

Pla Estratègic per les persones grans del Baix Llobregat

Setembre 2023



**Diputació
Barcelona**

Direcció tècnica

Josefina Junquero Valle

Servei de Convivència, Diversitat i Cicle de Vida

Àrea de Sostenibilitat Social, Cicle de Vida i Comunitat

Encàrrec

Consell Comarcal del Baix Llobregat

**Professionals participants**

Vicky Castellanos Núñez. Consellera de Feminisme, Gent Gran i Diversitat Sexual i de Gènere

Mònica Chaves Mantillas. Feminismes, Gent Gran i Diversitat Sexual i de Gènere

Olivia González. Coordinadora Àrea d'Acció Social i Salut. Consell Comarcal del Baix Llobregat

Realització

D-CAS (Col·lectiu d'Analistes Socials)

Raquel Moreno

Sarai Samper

Anna Grau



Índex

Presentació	3
1. MARC CONCEPTUAL, CONTEXTUALITZACIÓ I ANTECEDENTS	3
2. OBJECTIUS DEL PROJECTE I METODOLOGIA	13
3. PLA ESTRATÈGIC PER LES PERSONES GRANS DEL BAIX LLOBREGAT	16
4. SÍNTESIS DEL PLA ESTRATÈGIC PER LES PERSONES GRANS DEL BAIX LLOBREGAT	90
5. PROPOSTA METODOLÒGICA PER AL TRASLLAT DE L'ESTRATÈGIA A L'ÀMBIT MUNICIPAL	94
6. ESPAIS DE SEGUIMENT	99
7. ANNEX	101
FITXA PER LA DETECCIÓ DE NECESSITATS DE LES PERSONES GRANS DEL MUNICIPI	102
FITXA PER LA RECOLLIDA DEL MAPA DE RECURSOS	109
FITXA PER L'EXPOSICIÓ DE RESULTATS DE LA PRIORITZACIÓ DE NECESSITATS	112
FITXA PER LA SELECCIÓ DE POSSIBLES ACCIONS A DESENVOLUPAR	114
DINÀMICA DE PRIORITZACIÓ	121
FITXA PER la planificació temporal i organitzativa de les accions	123

Presentació

El Pla d'actuació de mandat de la Diputació de Barcelona concreta el seu compromís institucional en un desenvolupament sostenible i assumeix com a propis els Objectius de desenvolupament sostenible (ODS) de l'Agenda 2030 de les Nacions Unides.

El Servei de Convivència, Diversitat i Cicle de Vida (en endavant SCDCV) de l'Àrea d'Igualtat i Sostenibilitat Social s'alinea amb l'ODS 10, que preveu reduir la desigualtat entre persones i territoris i afavorir la inclusió a partir de la lluita contra les vulnerabilitats, l'11, que vetlla per aconseguir uns governs locals inclusius, segurs i resilients i el 3, que vetlla per una vida sana i promou el benestar per a totes les persones de totes les edats.

L'envelliment de la població i l'abordatge de les seves necessitats i expectatives és un dels reptes comuns de les ciutats i pobles. En aquest sentit, la planificació - consensuada amb el territori- dels recursos i serveis per cobrir les necessitats de les persones grans actives - com a nucli d'intervenció del Servei de Convivència, Diversitat i Cicle de Vida- se situa com una de les prioritats de treball.

L'increment sostingut de l'esperança de vida suposa tenir un percentatge cada cop més gran de la població en edat avançada i és un indicador dels avenços socials que s'han anat produint al llarg dels anys com a conseqüència de l'oportunitat que brinda el desenvolupament sanitari i tecnològic.

Si la prolongació de la vida ha estat un pas endavant, també suposa un repte per tal d'aconseguir que les persones grans visquin en les millors condicions possibles en àmbits com la salut, la participació, amb seguretat i oportunitats d'aprenentatge al llarg de la vida.

Són múltiples i diversos els reptes relacionats amb l'atenció de les persones grans actives i tenen a veure tant amb la introducció de la perspectiva interseccional i multisectorial en la definició dels serveis, com en el treball per a promoure els seus drets i fomentar la igualtat d'oportunitats, el seu benestar físic i emocional i la seva participació i inclusió en la comunitat.

Conscient d'aquests reptes, el Consell Comarcal del Baix Llobregat va demanar a Diputació de Barcelona suport per la redacció primer d'una diagnosi sobre les necessitats de les persones grans de la comarca i després el consens d'un pla d'acció. L'objectiu és conèixer amb més deteniment què preocupa a les persones grans i quines necessitats detecten les persones professionals que hi treballen amb elles per, posteriorment, definir estratègies i polítiques d'envelliment actiu de la comarca orientades i encaminades a la millora de la qualitat de vida de les persones grans de la comarca.

EL SUPORT TÈCNIC DEL SERVEI DE CONVIVÈNCIA, DIVERSITAT I CICLE DE VIDA

El Servei de Convivència, Diversitat i Cicle de Vida presta suport tècnic als ens locals en totes aquelles actuacions relacionades amb el disseny d'estratègies organitzatives i d'actuacions en els àmbits de la diversitat, la no-discriminació i per una convivència inclusiva.

El suport tècnic es defineix com un acompanyament, expert i qualificat, construït a partir dels coneixements i l'experiència acumulats i compartits amb els ens locals -en el marc dels grups de treball, seminaris, jornades i espais de formació- i la reflexió acadèmica.

Des del paradigma de l'envel·liment actiu definit per l'OMS com “el procés d'optimització de les oportunitats de salut, participació i seguretat amb la finalitat de millorar la qualitat de vida a mida que les persones envelleixen”, el SCDCV orienta el seu marc conceptual sobre quatre àmbits d'intervenció:

1

Cohesió social, comunitat i participació

Lligat a la gestió del temps, a generar vincles amb la comunitat, al foment de les relacions intergeneracionals i de participació en la comunitat sigui en activitats de voluntariat o com a part de la vida associativa més pròxima.

2

Benestar i Desenvolupament Personal

Referit als aspectes de benestar físic i emocional, a les necessitats de cura, als interessos formatius, aspiracions i desitjos d'acord a les visions que cada persona té sobre la vida.

3

Drets i Igualtat d'oportunitats

Èmfasi en la garantia, accés i defensa de drets incorporant la perspectiva interseccional, en la lluita contra l'edatisme i altres estigmes associats amb l'edat, en la identificació de la vulnerabilitat i la prevenció de qualsevol forma de maltractament, i en treballar especialment la bretxa tecnològica.

4

Entorn urbà, equipaments i ciutat

S'identifica amb el concepte de ciutat inclusiva i amigable, les barreres físiques dins i fora de l'habitatge que limiten una vinculació efectiva a la comunitat, però també pel que fa a la soledat i a una mobilitat activa.

1. MARC CONCEPTUAL, CONTEXTUALITZACIÓ I ANTECEDENTS

L'Organització Mundial de la Salut va declarar el decenni de 2021 a 2030 com la "Dècada de l'Envel·liment Saludable" per a animar als governs, organismes internacionals, universitats, professionals, mitjans de comunicació, empreses i la societat en el seu conjunt a col·laborar per a millorar la qualitat de vida de les persones majors.

Aquest projecte que busca alinear a tots els països adherits a uns objectius comuns, estableix 4 àrees d'acció:

Àrees d'acció de la dècada de l'envel·liment saludable



1. Canviar la forma en què pensem, sentim i actuem envers l'edat i l'envel·liment.



2. Assegurar que les comunitats fomenten les capacitats de les persones grans.



3. Oferir atenció integrada centrada en la persona i serveis de salut primària que responguin a les persones grans.



4. Brindar accés a l'atenció a llarg termini per les persones grans que la necessiten.

*Disponible en línia: [WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf](#)

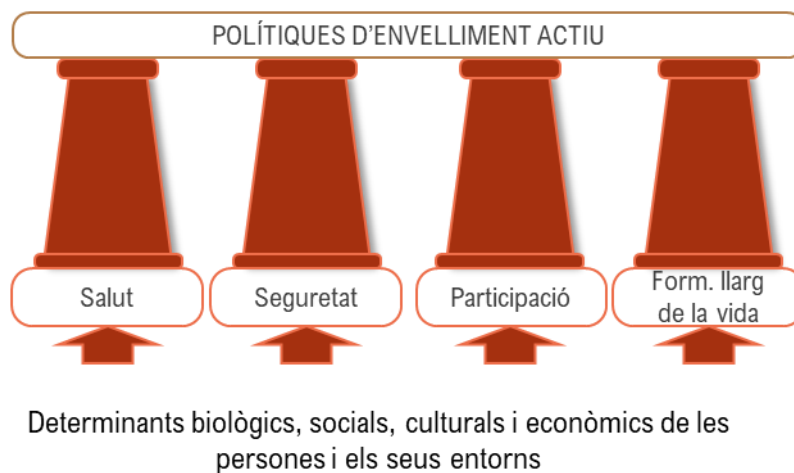
L'interès mundial per la tercera edat no és casual ja que actualment més de mil milions de persones tenen 60 anys o més. En el cas de la comarca del Baix Llobregat les dades són també contundents, prop del 18% de la població de la comarca té més de 65 anys, el que representa 152.722 ciutadans i ciutadanes. Aquest és un nombre que ha crescut en els últims anys i que ho continuarà fent en un futur. És per això que, posar en marxa programes d'envel·liment actiu i saludable a les nostres poblacions és més important que mai.

L'OMS defineix l'envel·liment actiu com "el procés de fomentar i mantenir la capacitat funcional que facilita el benestar en la vellesa. La capacitat funcional consisteix a tenir

els atributs que permeten a totes les persones ser i fer el que per a elles és important”¹.

Aquesta definició de l'envelliment actiu ja no implica necessàriament l'absència total de malaltia, sinó que s'enfoca més en la conservació de les capacitats funcionals per a portar un estil de vida actiu, significatiu i independent. Per tant, l'envelliment actiu es converteix en un procés que s'estén al llarg de la vida, enfocat a mantenir i millorar la salut física i mental.

