

COLORS

DISTRIBUCIÓ GRATUITA



NÚM 89 / ANY 2025

**LA CUINA DE L'ADIS
NOU PROJECTE**

**PETITA GRAN HISTÒRIA
DE LA FUNDACIÓ ADIS**



📞 Telèfon
972 880 106

🌐 Web
www.fundacioadis.org

✉ Email
info@fundacioadis.org

📍 Adreça
"El Local" Rec de St. Agustí, 7
17520 Puigcerdà - Girona

LES NOSTRES XARXES



SOM ADIS
EL VÍDEO

fundacioadis.org/qui-som/som-adis



SUMARI

04



LA HISTÒRIA D'ADIS

10 COOP. INCORPORA'M
L'Àgrobotiga, Econeteges i més

11 ADIS GRUPSOCIAL
Adis, Incorpora'm i Cerdanya Treball

12



LA CUINA DE L'ADIS

16 TOTS ELS SERVEIS ADIS
*LLar Residència, El Local, Espai
Obert, Ocell de foc*

21 Ma ÀNGELS RANZ
En agraïment per la teva generositat

COLORS Revista del Grup Social ADIS n° 89 Any 2025

Coordinador: Jordi Segarra
Equip de Redacció: Joana Mir, Txell Comas, Blai García, Pilar Moriche, Ricard Robles, Ramon Solà.

Fotografia portada: Gael Piguillem
Disseny portada:
Tere Contreras i Nuria Contreras
Correcció: Marina Barnola
Maquetació: Redacció COLORS
Edició: 4000 exemplars

Redacció i Administració:
El Local de la Fundació ADIS
Rec de Sant Agustí, 7 baixos
Tel: 972880106
PUIGCERDÀ
adis@fundacioads.org
www.fundacioads.org

Impremta: CADI S.L.
Dipòsit legal: GI-1253-2005

FEM PINYA AMB L'ADIS

L'ADIS ha estat per a moltes persones un regal de la vida. No només per a aquelles persones amb discapacitat que han pogut integrar-se en la vida de comunitat a nivell social i laboral a la Cerdanya, també per a aquells que, des de l'aparent normalitat, hem gaudit de la sensibilitat i estima de les persones anomenades vulnerables. En els gairebé 25 anys de vida de la Fundació ADIS, hem fet moltes coses, moltes. Ho trobareu, gairebé tot, en aquest número especial de la revista COLORS. Els qui hem viscut aquesta història des del principi, ens emociona recordar-ho, els qui no ho coneixíeu, us agradarà saber-ho.

Hem passat de ser una entitat dedicada a l'activitat social, lúdica i cultural (El Local) a ampliar el nostre radi d'acció per a cobrir altres necessitats socials a la Cerdanya: en l'àmbit residencial (La Llar-Residència Rosa Soler), en el laboral (La Cooperativa Incorporam i Cerdanya Treball), en l'atenció a la gent gran (Espai Obert ADIS), en la prevenció de la salut mental de la gent jove (Ocell de Foc). Hem fet de la necessitat, virtut. En una comarca petita, una petita entitat ha acollit molts àmbits d'acció social, i s'ha fet gran. Actualment, a finals del 2024, treballen al Grup Social ADIS, 35 persones. Són persones amb discapacitat o amb risc d'exclusió social i professionals de l'àmbit social: treballadores socials, terapeutes ocupacionals, psicopedagoga...

I com ha estat possible? Mirant enrere reconeixem les fites d'aquest viatge. En primer lloc la determinació dels fundadors, entre ells la Rosa Soler, "Sita" i el Josep Peitx. Tots dos ens van deixar aviat, però la seva llavor viu. En segon lloc, el gran capital humà, les voluntàries i voluntaris. Gràcies a persones que han donat el seu temps i han compartit el seu coneixement s'ha creat un teixit que ha donat suport a moltes persones i ha enriquit el nostre entorn social.

Finalment, els socis-col·laboradors, les administracions, les entitats i les fundacions que han col·laborat en el finançament d'ADIS. I de la persona que ha deixat part del seu llegat a la Fundació. Sense l'aportació d'aquests diners hem de ser conscients que tot això no haguera estat possible.

Ens hem fet grans, sí, però no ens aturem aquí, encara hem de treballar per donar oportunitats a més persones amb discapacitat i en risc d'exclusió social de la Cerdanya. És per això que hem iniciat un nou projecte: "La Cuina de l'ADIS". Un projecte que us expliquem en aquestes pàgines i que necessitarà un gran suport

econòmic. Hem recorregut a entitats públiques i fundacions privades per al finançament d'aquest projecte, però ens caldrà també la vostra aportació en forma de donacions per assolir-lo.

Necessitem que feu pinya amb nosaltres. La pinya és la base del castell, els fonaments, la solidesa, les arrels, la comunitat. Amb aquesta força, entre tots, ho hem construït. Amb el vostre suport hi arribarem. Gràcies.



PETITA GRAN HISTÒRIA DE LA FUNDACIÓ ADIS

1a ETAPA 2002-2005:

El naixement: deixar de ser invisibles

Des de l'any 2000 un grup de persones amb vocació social de la Cerdanya està gestant un projecte que es materialitzarà ben aviat. El gener de 2002 es constitueix, a Puigcerdà, la Fundació Privada ADIS (Afavorir els Discapacitats en la Integració Social). Rosa Soler, "Sita", n'és la presidenta.

Cap dels membres del Patronat d'ADIS, fundació sense ànim de lucre, està vinculat familiarment amb les persones amb discapacitat de la comarca, beneficiàries del projecte.

"EL LOCAL" és el centre social d'ADIS (foto 1), al carrer Coronel Molera, 9 de Puigcerdà. Es defineix com:

- un Espai Obert a tothom.
- un Espai per compartir coneixements.

Un bon nombre de persones de la Cerdanya participen com a voluntaris (foto 2) dirigint o acompanyant les activitats de la Fundació:

- TALLERS: Teatre, llengua de signes (foto 3), alfabetització, manualitats, informàtica...
 - PROJECTE LA MUNTANYA PER A TOTHOM (2004- 2007): impulsat per ADIS en col·laboració amb el Grup Excursionista de la Cerdanya francesa, té l'objectiu de facilitar l'accés a la muntanya a les persones amb mobilitat reduïda, amb la "joelette", (foto 4) una cadira adaptada.
 - LA PISCINA PER A TOTHOM (2005): gràcies a la iniciativa de la Fundació ADIS i el finançament de diverses persones i entitats s'instal·len dues cadires-grua al Poliesportiu de Puigcerdà que permeten a persones amb mobilitat reduïda l'entrada i la sortida de l'aigua amb completa autonomia.
 - SORTIDES: esportives, visites culturals, convivències, esquí de fons i raquetes.
 - ACTIVITATS SOCIALS AL LOCAL: espai de lleure, activitats lúdiques, festes (Carnaval, Nadal)
- El Local de la Fundació ADIS es converteix, en un moment en què no hi havia locals per a entitats, en un espai on diferents associacions de la Cerdanya poden trobar-se i realitzar les seves activitats.



