ 973311206 ✉ missionsimansunides@gmail.com 🌐 http://grupdemissionsimansunides.tarregae.org



Associacions on realitzar tasques de voluntariat			
Municipi	Entitat	Tasques de voluntariat amb...	Contacte
Tàrrrega	Museu de la Mecanització Agrària / J. Trepàt Tàrrrega	<ul style="list-style-type: none"> Com a guies del Museu en les visites guiades 	Av. Josep Trepàt i Galceran, s/n ☎ 973311616 ✉ informacio@museutrepàt.cat 🌐 www.museutrepàt.cat
Tàrrrega	Residència Sant Antoni - Hospital de Tàrrrega	<ul style="list-style-type: none"> Acompanyament de persones Suport en: <ul style="list-style-type: none"> ♦ activitats, tallers i festivitats ♦ sortides lúdiques del centre 	C. Hospital, 2 ☎ 973310760 ✉ residenciatarrega2@yahoo.es

Agències de viatge que gestionen les vacances de l'IMSERSO			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Agramunt	Over Bear Travel	<ul style="list-style-type: none"> Tramitació del Programa de vacances per a la gent gran de l'IMSERSO Organització de viatges i sortides Preus especials Viatges per a grups i viatges fets a mida 	Av. Marià Jolonch, 19-21 ☎ 973392986 / 639779702 ✉ info@bear.cat 🌐 www.bear.cat
Agramunt	Viatges Zafiro Tours Agramunt	<ul style="list-style-type: none"> Tramitació del Programa de vacances per a la gent gran de l'IMSERSO Organització de viatges i sortides Viatges per a majors de 55 anys a preus especials Atenció Personalitzada i hores convingudes 	Av. Catalunya, 5 ☎ 973390086 ✉ agramunt@zafiro tours.es 🌐 www.agramunt.zafiro tours.es



Agències de viatge que gestionen les vacances de l'IMSERSO			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrrega	Iltrida Viatges SA	<ul style="list-style-type: none"> • Tramitació del Programa de vacances per a la gent gran de l'IMSERSO • Organització de viatges i sortides • Preus especials • Viatges a mida 	Av. Catalunya, 8 ☎ 973443901 / 973500013 ✉ tarrega.d@iltrida.com 🌐 www.iltridaonline.com
Tàrrrega	Lamon Viatges, SL	<ul style="list-style-type: none"> • Tramitació del Programa de vacances per a la gent gran de l'IMSERSO • Organització de viatges i sortides • Preus especials • Ofertes especials 	C. Sant Antoni Maria Claret, 9, baixos ☎ 973314303 / 686132562 ✉ lamonviatges@lamonviatges.com
Tàrrrega	RACC TRAVEL Tàrrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Tramitació del Programa de vacances per a la gent gran de l'IMSERSO • Tramitació del Programa de Termalisme Social de l'IMSERSO • Organització de viatges i sortides • Preus especials 	Av. Catalunya, 23 ☎ 973500622 ✉ tarrega.1557@racctravel.es
Tàrrrega	Viatges Gris Expres	<ul style="list-style-type: none"> • Tramitació del Programa de vacances per a la gent gran de l'IMSERSO • Tramitació del Programa de Termalisme Social de l'IMSERSO • Preus especials • Ofertes especials per a majors de 55 anys 	C. Carrasco i Formiguera, 1 Edifici Caprabo ☎ 973312405 / 645970180 ✉ tarrega@gris-expres.com



Agències de viatge que gestionen les vacances de l'IMSERSO			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrrega	Viatges L'Eixida Tours	<ul style="list-style-type: none"> • Tramitació del Programa de vacances per a la gent gran de l'IMSERSO • Tramitació del Programa de Termalisme Social de l'IMSERSO • Organització de viatges i sortides • Preus especials • Descomptes per a gent a partir de 55 anys 	<p>C. Agoders, 17 ☎ 973312006 ✉ tarrega@leixida.com 🌐 www.leixida.com</p>
Verdú	Viatges Arsol, S.L.	<ul style="list-style-type: none"> • Organització d'excursions, sortides culturals, teatres, caps de setmana i circuits nacionals e internacionals, per a entitats de jubilats, associacions de dones, centres culturals, corals, colles de quintos, penyes de futbol, etc. • Especialitzat en sortides per 3a edat i grups culturals • Viatges de nocces, creuers i lloguers d'autocars i microbusos • Catàleg propi de circuits i caps de setmana per a particulars o petits grups 	<p>C. Santa Magdalena, 41 ☎ 973347036 / 973117766 / 629383885 ✉ viatgesarsol@gmail.com</p>





Cura personal

Serveis d'estètica

Municipi	Establiment	Serveis	Contacte
Anglesola	Centre de Serveis d'Anglesola	<ul style="list-style-type: none"> • Pedicura (els dijous, en hores concertades) a domicili • Possibilitat de descomptes segons la durada del servei 	C. Santa Anna, 23 ☎ 973308011 / 678430520 ✉ carnepiera@yahoo.es
Belianes	La Perruqueria	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili: manicura i pedicura • Dimarts i dijous, obert matí i tarda; divendres i dissabtes obert al migdia 	C. Arbeca, 15 ☎ 973331064
Belianes	Nu & Ge	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili: pedicura • Estètica 	C. Calvari, 37 ☎ 973330416 ✉ geguitart@gmail.com
Tàrrega	Andreu's Perruquers	<ul style="list-style-type: none"> • Pedicura, manicura • Tractaments específics • Possibilitat de descomptes del 10%, 15% o 20% 	C. Agoders, 4 ☎ 973310359 / 680877221 ✉ anpels@hotmail.com
Tàrrega	Opencel centre d'estètica unisex	<ul style="list-style-type: none"> • Tractaments amb descompte especial: <ul style="list-style-type: none"> ◆ Contra el dolor, el reuma, la mala circulació ◆ Contra l'envelliment i l'envelliment de mans ◆ Facials i per a les taques de la pell 	C. Bombers, 3 ☎ 680829785 🌐 www.opencel.es



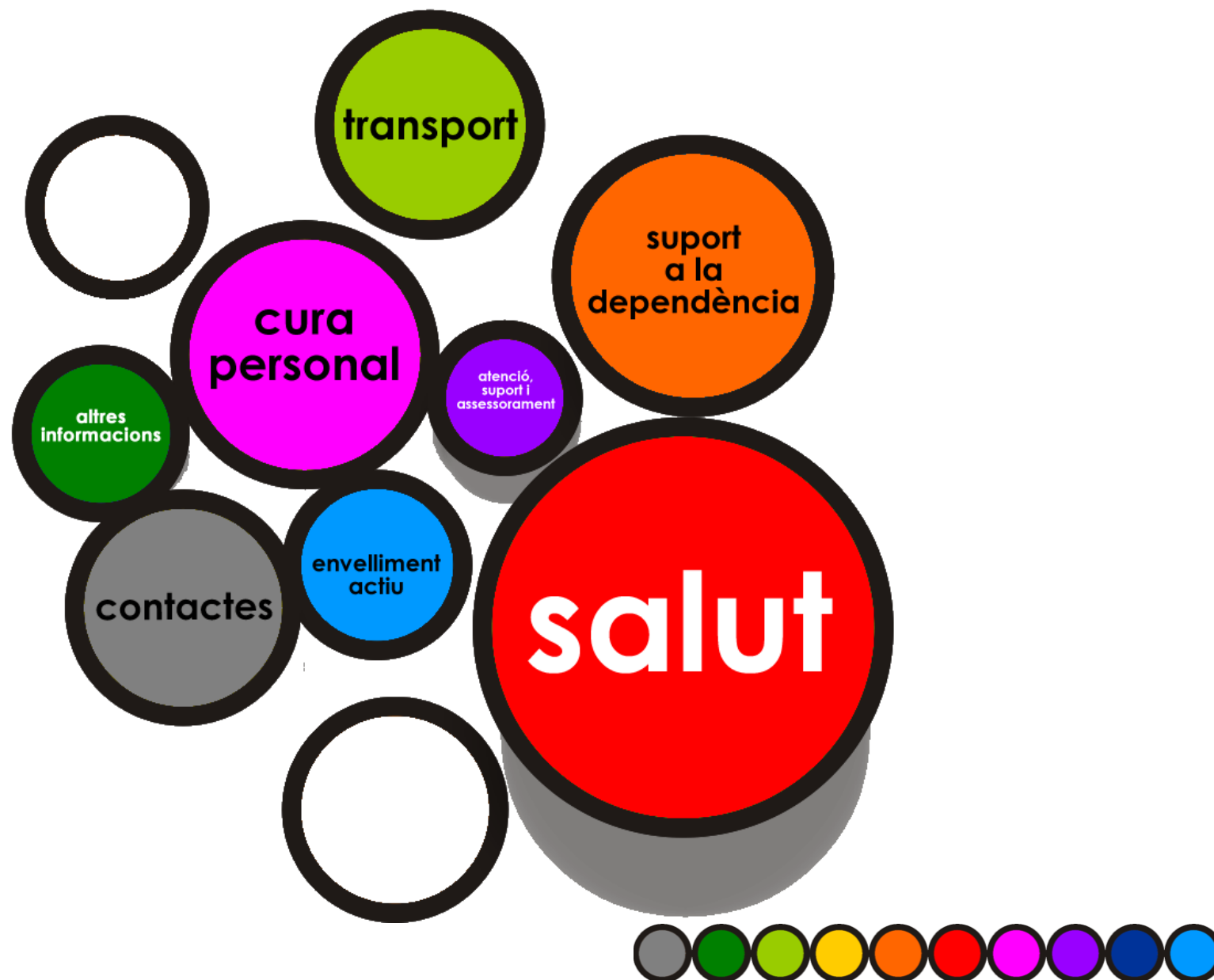
Serveis d'estètica			
Municipi	Establiment	Serveis	Contacte
Tàrrega	Perruqueria Silton	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili • Tractaments específics • Maquillatge alta cosmètica, hidratació Natur Nua • Possibilitat de descomptes 	C. Alfons XII, 9 ☎ 973311275 / 660030944 ✉ silviaitoni@terra.es

Serveis de perruqueria			
Municipi	Establiment	Serveis	Contacte
Anglesola	Centre de Serveis d'Anglesola	<ul style="list-style-type: none"> • Perruqueria dimecres i dijous • Possibilitat de descomptes segons la durada del servei 	C. Santa Anna, 23 ☎ 973308011 / 678430520 ✉ carmepiera@yahoo.es
Anglesola	Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	<ul style="list-style-type: none"> • Descomptes en perruqueria per als socis i sòcies 	C. Santa Anna, s/n ☎ 973308011 / 669471988 ✉ jaumej47@gmail.com
Belianes	La Perruqueria	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili • Dimarts i dijous, obert matí i tarda; divendres i dissabtes obert al migdia 	C. Arbeca, 15 ☎ 973331064
Tàrrega	Andreu's Perruquers	<ul style="list-style-type: none"> • Perruqueria • Tractaments específics • Possibilitat de descomptes del 10%, 15% o 20% 	C. Agoders, 4 ☎ 973310359 / 680877221 ✉ anpels@hotmail.com
Tàrrega	EKT Perruquers	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili: color, tallat de cabells, assecats... 	C. Sant Pelegrí, 29, entl. 1a ☎ 973501442 / 630231892 ✉ hecate130@hotmail.com



Serveis de perruqueria			
Municipi	Establiment	Serveis	Contacte
Tàrrega	Generalitat de Catalunya – Casal de Gent Gran de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Perruqueria unisex 	C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 ✉ cgg.tarrega@gencat.cat 🌐 http://xecat.gencat.cat
Tàrrega	Perruqueria Siltón	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili • Tractaments específics • Descomptes 	C. Alfons XII, 9 ☎ 973311275 / 660030944 ✉ silviaitoni@terra.es
Tàrrega	Perruqueria Tallats Nord	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili: pentinar, tenyir, tallar cabells i permanents • Tractaments específics: per a la caiguda, caspa - descamació, greix • Descomptes: segons la temporada 	C. Nord, 25, entresol, 1r ☎ 973501593 / 608508342 ✉ monxy1@hotmail.es
Vilagrassa	Raquel Blanco	<ul style="list-style-type: none"> • Serveis de perruqueria al Casal 	Casal d'avis Sant Sebastià C. Ramon Perelló, 2 ☎ 973314945 / 600389081 ✉ ericbueno@hotmail.com





Salut

Serveis generalistes públics: Centres d'Atenció Primària

Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Agramunt	ABS ² Agramunt	<ul style="list-style-type: none"> • Xerrades sobre salut • Promoció de caixes d'automedicació • Banc d'ajuts ortopèdics en col·laboració amb Creu Roja 	CAP Agramunt C. Verge dels Socors, ☎ 973390635 ✉ agramunt.lleida.ics@gencat.cat
Bellpuig	ABS Bellpuig	<ul style="list-style-type: none"> • Bancs d'ajuts ortopèdics • Visites a consulta, telefòniques, domiciliàries i urgents • Programa ATDOM (Atenció Domiciliària per a usuaris immobilitzats a la llar) • Atenció al pacient complex i crònic • Programa Grups Psicoeducatius • Cirurgia menor • Salut Comunitària: xerrades a la comunitat, PAFES (Pla d'Activitat Física Esport i Salut) • Prevenció i promoció de la salut • Vacunacions a la Llar d'avis • Coordinació, suport i col·laboració amb les residències d'avis 	CAP Bellpuig C. Diputació, s/n ☎ 973337151 / 973331160 ✉ bellpuig.lleida.ics@gencat.cat

² Àrea Bàsica de Salut.