El marc d'intervenció de les polítiques d'envelliment actiu centre els seus esforços en quatre grans pilars o àmbits d'intervenció: salut, seguretat, participació i formació al llarg de la vida. Els quatre àmbits contribueixen de manera conjunta a promoure i fomentar un envelliment saludable i millorar el benestar de les persones majors. Ara bé, cal tenir present que les persones tenen tota una sèrie de determinants biològics, socials, culturals, econòmics i contextuals que influeixen en les formes en que envellim i en les oportunitats que tenim al nostre abast. Les polítiques d'envelliment actiu hauran d'estructurar-se en aquests 4 grans pilars però tenir molt en compte els determinants personals i contextuals que envolten a les persones per tal d'adaptar les accions a les diferents situacions que ens podem trobar i superar l'inequitat existent entre la població:



Un altre aspecte important de les polítiques d'envelliment actiu té a veure en la mirada que com a societat tenim cap a l'envelliment. Cal una aposta política decidida, concertada i sostinguda en el temps perquè l'envelliment de la població deixi de veure's com un problema i passi a considerar-se una oportunitat. Cada vegada preocupen més els augments previstos dels costos de la salut i l'atenció a llarg termini, així com les conseqüències econòmiques de la disminució proporcional del nombre de joves en edat de treballar. No obstant això, també podem posar l'accent en els importants beneficis econòmics i socials que poden generar les persones grans, especialment quan aquestes poden mantenir-se sanes i actives, per exemple mitjançant la participació directa en la força de treball informal, així com a través dels impostos, el consum, les contribucions a la seguretat social, les transferències de diners i propietats a les generacions més joves, i el treball voluntari.

¹ Organització Mundial de la Salut. 'Envejecimiento activo: un marco político'. Rev Esp Geriatr Gerontol 2002;37(S2):74-105

Molt en consonància amb el que hem dit fins al moment, l'OMS estableix els grans reptes alhora de definir polítiques d'envelliment actiu. Aquests reptes s'hauran de tenir en compte en cadascun dels àmbits d'acció que establim:



A) La diversitat a la vellesa:

Un desafiament important és l'enorme diversitat dels estats de salut i estats funcionals que presenten les persones grans. Aquesta diversitat reflecteix els canvis fisiològics subtils que es produeixen amb el temps, però que només s'associen vagament amb l'edat cronològica.

Significa que algunes persones de vuitanta anys tenen nivells de capacitat tant física com mental similars als de molts joves de vint anys. La política d'envelliment actiu ha d'orientar-se a augmentar al màxim el nombre de persones que presenten aquestes trajectòries positives d'envelliment. I ha de servir per a eliminar molts dels obstacles que impedeixen que les persones grans continuïn tenint participació social i fent contribucions.

Hem de tenir present que, encara que moltes persones continuen el seu creixement personal en l'edat avançada, unes altres es repleguen. Mentre algunes gaudeixen de bona salut, unes altres presenten una pèrdua significativa de la capacitat

i requereixen atenció considerable. Les polítiques no poden centrar-se només en un extrem o altre d'aquest espectre. Així, hem de buscar un marc per a l'acció pública sobre l'envelliment que sigui aplicable a totes les persones grans.

Més enllà de les capacitats físiques i funcionals de les persones, hem de tenir present una diversitat de situacions, preferències i punts de partida que influeixen en la forma final que prenguin aquestes polítiques. Així, tenim persones grans amb nivells educatius més alts i amb habilitats coincidents a aquests que sovint no s'identifiquen amb l'etiqueta de persones grans i rebutgen les activitats exclusives o dirigides a aquest grup de població buscant d'altres intergeneracionals més centrats en interessos i aficions. Alhora, també ens trobem amb persones grans amb nivells educatius més baixos, que necessitaran adaptacions en les activitats i procediments amb l'administració cada vegada més tecnificada, que sí que s'identifiquen amb la categoria de persones grans i busquen els seus espais propis on trobar-se amb persones en situacions i interessos semblants.

Al mateix temps, caldrà tenir en compte la diversitat del territori o de les càrregues familiars de les persones. Algunes amb persones dependents a càrrec seu o donant suport a la cura dels més petits de la família. D'altres, sense càrregues familiars, amb més temps lliure per gaudir.

El Pla d'Envelliment Actiu del Berguedà haurà de tenir en compte aquest ampli ventall de situacions, contextos o preferències si volen atendre l'enorme diversitat intrínseca al col·lectiu de persones grans.

B) L'impacte de la inequitat

La diversitat en la vellesa no és casual. Encara que part de la diversitat es deu a l'herència genètica o a les decisions preses per les persones durant la seva vida, la major part és el resultat d'influències que sovint estan fora del seu control o fora de les opcions que tenen a la seva disposició, atès que els entorns físics i socials que les persones habiten poden influir directament en la salut o per mitjà d'obstacles o incentius que afecten les oportunitats, les decisions i el comportament

A més, la relació que tenim amb el nostre entorn depèn de diverses característiques personals, com la família en la qual vam néixer, el nostre sexe i el nostre origen ètnic. La influència de l'entorn sovint es veu alterada essencialment per aquestes característiques, la qual cosa produeix desigualtats en matèria de salut, i quan aquestes són injustes i evitables, es generen inequitats en aquest àmbit. De fet, una part important de la gran diversitat en la capacitat i les circumstàncies que s'observen en l'edat avançada probablement es deu a aquest efecte acumulatiu d'aquestes inequitats en salut al llarg de tota la vida. A això se'l coneix a vegades com a avantatge o desavantatge acumulatiu.

Aquestes influències són rellevants per als responsables de formular polítiques per dues raons. En primer lloc, han de saber que les persones que experimenten majors necessitats de salut en algun moment de la vida també poden ser les que tinguin menys recursos per a afrontar-les. En segon lloc, les polítiques d'envelliment actiu han de formular-se de forma que superem com a societat aquestes inequitats i no les reforcem amb la nostra acció pública.

C) Estereotips antiquats i noves expectatives

Alguns dels obstacles més importants per a formular una bona política d'envel·liment actiu són els estereotips i prejudicis que tenim com a societat cap a les persones grans. Encara que existeixin estudis que demostrin la gran contribució que fan les persones grans a la nostra societat sovint se'ls considera una càrrega o se les veu com a persones febles, allunyades de la realitat o dependents. Si es parteix d'aquestes actituds per a formular les polítiques, la conseqüència sol ser un fort èmfasi en la contenció de la despesa.

Aquests estereotips obsolets s'estenen a la forma en la qual habitualment es concep el curs de la vida, ja que se suposa que està circumscrit per una sèrie rígida d'etapes. En contextos com el de l'estat de benestar, aquestes etapes solen ser la primera infància, els anys d'estudi, un període definit d'anys de treball i, després, la jubilació. No obstant això, es tracta de constructes socials que tenen poc fonament fisiològic. La idea que l'aprenentatge ha d'ocórrer només durant les primeres etapes de la vida reflecteix models obsolets segons els quals ens formem per ocupar un lloc de treball únic i estable durant tota la vida.

Una conseqüència d'aquest enquadrament rígid del curs de la vida és que els anys addicionals que porta l'augment de la longevitat sovint es consideren una simple ampliació del període de jubilació. No obstant això, si aquests anys addicionals poden viure's en bon estat de salut, llavors, aquest enfocament sobre la manera en la qual haurien de viure's resulta molt limitador.

Per tant, si les polítiques ho permeten, la combinació d'una major longevitat amb una bona salut pot possibilitar una infinitat de variacions en les etapes tradicionals del curs de la vida. Aquests canvis poden beneficiar no sols als individus, sinó també a la societat en general, en oferir majors oportunitats perquè les persones grans contribueixin amb la seva participació en múltiples activitats socials.

D) Un món canviant

No es tracta només que les persones grans puguin aspirar a viure molt més que abans, sinó que el món que les envolta ha canviat. Els grans avanços en les tecnologies de la informació i la comunicació, així com el transport i les comunicacions, han permès la ràpida globalització de les activitats econòmiques i culturals, juntament amb l'augment de la migració, la desregulació dels mercats laborals i el canvi dels llocs de treball que van ocupar tradicionalment moltes de les persones ara d'edat avançada cap a nous sectors de l'economia. A més la relació amb les administracions, els proveïdors de subministraments bàsics i fins i tot les relacions socials s'ha tecnificat tant que ha canviat completament les habilitats necessàries per viure amb autonomia amb les nostres societats.

Per a algunes, amb nivells educatius més alts i estabilitat financera, aquests canvis en persones grans creen noves oportunitats. Per a unes altres, pot ser que aquests canvis supprimeixin les xarxes de seguretat social que, d'una altra manera, haguessin tingut a disposició. Per exemple, mentre que la globalització i la connectivitat mundial poden fer

que sigui més fàcil per a les generacions més joves migrar altres ciutats, també poden fer que les persones grans quedin soles als seus municipis sense les estructures tradicionals de la família a les quals, d'una altra manera, haguessin pogut recórrer a la recerca de suport.

A més, les unitats familiars són cada vegada més petites així que ens trobem cada vegada més a persones grans que viuen soles i en situacions de vulnerabilitat econòmica i aïllament social.

Altres dues tendències importants reforcen aquests canvis en l'estructura familiar. Tal com veurem en pròxims capítols, la disminució en la taxa de natalitat indica que el nombre relatiu de persones més joves en una família és molt més menor del que solia ser. Al mateix temps, s'han produït destacats canvis en les normes de gènere i en les oportunitats per a les dones. En el passat, les dones exercien la funció essencial de cura, tant dels nens com dels familiars d'edat. Aquesta funció restringia la participació de les dones en la força laboral remunerada, la qual cosa va tenir moltes conseqüències negatives per a elles, com un major risc de pobresa, menor accés a serveis de salut i seguretat social de qualitat, major risc d'abús, mala salut i menor probabilitat d'accedir a una jubilació. En l'actualitat, les dones cada vegada més són actives en el mercat laboral, la qual cosa els proporciona major seguretat en la vellesa. Però aquests canvis també limiten la capacitat de les dones i les famílies per a cuidar a les persones grans que ho necessiten.

SÍNTESIS DELS GRANS REPTES DETECTATS A LA COMARCA ENTORN A L'ENVELLIMENT ACTIU

Durant l'any 2022 la Diputació de Barcelona va donar suport al Consell Comarcal del Baix Llobregat en l'elaboració d'una diagnosi per la detecció de les necessitats de les persones grans de la comarca i la identificació dels equipaments i serveis existents per cobrir-les.

Durant el treball de camp del projecte van participar prop de 120 persones entre:

- Professionals dels diferents municipis de la comarca (35)
- Càrrecs electes de la comarca (15)
- Persones grans de la comarca (70)

A continuació presentem una síntesis de quins són els grans reptes que es van detectar a partir de l'anàlisi realitzada i estructurats segons els 4 àmbits que marca el paradigma de l'envelliment actiu. Aquests reptes són els que van guiar el debat i reflexió que va donar peu al Pla d'Acció resultant.