Un bon nombre de persones de la comarca contribueixen al finançament d' ADIS fent-se socis-col·laboradors, i comerços i empreses financen el Full informatiu de la Fundació. Donacions de particulars. Aportacions econòmiques de l'Ajuntament de Puigcerdà i d'altres ajuntaments de la Cerdanya. Ramon Solà, és el tresorer del Patronat d'ADIS. L'impacte social de la Fundació ADIS és tal a la Cerdanya, que l'any 2003 se'ns concedeix el PREMI CERDÀ DE L'ANY (2002) que s'atorga a persones o entitats que s'hagin destacat en la difusió de valors, humanisme o altruisme.

Durant aquests anys la Pilar Moriche és la treballadora social que està al càrrec d'El Local.

2a ETAPA 2005-2008:

Ens fem grans: entrem a les cases i als cors

L'any 2005 mor la Rosa Soler, "Sita", incansable lluitadora, a la qual devem que ADIS sigui una realitat. Rafa Villena és el nou president del Patronat de la Fundació.

A l'octubre de 2005 apareix el primer número de COLORS, revista de la Fundació ADIS. És una publicació gratuïta, bimestral, 24 pàgines, amb un tiratge de 2.500 exemplars, distribuïda a banda i banda de la Cerdanya.

La revista COLORS (foto 7) es publica durant 15 anys (2005-2020), 88 números. Compta amb un extraordinari nucli de col·laboradors voluntaris de diferents àmbits: la salut, l'educació, la natura, la cultura, la il·lustració... Coordinada, en dues etapes, per Jordi Segarra i Sandra Adam, membres del Patronat de la Fundació ADIS.

Donen suport financer a la revista una quarantena d'empreses i professionals de la comarca, a més de l'Ajuntament de Puigcerdà i d'altres ajuntaments de la Cerdanya.

COLORS dona a conèixer:

- La filosofia, les activitats i els projectes de la Fundació ADIS.
- Les històries i experiències personals de persones amb discapacitat, la seva vida diària, els seus somnis.
- Les barreres arquitectòniques i les barreres mentals.



- El treball i els projectes d' entitats socials de l'Alta i la Baixa Cerdanya, i d' arreu.
- La vida i el país d'origen dels nouvinguts (som en un període de gran arribada d'immigrants).
- Els comptes de la Fundació.
- Salut, educació, contes d'arreu del món, cultura, la terra, entrevistes a persones singulars...
- LA TONA, l' euga amb discapacitat, el còmic d' ADIS (2009).

Destaquem en aquest període:

- El Grup de TEATRE d' ADIS creat el 2002 arriba en aquesta etapa al seu clímax. Format per un vintena de persones, la gran majoria amb discapacitat intel·lectual, fa un espectacle cada any que es representa en públic a final de curs, a Puigcerdà, Alp i Bellver. El grup de teatre està en actiu fins el 2013. Destaquem els espectacles: Els Pastorets (en col·laboració amb l'INS Pere Borrell) (foto 5), Qualsevol nit pot sortir el Sol, El metge a garrotades, El xou de Lulú (foto 9) i El Balneari.
 - Taller d' esports SPECIAL OLYMPICS (2007-2011). Participació en els campionats de la Federació ACELL de discapacitats psíquics (foto 8)
 - Taller d' ARTS amb exposició de les obres al Museu Cerdà (2008).
 - PROJECTES TRANSFRONTERERS coordinats per Maryse Riu, membre del Patronat d'ADIS.
- Destaquem la sortida anual de natura i patrimoni: Fêtes de la randonnée i la Fête du sport et handisport.
- Participació en la Festa Multicultural de Puigcerdà (des del 2007).

Per a moltes persones amb discapacitat i les seves famílies, l'impacte d'ADIS és enorme. Participació en un munt d'activitats associatives, visibilitat, desenvolupament de l'expressió i la creativitat a través del teatre, l'art, l'esport... acceptació de la diversitat, normalització i seducció.

Per al teixit associatiu, l'impacte és extraordinari. La fundació ADIS es converteix en centre i pal de paller de gran part de les activitats associatives de Puigcerdà, no solament les dirigides a persones amb discapacitat.

EQUIP ADIS: Està format per 3 persones, educadores i treballadores socials.



3a ETAPA 2009-2016: Una casa per viure

El 30 de gener de 2009 s'inaugura a Puigcerdà la LLAR RESIDÈNCIA ROSA SOLER, (fotos 10-11) un projecte llargament treballat des dels inicis d'ADIS. És un espai residencial per a 8 persones amb discapacitat psíquica.

Prèviament, ADIS va signar convenis amb el Departament d'Habitatge de la Generalitat i amb l' Ajuntament de Puigcerdà per al finançament i la gestió de la llar, situada a la primera planta de l' edifici de promoció d'habitatges de protecció oficial al carrer Sant Agustí de Puigcerdà.

L' equipament de la llar ha estat finançat amb les subvencions de l'Obra Social de Caixa Madrid, la Fundació Roviralta, la Fundació Auris 4 i l' oficina de La Caixa.

L'Ajuntament de Puigcerdà ha estat assignant aquest anys una quantitat fixa per finançar la Fundació.

ADIS, tot mantenint el seu objectiu fundacional, amplia la seva atenció a les persones amb discapacitat a l'àmbit residencial amb l'objectiu d'afavorir la seva independència i l'autonomia.



La Llar Residència Rosa Soler és el primer centre d'aquestes característiques a la Cerdanya. El 30 de juny de 2011 la Fundació ADIS estrena NOU LOCAL al baixos del carrer Rec de Sant Agustí, 7, de Puigcerdà, en el mateix edifici on està ubicada la Llar residència (foto 6).

El nou local està cedit per l'Ajuntament de Puigcerdà, fet que suposa un alleujament econòmic per la Fundació ja que estalvia el lloguer que pagava per l'anterior local.

Altres activitats destacades en aquest període:

- PROJECTE BOOMERANG, iniciat el 2012 en col·laboració amb l'Ajuntament de Puigcerdà, dona suport als nens i nenes de més de 6 anys que necessiten atenció personalitzada de logopèdia, psicomotricitat i fisioteràpia; un servei que, a causa de les retallades, han deixat de prestar els Serveis Socials del Consell Comarcal.