Serveis generalistes públics: Centres d'Atenció Primària			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrega	ABS Tàrrega	<p>Equip d'Atenció Primària:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visites a consulta, telefòniques, domiciliàries i urgents • Prevenció i promoció de la salut • Detecció, control i seguiment dels factors de risc i altres patologies • Proves complementàries • Programa ATDOM (Atenció Domiciliària per a usuaris immobilitzats a la llar) • PAFES (Pla d'Activitat Física Esport i Salut) • Cirurgia menor • Salut comunitària • Presència d'una Unitat de Suport Vital Avançat les 24 hores 	<p>CAP Tàrrega C. Salvador Espriu, s/n ☎ 973310852 ✉ tarrega.lleida.ics@gencat.cat</p>
		<p>Punt d'Atenció Continuada Tàrrega: urgències</p>	
		<p>Centre d'Atenció Especialitzada Tàrrega: cirurgia, dermatologia, digestiu, urologia, traumatologia, cardiologia, pneumologia, otorinolaringologia, oftalmologia, optometria, nefrologia, endocrinologia, reumatologia, psiquiatria, psicologia, treballadora social, rehabilitació, logopèdia, radiologia, ginecologia, proves complementàries</p>	<p>CAP Tàrrega C. Salvador Espriu, s/n ☎ 973501063</p>



Serveis generalistes públics: consultoris mèdics locals			
Consultori local de/d'...	Depèn del CAP de/d'...	Adreça	Telèfon
Altet	Tàrrega	Pl. Església, s/n	☎ 973310852
Anglesola	Tàrrega	Av. Catalunya, 37	☎ 973308254
Belianes	Bellpuig	Pl. Església, s/n	☎ 973331160
Bellver d'Ossó	Agramunt	Pl. 11 de setembre, s/n	☎ 973390635
Castellnou d'Ossó	Agramunt	Pl. Major, s/n	☎ 973390635
Castellserà	Tàrrega	C. Major, 39	☎ 973610056
Ciutadilla	Tàrrega	Pl. Major, 4	☎ 973303246
Claravalls	Tàrrega	C. Les Escoles, s/n	☎ 973333036
El Omells de na Gaia	Bellpuig	Pl. Major, 1	☎ 973330265
El Talladell	Tàrrega	C. Costa Sant Pere, s/n	☎ 973310852
El Tarrós	Tàrrega	C. La Pau, s/n	☎ 973570344
Guimerà	Tàrrega	Ctra. de Tàrrega, 28	☎ 973303510
La Donzell d'Urgell	Agramunt	C. Major, 5	☎ 973390635
La Figuerosa	Tàrrega	Pl. Ajuntament, s/n	☎ 973310852
La Fuliola	Tàrrega	Pl. Ajuntament, s/n	☎ 973570697
La Guàrdia d'Urgell	Tàrrega	Av. Urgell, s/n	☎ 973570344
Llorenç de Rocafort	Bellpuig	C. Església, s/n	☎ 973330286
Mafet	Agramunt	C. Major, s/n	☎ 973390635
Maldà	Bellpuig	Pl. Homenatge a la vellesa, 1	☎ 973331122
Montclar d'Urgell	Agramunt	C. Pare Fidel, s/n	☎ 973390635
Montfalcó d'Ossó	Agramunt	Pl. Major, s/n	☎ 973390635



Serveis generalistes públics: consultoris mèdics locals			
Consultori local de/d'...	Depèn del CAP de/d'...	Adreça	Telèfon
Nalec	Tàrrega	Pl. Ajuntament, 1	☎ 973303129
Ossó de Sió	Agramunt	Pl. Major, s/n	☎ 973390790
Preixana	Bellpuig	Pl. Catalunya, s/n	☎ 973321037
Puigverd d'Agramunt	Agramunt	C. Cendra, 5	☎ 973390635
Rocafort de Vallbona	Bellpuig	C. Raval, s/n	☎ 973337157
Rocallaura	Bellpuig	C. Montserrat, s/n	☎ 973337157
Sant Martí de Maldà	Bellpuig	Pl. Major, 16	☎ 973331096
Santa Maria de Montmagastrell	Tàrrega	Av. Catalunya, s/n	☎ 973310852
Seana	Bellpuig	C. Les Escoles, s/n	☎ 973718359
Tornabous	Tàrrega	C. Major, 34	☎ 973570344
Vallbona de les Monges	Bellpuig	C. Prat de la Riba, 3	☎ 973330736
Verdú	Tàrrega	Pl. Major, s/n	☎ 973348122
Vilagrassa	Tàrrega	C. Lluís Companys, 1	☎ 973500374

Centres mèdics privats i mútues d'atenció mèdica			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	Centre Mèdic Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Visites de Traumatologia, Medicina General, Radiologia, Reconeixements mèdics per a Carnets de Conduir i Armes • Possibilitat de descomptes 	Av. Catalunya, 74-76 baixos ☎ 973312825 ✉ cmt@centremedictarrega.com 🌐 http://centremedictarrega.com



Serveis d'orientació i acompanyament a la salut			
Municipi	Farmàcia	Serveis	Contacte
Bellpuig	Farmàcia Arqué	<ul style="list-style-type: none"> • Seguiment mèdic: mesurar la pressió, analítiques 	C. Ramon Folch, 33 ☎ 973320269 / 699498931 ✉ farmaciaarque@terra.es
La Fuliola	Farmàcia Trullols	<ul style="list-style-type: none"> • Seguiment mèdic: mesurar la pressió, analítiques • Servei de dietista • Possibilitat de descomptes 	Av. Catalunya, 42 ☎ 973570048 ✉ etrullols@cofleida.cat
Tàrrega	Centre Mèdic Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Electrocardiogrames • Espirometries • Seguiment mèdic: anàlisis clíniques i control de la tensió arterial 	Av. Catalunya, 74-76 baixos ☎ 973312825 ✉ cmt@centremedictarrega.com 🌐 http://centremedictarrega.com
Tàrrega	Farmàcia Ernestina Totime Ebuera	<ul style="list-style-type: none"> • Assessorament en temes de salut • Servei d'Atenció Farmacèutica a domicili, sota petició i prèvia valoració de la farmacèutica 	C. Sant Pelegrí, 90 ☎ 973311129 ✉ etotimee@hotmail.com
Tàrrega	Farmàcia Núria Robinat	<ul style="list-style-type: none"> • Seguiment mèdic: mesurar la pressió, analítiques • Consell en nutrició • Consell en dermocosmètica 	C. Santa Clara, 2 A ☎ 973310451 ✉ nuria@farmacianrobinat.com
Tàrrega	Farmàcia Xavier Robinat	<ul style="list-style-type: none"> • Seguiment mèdic: mesurar la pressió, analítiques, altres 	C. Alonso Martínez, 35 ☎ 973310117 / 608816546 ✉ xavierrobinat@farmactiva.es



Serveis d'orientació i acompanyament a la salut

Municipi	Farmàcia	Serveis	Contacte
Vilagrassa	Farmàcia Marta Solé Chandre	<ul style="list-style-type: none"> • Seguiment mèdic: mesurar la pressió 	C. Tàrrega, 15 ☎ 973500397 / 657132668 ✉ msole@cofilleida.cat

Serveis de fisioteràpia

Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Agramunt	Centre Mèdic Agramunt	<ul style="list-style-type: none"> • Fisioteràpia: en processos de 10 sessions descompte del 20% • Fisioteràpia traumatològica, reumatològica, pre i postoperatoris i respiratòria • Servei a domicili 	C. Àngel Guimerà, 3 ☎ 973392103 / 645855005 ✉ info@ortomedic.com 🌐 www.ortomedic.com
Bellpuig	Centre Urgell	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilitat de descomptes: <ul style="list-style-type: none"> ◆ Fisioteràpia: 15% per sessió ◆ Servei a domicili: 15% per visita ◆ 15 % en abonaments de 10 sessions 	Av. Urgell, 4, baixos ☎ 973337006 / 622766007 ✉ info@centreurgell.com 🌐 www.centreurgell.com
Tàrrega	Albert Alegre Baiget Fisioterapeuta	<ul style="list-style-type: none"> • Especialistes en fisioteràpia neuromusculoesquelètica • Servei personalitzat per a cada pacient • Servei a domicili 	Piscina coberta municipal C. Joan Brossa, s/n (Parc Esportiu) ☎ 616526633 ✉ albertalegre@fisioterapeutes.org



Serveis de fisioteràpia			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	Ambulàncies DYA Lleida	<ul style="list-style-type: none"> • Fisioteràpia domiciliària musculoesquelètica, neurològica i respiratòria 	Pl. de les Nacions sense Estat, baixos, s/n ☎ 973986283 / 650391477 ✉ info@dyalleida.es www.dyalleida.com
Tàrrega	Anna Verdú Fisioteràpia	<ul style="list-style-type: none"> • Fisioteràpia general i aquàtica individualitzada • Descomptes: primera visita gratuïta en tractaments de fisioteràpia aquàtica • Servei a domicili • Tractaments i programes d'exercicis individuals i especialitzats per a la prevenció de caigudes i exercicis per a gent gran (dins i fora de l'aigua) • Programes d'exercicis de mobilització i tonificació de tot el cos (dins i fora de l'aigua) 	C. Alonso Martínez, 9, 3r, 2a ☎ 696666124 ✉ info@avfisioterapia.com 🌐 www.avfisioterapia.com
Tàrrega	Associació Alzheimer de Tàrrega i comarca	<ul style="list-style-type: none"> • Servei de fisioteràpia <i>Possibilitat de beques, previ estudi econòmic i social</i>	C. Alonso Martínez, 11, baixos ☎ 973501478 / 678392561 ✉ alzheimer.tarrega@lleida.org
Tàrrega	Centre Bern	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili • Concertades diferents mútues³ 	C. Mestre Güell, 83 ☎ 973311572 – 699269608 ✉ osteopatiabern@hotmail.com 🌐 www.centrebern.com

³ Avantsalud, Global card



Serveis de fisioteràpia			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	Centre Esportiu Sant Jordi	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili 	C. El Talladell, 1 ☎ 646127788 ✉ cesantjordi@hotmail.com
Tàrrega	Centre Mèdic Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili • Possibilitat de descomptes 	Av. Catalunya, 74-76 baixos ☎ 973312825 ✉ cmt@centremedictarrega.com 🌐 http://centremedictarrega.com
Tàrrega	Equilibri Centre Terapèutic	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili 	C. Sant Pelegrí, 31 ☎ 973986071 / 667823601 ✉ equilibri.solucions@gmail.com
Tàrrega	Fisalut	<ul style="list-style-type: none"> • Tractament de patologies degeneratives, reumatologies, neurològiques i postcirurgia traumatològica • Servei a domicili • Grups de manteniment i activitats aquàtiques • Descomptes per als socis en els serveis de rehabilitació • Ofertes per temporades 	C. Sitges, 30 ☎ 973312564 ✉ fisalutsl@hotmail.com 🌐 www.fisalut.com
Tàrrega	Kinesis Fisioteràpia	<ul style="list-style-type: none"> • Descomptes per a rehabilitacions de més de 5 o 10 sessions • Servei a domicili Tàrrega i rodalies 	C. Enric de Càrcer, 5 baixos ☎ 973313695 - 626730799



Serveis d'infermeria			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	A medics	<ul style="list-style-type: none"> Infermeria 	C. Joan Maragall, 6 ☎ 973310786 / 659842076 ✉ mdelgado@amedics.net
Tàrrega	Ambulàncies DYA Lleida	<ul style="list-style-type: none"> Infermeria domiciliària 	Pl. de les Nacions sense Estat, baixos, s/n ☎ 973986283 / 650391477 ✉ info@dyalleida.es www.dyalleida.com
Tàrrega	Centre Mèdic Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Infermeria Possibilitat de descomptes 	Av. Catalunya, 74-76 baixos ☎ 973312825 ✉ cmt@centremedictarrega.com 🌐 http://centremedictarrega.com

Serveis d'òptica i audiologia			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Bellpuig	Farmàcia Arqué	<ul style="list-style-type: none"> Audiometria 	C. Ramon Folch, 33 ☎ 973320269 / 699498931 ✉ farmaciaarque@terra.es
Bellpuig	Federoptics Bellpuig	<ul style="list-style-type: none"> Òptica Especialistes en progressius, baixa visió, prevenció de patologies oftalmològiques 	Pl. Ramon Folch, 4 ☎ 973321340 ✉ federopticsbellpuig@federoptics.cat



Serveis d'òptica i audiologia			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
La Fuliola	Farmàcia Trullols	<ul style="list-style-type: none"> • Òptica • Audiometria • Audíons • Possibilitat de descomptes 	Av. Catalunya, 42 ☎ 973570048 ✉ etrullols@cofilleida.cat
Tàrrega	Centre Òptic Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Òptica • Audiometria • Audíons 	Pl. Carne, 2 ☎ 973500488 ✉ centreoptictarrega@hotmail.com
Tàrrega	Farmàcia Xavier Robinat	<ul style="list-style-type: none"> • Òptica • Audiometria • Audíons 	C. Alonso Martínez, 35 ☎ 973310117 / 608816546 ✉ xavierrobinat@farmactiva.es
Tàrrega	Natural Òptics Tàrrega Natural Àudio	<ul style="list-style-type: none"> • Òptica • Audiometria • Audíons 	C. Sant Pelegrí, 29 ☎ 973501558 🌐 www.naturaloptics.com

Serveis d'osteopatia			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Agramunt	Centre Mèdic Agramunt	<ul style="list-style-type: none"> • Osteopatia 	C. Àngel Guimerà, 3 ☎ 973392103 / 645855005 ✉ info@ortomedic.com 🌐 www.ortomedic.com



Serveis d'osteopatia

Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Belianes	Nu & Ge	<ul style="list-style-type: none"> Osteopatia miofacial i estructural 	C. Calvari, 37 ☎ 973330416 ✉ geguitart@gmail.com

Serveis d'ortopèdia

Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Agramunt	Centre Mèdic Agramunt	<ul style="list-style-type: none"> Lloguer de material d'ortopèdia 	C. Àngel Guimerà, 3 ☎ 973392103 / 645855005 ✉ info@ortomedic.com 🌐 www.ortomedic.com
Bellpuig	Centre Urgell	<ul style="list-style-type: none"> Possibilitat de descomptes del 15% en dispositius i ajudes tècniques d'ortopèdia 	Av. Urgell, 4, baixos ☎ 973337006 / 622766007 ✉ info@centreurgell.com 🌐 www.centreurgell.com
Bellpuig	Farmàcia Arqué	<ul style="list-style-type: none"> Ortopèdia 	C. Ramon Folch, 33 ☎ 973320269 / 699498931 ✉ farmaciaarque@terra.es
La Fuliola	Farmàcia Trullols	<ul style="list-style-type: none"> Ortopèdia Possibilitat de descomptes 	Av. Catalunya, 42 ☎ 973570048 ✉ etrullols@cofleida.cat