Reptes àmbit **SALUT I BENESTAR**



Aïllament i solitud no desitjada. Especialment, greu en el cas de persones grans en situació de fragilitat i problemes de mobilitat que dificulta les seves oportunitats per sortir i fer activitats. També en persones amb xarxes socials febles. La dificultat es troba en la detecció d'aquestes persones i en l'articulació de serveis o grups de persones voluntàries que puguin fer un apropament i un acompanyament per ampliar la freqüència i qualitat de les serves relacions socials així com apropar-les a les activitats que es realitzen als seus territoris.



Atenció sanitària rígida. Amb un sistema sanitari que no sempre pot atendre amb la rapidesa, cura i proximitat que necessiten les persones grans. A més, cada vegada més tecnificat, amb llargues llistes d'espera i una alta rotació de professionals sanitaris que per altra banda, sovint no estant especialitzats en gerontologia. Això comporta una sensació de desatenció entre les persones grans.



Necessitat d'altres serveis complementaris als sanitaris per millorar la qualitat de vida de les persones grans. Desigualtats a la comarca per poder accedir a altres serveis complementaris que podem millorar la qualitat de vida de la gent gran com poden ser serveis de podologia, perruqueria, fisioteràpia o atenció psicològica o emocional.



Persones grans en situació de vulnerabilitat alimentària. Existència de persones grans amb una alimentació deficient bé per problemes físics o malalties, per baixos ingressos o per manca de companyia per compartir la cuina i els àpats.

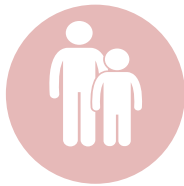


Alternatives residencials per envellir de manera comunitària. Cada vegada són més les persones grans que expressen el seu malestar amb les residències. És per això que s'expressa la demana de comptar amb altres alternatives. No obstant això, els serveis d'atenció domiciliària són clarament insuficients i altres alternatives residencials per viure en companyia com habitatges tutelats o cooperatives d'habitatge, són molt minoritaris.

Reptes àmbit **SEGURETAT I RESPECTE**



Maltractament cap a les persones grans. Els i les diferents professionals detecten com el maltractament cap a les persones grans augmenta, sent les malalties degeneratives i les situacions de dependència un factor de risc perquè es produeixin més situacions de maltractament. La detecció de casos de maltractament cap a les persones grans és una tasca difícil perquè sovint, aquestes, no ho comuniquen i els casos queden invisibilitzats.



Atenció poc adequada i infantilització de les persones grans per part dels serveis i professionals Les pròpies persones grans reconeixen que no sempre reben un tracte adequat des dels serveis públics o privats, menyspreant les seves opinions i rebent un tracte infantil que no correspon amb el valor i respecte que mereixen.



Poca adaptació de l'urbanisme a les persones grans. La ciutat ha de permetre i potenciar la mobilitat, la seguretat i la participació de les persones grans dins de la ciutat. Per fer-ho, és important tenir en compte el disseny de la ciutat, el qual, actualment, no sempre s'ajusta a les necessitats i preferències de les persones grans (Voreres amples, sense sotracs, accessibles, espais verds, il·luminació, socialització a l'espai públic...)



Perillositat de la circulació del trànsit. Es detecten diferents factors que influeixen en la seguretat viària de les persones grans: mala senyalització, circulació de vehicles a elevada velocitat, congestió del trànsit, circulació de patinets i bicicletes per camins no permesos i a elevada circulació.



Sentiment d'inseguretat. Diferents factors contribueixen a l'increment o a la disminució del sentiment de seguretat de tota la població. En aquest sentit, la presència policial o dels agents cívics, els consells i els tallers preventius incideix en la tranquil·litat i la comoditat de les persones grans. Es demana un esforç per arribar a un major nombre i diversitat de persones.



Tracte poc sensible de les entitats bancàries. La digitalització i desertització bancària dificulten l'accés als serveis financers. També es manifesta la inseguretat que provoca el fet que algunes entitats i empreses intentin vendre productes que no sempre responen a les seves necessitats.



Canvis demogràfics en els municipis que poden provocar desconeixement i desconfiança entre el veïnat. La creació d'espais més naturals, harmònics, afavorint la socialització i la coneixença del veïnat, incrementen els sentiments de seguretat.

Reptes àmbit **PARTICIPACIÓ**



Necessitat de continuar treballant la participació activa de les persones grans en les activitats i esdeveniments del territori. Tot i que les persones grans acostuma a ser un perfil molt participatiu en les activitats que es realitzen als territoris, els i les professionals insisteixen en la necessitat d'implicar-les més activament, especialment aquelles que estan més aïllades.



Manca de participació intergeneracional en les entitats del territori. Les entitats del territori no aconsegueixen sumar suficient participació. Algunes d'aquestes, tenen un caràcter més tancat i no s'incentiva la incorporació de persones noves de diferents edats.



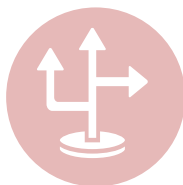
Manca d'espais intergeneracionals on participin les persones grans. Es valora molt positivament l'intercanvi d'experiències intergeneracionals, així i tot, pocs són els projectes que fomenten aquestes relacions.



Casals de gent gran poc atractius per les noves generacions de persones grans. Aquest model de casal no acaba d'atreure als grups de persones grans més joves. No se senten identificats amb el model d'equipament i no volen participar de les activitats.



Activitat física inaccessible i poc diversa. És rellevant que el territori asseguri la disponibilitat d'activitat física i que aquesta sigui accessible, diversa i econòmica.



Falta de serveis de suport i orientació a la jubilació. El procés de jubilació comporta canvis rellevants en les rutines i en les relacions socials que han de poder disposar de serveis d'acompanyament i orientació a aquestes situacions.



Transport i mobilitat deficient que dificulta la participació. El transport i la mobilitat afecta directament en els diferents pilars de l'envelliment actiu, en l'autonomia i per tant, en la qualitat de vida. Per aquest motiu, cal assegurar un transport accessible, adaptat a les diferents situacions econòmiques de les persones grans i disponible en les diferents zones de la comarca.

Reptes àmbit **FORMACIÓ AL LLARG DE LA VIDA**



Manquen oportunitats per fomentar la formació al llarg de la vida. L'oferta formativa per a persones grans no sempre està present a tots els territoris. Si bé existeixen cursos de digitalització, són menys freqüents altres ofertes que responguin a inquietuds culturals i d'aprenentatge més diverses. En aquest sentit, les aules d'extensió universitària són un bon recurs però que només està present al 24% dels municipis.



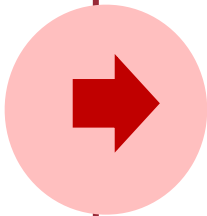
Bretxa digital. La Covid-19 ha acabat d'instaurar la digitalització de la nostra societat d'una forma molt accelerada. No obstant, moltes persones grans no tenen accés a Internet, aparells per connectar-se o ni tant sols coneixements suficients per accedir-hi.



Continguts informatius poc accessibles. Per tal d'assegurar la participació de les persones grans en els esdeveniments de la ciutat, en la formació, o incrementar la prevenció pel que fa a la seva seguretat, cal poder transmetre la informació i els continguts d'una manera clara i concisa amb formats i dissenys amigables amb les persones grans.

2. OBJECTIUS DEL PROJECTE I METODOLOGIA

Partint de la diagnosi realitzada i els reptes identificats, l'objectiu principal del projecte ha estat:



Planificar, definir i prioritzar les estratègies i actuacions per donar resposta a les necessitats, preferències i aspiracions de les persones grans segons els recursos i serveis disponibles a la comarca del Baix Llobregat.

Per l'assoliment d'aquests objectius hem seguit una metodologia participativa que ha tingut en compte les opinions i testimonis de diferents perfils rellevants. Així, han participat en l'estudi:

- 75 professionals de diferents àmbits (sanitari, social, cultural, formació, seguretat i comunitari)
- 22 persones del Consell Consultiu de la Gent Gran i altres persones grans participants als grups focals de la diagnosi

A continuació exposem la metodologia que s'ha dut a terme pel desenvolupament del projecte:

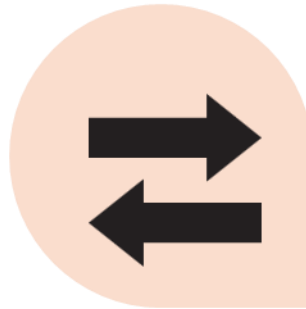
Metodologia



PROPOSTA D'EIXOS I ACCIONS

4 grups de professionals pels diferents àmbits:

- Salut i benestar
- Participació
- Formació al llarg de la vida
- Seguretat i respecte



CONTRAST PROPOSTA

Consell Consultiu + participants dels anteriors grups de discussió.



CONCRECCIÓ D'ACCIONS

4 grups de professionals pels diferents àmbits:

- Salut i benestar
- Participació
- Formació al llarg de la vida
- Seguretat i respecte



ESPAIS DE SEGUIMENT

Representants del Consell Comarcal del Baix Llobregat



VALIDACIÓ DEL PLA

Sessió plenària amb representants de:

- Càrrecs electes
- Professionals
- Persones grans

QUI

QUÈ

Objectiu: partint de la diagnosi i de la recerca d'accions que s'estan duent a terme a nivell nacional o internacional, les professionals van fer una primera proposta d'eixos de treball i accions

Objectiu: fer aportacions a la proposta

Objectiu: concretar les accions i estructura del Pla Estratègic

Objectiu: definir una proposta per traslladar l'Estratègia als municipis de la comarca i definir espais de seguiment

Objectiu: validar la proposta final del pla i establir un calendari de treball



3. PLA ESTRATÈGIC PER LES PERSONES GRANS DEL BAIX LLOBREGAT

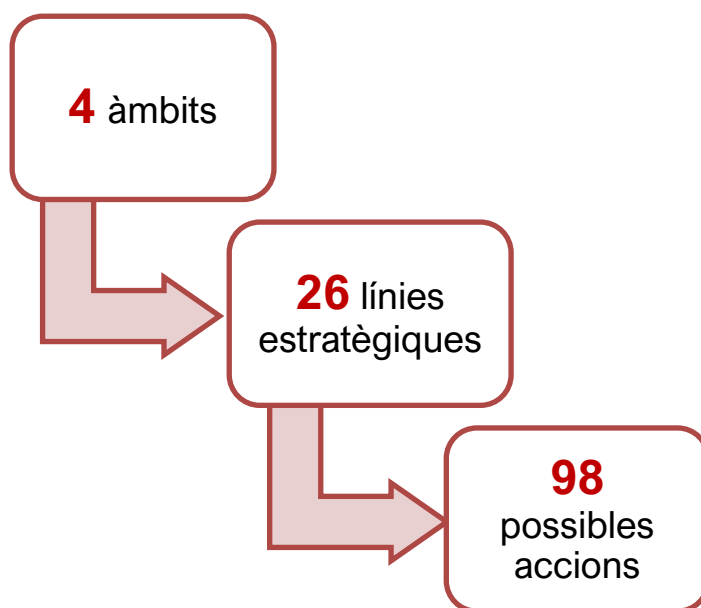
La proposta que aquí presentem s'estructura en els 4 grans àmbits d'acció dels projectes d'envelliment actiu i desplega per cadascun d'elles tota una sèrie línies estratègiques i accions que es podrien desenvolupar en els municipis de la Comarca.