- LA COMISSIÓ DE BARRERES D' ADIS, treballa des del 2008 per millorar l'accessibilitat de Puigcerdà. Col·laborem amb l'Ajuntament de Puigcerdà elaborant un informe on destaquem les zones no accessibles. Finalment el 2020 s'executa el Pla de



millora d'accessibilitat de voreres de Puigcerdà.

- PROJECTE ENGRESCA'T, amb la col·laboració del Taller Claror de La Seu d'Urgell, projecte pioner destinat a persones amb discapacitat psíquica que es poden trobar les tardes de diumenge en un espai festiu, amb música per ballar i per conèixer altres persones.

- PRIMAVERA MUSICAL (2014-2017), en col·laboració amb l'Escola Municipal de Música de Puigcerdà (EMMIF), (foto 14). Concerts al Local d'ADIS amb alumnes, professors i grups musicals de la Cerdanya, a més de tallers per a persones amb discapacitat (percussió, sevillanes, teatre musical, zumba, salsa).

Concerts del FEMAP (Festival música antiga dels Pirineus), des del 2015 dirigits a persones amb discapacitat i a la gent gran (foto 13).

- CORADIS (2014), es crea un grup coral (foto 12) format per una vintena de persones. Dirigit per Rafel Llobet i Xavi Valiente, participa a la trobada de Corals de Cerdanya a Talló (2015).

- Cerdanya Film Festival. En el marc de la 5a edició del Festival Internacional de Cerdanya (2015) una vintena d'usuaris participen en un taller



de cinema solidari. Es realitzen dos curts dirigits i filmats per professionals que són projectats durant el festival.

- JOCS FLORALS DE Cerdanya. Celebrats a Alp, cada any hi participen els usuaris d' ADIS.

- CURSES ESPORTIVES: Sumant capacitats, Dream Runners, entre d'altres.

- FESTA 10 ANYS D'ADIS. Com cada any a l'estiu es fa una festa d'aniversari de la Fundació.

El 2012, per celebrar el 10è aniversari d'ADIS, es fa un sopar a l'Hotel del Prado de Puigcerdà on hi assisteixen prop de 200 persones. Hi participen també 38 joves estudiants d'hostaleria que fan de voluntaris servint el sopar. Durant la festa es projecta un audiovisual dels 10 anys d'ADIS.

Durant aquest període l' EQUIP ADIS està format per 5 treballadores de l'àmbit social.

4a ETAPA 2016-2024: El meu primer treball

A partir del 2016 la Fundació ADIS es planteja posar en marxa el projecte laboral per crear llocs de treball per a persones amb discapacitat.

Al 2020 es constitueix la Cooperativa de Treballadors i Usuaris INCORPORA'M, reconeguda per la Generalitat com a Centre Especial de Treball el 10 de desembre del 2020. La Fundació ADIS és la promotora i sòcia col·laboradora de la Cooperativa Incorpora'm.

El 2022, per poder donar feina a persones en risc d' exclusió social es crea l'empresa d'inserció Cerdanyatreball

Les entitats nascudes de l'impuls de la Fundació i recolzades per aquesta formen el que hem anomenat Grup Social ADIS.

ESPAI OBERT ADIS (2019)

Davant la situació d'emergència creada per l'anunciada desaparició de l'espai Sant Jordi de Puigcerdà que gestiona la Fundació La Pedrera (es tracta d'un centre d'atenció a gent gran amb autonomia), ADIS debat la possibilitat de fer-se càrrec d'aquest servei.

El Patronat d'ADIS decideix ampliar l'objecte fundacional de la Fundació incorporant-hi l'envelliment actiu i l'exclusió social, i aprova fer les reformes necessàries al Local d'ADIS per acollir la gent gran



i constituir l' ESPAI OBERT ADIS que acull, en aquest moment, unes 20 persones. El projecte es coordina per Carme Moreno i Joan-Ramon Peitx, membres del Patronat d' ADIS. El servei s'inaugura el 2019 i es dirigeix per la Gisela Moré .

DINA EN COMPANYIA

Espai per a la prevenció de situacions de solitud i d'aïllament social d'aquelles persones grans que viuen soles, i que desitgen una alimentació equilibrada i saludable. Garanteix un àpat diari saludable i equilibrat, que té en compte en la seva elaboració les necessitats nutricionals de les persones.

OCELL DE FOC

És un Projecte dirigit a persones joves entre 16 i 30 anys de les comarques de l'Alt Pirineu i Aran, on s'ofereixen eines per trobar feina i orientació a nivell formatiu. És un servei d'informació i de prevenció en l'àmbit de la salut mental i de l'abandonament del sistema educatiu.

En Blai Garcia s'incorpora com a gerent de la Fundació ADIS el desembre de 2020.

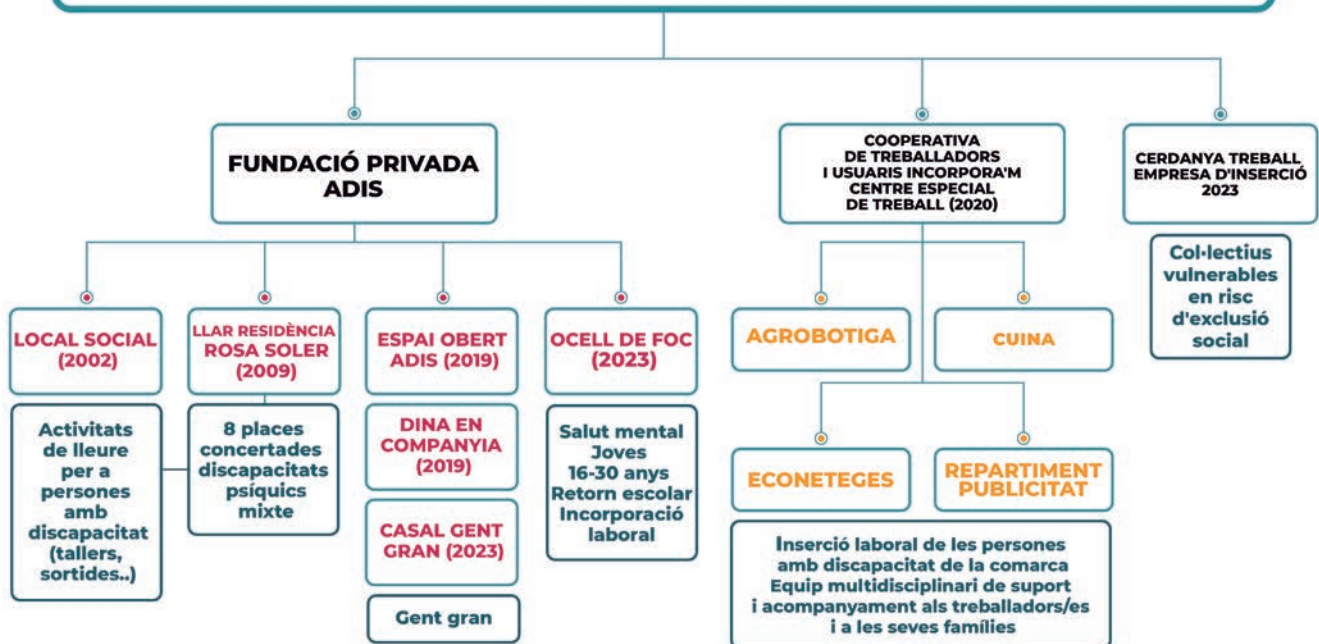
La història d'ADIS no s'acaba aquí, continua.