Serveis d'ortopèdia			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	Equilibri Centre Terapèutic	<ul style="list-style-type: none"> • Ortopèdia • Servei a domicili • Fabricació de calçat i plantilles a mida 	C. Sant Pelegrí, 31 ☎ 973986071 / 667823601 ✉ equilibri.solucions@gmail.com
Tàrrega	Farmàcia Núria Robinat	<ul style="list-style-type: none"> • Ortopèdia: cadires de rodes, caminadors, scooters, faixes... 	C. Santa Clara, 2 A ☎ 973310451 ✉ nuria@farmacianrobinat.com
Tàrrega	Ortopèdia Solucions	<ul style="list-style-type: none"> • Ortopèdia • Fabricació de calçat i plantilles a mida 	C. Segle XX, 1 ☎ 973986071 / 667823601 ✉ equilibri.solucions@gmail.com

Serveis de podologia			
Municipi	Establiment	Serveis	Contacte
Anglesola	Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	<ul style="list-style-type: none"> • Descomptes en podologia per als socis i sòcies 	C. Santa Anna, s/n ☎ 973308011 / 669471988 ✉ jaumej47@gmail.com
Bellpuig	Centre Urgell	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilitat de descomptes: 10% per sessió (quiropòdia) 	Av. Urgell, 4, baixos ☎ 973337006 / 622766007 ✉ info@centreurgell.com 🌐 www.centreurgell.com
Castellserà	Niu de la 3a Edat	<ul style="list-style-type: none"> • Podologia 	Av. Catalunya, 4 ☎ 973610301



Serveis de podologia			
Municipi	Establiment	Serveis	Contacte
Tàrrrega	Generalitat de Catalunya – Casal de Gent Gran de Tàrrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Podologia 	C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 ✉ cgg.tarrega@gencat.cat 🌐 http://xecat.gencat.cat
Tàrrrega	Centre Bern	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili • Concertades diferents mútues⁴ 	C. Mestre Güell, 83 ☎ 973311572 – 699269608 ✉ osteopatiabern@hotmail.com 🌐 www.centrebern.com
Tàrrrega	Centre Podològic Tàrrrega ⁵	<ul style="list-style-type: none"> • Podologia: atenció primària, biomecànica (plantilles), cirurgia del peu • Control i cura del peu diabètic 	Pl. Carne, 15, 1r, 2a ☎ 973314655 🌐 www.centre-podologic.com
Tàrrrega	Equilibri Centre Terapèutic	<ul style="list-style-type: none"> • Podologia • Servei a domicili • Fabricació de calçat i silicones a mida 	C. Sant Pelegrí, 31 ☎ 973986071 / 667823601 ✉ equilibri.solucions@gmail.com

⁴ Adeslas, Avatsalud, Global Card, Mútua Manresana, Cigna, Caser Seguros, Allianz, Generali salud, Aliança, Sanitas, Mútua general de Catalunya

⁵ Centre Autoritzat pel Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.



Altres teràpies			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Belianes	Centre Terapèutic – Cal Sant – Medicina Tradicional Xinesa	<ul style="list-style-type: none"> • Massatge terapèutic xinès – tuina • Acupuntura i tractament del dolor • Medicina tradicional xinesa • Possibilitat de descomptes del 5% 	C. Migdia, 1 ☎ 973330005 / 629164632 ✉ info@calsant.es 🌐 www.calsant.es
Belianes	Nu & Ge	<ul style="list-style-type: none"> • Drenatge limfàtic • Acupuntura • Quiromassatge 	C. Calvari, 37 ☎ 973330416 ✉ geguitart@gmail.com
Bellpuig	Centre Urgell	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilitat de descomptes en massatges terapèutics: <ul style="list-style-type: none"> ◆ 15% per massatge terapèutic ◆ 15% per massatge a domicili 	Av. Urgell, 4, baixos ☎ 973337006 / 622766007 ✉ info@centreurgell.com 🌐 www.centreurgell.com
La Fuliola	Llar de Jubilats La Fuliola i Boldú	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilitat de preus especials: <ul style="list-style-type: none"> ◆ Serveis de massatgista i quiromassatgista ◆ Serveis de reflexoteràpia 	Pl. Alcalde Jaume Ferrer, s/n ☎ 973570463 / 636834348 ✉ llarjubilats@gmail.com
Tàrrega	Albert Alegre Baiget Fisioterapeuta	<ul style="list-style-type: none"> • Massatges terapèutics • Servei a domicili 	Piscina coberta municipal C. Joan Brossa, s/n (Parc Esportiu) ☎ 616526633 ✉ albertalegre@fisioterapeutes.org



Altres teràpies			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	Anna Verdú Fisioteràpia	<ul style="list-style-type: none"> • Massatges terapèutics • Massatges relaxants • Drenatges limfàtics 	C. Alonso Martínez, 9, 3r, 2a ☎ 696666124 ✉ info@avfisioterapia.com 🌐 www.avfisioterapia.com
Tàrrega	Àuria	<ul style="list-style-type: none"> • Descomptes en massatges terapèutics: 5 x 4 • Servei a domicili 	C. Vilagrassa, 2 ☎ 677145429 🌐 www.massatgesterapeuticsauria.com
Tàrrega	Carme Duró Grau	<ul style="list-style-type: none"> • Massatges terapèutics: <ul style="list-style-type: none"> ◆ Possibilitat de descomptes del 50% ◆ Servei a domicili: atenció a necessitats diàries • Altres: reflexoteràpia podal 	C. Ereta, 3 ☎ 973501160 / 607346026 ✉ caduga56@hotmail.com
Tàrrega	Centre Esportiu Sant Jordi	<ul style="list-style-type: none"> • Massatges terapèutics • Massatges relaxants • Drenatge limfàtic • Escola d'esquena i altres 	C. El Talladell, 1 ☎ 646127788 ✉ cesantjordi@hotmail.com
Tàrrega	Centre Mèdic Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Massatges terapèutics • Drenatge limfàtic • Pressoteràpia per millorar la circulació de les cames i la retenció de líquids 	Av. Catalunya, 74-76 baixos ☎ 973312825 ✉ cmt@centremedictarrega.com 🌐 http://centremedictarrega.com



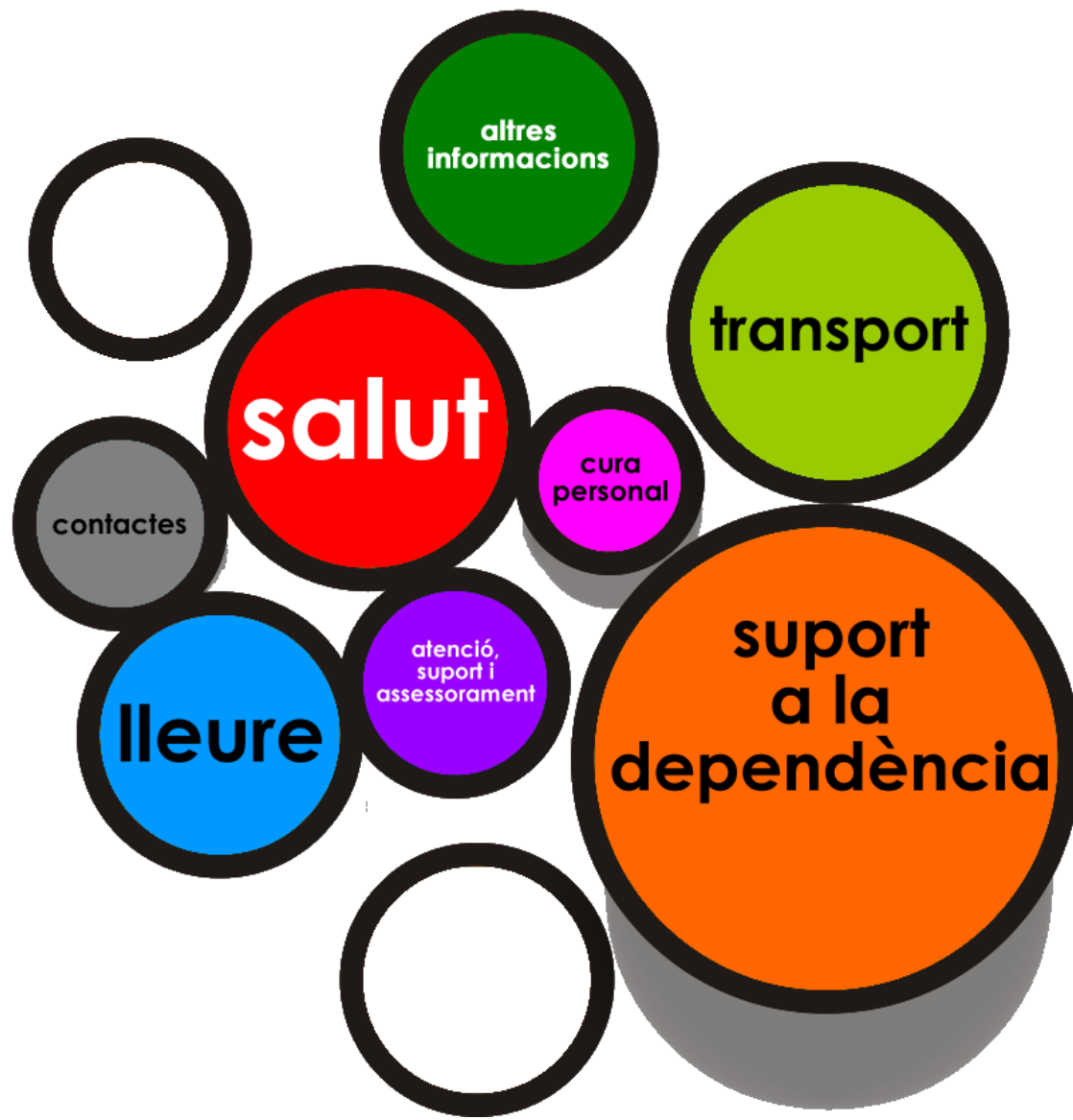
Altres teràpies			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	Equilibri Centre Terapèutic	<ul style="list-style-type: none"> • Massatges terapèutics • Servei a domicili 	C. Sant Pelegrí, 31 ☎ 973986071 / 667823601 ✉ equilibri.solucions@gmail.com
Tàrrega	Fisalut	<ul style="list-style-type: none"> • Massatges terapèutics per a patologies degeneratives, reumatològiques, neurològiques i postcirurgia traumatològica • Servei a domicili • Descomptes: packs mensuals • Ofertes per temporades 	C. Sitges, 30 ☎ 973312564 ✉ fisalutsl@hotmail.com 🌐 www.fisalut.com
Tàrrega	Kinesis Fisioteràpia	<ul style="list-style-type: none"> • Descomptes per a rehabilitacions de més de 5 o 10 sessions • Servei a domicili Tàrrega i rodalies • Magnetoteràpia⁶ • Massatges terapèutics per a contractures, mala circulació • Drenatge limfàtic manual 	C. Enric de Càrcer, 5 baixos ☎ 973313695 - 626730799
Tàrrega	Maria del Valle Muñoz Delgado	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexologia podal • 20% de descompte en tractaments continuats • Servei a domicili • Altres tractaments: hipertèrmia Indiba 	C. Montmagastrell, 18 ☎ 618791634 ✉ mdvmd@hotmail.com

⁶ Molt indicada en dolors de caràcter articular com l'artrosi, artritis i altres patologies com fractures, osteoporosis, etc.



Altres teràpies			
Municipi	Centre	Serveis	Contacte
Tàrrega	Pharmasana	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili: assessorament i lliurament de productes parafarmacèutics i ortopèdics • Tractaments específics: nutricionals, de la pell, medicina estètica • Possibilitat de descomptes en productes i tractaments concrets • Servei de nutricionista 	<p>C. Sant Pere Claver, 12</p> <p>☎ 973500433 / 616276821</p> <p>✉ pharmasana.tarrega@gmail.com</p>





Suport a la dependència

Centres de dia, residències i altres

Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Agramunt	Residència Geriàtrica "Cal Mas Vell"	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència</u> assistida i llar residència • <u>Centre de dia</u>: règim d'estada, servei de menjador 	Pl. Mercadal, 15 ☎ 973391692 ✉ masvell@agramunt.cat
Agramunt	Residència Ribera del Sió	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència</u> i <u>Centre de dia</u>: menjador, tallers, biblioteca, coral, perruqueria, podologia, activitats de lleure, excursions... 	C. dels Horts, 12 ☎ 973392500 ✉ riberadelsio@terra.es
Anglesola	Centre de Serveis d'Anglesola	<ul style="list-style-type: none"> • Menjador al Centre i a domicili • Bugaderia • Estada de dilluns a divendres • Cafeteria de dilluns a diumenge • Descomptes segons la durada del servei 	C. Santa Anna, 23 ☎ 973308011 / 678430520 ✉ carnepiera@yahoo.es
Bellpuig	Residència Assistida i Centre de Dia Monestir de Sant Bartomeu – Fundació Pere Mata	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència</u> i <u>Centre de Dia</u>: mèdic, infermeria, fisioterapeuta, psicologia, terapeuta ocupacional, animació sociocultural, treball social, perruqueria, podologia, assistència espiritual 	Carretera de Belianes, s/n ☎ 973322109 / 671543742 ✉ rmsbart@peremata.com 🌐 www.fundacioperemata.cat



Centres de dia, residències i altres			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
La Fuliola	Residència Acia La Fuliola	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència</u> • <u>Centre de dia</u> • <u>Mobiliari adaptat</u> • <u>Altres:</u> activitats de lleure, jardí, horts terapèutics, servei de fisioteràpia, gimnàs, cuina casolana 	Pl. Jaume Ferrer, s/n ☎ 973571055 / 626352520 ✉ acia@aciagrup.com 🌐 www.aciagrup.com
Maldà	Residència Maldà	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència i Centre de Dia:</u> fisioteràpia, mèdics, animació, psicologia, bugaderia, perruqueria i podologia • <u>Altres:</u> menjador 	Pl. Homenatge a la Vellesa, 1 ☎ 973330733 ✉ residencia@malda.cat
Tàrraga	Associació Alzheimer de Tàrraga i comarca	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Centre de dia</u> • <u>Altres:</u> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Tallers d'estimulació cognitiva a les persones afectades per alguna malaltia neurodegenerativa ◆ Atenció psicològica i social tant als malalts com als familiars curadors <p>En el cas que el servei sigui de pagament, hi ha possibilitat de beca (<i>consulteu a l'associació</i>)</p>	C. Alonso Martínez, 11, baixos ☎ 973501478 / 678392561 ✉ alzheimer.tarrega@lleida.org