Com es traslladi l'estratègia a cada municipi pot dependre de múltiples factors:

- Característiques sociodemogràfiques del seu territori
- Necessitats específiques i priorització que es vulgui fer de les mateixes
- Recursos disponibles
- Prioritats polítiques

Per cadascun dels àmbits i línies estratègiques que presentarem tot seguit es desplega tot un conjunt d'accions que a partir dels grups de treball s'han considerat com a rellevants. Ara bé, els municipis de la comarca poden escollir quines són aquelles que volen i poden desenvolupar en els propers anys. En el proper capítol desenvoluparem una proposta metodològica per l'adaptació de l'estratègia a l'àmbit municipal.

En aquest capítol despleguem l'estratègia en un sentit ampli per a que cada municipi de la comarca del Baix Llobregat se la pugui fer seva:



A continuació presentem un diagrama general dels àmbits i línies estratègiques i tot seguit passem a desenvolupar cadascuna d'elles:

D) Per una construcció col·laborativa del coneixement

1. Aprofitar el capital cultural de les persones grans. Mestratge sènior
2. Lluitar contra l'escletxa digital
3. Promocionar la formació al llarg de la vida
4. Transport accessible i amable



1. Fer una prospecció dels interessos i necessitats de les persones grans
2. Ofertar activitats variades i accessibles per afavorir una vida activa
3. Modernitzar els casals per les persones grans
4. Fomentar les relacions intergeneracionals
5. Preparar per la jubilació
6. Fomentar la participació activa de les persones grans en la realització d'activitats
7. Fer una difusió amable
8. Transport accessible i amable



C) Per una participació activa i constructiva

A) Per una vellesa amb salut

1. Detecció persones grans en situació de vulnerabilitat social i de salut
2. Atenció a persones en situació de solitud no desitjada
3. Empoderament per la salut
4. Garantir el dret a l'alimentació
5. Desenvolupament de serveis complementaris per l'atenció de les persones grans, la seva salut i la seva autonomia
6. Facilitar alternatives habitacionals adaptades a les persones gran
7. Donar suport a les persones cuidadores
8. Transport accessible i amable



1. Facilitar la mobilitat viària segura
2. Construir un urbanisme amable i respectuós amb les persones grans
3. Lluitar contra el maltractament
4. Potenciar l'autoprotecció
5. Fomentar del bon tracte cap a les persones grans
6. Transport accessible i amable



B) Per un entorn on conviure amb seguretat i respecte

A) PER UNA VELLESA AMB SALUT

Les **persones grans fan aportacions a la societat de moltes maneres**, ja sigui en el si de les seves famílies o en els municipis en els quals resideixen. No obstant això, l'abast d'aquests recursos humans i socials i les oportunitats que tindran per desenvolupar plenament les seves capacitats, dependran en gran mesura de la seva salut. Si les persones viuen aquesta etapa de la seva vida en bon estat de salut, la seva capacitat per a fer el que valoren a penes tindrà límits. Però **si aquests anys addicionals es caracteritzen per la disminució de la capacitat física i mental, les conseqüències per a les persones majors i per a la societat seran molt més negatives.**

Però la mala salut no ha de ser la característica predominant i limitant de les poblacions d'edat avançada. **La majoria dels problemes de salut de les persones grans són el resultat de malalties cròniques i és possible prevenir o retardar moltes d'elles amb hàbits saludables.** De fet, fins i tot a edats molt avançades, l'activitat física i la bona nutrició poden tenir grans beneficis per a la salut i el benestar. Fins i tot les persones en una situació de cert deteriorament de les seves capacitats poden anar on necessiten anar i fer el que necessiten fer si compten amb els entorns favorables adequats. La cura d'aquestes persones a llarg termini i el suport poden assegurar una vida digna, amb oportunitats per al creixement personal sostingut.

Durant la diagnosi realitzada a la comarca hem pogut detectar tota una sèrie de dificultats que impedeixen a les persones grans de la comarca viure aquesta etapa amb la màxima salut per preservar i allargar al màxim les seves capacitats: aïllament i soledat no desitjada, dificultats d'accés a l'atenció sanitària, manca de serveis complementaris que millorin la qualitat de vida, obstacles a les seves llars i hàbits poc saludables continuen sent freqüents entre les persones grans.

És aquí on les polítiques locals poden tenir molt a dir fomentant les capacitats de les persones grans. Aquest eix de treball s'estructura en 7 grans línies estratègiques i desplega tota una sèrie de possibles accions a desenvolupar en els municipis del territori:

A.1. Detecció i atenció de persones grans en situació de vulnerabilitat social i de salut

Per aquest eix es considera de gran importància fomentar el treball en xarxa i implicar als diferents agents en aquest objectiu comú. Això aporta beneficis per als mateixos professionals que senten la seva acció i funció més coherent i lligada al territori, al teixit social i a la tasca que s'està fent des d'altres punts. Però, a més a més, implica beneficis per a la mateixa persona que s'atén donant una resposta més integrada i coherent al que necessita i no tant parcialitzada segons el recurs que l'atén.

Les accions que es proposen en aquest eix de treball són les següents:

Nom de l'acció	TAULES DE SALUT
Descripció	Espai de treball transversal que aglutini la participació d'agents diversos de la comunitat que poden tenir contacte amb les persones grans del municipi. La seva composició pot variar segons cada municipi, però cal incloure tots els departaments de servei a les persones. Una possible proposta podria ser: • Àrea o departament de salut municipal • Àrea o departament de gent gran • Serveis socials • Àrea o departament d'esports • Àrea o departament de cultura • Centres de salut • Centres cívics o casals culturals • Policia local • Agents privats com residències o centres de dia • Associacions i casals de persones grans • Teixit associatiu de pacients • Farmàcia comunitària • Voluntariat d'entitats que realitzen acompanyament a persones grans • Ensenyament, especialment per tractar els projectes intergeneracionals
Objectius	És possible que alguns municipis ja comptin amb una Taula de Salut creada amb anterioritat. Si aquest és el cas, es poden sumar als objectius que ja tinguin establerts d'altres específics per la detecció de persones grans en situació de vulnerabilitat: • Detecció de casos de persones grans en situació de vulnerabilitat. Compartir els casos detectats des de cada servei per establir una estratègia conjunta. • Afavorir el coneixement mutu i confiança entre els agents que treballen amb persones grans així com els recursos existents al territori. • Posar en comú les necessitats que s'estan detectant entre les persones grans especialment aquelles que estan en situació de vulnerabilitat social i/o de salut. • Fer més efectiva la coordinació entre agents per una millor detecció i atenció dels casos de persones grans establint estratègies d'intervenció integrades.

	• Afavorir el treball en xarxa per impulsar projectes col·laboratius entre agents.
Indicadors de seguiment	• Nombre de reunions al llarg de l'any • Nombre de professionals participants • Nombre de casos compartits per definir estratègies conjuntes • Nous projectes transversals impulsats • Valoració dels professionals: grau d'utilitat de la taula de l'1 al 10

Nom de l'acció
COMISSIONS OPERATIVES PER L'ATENCIÓ DE CASOS
Descripció

Sovint poden donar-se situacions on l'atenció d'un cas concret implica la intervenció de diversos professionals alhora. En altres ocasions, tot i que no es faci una atenció integral, és necessari compartir informació sobre casos concrets per evitar donar missatges contradictoris o aportar una mirada i forma d'atenció coherent entre diversos professionals.

Parlem de casos complexos que sovint requereixen de la intervenció de professionals i perspectives diverses.

Es proposa doncs crear comissions operatives i específiques per aquests casos que comptin amb la participació dels diferents agents implicats. Els professionals que podrien intervenir són:

- Serveis socials
- Salut
- Policia local
- Gent gran

Objectius

- Compartir informació sobre el cas. Els i les participants posen de manifest que la Llei 12/2021 modifica la Llei 12/2007, on es contempla la possibilitat de compatir dades entre els proveïdors públics del sector social i sanitari. S'adjunta a les observacions.
- Unificar l'anàlisi del cas i les línies i formes d'intervenció que es poden desplegar
- Coordinar accions conjuntes
- Fer seguiment dels casos

Indicadors de seguiment

- Nombre de casos treballats a través de la comissió
- Valoració dels professionals: grau d'utilitat de la comissió de l'1 al 10

Observacions

Article 71. Modificació de la Llei 12/2007, de serveis socials S'afegeix una disposició addicional, la quinzena, a la Llei 12/2007, de l'11 d'octubre, de serveis socials, amb el text següent: «Disposició addicional quinzena. Comunicació de dades entre serveis sanitaris del sistema públic »

1. *Per tal de garantir l'atenció integral efectiva de les persones ateses per la Xarxa de Serveis Socials d'Atenció Pública i els serveis sanitaris del sistema públic, s'habilita la comunicació de dades entre els serveis esmentats, sense el consentiment de les persones interessades, en els termes previstos en els apartats següents:*
 - a. *»a) S'habiliten els serveis socials per a comunicar als serveis de salut les dades relacionades amb les persones ateses per ambdós sistemes, de caràcter identificatiu, de contacte, i també les relacionades amb els serveis socials rebuts que puguin tenir repercussió en la salut i siguin necessàries per a garantir un procés d'atenció integral i integrada. Poden accedir a la informació els professionals sanitaris implicats en el diagnòstic o tractament de la persona interessada, degudament acreditats.*
 - b. *»b) S'habiliten els serveis de salut per a comunicar als serveis socials les dades relacionades amb les persones ateses per ambdós sistemes, de caràcter identificatiu, de contacte, i també les dades de llur història clínica que puguin tenir afectació en l'autonomia personal –ja sigui per situació de dependència o de discapacitat–, per a detectar i intervenir en situacions de risc social que puguin requerir l'activació de prestacions socials i que necessitin informació sanitària per a fer-se efectives, i per tal de garantir un procés d'atenció integral i integrada. Poden accedir a la informació els professionals dels serveis socials implicats en el seguiment i l'avaluació del ciutadà, degudament acreditats. »*
2. *Les entitats responsables de les comunicacions han d'aplicar les mesures tècniques i organitzatives apropiades al caràcter sensible de la informació, per tal de garantir i verificar periòdicament la confidencialitat, la integritat, la traçabilitat, la disponibilitat i l'autenticitat de la informació, i també l'exercici de drets i del deure d'informar les persones interessades. »La traçabilitat ha de permetre el control dels accessos al sistema d'informació pels perfils d'usuaris autoritzats, de la identitat i categoria professional de l'usuari, la data i hora en què va tenir lloc l'accés, l'acció realitzada, les dades afectades i el motiu de l'accés. »Les entitats responsables han de facilitar a les persones afectades la consulta de la informació sobre la traçabilitat de llurs dades.*
3. *Els professionals dels serveis socials i sanitaris han de mantenir el deure de secret sobre la informació a la qual tinguin accés, fins i tot un cop finalitzada la vinculació amb l'entitat per a la qual presten serveis.»*

Nom de l'acció

AGENDA COMPARTIDA SALUT I SERVEIS SOCIALS

Descripció

Establir una agenda compartida entre salut i serveis socials perquè les professionals de cada àmbit puguin fer visites conjuntes, avaluar de forma compartida el cas i establir un pla de treball consensuat que desplegui els recursos necessaris en cada cas.