Avancem cap als 25 anys amb un gran projecte...

EL GRUP SOCIAL ADIS AVUI



ENTITATS SENSE ÀNIM DE LUCRE



DADES:

GRUP SOCIAL ADIS: hi treballen 35 persones

ESPAI OBERT: 20 persones ateses

LLAR RESIDÈNCIA ROSA SOLER: 8 usuaris

OCELL DE FOC: 59 joves atesos el 2023

LOCAL SOCIAL: més de 4.600 hores d'aprenentatge, creativitat i relació social

TESTIMONIS

"Me encanta todo"

Domingo

"M'ajuda a sortir de la meua zona de confort, a superar inseguretats"

Paula

"Molt contenta. Els meus pares estarien orgullosos de mi"

Marisol

"Súper content de tenir feina i sentir-me útil"

Ernest

"M'agrada tenir diners".

Teresa

"Tinc moltes ganes de treballar. Ganes de viure".

Marcos



COOPERATIVA INCORPORA'M

L'any 2016 la Fundació ADIS va iniciar el Projecte laboral Incorpora'm amb objectiu d'afavorir la incorporació al mercat de treball de persones amb diversitat funcional i facilitar així la seva contractació per part de les empreses de la Comarca. Aquest projecte ha anat evolucionant fins a convertir-se en una Cooperativa de treballadors i usuaris de consum.

Des de 2020 la cooperativa està reconeguda per la Generalitat de Catalunya com a Centre Especial de Treball (CET). El centre treballa per facilitar i donar sortida laboral i professional a totes aquelles persones amb discapacitat, que per les seves característiques tenen més dificultats per accedir al món laboral o bé a l'empresa ordinària. A través del treball amb suport, l'acompanyament i la formació, l'equip del CET intenta donar una oportunitat laboral remunerada i adequada a les característiques i necessitats de cada persona, perquè la igualtat d'oportunitats sigui una realitat.

Les actuacions de l'equip multidisciplinari de suport són:

- a) Atenció a la persona i a la seva família per al seu desenvolupament laboral i personal.
- b) Accions formatives grupals en relació amb el lloc de feina, adreçades a la millora de les competències laborals, socials i personals, així com a la participació comunitària.

- c) Tasques de seguiment en el lloc de feina.
- d) Atenció individualitzada d'acord amb l'itinerari personal per a la inserció social i laboral dels treballadors.

En aquests moments, la Cooperativa Incorpora'm gestiona diferents projectes per afavorir la inserció social i laboral de les persones amb discapacitat. Aquests projectes o línies de treball són l'Agrobotiga Cerdanya, Econeteges, distribució de publicitat i els elaborats de Cuina.

Actualment, la cooperativa compta amb quasi 500 socis usuaris de consum i 25 treballadors, dels quals 4 són socis de treball.

“Soc més autosuficient”

Florent

“És una cosa nova. No és fàcil treballar amb persones amb discapacitat. Estic aprenent molt”

Maribel

“Per mi estar aquí és gaudir de la feina. He millorat la meva qualitat de vida”

Ramon



ADIS



L'Agrobotiga Cerdanya

COOPERATIVA INCORPORA'M

Ubicada a Puigcerdà, al carrer La Solana, 2, baixos,
l'Agrobotiga us ofereix:

- Cistelles setmanals ECO, fetes a mida, de fruita i verdura, pa, carn i làctics.
- Cistelles per a regal, lots de Nadal i regals d'empresa.
- Punt de venda de productes artesanals de Cerdanya i d'elaborats de la nostra Cuina.
- Càterings per a entitats i particulars.
- Tastets per difondre el patrimoni gastronòmic de la comarca.

L'agrobotiga
CERDANYA



CONTACTE
972 96 84 64 / 623 22 21 37
comandes@lagrobotigacerdanya.org



LA CUINA DE L'ADIS

Una oportunitat d'inclusió i creixement a la Cerdanya

El Grup Social ADIS, format per la Fundació ADIS, la Cooperativa Incorpora'm i l'empresa Cerdanya Treball tenim com a objectiu principal afavorir la integració social i laboral de persones que formen part de col·lectius vulnerables. El projecte LA CUINA DE L'ADIS neix de la necessitat de fer formació i crear ocupació per a persones amb discapacitat i en risc d'exclusió social.

Antecedents i objectius

Des de fa uns anys utilitzem la cuina de l'Institut Pere Borrell de Puigcerdà per elaborar productes alimentaris que es venen a la nostra Agrobotiga i que es distribueixen a alguns restaurants. Amb l'experiència acumulada, oferirem formació en cuina i hostaleria per als usuaris del Centre Especial de Treball i de l'Empresa d'Inserció, centrada en competències pràctiques i adaptades al sector.

Aquest projecte beneficiarà persones amb discapacitat i en risc d'exclusió social de la Cerdanya

Com ho fem possible?

Gràcies a un llegat que vam rebre d'una persona de la comarca, hem adquirit un local a Puigcerdà per convertir-lo en LA CUINA DE L'ADIS. Aquesta nova infraestructura serà clau per consolidar aquest projecte, ampliar la nostra capacitat de formació i elaboració de productes, i continuar treballant per una comarca més inclusiva i solidària.

Qui en són els beneficiaris?

Aquest projecte beneficiarà persones amb discapacitat i en risc d'exclusió social de la Cerdanya, creant nous llocs de treball i donant la formació necessària per accedir a l'empresa ordinària. També beneficiarà el sector de l'hostaleria de la comarca que guanyarà professionals preparats i amb



competències ajustades a les seves necessitats.