Centres de dia, residències i altres			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrega	Generalitat de Catalunya – Casal de Gent Gran de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Cafeteria de diumenge a divendres (dissabtes tancat) • Menjador a preus molt econòmics amb adaptació dietètica específica per a la gent gran de diumenge a divendres (dissabtes tancat) 	C. Salvador Espriu, 9 ☎ 973500008 ✉ cgg.tarrega@gencat.cat 🌐 http://xecat.gencat.cat
Tàrrega	Llar d'Avis del Carme	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència</u> assistida per a gent gran i <u>Centre de Dia</u>: perruqueria, podologia, fisioteràpia • <u>Altres serveis</u>: recuperació, vacances per a familiars, estades temporals, culte i religions, etc. 	Pl. del Carme, 12 ☎ 973311691 ✉ info@llardelcarme.es
Tàrrega	Residència Sant Antoni - Hospital de Tàrrega ⁷	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència</u> i <u>Centre de dia</u>: habitacions individuals i compartides, menjador, cuina pròpia, suport sanitari i mèdic, activitats d'animació, rehabilitació i fisioteràpia, estimulació cognitiva i psicomotricitat, neteja i bugaderia, culte i religions (església pròpia), podologia, perruqueria i estètica, transport adaptat, voluntariat • Professionals: metge, infermeres, treballadora social, terapeuta ocupacional, fisioterapeuta, animadora, psicòloga, auxiliars de clínica i de geriatría, personal de neteja, cuina i bugaderia 	C. Hospital, 2 ☎ 973310760 ✉ residenciatarrega2@yahoo.es

⁷ Compta amb places públiques de la Generalitat de Catalunya



Centres de dia, residències i altres			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Verdú	Residència Assistida i Centre de Dia Mare Marcel·lina de Verdú	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència i Centre de Dia</u>: allotjament i manutenció, atenció assistencial individualitzada, atenció personal en les activitats de la vida diària, assistència sanitària, psicologia, animació cultural i de lleure, treball social, fisioteràpia, teràpia ocupacional, perruqueria i podologia, bugaderia i roba i assistència espiritual 	<p>C. Molí de Vent, 2 ☎ 973347283 / 973348092 ✉ residenciaverdu@yahoo.es</p>
Verdú	Residència i Centre de Dia Sant Pere Claver ⁸	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Residència</u>: amb caràcter permanent o temporal i assistència integral a les activitats de la vida diària per a persones amb grans dependències • <u>Centre de Dia</u>: assistència a les necessitats bàsiques de la vida diària i supervisió constant en casos de malaltia mental, demència, etc. • <u>Serveis bàsics</u> generals (allotjament, manutenció, bugaderia, repàs de la roba personal dels i les residents), d'integració i suport i assistencials • <u>Serveis opcionals</u>: perruqueria, barberia, podologia, acompanyament a visites mèdiques i a gestions, informació i assessorament sobre béns, préstec d'ajut tècnics, serveis de voluntariat 	<p>C. Molí de Vent, 2 ☎ 973347249 / 650777784 ✉ santpereclaver@abd-ong.org</p>

⁸ La titularitat és de la Generalitat de Catalunya. Està gestionada per ABD – Associació Benestar i Desenvolupament.



Suport a la llar			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Anglesola	Centre de Serveis d'Anglesola	<ul style="list-style-type: none"> Serveis de suport a la llar, especialment els de cura de la higiene, vestir i enllitar Descompte segons la durada del servei 	C. Santa Anna, 23 ☎ 973308011 / 678430520 ✉ carnepiera@yahoo.es
Anglesola	Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	<ul style="list-style-type: none"> Descomptes en el servei de bugaderia per als socis i sòcies 	C. Santa Anna, s/n ☎ 973308011 / 669471988 ✉ jaumej47@gmail.com
Tàrrega	Ambulàncies DYA Lleida	<ul style="list-style-type: none"> Assistència domiciliària Medicina domiciliària Infermeria domiciliària Fisioteràpia domiciliària 	Pl. de les Nacions sense Estat, baixos, s/n ☎ 973986283 / 650391477 ✉ info@dyalleida.es www.dyalleida.com
Tàrrega	Associació Alba	<ul style="list-style-type: none"> Serveis integrals a domicili: menjar, neteja i/o bugaderia Descomptes: oferta "pack" 1 i 2º 	Av. Onze de Setembre, s/n ☎ 973312221 / 610401312 ✉ arodriguez@aalba.cat www.aalba.cat
Tàrrega	Associació Alzheimer de Tàrrega i comarca	<ul style="list-style-type: none"> Auxiliar d'infermeria en geriatria a domicili En cas que el servei sigui de pagament, hi ha possibilitat de beca (consulteu a l'associació)	C. Alonso Martínez, 11, baixos ☎ 973501478 / 678392561 ✉ alzheimer.tarrega@lleida.org

⁹ **Pack 1:** 7 menús setmanals + Rentat de 6 kg de roba setmanals + 3 h servei neteja o acompanyament domiciliari.

Pack 2: 5 menús setmanals + Rentat de 6 kg de roba setmanals + 2 h servei neteja o acompanyament domiciliari.



Suport a la llar			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrega	Càritas Parroquial de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Acompanyament a domicili per part de voluntàries a persones que viuen soles o bé passen moltes hores soles Disposa d'un llistat de persones que s'ofereixen per treballar a domicili per a tenir cura de persones grans o per fer tasques de neteja (<i>consulteu a l'entitat</i>) 	C. Urgell, 1 ☎ 973314079 ✉ caritas_tarrega@yahoo.es 🌐 http://caritas.tarregae.org
Tàrrega	Creu Roja l'Urgell	<ul style="list-style-type: none"> Acompanyaments per a persones que viuen soles o bé passen moltes hores soles 	Av. Catalunya, 51 ☎ 973500679 ✉ tarrega@creuroja.org 🌐 www.creuroja.org
Tàrrega	Equip de neteja	<ul style="list-style-type: none"> Serveis integrals a domicili: neteja, planxa, cuina, compres Possibilitat de descomptes del 30% 	C. Canal d'Urgell, 1 ☎ 649072389 ✉ equipdeneteja@hotmail.es
Tàrrega	Neteges Aterovall	<ul style="list-style-type: none"> Servei de neteja domiciliària dirigit a persones més grans de 60 anys per cobrir casos de neteja fixos o puntuals Possibilitat de descomptes 	C. Ciutat de Mataró, 11 baixos ☎ 636892658 ✉ david@aterovall.com 🌐 www.aterovall.com

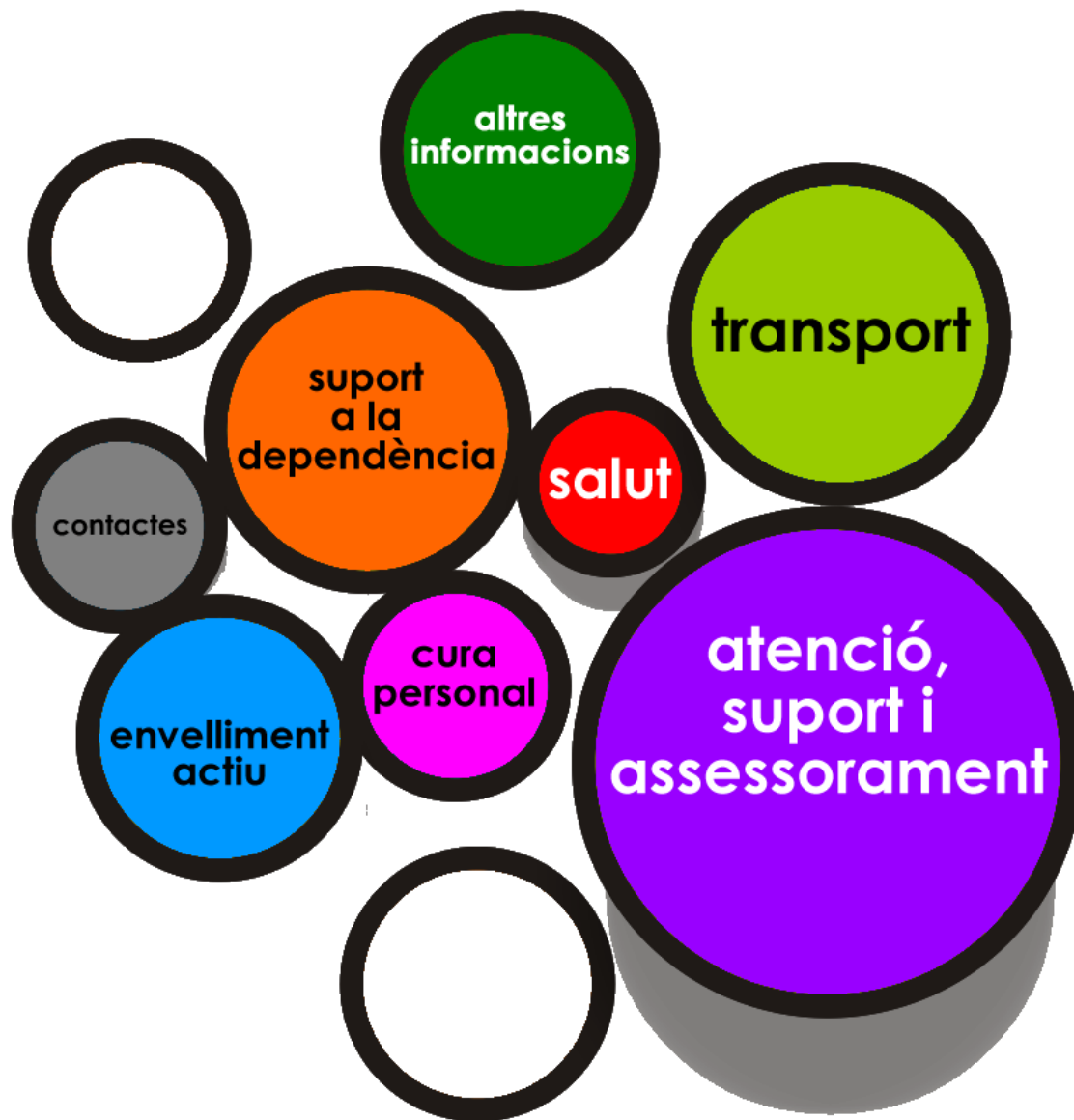


Mobiliari adaptat i elements de suport per a la vida diària			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
La Fuliola	Farmàcia Trullols	<ul style="list-style-type: none"> • Mobiliari adaptat • Objectes per facilitar la vida diària • Possibilitat de descomptes 	Av. Catalunya, 42 ☎ 973570048 ✉ etrullols@cofleida.cat
Tàrrega	Associació Alzheimer de Tàrrega i comarca	<ul style="list-style-type: none"> • Préstec gratuït de material ortopèdic 	C. Alonso Martínez, 11, baixos ☎ 973501478 / 678392561 ✉ alzheimer.tarrega@lleida.org
Tàrrega	Colchones Colmapi	<ul style="list-style-type: none"> • Mobiliari adaptat: llits articulats, baranes per a llit, matalassos ortopèdics • Possibilitat de descomptes del 20% 	Av. Catalunya, 86 ☎ 973311044 / 646072435 ✉ colmapi02@yahoo.es
Tàrrega	Creu Roja l'Urgell	<ul style="list-style-type: none"> • Productes de suport (cadires de rodes, croses, llits articulats...) 	Av. Catalunya, 51 ☎ 973500679 ✉ tarrega@creuroja.org 🌐 www.creuroja.org
Tàrrega	Equilibri Centre Terapèutic	<ul style="list-style-type: none"> • Servei a domicili • Lloguer de material sanitari: llits elèctrics, grues, cadires de rodes, caminadors, etc. 	C. Sant Pelegrí, 31 ☎ 973986071 / 667823601 ✉ equilibri.solucions@gmail.com



Mobiliari adaptat i elements de suport per a la vida diària			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrega	Farmàcia Núria Robinat	<ul style="list-style-type: none"> Mobiliari adaptat: elevadors de WC, llits elèctrics articulats, grues, cadires puja escales... Objectes per facilitar la vida diària: pastillers, trituradors de comprimits, pinces de pressió, coberts i vasos adaptats 	C. Santa Clara, 2 A ☎ 973310451 ✉ nuria@farmacianrobinat.com
Tàrrega	Ortopèdia Solucions	<ul style="list-style-type: none"> Objectes per facilitar la vida diària Mobiliari adaptat Lloguer de llits mèdics, cadires de rodes, grues... 	C. Segle XX, 1 ☎ 973986071 / 667823601 ✉ equilibri.solucions@gmail.com
Tàrrega	Pharmasana	<ul style="list-style-type: none"> Servei a domicili: assessorament i lliurament de productes ortopèdics Possibilitat de descomptes en productes concrets 	C. Sant Pere Claver, 12 ☎ 973500433 / 616276821 ✉ pharmasana.tarrega@gmail.com
Tàrrega	Residència Sant Antoni - Hospital de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> Préstec gratuït d'ajudes tècniques 	C. Hospital, 2 ☎ 973310760 ✉ residenciatarrega2@yahoo.es





Entitats i serveis que ofereixen atenció, suport i assessorament

Serveis Socials d'Atenció Primària (SSAP)

Organisme	Descripció	Serveis
Consell Comarcal de l'Urgell	<p>Es compta amb un equip d'11 professionals que:</p> <ul style="list-style-type: none"> Treballen en l'atenció primària donant suport als diferents ajuntaments de la comarca i atenent les persones i els diferents col·lectius amb dificultats, entre aquests la gent gran Es desplacen als municipis on hi ha establertes permanències per atendre la població 	<p>S'accedeix a tots els serveis prèvia valoració i derivació de la professional de referència dels SSAP:</p> <ul style="list-style-type: none"> <u>Servei d'Atenció Domiciliària (SAD)</u>: ofereix serveis personals i/o domiciliaris (cura i higiene personal, neteja de la llar, preparació dels àpats, anar a comprar, etc.) <u>Servei de Teleassistència Domiciliària</u>: en conveni amb Creu Roja ofereix atenció telefònica en situacions d'emergència. La persona afectada rep la resposta a les seves necessitats des d'una Central Receptora <u>Transport adaptat</u>: facilita el transport porta a porta de persones amb problemes de mobilitat per tal que puguin accedir als serveis socials d'atenció especialitzada entre d'altres

Adreces dels Serveis Socials d'Atenció Primària per a l'atenció comarcal¹⁰

Municipi	Adreça	Telèfon
Agramunt	Ajuntament – Pl. Mercadal, 16	973390193
Altet	Consell Comarcal de l'Urgell – C. Agoders, 16 (Tàrrega)	973500707 ext. 1

¹⁰ Cal sol·licitar cita prèvia.