	En el cas que no fos possible fer les visites plegades, es recomana establir reunions periòdiques per compartir informació d'aquests casos. En compartir el cas es poden decidir quins són els millors serveis per atendre i derivar a la persona. Es considera especialment important la coordinació en el cas de persones que surten d'una hospitalització amb els seus referents sanitaris i socials per valorar si necessitarà algun servei complementari durant el temps de recuperació.
Objectius	• Posar a la persona al centre de l'atenció oferint els recursos necessaris en cada cas • Evitar duplicitats i fer més eficient el treball de les professionals de serveis socials i salut • Oferir un tracte més personalitzat a les persones grans que es troben en una situació de vulnerabilitat
Indicadors	• Nombre de casos treballats a través de la comissió • Valoració dels professionals: grau d'utilitat de la comissió de l'1 al 10
Observacions	• Es posa com a exemple de treball similar el PAID (Projecte d'atenció integrada a la persona) del Prat de Llobregat • Sant Andreu de la Barca també compta amb un model de treball semblant

Nom de l'acció	PROJECTE RADARS
Descripció	És un projecte que té per objectiu pal·liar els efectes de la solitud no volguda i prevenir situacions de risc de les persones grans. Per tal d'aconseguir-ho es treballa de forma comunitària implicant els veïns/es, comerços, farmàcies, persones voluntàries, entitats, centres de salut primària i equipaments per transformar els barris en comunitats humanes, segures i participatives. Aquests "radars" detecten si hi ha algun canvi important i es posen en contacte amb "Radars". Posteriorment, serveis socials valora una possible intervenció.
Objectius	• Reduir el risc d'aïllament i d'exclusió social de les persones grans • Reforçar les xarxes de suport comunitari • Implicar a la comunitat de la cura de les persones grans del seu entorn
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones voluntàries al projecte Radars • Nombre de casos detectats • % dels casos detectats als que s'ha donat una resposta

Exemples	• El Prat de Llobregat • Castelldefels • Martorell – Taula radars: que la conformen els diferents serveis, entitats i associacions. • Barcelona: Projecte d'acció comunitària Radars Serveis Socials Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI (barcelona.cat) • Martorelles: Festa presentació del projecte Radars - Ajuntament de Martorelles
-----------------	--

Nom de l'acció **SERVEIS SOCIALS MÉS A PROP**

Descripció	És un programa preventiu adreçat a persones majors de 80 anys, no usuàries dels serveis socials bàsics. La finalitat del recurs és permetre als ens locals ampliar el coneixement sobre la realitat de la població envellida del municipi i afavorir la planificació de polítiques socials adaptades a les necessitats de la població. El programa consisteix en la realització d'entrevistes a domicili, per part de professionals de l'àmbit social, on es valora de forma multidimensional les necessitats personals (autonomia, percepció de l'estat de la salut, situació de l'habitatge, etc.), es detecten situacions de risc o vulnerabilitat, i s'informa sobre l'oferta de prestacions i serveis del territori. La intervenció inclou recomanacions sobre el seguiment que requereix cada persona entrevistada on s'indiquen les necessitats d'autonomia, percepció de l'estat de salut, situació de l'habitatge, entre d'altres, a més d'un informe final amb dades globals de la situació de les persones majors de 80 anys entrevistades a cada municipi. El projecte es pot complementar amb visites per part de serveis socials a les residències i/o centres de dia. L'objectiu de les visites ha de ser poder tenir present la voluntat i necessitats de les persones institucionalitzades, en cap cas ha de ser una fiscalització de les accions dels centres.
-------------------	---

Objectius	• Ampliar el coneixement dels ens locals en relació amb la situació de les persones majors de 80 anys, per tal de facilitar la prevenció i l'actuació professional. • Detectar de manera proactiva les necessitats actuals de les persones majors de 80 anys i anticipar futures necessitats de suport. • Prevenir situacions de risc, vulnerabilitat i/o d'aïllament social. • Informar de l'oferta de prestacions, serveis i entitats socials del territori.
------------------	--

Indicadors de seguiment	• Nombre de casos de persones grans en situació de risc • Accions impulsades després de l'estudi amb aquestes persones
Exemples	• Aquest és un programa que s'impulsa des de la Diputació de Barcelona: Serveis Socials mes a prop - Benestar social - Diputació de Barcelona (diba.cat) • En qualsevol cas, els Ajuntaments també poden decidir implementar-ho amb els seus propis mitjans • Es posa de manifest que l'Ajuntament de Sant Boi de Llobregat té una relació molt propera amb les residències i centres de dia del municipi.

Nom de l'acció	SEAP (Servei Especialitzat d'Atenció a pes Persones) (Maltractaments)
Descripció	Donar continuïtat al Servei Especialitzat d'Atenció a les Persones (SEAP) que s'ofereix del Consell Comarcal del Baix Llobregat. El bon tracte a les persones grans i persones en situació de fragilitat és el que emmarca aquest dispositiu que es basa amb els valors del respecte, la dignitat i l'escolta en tota l'actuació i intervenció dels i les professionals. La finalitat és oferir orientació i suport des de l'especialització dels professionals d'aquest servei, tant a professionals de serveis socials, salut, dona, cossos de seguretat i d'altres, com a les pròpies persones que ho requereixin per tal de respondre de la manera més adequada a les necessitats detectades.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones en situació de fragilitat. • Millorar la prevenció, detecció i atenció del no bon tracte i del maltractament a través d'un treball interdisciplinari i en xarxa amb els dispositius del territori. • Garantir el treball interdisciplinari i en xarxa amb altres professionals del territori i serveis relacionats amb l'atenció a les persones en situació de fragilitat per establir mecanismes de prevenció i intervenció comunitària. • Adequar la transmissió de la informació social, jurídica i mèdica essencial a la resta dels professionals per dissenyar un pla d'intervenció. • Donar resposta a les situacions reals de no bon tracte i/o maltractament de les persones d'aquests col·lectius. • Realitzar i/o participar en estudis i projectes de sensibilització, detecció i prevenció a la comunitat des dels diferents àmbits dels professionals que integren el servei. • Respondre a les necessitats reals dels professionals que atenen a les persones grans i a les persones en situació de fragilitat quan es detecten situacions de no bon tracte i/o maltractament.

	• Coordinar-se amb els diferents serveis públics i/o privats dels àmbits de salut, de serveis socials, justícia, habitatge, cossos de seguretat i altres. • Orientar i assessorar per establir el tipus d'atenció necessària i adequada a cada situació i coordinar els recursos públics i privats per facilitar l'atenció que es necessita.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans ateses per temes de maltractament • Nombre de professionals assessorats pel servei
Exemples	<i>Consell Comarcal del Baix Llobregat:</i> Actuem davant el maltractament Consell Comarcal del Baix Llobregat

A.2. Atenció a persones en situació de solitud no desitjada.

Quan parlem de solitud no desitjada hem de tenir present que viure sol no és el mateix que sentir-se sol o estar aïllat. De fet, es pot definir la soledat no desitjada com la percepció d'una persona que les relacions interpersonals que manté són insuficients o no són de la qualitat o intensitat que desitjaria que fossin. Parlem de soledat no desitjada quan aquesta situació no s'escull, sinó que és imposada independentment de la voluntat de la persona i perdura en el temps. Així doncs, la soledat no desitjada és una experiència subjectiva i, per tant, hi ha tantes soledats com persones que la senten. La soledat no desitjada té un impacte físic i emocional sobre les persones deteriorant la seva qualitat de vida.

Algunes de les accions que es proposen desenvolupar en aquest eix són:

Nom de l'acció	PRESCRIPCIÓ SOCIAL
Descripció	La prescripció social és un mecanisme a través del qual un professional de la salut i un pacient identifiquen junts activitats de la comunitat per millorar la seva salut i el seu benestar. Es tracta d'oferir alternatives a la medicalització dels malestars de la vida quotidiana a persones amb limitat benefici de la medicina tradicional i que perceben manca de participació social o sentiment de solitud o estan en risc d'aïllament social. Així mateix, un cop es realitza la prescripció social també cal tenir en compte a les persones cuidadores. El metge/essa que realitza una prescripció social també ha de dirigir la mirada a la persona cuidadora, sovint amb una sobrecàrrega de feina, i pot realitzar la prescripció també per ella.
Objectius	• Disminuir el risc d'aïllament social dels pacients, millorar-ne la salut mental positiva i la qualitat de vida mitjançant la participació en activitats del seu entorn local. • Compartir i coordinar els recursos existents al territori perquè arribin a les persones grans que més ho poden necessitar
Indicadors de seguiment	• Nombre de prescripcions realitzades

	• Nombre de persones que realitzen activitats municipals per prescripció mèdica
Observacions	Aquest projecte està impulsat pel Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya. Es pot consultar a: Programa "Prescripció social i salut" (PSS). Drogues i addiccions comportamentals (gencat.cat)

Nom de l'acció	PROJECTE ACOMPANYAMENT PERSONALITZAT DE PERSONES EN SITUACIÓ D'AÏLLAMENT
Descripció	Es fonamenta en una figura professional que desenvolupa les funcions de detecció de situacions de solitud no volguda i/o aïllament social i realitza l'acompanyament pertinent d'apoderament i vinculació als recursos de territori. Aquesta professional entra en contacte amb aquella persona per conèixer-la personalment, identificar les circumstàncies que limiten la seva xarxa relacional i acompanyar-la físicament a la pràctica d'activitats. En aquest cas, no estem parlant d'un acompanyament en les activitats de la vida quotidiana, sinó d'establir un vincle comunitari potenciant que les persones que se senten més soles puguin augmentar el nivell de socialització i realitzar activitats.
Objectius	• Identificar a persones grans soles en situació d'aïllament. • Valorar cada cas i identificar els elements que poden dificultar la seva participació per oferir una intervenció personalitzada • Incentivar la participació de les persones en situació d'aïllament social i vincular-la als recursos del territori
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones ateses pel projecte • % del nombre de persones ateses que finalment fan alguna activitat
Exemples	Sabadell: La soledat en la gent gran: "És una situació que s'exterioritza poc" - Diari de Sabadell Mollerussa: Mollerussa endega un projecte per prevenir l'aïllament social i la inactivitat en majors de 65 anys (lavanguardia.com)

Nom de l'acció	VOLUNTARIAT CONTRA LA SOLEDAT NO DESITJADA
Descripció	Programa de voluntariat especialment adreçat a donar companyia a les persones grans que es troben en situació d'aïllament. Les activitats que facin les persones voluntàries amb les persones grans poden ser molt diverses: llegir, fer un passeig, fer petits encàrrecs, escoltar històries de les seves vides, etc.