Les fases del projecte

En la fase inicial començarem les obres i equiparem la cuina amb el material necessari. Estem fent una campanya de CAPTACIÓ DE FONDS per posar en marxa aquest espai, el més aviat possible. L'activitat que fem a la cuina de l'Institut la farem a LA CUINA DE L'ADIS: formació de personal i elaboració de productes artesanals.

En una segona fase volem elaborar àpats i distribuir-los als usuaris d'altres serveis d'ADIS: la Llar-Residència, l'Espai Obert ADIS i Dina en companyia. Paral·lelament valorarem comprometre'ns amb altres empreses del sector per col·laborar en l'elaboració d'alguns dels seus productes, fet que afavorirà el procés de formació dels nostres treballadors.

En una tercera fase volem fer front a una altra realitat social: l'augment de persones grans que viuen en aïllament en petits pobles de Cerdanya i que tenen dificultat per comprar o cuinar els seus àpats. La Cuina de l'ADIS vol arribar a ser útil per cobrir aquesta necessitat social.



A Puigcerdà ja tenim el Dina en companyia. Vol-
dríem fer arribar aquest servei a altres pobles de la
Cerdanya per tal d'assegurar una nutrició adequada
i un contacte social que alleugerís la solitud no
desitjada.

Us necessitem a totes i a tots

Un projecte d'aquesta envergadura no el pot fer el
Grup ADIS tot sol. Nosaltres podem elaborar els
àpats a La Cuina de l'ADIS, aportar els recursos hu-
mans i la nostra experiència contrastada al llarg de
gairebé 25 anys de dedicació a les persones vulnera-
bles de la Cerdanya.

Però serà imprescindible que les administracions
(ajuntaments, diputacions...), les Fundacions
privades, i empreses i particulars de Cerdanya ens
donin el seu suport no només moral sinó també
financer. ADIS ha detectat durant tots aquests anys
necessitats socials, no cobertes per les administra-
cions, en col·lectius vulnerables de la Cerdanya. I
no només les ha detectades, sinó que ha aconseguit
donar vida, amb el suport de la societat, a una Llar-

Residència, un Centre especial de treball, una Em-
presa d'inserció, i molts altres serveis. Hem acollit
moltes demandes. Volem arribar encara més lluny.
El projecte LA CUINA DE L'ADIS té una doble fun-
ció social: tant els treballadors com els destinataris
formen part de col·lectius vulnerables.

ADIS presenta el projecte a la societat cerdana. No-
saltres hi creiem fermament. Tenim la voluntat, la
constància, els professionals. La nostra trajectòria
ens avala. Us necessitem a tots. Ens necessitem tots.

Si vols col·laborar a través de
Bizum ho pots fer enviant
el teu donatiu al 05935

A través de la pàgina web
<https://fundacioadis.org/cuina-adis>

CODI QR 



Cerdanya treball EMPRESA D'INSERCIÓ

CERDANYATREBALL, empresa creada el 2022, té per objectiu afavorir la integració laboral i social de les persones en risc d' exclusió social de la comarca.

La igualtat d'oportunitats forma part dels valors de compromís social de la Fundació ADIS. La contractació de persones en risc d' exclusió social és una mostra d'aquesta actuació èticament responsable.

La creació d'aquest projecte es vertebrava en tres eixos fonamentals:

- Formar les persones en risc d'exclusió social per a poder participar al mercat laboral amb els coneixements oportuns (formació inicial i continuada).

- Acompanyar i oferir una orientació integral a aquestes persones per tal que es puguin inserir al mercat laboral i puguin, posteriorment, treballar en l'empresa ordinària.

- Oferir treball de qualitat i amb continuïtat.

L' empresa d'inserció ofereix a les persones treballadores un període de contractació màxim de tres anys. Aquest període ha de facilitar la posterior inserció laboral a l'empresa ordinària.



CerdanyaTreball
EMPRESA DE INSERCIÓ S.L



CONTACTE
634 04 57 80
insercio@cerdanyatreball.org





ADIS



Econeteges

COOPERATIVA INCORPORA'M

Donem servei de neteges a particulars i entitats públiques i privades, oferint solucions adaptades a cada necessitat.

Ens encarreguem de la neteja d'habitatges, instal·lacions, escales de comunitat, garatges i molt més, assegurant-nos que cada espai quedi impecable.

Utilitzen productes i tècniques de neteja respectuosos amb el medi ambient per garantir els millors resultats.



CONTACTE
690 31 45 51
econeteges@incorporam.org





El Local

CENTRE LÚDIC SOCIAL I CULTURAL

Oferim:

1. **Activitats lúdiques, creatives i socials, incloent sortides i activitats a l'exterior, per fomentar la integració, la diversió i el creixement personal de les persones amb discapacitat.**
2. **Orientació i assessorament als usuaris i a les seves famílies per millorar la seva qualitat de vida i benestar.**
3. **Voluntariat que contribueix a crear un ambient acollidor i de suport.**



CONTACTE
972 88 01 06
adis@fundacioadis.org



The logo for ADIS, featuring the letters 'ADIS' in a bold, black, sans-serif font. The letter 'i' is stylized with a vertical line through it and a starburst shape above it, all set against a light blue background.

Llar Residència Rosa Soler **FUNDACIÓ ADIS**

A la nostra Llar-residència, ens assegurem que cada resident rebi el suport necessari per desenvolupar al màxim les seves capacitats. El nostre equip treballa amb dedicació per oferir un entorn càlid i segur, afavorint la independència.

Organitzem activitats que promouen la participació activa i la integració social. Creiem fermament en la importància de crear vincles de confiança i respecte entre els residents i els professionals.



CONTACTE
972 88 01 06
adis@fundacioadis.org



The logo for ADIS, featuring a stylized human figure with arms raised, set against a starburst background, with the letters 'ADIS' in a bold, sans-serif font.The logo for 'OCELL DE FOC', featuring a stylized white bird or flame shape to the left of the text 'OCELL DE FOC' in a large, white, sans-serif font. Below it, the text 'ALT PIRINEU I ARAN' is written in a smaller, white, sans-serif font.

Ocell de foc **FUNDACIÓ ADIS**

El Programa Ocell de Foc té la finalitat d'impulsar projectes que tinguin per objectiu l'atenció a joves, especialment aquells amb problemàtica de salut mental o malestar emocional, i el seu acompanyament cap a l'autonomia personal i la construcció d'una vida independent, proporcionant-los les eines i els recursos per poder aconseguir-ho i per assolir la seva inserció laboral en l'empresa ordinària o la recuperació del seu itinerari formatiu.

El programa va dirigit a persones joves entre 16 i 30 anys de les comarques de l'Alt Pirineu i Aran.