Adreces dels Serveis Socials d'Atenció Primària per a l'atenció comarcal¹⁰		
Municipi	Adreça	Telèfon
Anglesola	Ajuntament – Pl. de l'Església, 16	973308006
Belianes	Ajuntament – Pl. de l'Ajuntament, s/n	973330139
Bellpuig	Ajuntament – C. Homenatge a la Vellesa, 6	973320408
Bellver d'Ossó	Ajuntament d'Ossó de Sió – Pl. Major, 1 (Ossó de Sió)	973390790
Castellnou d'Ossó	Ajuntament d'Ossó de Sió – Pl. Major, 1 (Ossó de Sió)	973390790
Castellserà	Ajuntament – Av. Catalunya, 4	973610005
Ciutadilla	Ajuntament – Pl. Major, 1	973303010
Claravalls	Consell Comarcal de l'Urgell – C. Agoders, 16 (Tàrrega)	973500707 ext. 1
El Omells de na Gaia	Ajuntament – Pl. Major, 1	973330235
El Talladell	Consell Comarcal de l'Urgell – C. Agoders, 16 (Tàrrega)	973500707 ext. 1
El Tarròs	Ajuntament de Tornabous – Pl. de la Vila, 1 (Tornabous)	973570233
Guimerà	Ajuntament - Ctra. de Tàrrega, 26	973303038
La Donzell d'Urgell	Ajuntament d'Agramunt – Pl. Mercadal, 16 (Agramunt)	973390193
La Figuerosa	Consell Comarcal de l'Urgell – C. Agoders, 16 (Tàrrega)	973500707 ext. 1
La Fuliola	Ajuntament - Pl. de l'Ajuntament, 1	973570013
La Guàrdia d'Urgell	Ajuntament de Tornabous – Pl. de la Vila, 1 (Tornabous)	973570233
Llorenç de Rocafort	Ajuntament de Sant Martí de Maldà – Pl. Major, 2 (Sant Martí de Maldà)	973330111
Mafet	Ajuntament d'Agramunt – Pl. Mercadal, 16 (Agramunt)	973390193
Maldà	Ajuntament – Av. Homenatge a la Vellesa, 1	973330045
Montclar d'Urgell	Ajuntament d'Agramunt – Pl. Mercadal, 16 (Agramunt)	973390193



Adreces dels Serveis Socials d'Atenció Primària per a l'atenció comarcal¹⁰		
Municipi	Adreça	Telèfon
Montfalcó d'Ossó	Ajuntament d'Ossó de Sió – Pl. Major, 1 (Ossó de Sió)	973390790
Nalec	Ajuntament – Pl. de l'Església, 1	973303129
Ossó de Sió	Ajuntament - Pl. Major, 1	973390790
Preixana	Ajuntament - Pl. Catalunya, 5	973320404
Puigverd d'Agramunt	Ajuntament - C. Cendra, 9	973391068
Rocafort de Vallbona	Ajuntament de Sant Martí de Maldà – Pl. Major, 2 (Sant Martí de Maldà)	973330111
Rocallaura	Ajuntament de Vallbona de les Monges – C. Prat de la Riba, 3 (Vallbona de les Monges)	973330260
Sant Martí de Maldà	Ajuntament – Pl. Major, 2	973330111
Santa Maria de Montmagastrell	Consell Comarcal de l'Urgell – C. Agoders, 16 (Tàrrega)	973500707 ext. 1
Seana	Ajuntament de Bellpuig - C. Homenatge a la Vellesa, 6 (Bellpuig)	973320408
Tàrrega	Consell Comarcal de l'Urgell – C. Agoders, 16 (Tàrrega)	973500707 ext. 1
Tornabous	Ajuntament – Pl. de la Vila, 1	973570233
Vallbona de les Monges	Ajuntament – C. Prat de la Riba, 3	973330260
Verdú	Ajuntament - Pl. Major, 1	973347007
Vilagrassa	Ajuntament – C. Tàrrega, 12	973311162



Entitats que ofereixen Atenció, Suport i Assessorament			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Bellpuig	EspaiSocial Bellpuig	<ul style="list-style-type: none"> • Serveis professionalitzats i especialitzats per a les persones grans i les seves famílies 	C. Ramon i Cajal, 25 ☎ 973320401 / 673701829 ✉ bellpuig@cxespais.org http://obrasocial.catalunyacaixa.com
Tàrrrega	Ajuntament de Tàrrrega - Oficina d'Acció Social i Ciutadania (OASIC)	<ul style="list-style-type: none"> • Informació i suport per a la sol·licitud de programes de vacances i termalisme social de l'IMSERSO¹¹ 	Pl. de les Nacions sense Estat, s/n ☎ 973502670 ✉ oasis@tarrega.cat 🌐 www.tarrega.cat
Tàrrrega	Creu Roja l'Urgell	Serveis de suport: <ul style="list-style-type: none"> • Productes de suport (cadires de rodes, crosse, llits articulats...) • Teleassistència domiciliària i mòbil (TAD i TAM) • SIMAP (Sistema Intel·ligent de Monitorització d'Alertes Personals) 	Av. Catalunya, 51 ☎ 973500679 ✉ tarrega@creuroja.org 🌐 www.creuroja.org

¹¹ En col·laboració amb el Departament de Benestar Social i Família de la Generalitat de Catalunya, s'ofereix informació i assessorament sobre:

- Programa de Vacances per a Gent Gran (www.imserso.es/imserso_01/envejecimiento_activo/vacaciones/index.htm)
- Termalisme Social (www.imserso.es/imserso_01/envejecimiento_activo/termalismo/index.htm)



Entitats que ofereixen Atenció, Suport i Assessorament			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrrega	Generalitat de Catalunya – Oficina de Benestar Social i Família de Tàrrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Rebre informació sobre recursos adreçats a famílies, joves, dones, gent gran, associacions, voluntariat, etc. que són competència del Departament de Benestar Social i Família o de la Generalitat de Catalunya, així com d'altres serveis i prestacions • Tramitar prestacions ajudes i recursos del Departament o d'altres de la Generalitat de Catalunya: subvencions per a associacions, prestacions econòmiques per a famílies amb infants, per a persones amb discapacitat, pensions no contributives, reconeixement del grau de discapacitat, registre d'associacions, títol de família nombrosa, etc. • A la xarxa també pots trobar els serveis de registre administratiu de documentació, on presentar sol·licituds d'acord amb el que preveu la Llei 30/1992, de règim jurídic de les administracions públiques i del procediment administratiu comú 	Pl. de les Nacions sense Estat, s/n ☎ 973501313 🌐 www.gencat.cat



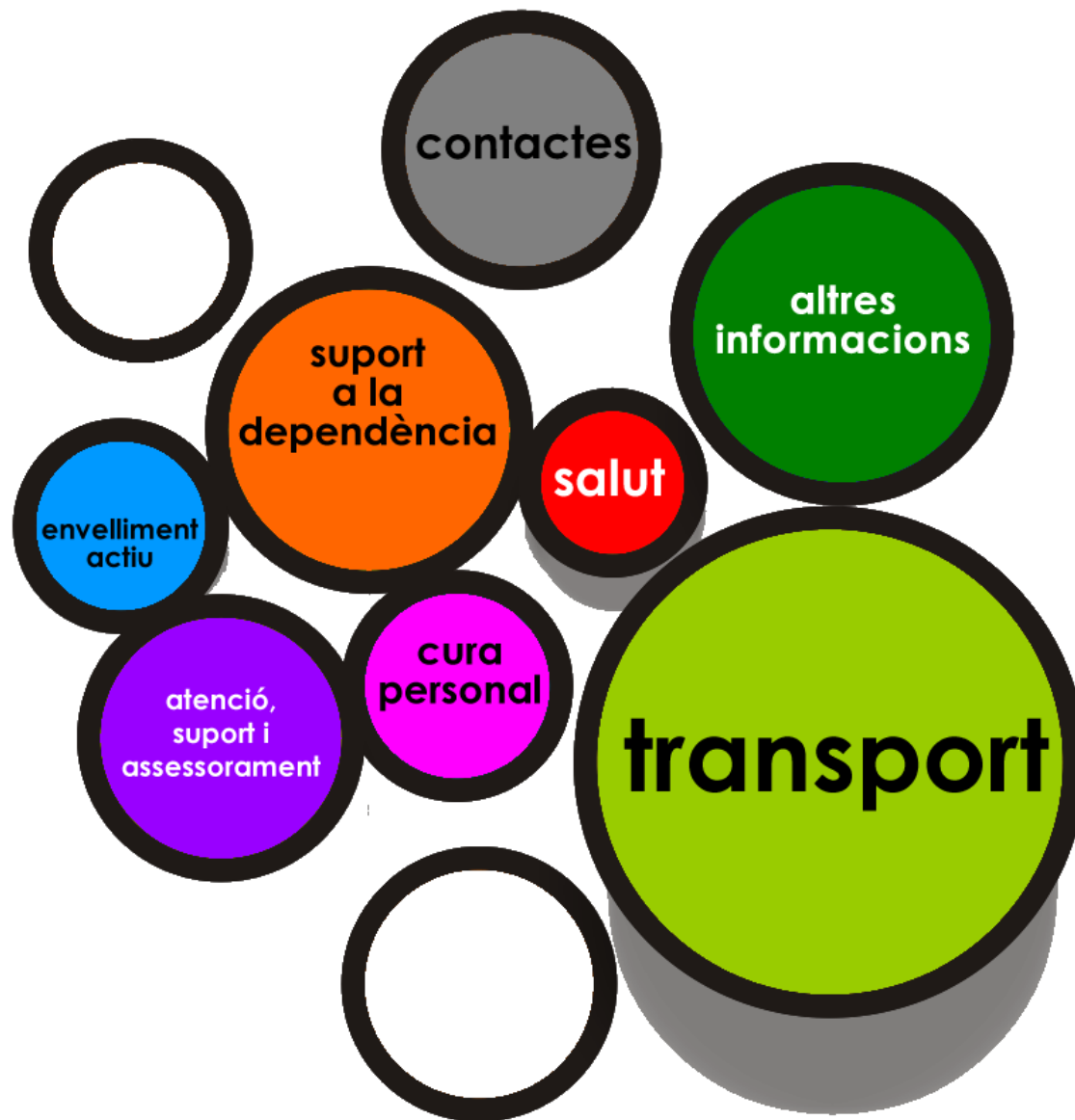
Entitats que ofereixen Atenció, Suport i Assessorament			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrega	Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)	<ul style="list-style-type: none"> • Acció protectora – prestacions: assistència sanitària, incapacitat permanent, lesions permanents no invalidants, jubilació, mort i supervivència (auxili per defunció, pensió de viudetat, prestació temporal de viudetat, pensió d'orfanat, pensió a favor de familiars, subsidi a favor de familiars), prestacions de l'Assegurança Obligatòria de Vellesa i Invalidesa (SOVI) (Vellesa SOVI, Invalidesa SOVI, Viudetat SOVI) • Sol·licituds de prestacions: pensions / altres prestacions nacionals, pensions de Reglaments Comunitaris, pensions de Convenis Bilaterals • El reconeixement i control de la condició de persona assegurada i beneficiària a l'efecte de la seva cobertura sanitària 	<p>C. Joan Maragall, 11-13</p> <p>☎ 973501473</p> <p>🌐 www.seg-social.es</p>
Tàrrega	Llar d'Avis del Carme	<ul style="list-style-type: none"> • Informació sobre la Llei de la dependència 	<p>Pl. del Carme, 12</p> <p>☎ 973311691</p> <p>✉ info@llardelcarme.es</p>
Tàrrega	Residència Sant Antoni - Hospital de Tàrrega	<ul style="list-style-type: none"> • Assessorament sobre la Llei de dependència 	<p>C. Hospital, 2</p> <p>☎ 973310760</p> <p>✉ residenciatarrega2@yahoo.es</p>



Entitats que ofereixen Atenció, Suport i Assessorament			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Tàrrrega	Servei de Suport al Dol de Ponent	<ul style="list-style-type: none"> • Suport psicossocial • Suport especialitzat per a persones que viuen un dol complicat o difícil 	Habitatges la Plana, Bloc A - Esc 2, 2n, 2a ☎ 973501503 / 639610603 ✉ info@serveidedolponent.org 🌐 www.serveidedolponent.org

Servei d'atenció telefònica		
Organisme	Serveis	Contacte
Generalitat de Catalunya – Oficina de la Gent Gran Activa	<ul style="list-style-type: none"> • Informació, assessorament i orientació a les persones grans • Derivació d'entitats a altres departaments de la Generalitat de Catalunya o a altres institucions competents en la temàtica plantejada • Hi pot trucar qualsevol persona de qualsevol edat • Informació sobre temes generals que interessin o preocupen les persones grans i de temes referents a vulneracions dels drets de les persones grans <p><i>Aquest servei d'atenció telefònica dona compliment als principis de la Carta dels Drets i Deures de la Gent Gran de Catalunya: Dignitat, Independència, Autorerealització, Assistència i Participació</i></p>	☎ 934831000





Transport i altres serveis

Taxi			
Municipi	Empresa	Serveis	Contacte
Belianes	Domingo Flix Solsona	<ul style="list-style-type: none"> Taxi 	☎ 699057513 / 699057514
Verdú	Taxis Urgell	<ul style="list-style-type: none"> Taxi d'1 a 8 persones Descomptes en viatges de llarg recorregut Preus especials per al transport en taxi a visites mèdiques 	C. Margorell, 8 ☎ 973500973 / 680513300 ✉ info@taxisurgell.com 🌐 www.taxisurgell.com

Transport adaptat			
Municipi	Empresa	Serveis	Contacte
Belianes	Domingo Flix Solsona	<ul style="list-style-type: none"> Vehicle adaptat per a minusvàlids Servei 24 h x 365 dies 	☎ 699057513 / 699057514
Tàrrrega	Ambulàncies DYA Lleida	<ul style="list-style-type: none"> Transport adaptat: vehicles de transport de gent gran a la destinació que se sol·liciti (concretar abans per telèfon per sol·licitar el recurs) Descomptes: 25% per a persones majors de 65 anys Preus especials: baixes laborals, disminucions físiques i psíquiques Transport sanitari amb Ambulància de Suport Vital Bàsic, Suport Vital Avançat... (concreteu abans per telèfon per sol·licitar el recurs) 	Pl. de les Nacions sense Estat, baixos, s/n ☎ 973986283 / 650391477 ✉ info@dyalleida.es 🌐 www.dyalleida.com