	El voluntariat es pot gestionar a partir d'una borsa per persones disposades a donar suport a la comunitat, amb el suport d'entitats o a partir de projectes concrets amb instituts.
Objectius	• Acompanyar a persones grans en situació d'aïllament • Donar suport a tasques quotidianes de les persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones voluntàries que participen del projecte • Nombre de persones grans a les que s'ha fet acompanyament
Exemples	• Programa baixem al carrer de Barcelona: "Baixem al carrer" amb la gent gran vinclesbcn (barcelona.cat) • Barrios amigos de Zaragoza: Barrios Amigos - Participa y haz que tu barrio sea un mundo mejor • Ystäväpiiri- Circle of Friends a Finlàndia: Circle of Friends - Vanhustyön keskusliitto - Arvokas vanhuus on ihmisoikeus. (vtkl.fi) • Amics de la gent gran: Fundació Amics de la Gent Gran. Atenció a la gent gran (amigosdelosmayores.org) • Fundació grup ATRA – Projecte Actua: Aquest projecte compta amb persones voluntàries que donen suport a persones grans en situació de solitud no desitjada. Així i tot, els voluntaris i les persones grans reben el suport de professionals que avaluen cada cas i realitzen un full de ruta personalitzat segons les necessitats i inquietuds de la persones gran

A.3. Empoderament per la salut

Amb aquest objectiu es pretén, per una banda, fomentar hàbits saludables entre les persones grans i alhora capacitar-les perquè puguin gestionar de forma més autònoma la seva salut i augmentar el coneixement sobre el funcionament del sistema sanitari.

Nom de l'acció	ESCOLA DE SALUT
Descripció	Consisteixen en sessions grupals i gratuïtes on els assistents participen en tallers pràctics i xerrades. Es treballa amb la implicació de diferents agents comunitaris (associacions de veïns, equips d'atenció primària, biblioteques, casals de gent gran, serveis socials, residències geriàtriques, etc.) Les temàtiques tractades poden ser variades i en funció dels interessos de les persones grans. Així mateix, les persones grans participants poden generar la formació de forma horitzontal i proactiva establint un espai perquè les persones assistents puguin intercanviar opinions i recomanacions. En aquells municipis més petits es proposa la creació d'una escola o aula de forma mancomunada.

Alguns temes que es podrien tractar són:

- Temes d'autocura:
 - Consells per fomentar hàbits saludables i mantenir un bon estat de salut física
 - Consells pel benestar emocional
 - La sexualitat a la tercera edat
 - Accidents a la llar
- Temes relacionats amb el sistema sanitari
 - Sistema sanitari, funcionament i drets del pacient
 - La meva salut (classes pràctiques per fer servir l'app)
 - Voluntats anticipades

Objectius	• Fomentar hàbits saludables entre la població • Evitar riscos per la salut • Empoderament de les persones grans pel que fa a la seva salut
Indicadors	• Nombre d'activitats realitzades • Nombre de persones participants • Valoració de les persones grans que realitzen les activitats. Grau de satisfacció de l'1 al 10.
Observacions	• Cal tenir present que actualment existeixen les figures comunitàries als centres de salut, que realitzen activitats i tallers adreçats a tota la població amb l'objectiu de fomentar àmbits saludables. En aquest sentit, cal tenir-les en compte i coordinar les possibles accions per no solapar-se. • El catàleg de diputació de Barcelona, ofereix subvencions al respecte.

Nom de l'acció	SUBVENCIÓ BLISTERS PER AL BON SEGUIMENT DE LA MEDICACIÓ
Descripció	L'elevat nombre de medicaments que algunes persones grans han de prendre fa difícil el seguiment acurat del pla de medicació amb el risc que això pot comportar per la salut de la persona. Les farmàcies ofereixen la possibilitat de confeccionar un blíster setmanal per facilitar aquesta tasca. Aquest servei no acostuma a tenir un cost elevat, però en qualsevol cas, cada farmàcia estableix el seu preu. La situació econòmica precària que tenen moltes persones grans fa difícil assumir aquest cost per molt reduït que sigui.

Aquesta acció consistiria en la subvenció d'aquesta despesa per part de l'Ajuntament. Aquesta acció no només reduiria la despesa de la persona, sinó que també incentivaria que fes servir un servei tant útil com aquest.

En la realització d'aquesta acció cal tenir en compte diferents perfils de persones grans:

- Centres de dia
- Residències
- Persones usuàries del SAD
- Persones usuàries del teleassistència
- Persones que viuen soles

Objectius	• Buscar acords o convenis amb algunes farmàcies amb l'objectiu d'abaratir el cost o subvencionar el servei. • Vigilància de pla de medicació de les persones grans en situació de vulnerabilitat • Evitar problemes de salut per un mal seguiment del pla de medicació.
Indicadors de seguiment	• % de farmàcies del municipi adherides al programa • Nombre de persones grans que es beneficien del programa

A.4. Garantir el dret a l'alimentació

Existeixen diverses definicions del concepte "dret a l'alimentació" que aclareixen el seu significat i abast. Una de les més emprades i completes és la que va desenvolupar en Jean Ziegler, exrelator especial pel Dret a l'Alimentació de l'ONU en el 2001:

'Dret a tenir accés, individualment o col·lectivament, de manera regular, permanent i lliure, sigui directament o mitjançant la compra en diners, a una alimentació qualitativa i quantitativament adequada i suficient, de manera que es correspongui amb les tradicions culturals de la població a les que el consumidor pertany i que garanteixi una vida física i psíquica, individual i col·lectiva, lliure de por, satisfactòria i digna.'

Aquesta definició no només fa referència al dret a menjar o cobrir les necessitats alimentàries, sinó també té en compte el COM les cobrim, i que amb aquest COM no estiguem d'alguna manera sacrificant o minvant altres drets com la dignitat, la participació, l'autonomia, la llibertat... El concepte dret a l'alimentació doncs no fa referència únicament a la ingesta de calories, sinó que tenim en compte altres aspectes com que l'alimentació sigui accessible, adequada, sostenible i tingui en compte les preferències de les persones.

Pel que fa a les persones grans, sovint no només ens referim al fet que la persona faci una ingesta adequada de calories, sinó que l'alimentació sigui també saludable i adequada a les seves necessitats i circumstàncies.

Així podem potenciar accions que garanteixin una alimentació adequada, però també que aquesta es pugui gaudir en companyia.

Cada una de les accions seguidament proposades intenten donar resposta a les diferents necessitats i circumstàncies que es poden trobar les persones grans. Així, és recomanable una combinació d'accions per tal de poder arribar a la totalitat de les persones grans:

Nom de l'acció	ÀPATS A DOMICILI
Descripció	El servei consisteix en el lliurament al domicili d'un àpat al dia, assegurant una dieta sana i equilibrada a aquelles persones que no poden realitzar les activitats necessàries per disposar d'una dieta adequada o per no tenir suport en aquestes tasques. Els àpats a domicili es poden realitzar mitjançant: • Càterings • Col·laboració amb la restauració del municipi (realització de menús o preus especials per les persones grans) • Ús de la cuina dels centres escolars
Objectius	• Preparació i lliurement d'àpats equilibrats i saludables en adequades condicions de qualitat i higiene, al domicili de la persona usuària. • Evitar el malbaratament alimentari.
Indicadors	• Nombre de persones grans beneficiàries del programa • Valoració de les persones grans beneficiàries del servei. Grau de satisfacció de l'1 al 10
Exemples	• Corbera de Llobregat: realitzen àpats a domicili aprofitant els àpats dels centres educatius • El Prat
Nom de l'acció	AVUI DINEM JUNTS
Descripció	Acompanyament a persones majors de 85 anys que viuen soles, durant l'hora de dinar i que es beneficien del servei de menjar a domicili de l'Ajuntament. Diferents voluntaris i persones grans comparteixen l'hora del dinar, amb l'objectiu de vèncer la soledat i fomentar la comunicació i socialització d'aquest col·lectiu.
Objectius	• Preparació i lliurement d'àpats equilibrats i saludables en adequades condicions de qualitat i higiene, al domicili de la persona usuària. • Acompanyament a persones en situació de solitud no volguda • Detecció de persones grans amb dificultats de salut, higiene o seguiment de la medicació, alertant als serveis socials municipals en cas que sigui necessari.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones voluntàries que participen del programa • Nombre de persones grans beneficiàries del programa • Valoració de les persones grans beneficiàries del servei. Grau de satisfacció de l'1 al 10.