CONTACTE
672 997 291
ocellcerdanya@fundacioadis.org





ADIS



Espai-Obert **FUNDACIÓ ADIS**

L'Espai-Obert és un projecte de la Fundació ADIS dirigit a persones majors de 65 anys de la comarca.

Oferim activitats per treballar la memòria, la sociabilització i la salut física, combinant amb tallers lúdics com manualitats, cuina i arteràpia. El nostre objectiu és atendre i cuidar el benestar dels nostres grans.



DINA EN COMPANYIA

El programa Dina en Companyia de la Fundació ADIS ofereix àpats saludables i equilibrats per a persones grans en un entorn comunitari. Combina l'alimentació amb companyia i activitats socials per combatre la soledat i fomentar l'envelliment actiu. Promou la interacció social, millora la qualitat de vida i reforça els vincles comunitaris.



CONTACTE

972 880 106 / 603 127 225
txell@fundacioadis.org



ADIS PREGUNTES FREQUENTS

Què vol dir ADIS?

Afavorir els Discapacitats en la Integració Social.

ADIS només existeix a la Cerdanya?

La Fundació ADIS es va crear a Puigcerdà l'any 2002 i el seu àmbit d'acció és la Cerdanya.

A què es dedica ADIS?

La Fundació ADIS es va fundar per afavorir la integració social de les persones amb discapacitat en els àmbits social, residencial i laboral, però al llarg dels anys, atenent a la demanda social, s'ha obert també a oferir oportunitats laborals a les persones amb risc d'exclusió social, i a promoure l'envelliment actiu de la gent gran. ADIS és la responsable a la Cerdanya del projecte Ocell de foc, de la Generalitat de Catalunya, dirigit a la prevenció i atenció dels problemes de salut mental dels joves.

ADIS és una empresa privada o pública?

ADIS és una fundació privada sense ànim de lucre.

Què vol dir que ADIS és una entitat sense ànim de lucre?

És una organització privada que té com a objectiu atendre les necessitats socials de persones o grups més vulnerables i que no actua per generar beneficis econòmics.

Com es finança ADIS?

ADIS es finança a través d'entitats públiques (Generalitat, Diputació, Ajuntaments), de fundacions privades i de les donacions de particulars (socis-col.laboradors, donants puntuals). A través de la venda de productes i serveis. Una altra font d'ingressos és el copagament dels beneficiaris dels serveis.

ADIS té prou recursos financers per realitzar la seva tasca?

Les subvencions públiques acostumen a arribar

amb retard i a ser insuficients, fet que fa que necessitem les donacions privades per poder fer front a tots els projectes.

Puc col.laborar econòmicament amb ADIS?

Sí. Podeu fer-vos socis col.laboradors o fer donacions puntuals. Totes les aportacions que feu a ADIS tenen desgravació en la declaració de la renda o en l'impost de societats. Podeu fer donacions a <https://fundacioadis.org/cuina-adis>

Qui són els caps d'ADIS?

El Patronat és l'òrgan de govern i representació de la Fundació ADIS. Els membres del Patronat no reben cap retribució. L'òrgan de decisió de la Cooperativa Incorpora'm és el Consell Rector, escollit per l'Assemblea de la Cooperativa.

Quantes persones treballen a ADIS?

A desembre de 2024 treballen a ADIS 35 persones. Hi ha persones amb discapacitat i amb risc d'exclusió social; i els tècnics, professionals de l'àmbit social i de salut.

Puc treballar al Grup ADIS?

Si ets una persona amb discapacitat o risc d'exclusió social pots dirigir-te a ADIS o enviar el teu currículum. Si ets un professional de l'àmbit social o de salut, pots contactar amb nosaltres.

Puc fer de voluntari a ADIS?

Sí. Posat en contacte amb nosaltres i estarem encantats de comptar amb tu.

Puc col.laborar amb ADIS d'alguna altra forma?

Sí. A L'Agrobotiga de la Cooperativa Incorpora'm podeu comprar productes elaborats per la nostra cuina (croquetes, canelons) i productes ecològics, de proximitat i d'economia social. També podeu contractar els nostres serveis d'Econeteja d'Incorpora'm.



EN RECORD DE LA MARIA ÀNGELS

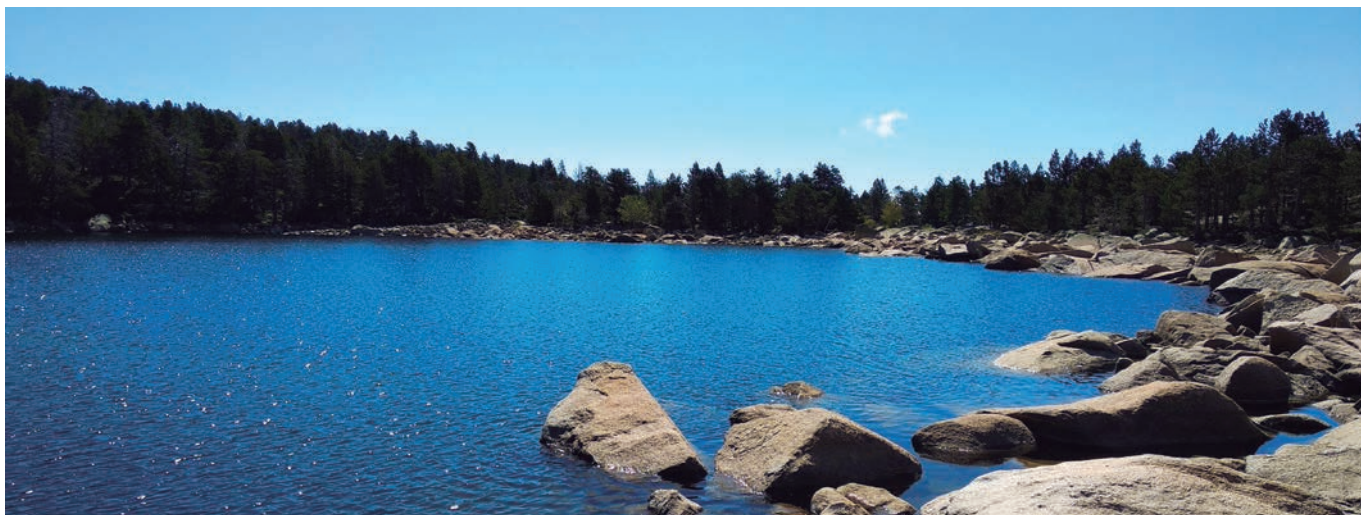
En un racó discret, discret, com era ella, del cementiri de Puigcerdà, descansa la Maria Àngels Ranz, la Mariàngels per als qui la coneixíem. Darrere del vidre del seu nínxol hi ha una petita placa de granit amb unes paraules gravades en color blanc que signa la Fundació Adis.