Transport adaptat			
Municipi	Empresa	Serveis	Contacte
Verdú	Taxis Urgell	Vehicle adaptat per a una cadira de rodes (una cadira més 5 places simultàniament)	C. Margorell, 8 ☎ 973500973 / 680513300 ✉ info@taxisurgell.com 🌐 www.taxisurgell.com


Línies d'autobús i tren		
Companyia	Dades de contacte	Municipis de la comarca amb parada / estació
Alsina Graells ALSA	<u>Informació i venda de bitllets:</u> <ul style="list-style-type: none"> ☎ 902422242 / 913270540 Als autobusos o estacions de referència de cada municipi 🌐 www.alsa.es 	Agramunt, Anglesola, Belianes, Bellpuig, Bellver d'Ossó, Boldú, Castellnou d'Ossó, Castellserà, Ciutadilla, Claravalls, el Tarrós, embrancament Maldà, La Fuliola, Mafet, Montclar d'Urgell, Nalec, Ossó de Sió, Puigverd d'Agramunt, Rocafort, Sant Martí de Maldà, Santa Maria de Montmagastrell, Tàrrega i Tornabous
Autocars Agramunt	<u>Venda de bitllets:</u> al mateix autobús <u>Informació:</u> <ul style="list-style-type: none"> ☎ 973390642 / 973390481 / 973390118 ✉ informacio@autocarsagramunt.com 🌐 www.autocarsagramunt.com 	Ciutadilla, Guimerà, Tàrrega, Verdú






Línies d'autobús i tren		
Companyia	Dades de contacte	Municipis de la comarca amb parada / estació
Bus Urbà de Tàrrega	<p><u>Venda de bitllets:</u> al mateix autobús</p> <p><u>Abonaments i informació:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ajuntament de Tàrrega ● Pl. Major, 1 ● ☎ 973311608 ● 🌐 www.tarrega.cat 	<p>Línia urbana de Tàrrega</p> <p>Línia dels municipis agregats: Altet, Claravalls, el Talladell, la Figuerosa, Riudovelles, Santa Maria de Montmagastrell</p>
Cots Alsina	<p><u>Informació:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● ☎ 973532127 – 677494900 ● 📧 cotsalsina@cotsalsina.com ● 🌐 www.cotsalsina.com 	<p>La Figuerosa, Riudovelles, Tàrrega</p>
Eix Bus	<p><u>Informació i venda de bitllets:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● ☎ 973271470 ● Als autobusos o estació ● 🌐 www.teisa-bus.com 	<p>Tàrrega</p>
Hispano Igualadina	<p><u>Informació i venda de bitllets:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● ☎ 902292902 ● Als autobusos o estacions de referència de cada municipi ● 🌐 www.igualadina.com 	<p>Belianes, embrancament de Maldà, embrancament de Nalec-Ciudadilla, embrancament de Rocafort de Vallbona, embrancament de Verdú, Guimerà, Sant Martí de Maldà, Tàrrega</p>



Línies d'autobús i tren

Companyia	Dades de contacte	Municipis de la comarca amb parada / estació
Renfe	<p><u>Informació i venda de bitllets:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Al mateix tren o a l'estació de referència de cada municipi  www.renfe.com <p><i>Les persones de 60 anys o més poden obtenir la Targeta Daurada que els dóna descomptes en totes les línies de tren. Té una validesa anual i es pot adquirir a qualsevol estació de Renfe</i></p>	Anglesola, Bellpuig, Tàrrega

Serveis funeraris

Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Belianes	Pompes Fúnebres Baix Urgell SL	<ul style="list-style-type: none"> Serveis funeraris de tot tipus: sales de vetlla, incineracions, trasllats, làpides, etc. Preus especials Treballem amb totes les mútues Zona geogràfica d'actuació: Urgell, Pla d'Urgell i les Garrigues Oferim finançament fins a 1 any sense interessos per al servei funerari 	<p>C. Migdia, 11</p> <p> 973330178 / 626951057</p> <p> pfbaixurgell@pfbaixurgell.com</p> <p> http://pfbaixurgell.com/</p>



Serveis funeraris			
Municipi	Entitat	Serveis	Contacte
Bellpuig	Gestió i Serveis Funeraris	<ul style="list-style-type: none"> • Serveis funeraris • Preus especials • Treballem amb diferents mútues¹² • Zona geogràfica d'actuació: Urgell, Pla d'Urgell i Segarra • Pressupostos adaptats a cada necessitat de servei 	Av. del Bosc, 2 ☎ 973337285 / 639817576

Serveis bancaris			
Entitat	Nom servei	Serveis	Municipis amb sucursal
Banc Sabadell	Compte Sènior	<ul style="list-style-type: none"> • Avantatges financers i no financers (consum, lleure, salut, viatges...) a partir de 55 anys <i>Consulteu condicions a la mateixa entitat</i>	Agramunt, Bellpuig, Tàrrega
Bankia		<ul style="list-style-type: none"> • Avantatges financers domiciliant la pensió 	Tàrrega
BBVA	Productes Financers 59+	<ul style="list-style-type: none"> • Avantatges financers i no financers (descomptes, viatges...) a partir de 59 anys <i>Consulteu condicions a la mateixa entitat</i>	Bellpuig, Tàrrega

¹² Ocaso, Santa Lucía i altres

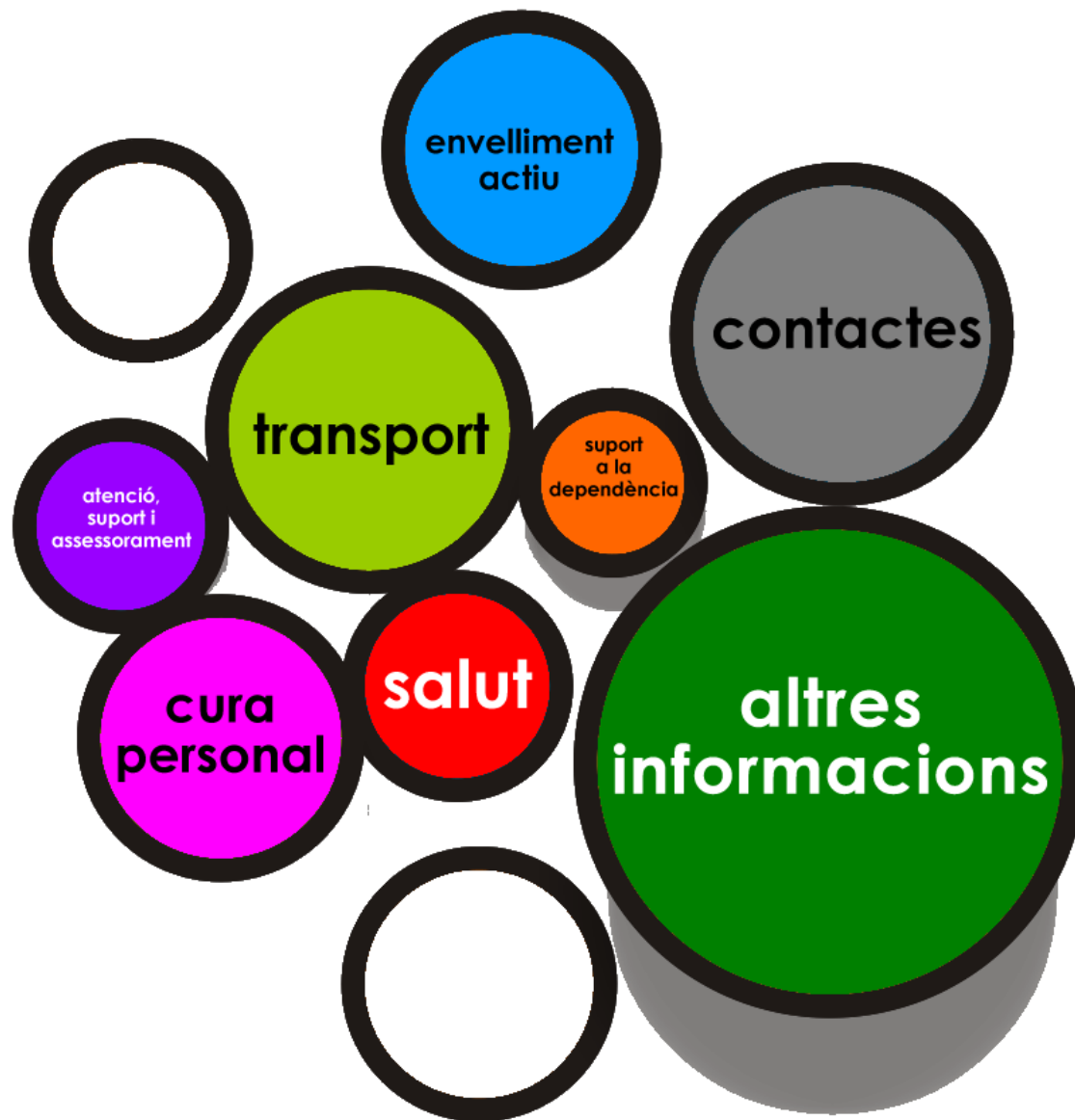


Serveis bancaris			
Entitat	Nom servei	Serveis	Municipis amb sucursal
Catalunya Caixa	Compte Plus 55	<ul style="list-style-type: none"> A partir de 55 anys: avantatges financers especials i serveis addicionals per cobrir les necessitats diferencials del client sènior: assessorament telefònic d'aspectes legals, jurídics, nutricionals i socials; accés permanent a consultes mèdiques i segones opinions; servei de teleassistència, ajuda a domicili i de telefarmàcia; i Assistent Plus 55, gestor que l'ajudarà en aspectes com trobar la millor tarifa de subministraments, reservar cita a centres mèdics o la recerca d'ofertes en viatges i en activitats culturals, entre altres. Per als clients de 65 o més anys, retorn de la taxa sanitària <p><i>Consulteu condicions d'aquesta promoció a la mateixa entitat</i></p>	Agramunt, Anglesola, Bellpuig, Tàrraga
Ibercaja	Gent Gran	<ul style="list-style-type: none"> Avantatges financers per a gent gran i descomptes en viatges <p><i>Consulteu condicions a la mateixa entitat</i></p>	Bellpuig, Tàrraga
UNNIM	Club Sènior	<p>Què és? Un conjunt d'avantatges destinats a clients d'edat igual o superior als 59 anys per tal de cobrir les seves necessitats financeres i no financeres en aquesta etapa de la seva vida. Per tal de formar part d'aquest segment, únicament cal tenir un compte o llibreta d'estalvi obert. Els membres del Club Sènior tenen una atenció personalitzada a través de la xarxa d'oficines d'Unnim i les oficines Club 60.</p>	Bellpuig, Tàrraga



Serveis bancaris			
Entitat	Nom servei	Serveis	Municipis amb sucursal
UNNIM	Club Sènior	<p>Beneficis específics per als clients (condicions economicofinanceres):</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Estalvi vista</u>: Llibreta d'estalvi vista sense comissió de manteniment mentre es mantingui la pensió domiciliada • <u>Tramitació de la pensió</u>: gestió gratuïta de la domiciliació • <u>Avançament pensió</u>: avançament de la pensió el 25 de cada mes • <u>Domiciliacions</u> gratuïtes de rebuts • <u>Préstec sènior</u>: préstec amb condicions avantatjoses • <u>Hipoteca</u>: accés a Bonificació en hipoteques bonificades Unnim • <u>Targetes</u>: Targetes de Crèdit i Dèbit gratuïtes el primer any i Targeta Sènior Dorada Renfe (gratuïta el primer any). Per a majors de 60 anys • <u>Pensió Habitatge</u>: compte de crèdit amb garantia hipotecària que permet a la gent gran a partir de 65 anys obtenir una pensió complementària durant tota la seva vida • <u>Renda Vitalícia</u>: contracte d'assegurança de vida que garanteix el cobrament d'una renda mensual el dia de l'aniversari de la contractació i de forma vitalícia, gaudint d'unes prestacions garantides en cas de defunció, així com gaudir d'importants avantatges fiscals • <u>Servei de dependència i assistència</u>: serveis d'ajuda a domicili contractant el servei UnnimPensions es tenen 6 mesos gratis de quota anual (contractable a través del telèfon 902484400) 	Bellpuig, Tàrrega





Altres informacions d'interès

Revistes especialitzades		
Revista	On es fa la subscripció	Preu
Revista "Crònica d'Or"	C. Casp, 17 - 08010 Barcelona ☎ 932479440	Gratuïta per als socis del Grup Mutuam
Revista TARDOR	C. Casanova 36, baixos dreta - 08011 Barcelona ☎ 932150233 ✉ fatec@fatec.cat	Consulteu preus i subscripció
Senda	C. Isla de Saipán, 47 - 28035 Madrid ☎ 913734750 ✉ info@gruposenda.net	Consulteu preus i subscripció
Temps de viure	C. Bethencourt, 12 - 08014 Barcelona ☎ 932479440 ✉ ribas@monmedia.net - ✉ monmedia@monmedia.net	Consulteu preus i subscripció

Pàgines web d'interès		
Nom	Enllaç	Què hi trobem
Activa la ment	www.activament.com	Pàgina web amb exercicis per treballar la memòria
Amics de la gent gran	www.amicsdelagentgran.org	Acompanyament de persones grans, activitats per a persones grans, sensibilització, informació sobre temes relacionats amb la gent gran
Asociación Nacional	www.afalcontigo.es	Informació, formació, suport i representació del



Pàgines web d'interès		
Nom	Enllaç	Què hi trobem
de Alzheimer		col·lectiu espanyol d'afectats d'Alzheimer
Associació Catalana de Pàrkinson Blanes i Comarca de La Selva/Alt Maresme	www.parkinsonblanes.org/Juegos/Juegos-ACAP-Blanes.htm	Jocs per pensar, de reflexos, etc. per mantenir la ment activa
Associació de Gent Gran L'Esplai de La Seu d'Urgell	www.esplailaseu.es/jocs-per-activar-la-ment/	Jocs per activar la ment
Banco de Recuerdos	http://bancoderecuerdos.cvirtual.org	Web per a conscienciar a la població sobre la importància de continuar investigant sobre l'Alzheimer
Centro Virtual sobre el Envejecimiento	www.cvirtual.org	Espai dirigit al sector sociosanitari que aposta per al desenvolupament de nous perfils professionals, especialitzats en l'envelliment de qualitat, la investigació i l'atenció sociosanitària
En clave rural	www.enclaverural.es	Bones pràctiques i experiències d'intervenció amb gent gran
Blog "Envejecer en positivo"	www.madrimasd.org/blogs/envjecer-positivo	Ofereix una imatge positiva del fenomen de l'envelliment i facilita un espai de trobada per als usuaris/àries d'aquest tipus d'informació



