

Zer da Goizaldiak?

Eguneko arreta zerbitzua da, zuretzat zerorrenzat edo zure familiako edozeinentzat jarrita dagoena.

Bere autonomiari eutsi behar dion eta eutsi nahi dion adineko pertsonentzako zerbitzua.

Nahi duzu zure senidea beste pertsona batzuekin egotea?

Nahi duzu konpainia izatea? Guk ere nahi dugu. Goizaldiak-en 8 pertsonako taldeko jarduerak eskaintzen ditugu; ez dugu talde handiagorik egiten.

Autonomia nahi duzu baina laguntza behar duzu?

Animatu zaitetz eta ikusiko duzu:

- Osasun fisikoari eutsi eta hobetzeko modua izango duzu, eta hobeto sentituko zara;
- Osasun kognitiboari eutsi eta hobetzeko modua izango duzu, eta oroimena eta aldatzea hobetuko duzu;
- Lagunarteari eta auzoko bizitzan duzun parte hartzeari eutsi eta hobetzeko modua izango duzu, eta lagun berriak egingo; eta
- Ongizate psikologikoari eutsi eta hobetzeko modua izango duzu, jokoak, eskulanak eta denbora-pasako gauzak eginez.

Ni ere joan naiteke Goizaldiak-era?

HORIXE BAIETZ! 65 urte edo gehiago badituzu, autonomia bazarra edo mendekotasun pixka bat baduzu, Donostian erroldatua bazaude, osasunari eta gizarte harremanei eutsi eta hobetu nahi badituzu eta aisialdiko jardueretan parte hartu nahi baduzu, etor zaitetzke zu ere.



Non gaude?

Zure auzoan bertan, erretiratuen elkarteetan.

- **Altza-Larratxon:** Bellavista elkarte. Larratxo, 26.
- **Amara Berrin:** Gure Egunsentia. Javier Barkaiztegi, 11.
- **Antiguan:** Udalaren lokala. Xalbador Bertsolaria, 14 (GZZ ondoan)
- **Bidebietan:** Guardaplata elkarte. Serapio Mujika, 21.
- **Egian:** Egiatarra elkarte. Mandasko Dukea, 48 behea.
- **Erdialdean:** Jatorra elkarte. Laramendi 14, behea.
- **Grosean:** Udalaren lokala. Nafarroa Beherea, 7.
- **Intxaurrondon:** Intxaurralde elkarte. Zarategi, 66

Zer egin behar dut?

Laguntza eskatu zure auzoko Gizarte Zerbitzuen Zentroan. Han azalduko dizute jakin behar duzun guztia.

Noiz eta nola etor zaitetzke?

Astean hiru egunetan (zehazteko), 10:00etatik 13:00etara.

Interesatzen bazaizu, jarri harremanetan zure inguruko Gizarte Zerbitzuen Zentroarekin, edo deitu **943 48 14 00** telefonora.

Goizaldiak

Servicio de Atención Diurna



DONOSTIA
SAN SEBASTIÁN

- ▶ Gizarte Ekintza
Acción Social
- ▶ Lagunkoia

¿Qué es Goizaldiak?

Es un servicio de atención diurna a tu disposición o al de algún familiar que lo necesite.

Un servicio para aquellas personas mayores que necesitan y desean mantener su autonomía.

¿Quieres que tu familiar esté con otras personas?

¿Quieres que tenga compañía? Nosotros también lo queremos. En Goizaldia os ofrecemos actividades en grupos de hasta 8 personas.

¿Quieres autonomía, pero necesitas apoyos?

Ánimate, podrás mantener y mejorar:

- Tu salud física, para sentirte mejor;
- Tu salud cognitiva, para mejorar tu memoria y tu ánimo;
- Tus relaciones sociales y tu participación en la vida del barrio, para hacer nuevas amistades;
- Tu bienestar psicológico realizando actividades lúdicas, manuales y de entretenimiento.

¿Puedo beneficiarme de Goizaldiak?

Si tienes 65 años o más, eres una persona autónoma o dependiente moderada, estás empadronada en San Sebastián y quieres mejorar o mantener la salud, las relaciones sociales y participar en actividades de ocio, PUEDES!



¿Dónde estamos?

En tu barrio, en las Asociaciones de Personas Mayores Jubiladas.

- **Altza-Larratxo:** Asociación Bellavista. Larratxo, 26.
- **Amara Berri:** Asociación Gure Egunsentia. Javier Barkaiztegi, 11.
- **Antiguo:** Local municipal. Bertsolari Xalbador, 14 (junto al CSS)
- **Bidebieta:** Asociación Guardaplata. Serapio Mujika, 21.
- **Centro:** Asociación Jatorra. Larramendi 14, bajo.
- **Egia:** Asociación Egiatarra. Duque de Mandas, 48 bajo.
- **Gros:** Local municipal. Nafarroa Behera, 7.
- **Intxaurreondo:** Asociación Intxaurrealde. Zarategi, 66

¿Qué tengo que hacer?

Solicitar ayuda al Centro de Servicios Sociales de tu barrio. Allí te explicarán todo lo que necesitas saber.

¿Cuándo y cómo puedes venir?

Tres días por semana (a concretar) de 10:00 h. a 13:00 h.

Si te interesa contacta con el Centro de Servicios Sociales de tu zona o llámanos al **943 48 14 00**

Goizaldiak

Eguneko Arreta Zerbitzua



DONOSTIA
SAN SEBASTIÁN

- ▶ **Gizarte Ekintza**
Acción Social
- ▶ **Lagunkoia**