Els qui hem conegut una mica la Maria Àngels sabem que era una dona discreta, menuda, senzilla, que com empleada de correus distribuïa amb zel la correspondència que li confiaven. La qui va ser la seva cuidadora, la Meri, ens recordaria com s'ho havien passat de bé durant unes vacances que havien passat a Bolívia, als orígens de la Meri. La Marta, amiga de la infància, recorda jocs i complicitats al carrer de les Beates, d'on totes dues eren veïnes.

que aquella dona menuda i amb un gran cor va fer possible.

Uns mesos abans de la seva mort, potser ja la presentia, la Mariàngels va anar al notari a fer testament. La Pili, assistenta social de l'hospital, que li donava tutela, i altres persones de la seva confiança, li havien aconsellat que ho fes, per assegurar-se que les seves inquietuds i la seva voluntat fossin respectades quan ella no hi fos. I així ho va fer: va anar al notari i va llegar la major part dels seus béns a la Fundació Adis.

El llegat solidari de la Mariàngels ha estat essencial per crear i tirar endavant la Cooperativa Incorpora'm, que és un centre especial de treball,



I la Creu, explica que quan ajudava la Mariàngels a fer la declaració de la renda, passava una bona estona sumant la llista de donatius que havia fet a totes les entitats que li demanaven el seu ajut. Un dia del mes d'agost, evoca la Creu amb tendresa, se li va presentar la Mariàngels amb un petit detall com a regal de Nadal, «per si per aquelles dates ja no hi fos, aquí».

I aquell darrer Nadal del 2014 la Mariàngels ja no hi va ser, perquè a principis d'aquella tardor havia acabat la primera part de la seva història. Una primera part, aparentment poc emocionant, com moltes d'altres, però que donaria pas a un nou capítol, a una etapa de gran impacte per a moltes persones,

i també Cerdanya Treball, una empresa d'inserció per a persones vulnerables. Avui, en aquests dos centres ja treballen més de trenta persones. Al mateix temps, s'estan gestant altres projectes que de mica en mica van prenent forma i que permetran oferir a altres homes i dones l'oportunitat de participar activament en la societat i, per tant, tenir una vida millor.

Les xifres són impressionants per una comarca com la nostra, però per sobre dels números destaquen moltes històries d'èxit personal que han estat possibles gràcies a la generositat d'una dona senzilla i bondadosa.

Mariàngels, com diu la placa del cementiri «Gràcies per la teva bondat».

**MOYA
FORNERS**

ARTESANS DEL PA
DES DE 1951

17520 PUIGCERDÀ
info@formmoya.com
www.formmoya.com

Bodega:
Espanya, 26
Tel. 972 88 04 15

EL NERET
Plaça deparació
Plaça de Paralel, 2
Tel. 972 88 10 98

Obrador:
Port de Sant Martí, 19
Tel. 972 88 11 21

B
SERVIGEST BARBERAN
CONSULTORIA EMPRESARIAL
972 883 104 - 972 874 700 - 972 330 333
www.servigestbarberan.es

Làctics Il·lívia
-TRADICIÓ ARTESANA-

**Restaurant
EMMA**

**CARNISSERIA
XARCUTERIA**
Passeig 10 d'Abril, 27129
17520 - PUIGCERDÀ
Tel. 972 88 0332

El deu Cal Calceiro
CASA DE FERRERIA

Delgado
FERRO & FOC

JOC DE TAULA
LIBRES
WWW.MAGIADETAULA.COM
WWW.MAGIADETAULA.COM

Servei Tèxtil
Confecció i col·locació
de tot tipus de cortines.
Mòbil 616935740
C/ Alfons I, 27 - Puigcerdà
Tel. 972 881 145
elisabetblanich@gmail.com

HI
HELIO'S
joc de taula

VILADESAU
LLIBRERIA
PAPERERIA

Major, 37
Tel i Fax 972 880 191
PUIGCERDÀ

MASBLANCH

Park Hotel
PUIGCERDÀ

Ctra. Nacional 260, Km 179
17520 PUIGCERDÀ (Girona)
Tel. 972 88 07 50
www.hotelparkpuigcerda.com
info@hotelparkpuigcerda.com

TRAINER
CENTRE D'ENTRENAMENT

cerdà
logística_aduanas

Agencia de Aduanas Cerdà S.L.
Ctra. de Andorra (omnibus Aduanal)
32799 La Farga de Moies
Tel. 973 35 02 04 | Fax 973 35 29 18
aduanas@aduascerdà.net
www.aduascerdà.net

**Kennedy
Restaurant**
Plaça Herois, 2
Tel 972 88 11 91
17520 PUIGCERDÀ
(Girona)

**M
MARGALL**
PUIGCERDÀ BARCELONA

S/P
SALUT
PILATES

PILATES REFORMER CIRCUIT HIPOD
FITNESS SOL PELVIA
Més Josep M'Òrcel·l - Puigcerdà 638.746.457

L'ESQUELLA
- LLETERIA DE LA Cerdanya -

1974 / 2024
50 ANYS
**Àrea Servei
Puigcerdà**
972 88 14 48
www.afg.cat
Ctra. Nacional 152 Km 171
17520 Puigcerdà

NET I CALÇAT

Pneumàtics
Rentat de vehicles
Mecànica ràpida

Ctra. Nacional 152 (Pla d'Enmet)
17520 Puigcerdà
Tel. 972 88 24 00 - 1669 884 463
netcalcat.net - www.netcalcat.net

CASA LLEVET, S.L.

**VENDA DE
PINTURA I
DECORACIÓ**

Av del Segre, 4 Baixos
17520 PUIGCERDÀ
972 880 690

finques
assegurances
comptable
gestoria
fiscal
laboral
mercantil

carbo@carbosl.com
tel. 972 881 165 - fax 972 140 015
www.carbosl.com | www.finquescarbo.com
C/ Espanya, 26 | 17520, Puigcerdà

**Carnisseria
FONT**
Xarcuteria

Avgda. Catalunya, 32 - Tel. 972 881 190
17520 - PUIGCERDÀ

RAMONOVIRA
VINS I LICORS

Magatzems i Oficines:
T. 972 88 16 13
Av. Pirineus, 103
17520 Puigcerdà
ramonovira@ramonovira.com

jl
TANDEM ESRAI DENTAL

Massegur
El teu proveïdor de referència

Dissenydental
Cirurgia | Periodòncia | Implantologia | Estètica dental

BOMBERERIA PASTISSERIA
Fundada l'any 1806
Més de 200 anys fent la vida més dolça
Major, 20
Ramón Cosp, 2
972 880 103
17520 Puigcerdà

TALLER
MARC MEYA
CARRETER FORT DE SANT MARI 10
17520 PUIGCERDÀ (GERONA)
TELEF: 972 14 96 93

Ximneria 77
Puigcerdà

OGAYAR ELECTRICITAT
Josep Ogayar Garcia
C/ Camí d'Age, 9
17520 Puigcerdà
ogayarelectricitat@gmail.com T. 618.642.920

BAR INDALO

EL RÀPID
www.rapidpuigcerda.com
647.334.957 - 972.14.16.38
info@rapidpuigcerda.com
Higiè de Rivera, 21
17520 Puigcerdà

Butano Cerdanya S.L.