Pàgines web d'interès		
Nom	Enllaç	Què hi trobem
Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya	www.fatec.cat	Informació, conferències, turisme, esport, etc.
Fundació "la Caixa"	http://obrasocial.lacaixa.es/ambitos/home/personasmayores_ca.html	Envel·liment actiu, participació i prevenció de la dependència
Fundación Mapfre	http://seguridadvialparamayores.com/el-reto/	Per treballar la conducció segura de la gent gran
Gent gran.org	www.gentgran.org	El portal de la gent gran de Catalunya. Informació relacionada amb la gent gran
Infoelder	www.infoelder.com	Informació sobre ajuda i cura de persones grans
Internet per a gent gran	http://psicopeda.blogspot.es	Blog de la UOC que pretén facilitar l'aprenentatge sobre l'ús d'internet a gent gran
La Gent Gran	www.LaGentGran.cat	Diari digital amb informació d'interès per a la gent gran i els professionals del sector
losmayores.com	www.losmayores.com	Pretén ser un espai fet "per a" i "per" a les persones grans
Mundo Senior	www.mundosenior.es	Viatges i serveis per a persones grans
News 3a edad	www.news3edad.com	Diari digital amb informació d'interès per a la gent gran i els professionals del sector
Portal Mayores	www.imsersomayores.csic.es	Portal especialitzat en Gerontologia i Geriatria



Pàgines web d'interès		
Nom	Enllaç	Què hi trobem
Proyecto Memoria	http://proyectomemoria.com	Test de memòria per a la detecció de la malaltia d'Alzheimer i informació sobre la malaltia
Red de Relaciones Intergeneracionales (IMSERSO)	www.imserso.redintergeneracional.es	Impulsa les investigacions, les polítiques i les pràctiques en favor d'unes relacions més beneficioses entre les diferents generacions
Secot (Voluntariat Sènior d'Assessorament Empresarial)	www.secot.org	Assessorament empresarial ofert per voluntaris sènior, professionals qualificats jubilats, prejubilats o en actiu que desitgen oferir la seva experiència i coneixements en gestió empresarial als qui ho necessitin
Senda Senior	www.sendasenior.com	Informació sobre residències, universitat, salut, associacions, nutrició, economia tecnologia, etc.
SerCuidador (Cruz Roja Española i IMSERSO)	www.sercuidador.org	Portal creat per als cuidadors i cuidadores amb informacions variades d'interès per a ells/es
Solidaridad Intergeneracional	www.solidaridadintergeneracional.es	Recull els recursos socials, públics i privats concertats principalment, existents en el mitjà rural
Vejez y Vida	www.vejezyvida.com	Informació variada per a i sobre gent gran
Xtec	www.xtec.cat/~ivilater/enlinia/enlinia.htm	Recursos per a l'educació bàsica de persones adultes



Òrgans de participació		
Òrgan	Què és?	Més informació
<p>Consell Consultiu de la vellesa del Consell Comarcal de l'Urgell</p>	<p>Les associacions de gent gran de la comarca que han manifestat el seu acord per formar part del Consell Consultiu deleguen dos membres, elegits democràticament, per formar-ne part. El Consell es reuneix periòdicament, celebra anualment un plenari i trimestralment es reuneix la junta per tractar els diferents temes que van sorgint.</p> <p>Les activitats que anualment es porten a terme són:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trobada de la Gent Gran de la comarca de l'Urgell • Coneguem l'Urgell sense presses • Certamen literari • Assistència al Congrés Nacional de la Gent Gran (bianual) 	<p>Consell Comarcal de l'Urgell C. Agoders, 16 25300 Tàrraga ☎ 973500707</p>





Dades de contacte dels centres i entitats de la Guia

Agramunt 25310					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
ABS Agramunt – CAP Agramunt	C. Verge del Socors, s/n	973390635		agramunt.lleida.ics@gencat.cat	33
Ajuntament d'Agramunt	Pl. de l'Església, 1	973390057		ajuntament@agramunt.cat	60
Banc Sabadell	Av. Catalunya, 3	973391162		5286@bancsabadell.com	72
BBVA	Pl. Pou, 18	973390740			72
Catalunya Caixa	Av. Agustí Ros, 2	973390806			73
Casal d'Avis d'Agramunt	Pl. Mercadal, 15, 1r	973392332	973390048	mpalou12@xtec.cat	6, 12, 17
Centre Mèdic Agramunt	C. Àngel Guimerà, 3	973392103	645855005	info@ortomedic.com	38, 42, 43
Over Bear Travel	Av. Marià Jolonch, 19-21	973392986	639779702	info@bear.cat	25
Residència geriàtrica "Cal Mas Vell"	Pl. Mercadal, 15	973391692		masvell@agramunt.cat	51
Residència Ribera del Sió	C. dels Horts, 2	973392500		riberadelsio@terra.es	51
Viatges Zafiro Tours Agramunt	Av. Catalunya, 5	973390086		agramunt@zafiro tours.es	25

Altet 25350				
Servei	Adreça	Telèfon 1	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Altet	Pl. Església, s/n	973310852	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35

Anglesola 25320					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament d'Anglesola	Pl. de l'Església, 16	973308006		ajuntament@anglesola.ddl.net	61
Catalunya Caixa	Av. Catalunya, 12	973308384			73
Centre de Serveis d'Anglesola	C. Santa Anna, 23	973308011	678430520	carmepiera@yahoo.es	29, 30, 51, 55
Club de Bitlles Anglesola	C. Enric Granados, 4 - A	973308114	679702241	ramoromi@hotmail.com	18



Anglesola 25320					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Anglesola	Av. Catalunya, 37	97308254		tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35
Coral Joia de Maig	Pl. Santa Anna, 3	973322070		coraljoiademaiganglesola@gmail.com	6
Llar del Pensionista "Francesc Vidal"	C. Santa Anna, s/n	973308011	669471988	jaumej47@gmail.com	7, 12, 18, 22, 30, 44, 55

Belianes 25266					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Belianes	Pl. de l'Ajuntament, s/n	973330139		ajuntament@belianes.cat	61
Associació de Dones Castellselvà	C. de La Bassa, s/n	973330637			7, 12
Associació de Jubilats Sant Jaume	C. de La Bassa, s/n	973330637			7, 12
Càritas Parroquial	Pl. Comandant Serret, 11	973330159			22
Centre Terapèutic – Cal Sant – Medicina Tradicional Xinesa	C. Migdia, 1	973330005	629164632	info@calsant.es	46
Consultori local Belianes	Pl. Església, s/n	973331160		bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	35
Domingo Flix Solsona		699057513	699057514		68
La Perruqueria	C. Arbeca, 15	973331064			29, 30
Nu & Ge	C. Calvari, 37	973330416		geguitart@gmail.com	29, 43, 49
Pompes Fúnebres Baix Urgell SL	C. Migdia, 11	973330178	626951057	pfbaixurgell@pfbaixurgell.com	71



Bellpuig 25250					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
AAVV Sant Jaume de l'Av. Catalunya i la Secció Esportiva de Bitlles	Av. Catalunya, 46 Local Social – Pistes del Poliesportiu, s/n	973320421	677710075	dolors@bellpuig.cat	7, 12, 22
ABS Bellpuig – CAP Bellpuig	C. Diputació, s/n	973337151	973331160	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	33
Ajuntament de Bellpuig	C. Homenatge a la Vellesa, 6	973320408		ajuntament@bellpuig.cat	61
Banc Sabadell	C. Ponent, 25	973321613		5349@bancsabaddell.com	72
BBVA	Pl. Ramon Bertrand, 12	973320100			72
Catalunya Caixa	Pl. Ramon Folch, 23	973320042			73
Centre Urgell	Av. Urgell, 4, baixos	973337006	622766007	info@centreurgell.com	38, 43, 44, 46
EspaiSocial Bellpuig	C. Ramon i Cajal, 25	973320401	673701829	bellpuig@cxespais.org	13, 63
Farmàcia Arqué	C. Ramon Folch, 33	973320269	699498931	farmaciaarque@terra.es	37, 41, 43
Federoptics Bellpuig	Pl. Ramon Folch, 4	973321340		federopticsbellpuig@federoptics.cat	41
Gestió i Serveis Funeraris	Av. del Bosc, 2	973337285	639817576		72
Ibercaja	Pl. Ramon Folch, 28	973320450			73
Residència Assistida i Centre de Dia Monestir de Sant Bartomeu – Fundació Pere Mata	Carretera de Belianes, s/n	973322109	671543742	rmsbart@peremata.com	51
UNNIM	Pl. Ramon Folch, 27	973320511		ofi0068@unnim.cat	73, 74

Bellver d'Ossó 25318				
Servei	Adreça	Telèfon 1	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Bellver d'Ossó	Pl. 11 de setembre, s/n	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	35



Castellnou d'Ossó 25318

Servei	Adreça	Telèfon 1	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Castellnou d'Ossó	Pl. Major, s/n	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	35

Castellserà 25334

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Castellserà	Av. Catalunya, 4	973610005	ajuntament@castellsera.cat	61
Associació de Dones l'Esclat	Av. Catalunya, 4	659540676	assesclatcastellsera@gmail.com	8, 13, 18
Consultori local Castellserà	C. Major, 39	973610056	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35
Niu de la 3a Edat	Av. Catalunya, 4	973610301		8, 13, 18, 44

Ciutadilla 25341

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Ciutadilla	Pl. Major, 1	973303010	ajuntament@ciutadilla.ddl.net	61
Consultori local Ciutadilla	Pl. Major, 4	973303246	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35

Claravalls 25353

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Claravalls	C. Les Escoles, s/n	973333036	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35

Els Omells de Na Gaia 25268

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament dels Omells de Na Gaia	Pl. Major, 1	973330235	ajuntament@omells.ddl.net	61
Consultori local els Omells de Na Gaia	Pl. Major, 1	973330265	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	35



El Talladell 25360 (pertany al municipi de Tàrraga)				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local el Talladell	C. Costa Sant Pere, s/n	973310852	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35
Entitat Municipal Descentralitzada del Talladell	Local social El Talladell C. de Sant Pere, 5	973314200	emd@talladell.cat	

El Tarrós 25331				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local El Tarrós	C. La Pau, s/n	973570344	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35

Guimerà 25341				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Guimerà	Ctra. Tàrraga, 26	973303038	ajuntament@guimera.cat	61
Consultori local Guimerà	Ctra. de Tàrraga, 28	973303510	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35

La Donzell d'Urgell 25317				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local la Donzell	C. Major, 5	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	35

La Figuerosa 25351				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local la Figuerosa	Pl. Ajuntament, s/n	973310852	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35



La Fuliola 25332					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de la Fuliola	Pl. de l'Ajuntament, 1	973570013		ajuntament@fuliola.ddl.net	61
Consultori local la Fuliola	Pl. de l'Ajuntament, s/n	973570697		tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35
Farmàcia Trullols	Av. Catalunya, 42	973570048		etrullols@cofleida.cat	37, 42, 43, 57
Llar de Jubilats la Fuliola i Boldú	Pl. Alcalde Jaume Ferrer, s/n	973570463	636834348	llarjubilats@gmail.com	8, 13, 19, 22, 46
Residència Acia la Fuliola	Pl. Alcalde Jaume Ferrer, s/n	973571055	626352520	acia@aciagrup.com	52

La Guàrdia d'Urgell 25331				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Club de Bitlles de la Guàrdia d'Urgell		973570233		8
Consultori local la Guàrdia d'Urgell	Av. Urgell, s/n	973570344	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	35

Llorenç de Rocafort 25267				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori Llorenç de Rocafort	C. Església, s/n	973330286	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	35

Mafet 25331				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Mafet	C. Major, s/n	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	35

Maldà 25226				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Maldà	Av. Homenatge a la Vellesa, 1	973330045	ajuntament@malda.ddl.net	61
Consultori local Maldà	Pl. Homenatge a la vellesa, 1	973331122		35



Maldà 25226

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Llar de Jubilats Sant Joan de Maldanell	Pl. Homenatge a la Vellesa, 1	973330067		8, 13, 19
Residència Maldà	Pl. Homenatge a la Vellesa, 1	973330733	residencia@malda.cat	52

Montclar d'Urgell 25317

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Montclar d'Urgell	C. Pare Fidel, s/n	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	35

Montfalcó d'Ossó 25318

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Montfalcó d'Ossó	Pl. Major, s/n	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	35

Nalec 25341

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Nalec	Pl. de l'Església, 1	973303129	ajuntament@nalec.cat	62
Consultori local Nalec	Pl. Ajuntament, 1	973303129	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	36

Ossó de Sió 25318

Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament d'Ossó de Sió	Pl. Major, 1	973390790	ajuntament@ossosio.ddl.net	62
Consultori local Bellver d'Ossó	Pl. 11 de setembre, s/n	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	36



Preixana 25263				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Preixana	Pl. Catalunya, 5	973320404	ajuntament@preixana.cat	62
Consultori local Preixana	Pl. Catalunya, s/n	973321037	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	36

Puigverd d'Agramunt 25318				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Puigverd d'Agramunt	C. Cendra, 9	973391068	ajuntament@puigverdagramunt.ddl.net	62
Consultori local Puigverd d'Agramunt	C. Cendra, 5	973390635	agramunt.lleida.ics@gencat.cat	36

Rocafort de Vallbona 25344				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Rocafort de Vallbona	C. Raval, s/n	973337157	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	36

Rocallaura 25269 (pertany al municipi de Vallbona de les Monges)				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Rocallaura	C. Montserrat, s/n	973337157	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	36
Entitat Municipal Descentralitzada de Rocallaura	C. Montserrat, 3	973331183	emd@rocallaura.ddl.net	

Sant Martí de Maldà 25344				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Sant Martí de Maldà	Pl. Major, 1	973330111	ajuntament@santmarti.ddl.net	62
Consultori local Sant Martí de Maldà	Pl. Major, 16	973331096	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	36