Exemples	<i>Madrid</i> <u>"Hoy comemos juntos", una iniciativa para aliviar el aislamiento social de las personas mayores – Diario del Ayuntamiento de Madrid</u>
-----------------	--

Nom de l'acció	ÀPATS EN COMPANYIA
Descripció	Reserva de places en els àpats realitzats als centres de dia i residències del municipi per persones grans que tenen dificultats en cuinar i pateixen de solitud no desitjada i no són usuàries d'aquests serveis. Un valor afegit d'aquesta acció és el fet de treballar el malbaratament alimentari, evitant llençar menjant al mateix temps que dones un espai a persones grans que necessiten realitzar un àpat equilibrat i compartir-lo amb altres persones.
Objectius	• Garantir una alimentació saludable, així com proporcionar un espai de relació entre les persones, per evitar l'aïllament social o solitud • Acompanyament a persones en situació de solitud no volguda • Detecció de persones grans amb dificultats de salut, higiene o seguiment de la medicació, alertant als serveis socials municipals en cas que sigui necessari.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans beneficiàries del servei • Valoració de les persones grans beneficiàries del servei. Grau de satisfacció de l'1 al 10.
Exemples	• Barcelona: <u>Àpats en companyia Serveis Socials Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI (barcelona.cat)</u>

Nom de l'acció	MENJADORS PER GENT GRAN
Descripció	Menjadors per persones grans amb dietes saludables i espais de relació. Els formats d'aplicació poden ser molt variats: • Copagament o no del servei • Amb servei o no de transport • Vinculació a activitats que es realitzen posteriorment • Es poden donar serveis complementaris al menjador com dutxa geriàtrica o servei de bugaderia.
Objectius	• Garantir una alimentació saludable, així com proporcionar un espai de relació entre les persones, per evitar l'aïllament social o solitud • Lluitar contra la solitud no volguda, lluitar contra el deteriorament a tots els nivells i evitar o retardar, el màxim possible, la institucionalització

	de les persones, mantenint-les en el seu propi domicili i integrant-les dins del seu entorn social. • Detecció de persones grans amb dificultats de salut, higiene o seguiment de la medicació, alertant als serveis socials municipals en cas que sigui necessari.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans beneficiàries del programa • Valoració de les persones grans beneficiàries del servei. Grau de satisfacció de l'1 al 10
Exemples	• Projecte 'Tots a taula' de l'Ajuntament d'Esplugues • Hospitalet: Menjador per a gent gran Seu electrònica (l-h.cat) • Casal de dia amb menjador a Vilassar de Dalt: BBP - Casal de Dia. Punt de trobada de la gent gran

Nom de l'acció	COMPRES COMUNITÀRIES
Descripció	El projecte consistiria a facilitar un o dos dies a la setmana per formar un grup reduït de persones per anar a comprar. Aquest pot ser un projecte interessant per aquelles persones grans que viuen a urbanitzacions o nuclis poblacionals més aïllats sense comerços d'alimentació propers i que tenen problemes de mobilitat.
Objectius	• Garantir una alimentació saludable, així com proporcionar un espai de relació entre les persones, per evitar l'aïllament social o solitud • Lluitar contra la solitud no volguda • Oferir una resposta a persones grans amb dificultats de mobilitat que no poden desplaçar-se per fer les seves compres.
Indicadors	• Nombre de persones grans beneficiàries del programa • Valoració de les persones grans beneficiàries del servei. Grau de satisfacció de l'1 al 10

A.5. Desenvolupar serveis complementaris bàsics i complementaris per l'atenció de les persones grans, la seva salut i la seva autonomia

Amb aquest objectiu es pretén desenvolupar serveis complementaris que permetin a les persones envellir a casa amb la màxima qualitat de vida.

Nom de l'acció	SERVEIS D'ATENCIÓ DOMICILIÀRIA
Descripció	Conjunt de tasques que es realitzen a la llar de persones o famílies que es troben, per motius físics o socials, en situacions de manca d'autonomia

temporal o permanent per poder realitzar les tasques habituals de la vida quotidiana.

Aquest servei inclou dos tipus d'ajudes:

- Atenció de les necessitats de la llar: Aquest tipus de tasques inclouen la neteja de la llar (excepte les neteges de la llar a fons), fer el llit, fer el menjar (segons dietes establertes) i rentar la roba (tant a mà com amb rentadora), entre d'altres.
- Cura personal: La persona beneficiària rep ajuda per realitzar totes aquelles accions relacionades amb la cura personal, com la higiene, vestir-se i desvestir-se i repassar i cosir la roba d'ús personal, entre d'altres.

Objectius	• Desenvolupar tasques d'assistència, de prevenció i d'educació que habilitin per a la vida autònoma. • Mantenir la persona al seu domicili, millorant-ne la qualitat de vida. • Atendre les persones que no poden mantenir-se autònomament al seu domicili mentre no siguin ateses íntegrament pels serveis socials especialitzats quan així ho requereixin.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans ateses pel SAD • Nombre d'hores de SAD
Exemples	Múltiples municipis

Nom de l'acció	SERVEIS DE TELEASSISTÈNCIA
Descripció	Es tracta d'un servei d'atenció domiciliària que garanteix la seguretat i dona tranquil·litat i acompanyament, les 24 hores del dia i els 365 dies de l'any, a persones que poden estar en situació de risc per raons d'edat, fragilitat, solitud o dependència. És un servei preventiu i de proximitat que ofereix suport a les persones per a continuar vivint en el seu entorn habitual, possibilitant una atenció immediata davant de situacions de crisi o d'emergència sociosanitària, i realitzant una tasca preventiva que s'articula a través de dispositius de seguretat per prevenir riscos a la llar i sobre la salut de la persona, trucades i visites personalitzades segons el pla d'atenció establert, i consells adreçats a promoure l'envelliment actiu i saludable de totes les persones usuàries. El servei també compta amb dispositius de seguretat per aquelles persones amb més riscos per a la seva salut o a la seva llar (foc/fum, gas, inactivitat,

	monòxid de carboni, caigudes...), a més de la teleassistència mòbil per aquelles persones amb risc de caigudes que viuen en entorns rurals o aïllats.
Objectius	• Nombre de trucades emeses • Nombre de trucades rebudes • Nombre de visites realitzades
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans ateses pel SAD • Nombre d'hores de SAD
Observacions	Programa de Diputació de Barcelona: Servei Local de Teleassistència - Diputació de Barcelona - Teleassistència - Diputació de Barcelona (diba.cat)

Nom de l'acció	BANC D'AJUDES TÈCNIQUES
Descripció	L'Ajuda Tècnica és el suport que necessita una persona amb mobilitat reduïda per guanyar autonomia, seguretat o qualitat de vida: croses, cadires de rodes, llits articulats... El Banc d'Ajudes Tècniques (BAT) és un servei que engloba l'assessorament tècnic gratuït en adaptacions domiciliàries i accessibilitat, personalitzat per part d'una terapeuta ocupacional. A més, ofereix, en condicions de lloguer assequible, ajudes tècniques domiciliàries, que no estan subvencionades ni pel departament de Salut ni pel de Benestar Social i Família de la Generalitat, i que són difícils d'assumir per la majoria d'usuaris i de les seves famílies, com per exemple: • llits articulats • grues per a la mobilització de persones (per exemple, transferències per passar del llit a la cadira de rodes, de la cadira de rodes al plat de dutxa, etc...) • matalassos especials Alguns municipis també incorporen la possibilitat de rebre donacions d'ajuts tècnics de persones que ja no els fan servir, però estan en bon estat com (caminadors, alçadors, cadira de rodes i altres)
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones dependents • Mantenir la persona al seu domicili, millorant-ne la qualitat de vida. • Solidaritat entre les persones que tenen un ajut tècnic, no l'utilitzen i vulguin fer-ne donació.
Exemples	Servei de Teràpia Ocupacional i Productes de Suport (BAT) – Consell comarcal d'Osona i del Berguedà: es porta a terme una col·laboració entre els professionals sanitaris i socials, amb l'objectiu que la persona disposi al seu habitatge dels ajuts tècnics necessaris un cop se li dona l'alta: Promoció a l'autonomia i atenció a la dependència - Consell Comarcal del Berguedà (bergueda.cat) Vilafranca: Banc d'ajuts tècnics Drets Socials (vilafranca.cat)

 Reus: [Banc d'Ajudes Tècniques | Ajuntament de Reus](#)

Nom de l'acció	SERVEIS COMPLEMENTARIS
Descripció	Serveis complementaris que poden ser molt necessaris per persones grans, però que actualment el sistema sanitari ofereix de forma deficitària. Alguns exemples poden ser: • Servei de podologia • Fisioteràpia • Psicologia • Terapeuta ocupacional • Integrador/a social • Perruqueria • Infermer/a geriàtrica Aquest poden comptar amb una tarifació social de preus segons la situació econòmica de la persona.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones grans • Afavorir el bon estat de salut de les persones grans.
Indicadors	• Nombre d'hores ofertades per servei • Nombre de persones ateses per servei

A.6. Facilitar alternatives habitacionals adaptades a les persones gran

Sovint podem trobar persones grans en habitatges no adaptats o en mal estat de conservació: no adaptacions de banys, escales internes, comunitats sense ascensor, mal aïllament dels habitatges, etc. Un habitatge mal adaptat pot comportar una barrera d'accés important limitant així les seves oportunitats de participació activa a la ciutat i repercutint en el seu estat de salut en general. Les mesures encaminades a adequar els habitatges a les necessitats de les persones grans tenen un gran impacte i ajuden a retardar els estats de més fragilitat.