Can Ventura restaurant
Plaça Major, 1
17527 Llívia, Girona
Tel: 972 59 61 75
www.canventura.com
@canventurarestaurant

Occident
ASSEGURANCES
PARTICULARS-VIDA I ESTALVI-SALUT I BENESTAR-LLAR-
AUTOMÒBILS-MASCOTES...
EMPRESES I AUTÒNOMS-COMERÇOS-INDÚSTRIES-CIBERRISC-
RESPONSABILITAT CIVIL...
HORARI DE L'OFICINA Dimarts-divendres 8-15 h.
La resta, contacta amb nosaltres per telèfon o WhatsApp
610 21 70 46 - 972 14 14 17
larry@occident.com
Av. Catalunya, 35 - 17520 Puigcerdà

PODÒLEG
Dra. Carolina Padrós Sánchez
Pons i Gasch, 6 - 2n B
17520 Puigcerdà
Tel. 972 88 22 29

ESPAI CERDANYA
SERVEIS IMMOBILIARIS
Laura Nicolau Romero

Pintures Ceretanes
La Cerdanya
Tel. 609 41 71 66

ESTEVE ILADOMAT
CARNISSERIA XARCUTERIA - QUESIURES
Criatura i elaboració pròpia
C/ Major, 8 - Tel. 972 881 313 - PUIGCERDÀ

pastisseria cerdanya
C. Espanya, 11
Tel. 972 88 03 48
Av. Catalunya, 49
Tel. 972 14 06 31
17520 Puigcerdà

m² metre QUADRAT

RENAULT
Passion for life
GERMANS BOMBARDÓ, SL
REPARADOR OFICIAL RENAULT I DACIA
Reparació vehicles multi-marca i especialistes en Opel
Venda de vehicles nous, seminous i ocasió
Servei de lloguer de Vehicles.
Tel. 972 14 15 16 - germansbombardo@roopel.com
Pol. Ind. Sector Estació, Nou 4-4 - 17520 Puigcerdà

La Borda del Cereta
CUINA DE LA CERDANYA
Cami de l'Antiga Farinera s/n 1er.Pis (Pont de St.Mari) Puigcerdà

Clínica Dental
Dra. Elisabet Gallifa i Limós
Odontòloga - Odontopediatra
C. del Claustre 3, àtic 1a - PUIGCERDÀ
T. 972 88 14 10

Puigcerdà Import, S.L.
Angel Carrillo Cano
Asesor de Servicio de Postventa
Pol. Ind. L'Estació,
Plac. 2, Nou 12
17520 Puigcerdà (Girona)
Tel. 972 14 04 80
e-mail: puigimport@gmail.com

Franur ferreteria
Cadena 88 ferreteria
Av. Prineus, 105-107
17520 PUIGCERDÀ (Girona)
972 141 445
969 705 178
E-mail: ferrateriafranur@yahoo.es
www.ferrateriafranur.com

TAKSI
Des de 2005 transportant persones i sentiments... alguna cosa ens deu fer diferents!
3 places + xofer o S+2 adaptades + xofer
Remolc 0,26m3
Servei aeroport
630 10 32 25
www.taxipuigcerda.com
taxitrigo@gmail.com

Reforma & Repara
Servicios integrados
Tel. 667 706 364 - Fabián Jaén
E-mail: reformayreparatucasa@gmail.com / Puigcerdà

GranVall
serveis immobiliaris

IMMO NEU - LYBICA IMMOBILIARIA
Vicenç Soler Pujadas
Gerent
Tel. 972 88 43 63 - 628 199 148
vs@immoneu.com
C/ Alfons I, 40 - Puigcerdà / Avda. Catalunya, 22-8 - Llívia
registre d'Agents Immobiliaris de Catalunya afic: 4247
api Col·legi Girona

SILVERADO
ANDRÉS SANTANA
972 880 268
616 204 127
ESPAÑA, 32
17520 PUIGCERDÀ

SKIBIKE
VENDA / REPARACIÓ I LOGUER
Avda. Catalunya, 103 - LLÍVIA (Girona) - Tel / Fax 972 89 62 98
skibike@hotmail.com - www.skibike.es

Tutoreria CERDANYA
972 141 272

EC constructora
Carlos Somoza
Gerent
Tel. 606 961 073
info@somozaconstruccions.com
C. Josep Pla, 17 / 17.520 - Puigcerdà (Girona)
www.somozaconstruccions.com

Restaurant TRUMFOS

LA CUINA DE L'ADIS

AMB CADA DONACIÓ, CUINEM SEGONES OPORTUNITATS PER A PERSONES QUE HO NECESSITEN UN PROJECTE QUE COMBINA INCLUSIÓ, FORMACIÓ I SOSTENIBILITAT A LA Cerdanya.

A la nostra comarca, moltes persones amb discapacitat o en risc d'exclusió social troben grans barreres per accedir al món laboral. La Fundació ADIS posa en marxa un projecte per donar feina a aquestes persones.

COL-LABORA



L'Obrador de les Oportunitats

El projecte de cuina d'ADIS no només ofereix feina i formació, sinó també dignitat i esperança.

COL-LABORA

El projecte LA CUINA DE L'ADIS generarà llocs de treball per persones amb discapacitat i en risc d'exclusió social a la Cerdanya.

NECESSITEM LA TEVA COL.LABORACIÓ PER FER REALITAT AQUEST PROJECTE

POTS FER DONACIONS A TRAVÉS DE:

Web: <https://fundacioadis.org/cuina-adis>

Bizum 05935

**I també a:
El Local de la Fundació ADIS
Rec de Sant Agustí, 7 baixos
Tel: 97288106
PUIGCERDÀ**



Les vostres donacions contribueixen a fer una Cerdanya més inclusiva i solidària. Gràcies!