Santa Maria de Montmagastrell 25354				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Santa Maria de Montmagastrell	Av. Catalunya, s/n	973310852	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	36

Seana 25262				
Servei	Adreça	Telèfon	Correu electrònic	Pàgina
Consultori local Seana	C. Les Escoles, s/n	973718359	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	36

Tàrrega 25300					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
A					
ABS Tàrrega – Centre d'Atenció Especialitzada Tàrrega	CAP Tàrrega C. Salvador Espriu, s/n	973501063			34
ABS Tàrrega – Equip d'Atenció Especialitzada	CAP Tàrrega C. Salvador Espriu, s/n	973310852		tarrega.lleida.ics@gencat.cat	34
ABS Tàrrega – Punt d'Atenció Continuada Tàrrega	CAP Tàrrega C. Salvador Espriu, s/n	973310852		tarrega.lleida.ics@gencat.cat	34
a medics	C. Joan Maragall, 6	973310786	659842076	mdelgado@amedics.net	41
Ajuntament de Tàrrega – Bus Urbà de Tàrrega	Pl. Major, 1	973311608		oac@tarrega.cat	70
Ajuntament de Tàrrega – Gòtic	C. Segle XX, 2, 2n (Centre d'Entitats)	973500199		gotic@tarrega.cat	14
Ajuntament de Tàrrega – Oficina d'Acció Social i Ciutadania (OASIC)	Pl. de les Nacions sense Estat, s/n	973502670		oasic@tarrega.cat	63



Tàrrega 25300					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Tàrrega – Regidoria d'Esports	Pavelló Municipal d'Esports - Parc Esportiu del Reguer	973312935		pavellomunicipal@tarrega.cat	17, 19
Albert Alegre Baiget Fisioterapeuta	Piscina coberta municipal C. Joan Brossa, s/n (Parc Esportiu)	616526633		albertalegre@fisioterapeutes.org	38, 46
Ambulàncies DYA Lleida	Pl. de les Nacions sense Estat, baixos, s/n	973986283	650391477	info@dyalleida.es	14, 22, 39, 41, 55, 68
Andreu's Perruquers	C. Agoders, 4	973310359	680877221	anpels@hotmail.com	29, 30
Anna Verdú Fisioteràpia	C. Alonso Martínez, 9, 3r, 2a		696666124	info@avfisioterapia.com	39, 47
Associació Alba	Av. Onze de setembre, s/n	973312221	610401312	arodriguez@aalba.cat	55
Associació Alzheimer de Tàrrega i comarca	C. Alonso Martínez, 11, baixos	973501478	678392561	alzheimer.tarrega@lleida.org	14, 23, 39, 52, 55, 27
Associació de dones Arrel de Tàrrega	Habitatges La Plana, s/n, Bloc 2, esc. A, 3r, 1a	973500275	609179313	donesarrel@gmail.com	9, 14, 19
Associació de Persones Afectades de Dolor Crònic (APADOC)	C. Segle XX, 2 (Centre d'Entitats)	973314131	657216098		9, 15, 20, 23
Associació Els Quatre Vents	C. Carme, 31, 2n, 2a	606790223		info@elsquatrevents.net	20
Associació Fraterna de Minusvàlids i Malalts de Tàrrega i Comarca (FRATER)	Edifici Parroquial Pl. Major, 2	973500903	635622448	fratertarrega@gmail.com	9, 23
Associació Gent Gran Amics del País de Tàrrega	Casal de Gent Gran C. Salvador Espriu, 9	973500008		amicdelpais@hotmail.com	9



Tàrrega 25300					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
Associació Sant Antoni d'Amics de la Residència de Gent Gran de Tàrrega	C. Hospital, 2	973310760		associacio.sant.antoni.tarrega@gmail.com	23
Aula d'Extensió Universitària de Tàrrega	Casal de Gent Gran C. Salvador Espriu, 9	973500008	637841513	aeutarrega@gmail.com	10, 15
Àuria	C. Vilagrassa, 2	677145429			47
B					
Banc Sabadell	Pl. Carne, 11	973311358		0100@bancsabadell.com	72
Bankia	C. Sant Joan, 17	973502001			72
BBVA	Pl. Carne, 10	973311050			72
C					
Catalunya Caixa	Pl. Carne, 15-17	973311292			73
Càritas Parroquial de Tàrrega	C. Urgell, 1	973314079		caritas_tarrega@yahoo.es	24, 56
Carne Duró Grau	C. Ereta, 3	973501160	607346026	caduga56@hotmail.com	47
Centre Bern	C. Mestre Güell, 83	973311572	699269608	osteopatiabern@hotmail.com	39
Centre de Formació d'adults	C. La Pau, s/n	973501712		cfatarrega@xtec.cat	15
Centre Esportiu Sant Jordi	C. El Talladell, 1	646127788		cesantjordi@hotmail.com	10, 15, 20, 40, 47
Centre Mèdic Tàrrega	Av. Catalunya, 74-76, baixos	973312825		cmt@centremedictarrega.com	36, 37, 40, 41, 47
Centre Òptic Tàrrega	Pl. Carne, 2	973500488		centroptictarrega@hotmail.com	42
Centre Podològic Tàrrega	Pl. Carne, 15, 1r, 2a	973314655			45
Club de Bitlles Tàrrega	C. Segle XX, 2 – Centre d'Entitats – Despatx núm. 9	973311474	686491288	clubdebitlestarrega@gmail.com	10, 16
Club Natació Tàrrega	C. Verge de Montserrat, s/n	973311040		cntarrega@cntarrega.org	20



Tàrrega 25300					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
Colchones Colmapi	Av. Catalunya, 86	973311044	646072435	colmapi02@yahoo.es	57
Consell Comarcal de l'Urgell – Consell Consultiu de la Vellesa	C. Agoders, 16	973500707			80
Consell Comarcal de l'Urgell – Serveis Socials d'Atenció Primària	C. Agoders, 16	973500707 (ext. 1)		ssocials@urgell.cat	60
ConSORCI per a la Normalització Lingüística	Consell Comarcal de l'Urgell - C. Agoders, 16	973500707 (ext. 5)		urgell@cpnl.cat	16, 24
Creu Roja Urgell	Av. Catalunya, 51	973500679		tarrega@creuroja.org	10, 16, 24, 56, 57, 63
E					
EKT Perruquers	C. Sant Pelegrí, 29, ent. 1a	973501442	630231892	hecate130@hotmail.com	30
Equilibri Centre Terapèutic	C. Sant Pelegrí, 31	973986071	667823601	equilibri.solucions@gmail.com	40, 44, 45, 48, 57
Equip de neteja	C. Canal d'Urgell, 1	649072389		equipdeneteja@hotmail.es	56
Eurofitness	Piscina coberta municipal - C. Joan Brossa, s/n (Parc Esportiu)	973313169		eurofitness.tarrega@ubae.cat	21
F					
Farmàcia Ernestina Totime Ebuera	C. Sant Pelegrí, 90	973311129		etotimee@hotmail.com	37
Farmàcia Núria Robinat	C. Santa Clara, 2 A	973310451		nuria@farmacianrobinat.com	37, 44, 58
Farmàcia Xavier Robinat	C. Alonso Martínez, 35	973310117	608816546	xavierrobinat@farmactiva.es	37, 42
Fisalut	C. Sitges, 30	973312564		fisalutsl@hotmail.com	40, 48



Tàrrega 25300					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
G					
Generalitat de Catalunya – Casal de Gent Gran de Tàrrega	C. Salvador Espriu, 9	973500008		cgg.tarrega@gencat.cat	11, 16, 21, 21, 45, 53
Generalitat de Catalunya – Oficina de Benestar Social i Família de Tàrrega	Pl. de les Nacions sense Estat, s/n	973501313			64
Grup de Missions i Mans Unides	Pl. Major, 2	973311206		missionsimansunides@gmail.com	24
I					
Ibercaja	Pl. Carme, 19	973311388			73
Iltrida Viatges SA	Av. Catalunya, 8	973443901	973500013	tarrega.d@iltrida.com	26
Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)	C. Joan Maragall, 11-13	973501473			65
K					
Kinesis Fisioteràpia	C. Enric de Càrcer, 5, baixos	973313695	626730799		40, 48
L					
Lamon Viatges, S.L.	C. Sant Antoni Maria Claret, 9, baixos	973314303	686132562	lamonviatges@lamonviatges.com	26
Llar d'Avis del Carme	Pl. del Carme, 12	973311691		info@llardelcarme.es	53, 65
M					
Maria del Valle Muñoz Delgado	C. Montmagastrell, 18	618791634		mdvmd@hotmail.com	48
Museu de la Mecanització Agrària / J. Trepà Tàrrega	Av. Josep Trepà i Galceran, s/n	973311616		informacio@museutrepà.cat	11, 17, 25



Tàrrega 25300					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
N					
Natural Òptics Tàrrega	C. Sant Pelegrí, 29	973501558			42
Natural Àudio					
Neteges Aterovall	C. Ciutat de Mataró, 11 baixos	636892658		david@aterovall.com	56
New School II	C. El Talladell, 7-9, baixos	973311143		secretaria@nstarrega.com	17
O					
Olimpia Sport (Paddle Tàrrega S.L.)	Polígon la Canaleta, 1-c	973502578		web@olimpiasport.cat	21
Opencil centre d'estètica unisex	C. Bombers, 3	680829785			29
Ortopèdia Solucions	C. Segle XX, 1	973986071	667823601	equilibri.solucions@gmail.com	44, 58
P					
Perruqueria Silton	C. Alfons XII, 9	973311275	660030944	silviaitoni@terra.es	30, 31
Perruqueria Tallats Nord	C. Nord, 25, entresol 1r	973501593	608508342	monxy1@hotmail.com	31
Pharmasana	C. Sant Pere Claver, 12	973500433	616276821	pharmasana.tarrega@gmail.com	49, 58
R					
RACC TRAVEL Tàrrega	Av. Catalunya, 23	973500622		tarrega.1557@racctravel.es	26
Residència Sant Antoni - Hospital de Tàrrega	C. Hospital, 2	973310760		residenciatarrega2@yahoo.es	25, 53, 57, 65
Servei de Suport al Dol de Ponent	Habitatge la Plana, Bloc A - Esc 2, 2n, 2a	973501503	639610603	info@serveidedolponent.org	66
U					
UNNIM	Av. Catalunya, 35	973312609		ofi0853@unnim.cat	73, 74



Tàrrega 25300					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina
UNNIM	Pl. Carme, 18	973310151		ofi0050@unnim.cat	73, 74
V					
Viatges Gris Exprés	C. Carrasco i Formiguera, 1 (Edifici Caprabo)	973312405	645970180	tarrega@gris-expres.com	26
Viatges L'Eixida Tours	C. Agoders, 17	973312006		tarrega@leixida.com	27

Tornabous 25331					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Correu electrònic	Pàgina	
Ajuntament de Tornabous	Pl. de la Vila, 1	973570233	ajuntament@tornabous.ddl.net	62	
Associació Casal de la Gent Gran de Tornabous	Pl. de la Vila, 1	973570343		11	
Consultori local Tornabous	C. Major, 34	973570344	tarrega.lleida.ics@gencat.cat	36	

Vallbona de les Monges 25268					
Servei	Adreça	Telèfon 1	Correu electrònic	Pàgina	
Ajuntament de Vallbona de les Monges	C. Prat de la Riba, 3	973330260	ajuntament@vallbonadelesmonges.cat	62	
Consultori local Vallbona de les Monges	C. Prat de la Riba, 3	973330736	bellpuig.lleida.ics@gencat.cat	36	

Verdú 25340						
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Telèfon 3	Correu electrònic	Pàgina
Ajuntament de Verdú	Pl. Major, 1	973347007			ajuntament@verdu.cat	62
Consultori local Verdú	Pl. Major, s/n	973348122			tarrega.lleida.ics@gencat.cat	36
Residència Assistida i Centre de Dia Mare Marcel·lina de Verdú	C. Molí de Vent, 2	973347283	973348092		residenciaverdu@yahoo.es	54



Verdú 25340						
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Telèfon 3	Correu electrònic	Pàgina
Residència i Centre de Dia Sant Pere Claver	C. Molí de Vent, 2	973347249	650777784		santpereclaver@abd-ong.org	54
Taxis Urgell	C. Margorell, 8	973500973	680513300		info@taxisurgell.com	68, 69
Viatges Arsol, S.L.	C. Santa Magdalena, 41	973347036	973117766	629383885	viatgesarsol@gmail.com	27

Vilagrassa 25330						
Servei	Adreça	Telèfon 1	Telèfon 2	Correu electrònic	Pàgina	
Ajuntament de Vilagrassa	C. Tàrrega, 12	973311162		ajuntament@vilagrassa.cat	62	
Associació cultural El Portalet de Vilagrassa	C. Tàrrega, 12			elportaletvilagrassa@gmail.com	11	
Associació de Jubilats i Pensionistes Sant Sebastià	C. Ramon Perelló, 2				11	
Consultori local Vilagrassa	C. Lluís Companys, 1	973500374		tarrega.lleida.ics@gencat.cat	36	
Farmàcia Marta Solé Chandre	C. Tàrrega, 15	973500397	657132668	msole@cofilleida.cat	38	
Raquel Blanco	Casal d'avis Sant Sebastià C. Ramon Perelló, 2	973314945	600389081	ericbueno@hotmail.com	31	

Contactes generals						
Servei	Telèfon 1	Telèfon 2	Telèfon 3	Correu electrònic	Pàgina	
Alsina Graells ALSA	902422242	913270540			69	
Autocars Agramunt	973390642	973390481	973390118	informacio@autocarsagramunt.com	69	
Cots Alsina	973532127	677494900		cotsalsina@cotsalsina.com	70	
Eix Bus	973271470				70	
Emergències	112					



Contactes generals					
Servei	Telèfon 1	Telèfon 2	Telèfon 3	Correu electrònic	Pàgina
Generalitat de Catalunya – Informació	012				
Generalitat de Catalunya – Oficina de la Gent Gran Activa	934831000				66
Generalitat de Catalunya – Sanitat Respon	061				
Hispano Igualadina	902292902				70
RENFE					71





Realització:



Col·laboració:



Impressió finançada per:



Agraïments a: Ajuntament d'Agramunt, Ajuntament de Belianes, Ajuntament de Tornabous, Ajuntament de Vallbona de les Monges, Ajuntament de Vilagrassa, Consorci per a la Normalització Lingüística