Algunes de les accions que es poden proporcionar són:

Nom de l'acció	ADAPTACIONS A LES LLARS
Descripció	Arranjament d'habitatges per tal de garantir a les persones grans les condicions de seguretat, higiene, accessibilitat i habitabilitat adequades. Consisteix en la realització de reformes bàsiques per tal d'afavorir l'autonomia i la qualitat de vida de les persones grans en el mateix domicili. Les tipologies d'intervenció d'arranjaments són: • Reformes en banys, per afavorir l'accessibilitat i facilitar la higiene personal

	• Reformes en cuines, per millorar les condicions de seguretat i ús • Intervencions de caràcter general, per facilitar la mobilitat al domicili. S'adreça a persones més grans de 65 anys en situació de discapacitat o dependència, amb dificultats per desenvolupar les activitats de la vida diària o amb insuficiència de recursos econòmics, i a persones més grans de 80 anys que viuen soles o amb una altra persona gran. A aquestes accions d'intervenció es pot acompanyar una campanya d'informació amb recomanacions per adaptar la llar al procés d'envelliment.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de la gent gran • Millorar l'estat de conservació del parc d'habitatges
Exemples	• Diputació de Barcelona compta amb ajuts per la realització d'aquests arranjaments per gent gran: Programa d'Arranjaments - Bienestar social - Diputació de Barcelona (diba.cat) • (campanya informació) 'Long shall you inhabit a house' (Una casa accessible per sempre): Projecte que vol sensibilitzar a la ciutadania en general que quan facin remodelacions a casa seva pensin en fer-les per tota la vida: una casa accessible per sempre. Projecte a Hengelo. Bona practica ESPON-ACPA: ACPA policy handbook (espon.eu)

Nom de l'acció	COMPRA DE PETITS ELECTRODOMÈSTICS
Descripció	La població que es troba en situació de vulnerabilitat i/o es troben en situacions socioeconòmiques baixes, tenen dificultats a l'hora d'adaptar el seu habitatge per tal d'ajustar-lo a unes bones condicions de seguretat (temperatura, detecció de fum, etc.) En aquesta línia, els i les professionals proposen la compra de petits electrodomèstic de baix consum per la seva cessió a persones en situació de vulnerabilitat. Alguns electrodomèstics mencionats pels professionals són: • Ventiladors • Estufes • Detectores de fum
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones vulnerables • Evitar situacions que puguin comportar un perill per la seguretat en l'habitatge
Indicadors de seguiment	• Nombre d'electrodomèstics comprats • Nombre de persones grans beneficiàries

Nom de l'acció	SUPORT A COMUNITATS DE VEÏNS PER L'ADAPTACIÓ DELS ESPAIS COMUNITARIS
Descripció	Mediació a comunitats de veïns per la col·locació d'ascensors a aquelles escales on havent-hi persones grans no compten amb ascensor. També es poden adaptar altres zones comunitàries dels edificis, especialment aquells graons per arribar a l'ascensor o altres característiques que dificulten l'accés a les persones amb problemes de mobilitat. El suport pot servir per buscar consensos dins de la comunitat de veïns i veïnes i donar suport per la recerca d'ajuts i subvencions per la col·locació d'ascensors i altres elements.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de la gent gran • Millorar l'estat de conservació del parc d'habitatges • Millorar la comunicació entre els membres d'una comunitat de veïns i veïnes per arribar a consensos
Indicadors	• Nombre de comunitats a les que s'ha donat suport • Percentatge de comunitats que, després del suport, fan alguna acció d'adaptació
Exemples	• Múltiples municipis: Martorell, Manresa, Calella, Masnou, Pineda de Mar, Lliçà de Valls

Nom de l'acció	HABITATGE DOTACIONAL PER GENT GRAN AMB SERVEIS COMUNITARIS
Descripció	Els habitatges tutelats per a gent gran són un servei d'acolliment alternatiu per a persones grans autònomes, les circumstàncies sociofamiliars de les quals no els permeten romandre a la mateixa llar. Es tracta d'un conjunt d'habitatges amb estances d'ús comú i sense barreres arquitectòniques. Els residents dels habitatges tutelats comparteixen tasques i despeses i, de forma opcional, poden viure amb els cònjuges o parelles i amb les persones que en depenguin. Aquest tipus d'habitatges sovint disposen d'espais comunitaris com menjadors, sales d'estar, espais per fer activitats. Aquests espais poden ser d'ús propi per les persones allotjades als habitatges o poden estar oberts a altres persones grans del municipi. A més, també poden comptar amb serveis complementaris com neteja, bugaderia o consergeria. El tracte proper i vigilant de les persones professionals vinculades al complex i la ubicació cèntrica i propera a altres serveis clau són aspectes importants. En alguns municipis les persones grans que tenen un habitatge en propietat poden fer una cessió d'ús dels seus habitatges per les borses de lloguer municipals.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de la gent gran

	• Evitar la institucionalització de les persones grans per a que puguin ser el màxim temps possible autònomes a les seves llars • Lluitar contra la solitud no desitjada • Enfortir les xarxes de relació i suport mutu
Indicadors de seguiment	• Nombre d'habitatges dotacionals per persones grans • Nombre de persones grans allotjades als habitatges dotacionals
Exemples	• Sant Just Desvern: Gent Gran - Promunsa (santjust.net) • Sabadell: Equipaments (sabadell.cat)

Nom de l'acció	HABITATGE INTERGENERACIONAL
Descripció	Seguint el model holandès, es proposa la creació d'habitatges intergeneracionals, que permeten la convivència de persones de diferents etapes vitals. Aquesta interrelació entre aquests col·lectius facilita la creació de xarxes socials, redueix la solitud no desitjada i allarga el període d'independència entre les persones grans. Hi ha diverses tipologies d'habitatges intergeneracionals, en funció de la població objectiu que es vulgui abastar: - Habitatges per gent jove i persones grans amb dependència - Habitatges per a joves amb discapacitat física i mental amb persones grans - Habitatges per a cuidadores informals i persones cuidades. Segons les característiques de les persones allotjades es poden contemplar serveis complementaris per donar suport: SAD, neteja, bugaderia, etc. En qualsevol cas, caldria contemplar espais compartits on enfortir les xarxes de relació entre les persones.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de la gent gran • Evitar la institucionalització de les persones grans per a que puguin ser el màxim temps possible autònomes a les seves llars • Lluitar contra la solitud no desitjada • Enfortir les xarxes de relació i suport mutu
Indicadors	• Nombre d'habitatges intergeneracionals • Nombre de persones grans allotjades als habitatges intergeneracionals
Exemples	• Sallbo (habitatge intergeneracional) – Suècia: el projecte de vida comunitària Sallbo a Helsingborg, ha convertit una antiga residència de jubilats en uns habitatges mixts, on en la meitat dels seus habitatges hi viuen residents de més de 70 anys i la resta entre 18 i 25 anys. Així mateix, tots els residents es comprometen a passar temps socialitzant amb els seus veïns/es. <u>'It's like family': the</u>

Swedish housing experiment designed to cure loneliness | Sweden | The Guardian

Nom de l'acció	COHOUSING
Descripció	L'habitatge cooperatiu consisteix en la unió d'un grup de persones que busquen habitatge i constitueixen una cooperativa (persones sòcies) per accedir (construcció o rehabilitació) a un habitatge (propietat o cessió d'ús). Decideixen en comú les característiques i el funcionament. També els graus de convivència o l'ús d'espais comuns. En el cas de persones grans pren diferents noms i formes: cohabitatge sènior, habitatges col·laboratius per persones grans, cohousing sènior... A més de l'habitatge, incorpora serveis i cures per a garantir que la persona pot envellir com i amb qui decideix. El paper dels municipis en aquests casos pot ser: • Fer la cessió d'ús d'un solar propietat municipal • Acompanyar en la constitució de la cooperativa i en el procés de decisió sobre els aspectes comuns i compartits així com en el funcionament
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de la gent gran • Evitar la institucionalització de les persones grans per a que puguin ser el màxim temps possible autònomes a les seves llars • Lluitar contra la solitud no desitjada • Enfortir les xarxes de relació i suport mutu
Indicadors	• Nombre de cooperatives de persones grans constituïdes • Nombre d'habitatges gestionats per cooperatives de persones grans
Exemples	• Cooperativa obrera de viviendas de El Prat: Inici - COV

Nom de l'acció	COMPARTIR PIS
Descripció	Els eixos principals del projecte són la realització d'una intervenció grupal que permet, a les persones amb una necessitat de millora d'aspectes d'habitatge, puguin compartir-la, millorar les seves habilitats i establir relacions de col·laboració entre elles.
Objectius	• Lluitar contra la soledat no desitjada • Abaratir costos d'habitatge • Facilitar que els membres es coneguin, puguin compartir expectatives i experiències.

	• Crear un espai de confiança i de reconeixement mutu que permeti crear vincles entre els membres, tot identificant afinitats i interessos comuns. • Treballar els aspectes de la comunicació que faciliten l'entesa, el reconeixement de l'altre i l'empatia. • Reforçar la posició activa de la persona en la recerca d'alternatives.
Indicadors de seguiment	• Nombre d'habitatges compartits • Nombre de persones grans que comparteixen pis
Exemples	Barcelona: <u>Compartim pis? Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI (barcelona.cat)</u>

Nom de l'acció	PROMOCIÓ OFICINES D'HABITATGE PER L'ACOMPANYAMENT A LA GENT GRAN
Descripció	Acompanyament a les persones grans en la recerca d'un habitatge més adient a les seves necessitats. Per aquesta recerca es pot comptar amb els habitatges de la borsa d'habitatge o també fer recerca en el mercat privat. També podria existir la possibilitat d'acompanyar a la persona en la realització d'una permuta que li permetés intercanviar els seu habitatge amb alguna altra unitat familiar. Aquesta pot ser una opció interessant per aquelles persones que viuen en habitatges més allunyats dels centres poblacionals i els equipaments i/o que tenen escales per accedir al seu habitatge o en el seu interior.
Objectius	• Buscar habitatges més adients per persones grans • Apropar a les persones grans que viuen més aïllades als centres poblacionals amb serveis • Millora de la qualitat de vida de les persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans que han canviat d'habitatge buscant una millor alternativa amb el suport de l'administració local
Exemples	Una experiència similar la podem trobar als Països Baixos on l'associació d'habitatge Vidome de l'Haia (Països Baixos) que ha creat una immobiliària especial per als residents de més edat per ajudar-los a trobar un allotjament més adequat quant a mida i/o adaptació. Brochure-Aedes-Dutch-social-housing-in-a-nutshell-examples-of-social-innovation-for-people-and-communities-2016.pdf (dkvwg750av2j6.cloudfront.net)

A.7. Tenir cura de les persones cuidadores

Sovint les persones grans que es troben en una situació de dependència són cuidades per altres persones del seu entorn familiar que també són persones grans: les seves parelles, filles o altres persones del seu entorn familiar proper. Aquesta situació és també un factor de risc per aquestes persones cuidadores que veuen limitades les seves oportunitats de participació i autocura. Així, les polítiques de cura de les persones cuidadores són polítiques preventives que pretenen afavorir l'envelliment actiu entre un sector de població en situació de vulnerabilitat.

Nom de l'acció	GRUPS DE SUPORT A FAMÍLIES CUIDADORES
Descripció	El propòsit principal està orientat a reduir la sobrecàrrega de la persona que cuida, treballant emocions (la culpa, el dol, sentiments ambivalents, etc.), al mateix temps que se li facilita formació i informació
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores no professionals. • Oferir suport emocional i psicològic per reduir l'impacte negatiu de la cura que, de vegades, poden experimentar els cuidadors i cuidadores no professionals. • Facilitar i promoure espais de relació, presencials o virtuals, entre persones cuidadores no professionals que es troben en una situació similar, perquè comparteixin les seves necessitats, preocupacions i també els seus coneixements
Indicadors de seguiment	• Persones grans cuidadores que assisteixen a aquests grups de suport • Valoració de les persones participants als grups de suport. Valoració del grau de satisfacció de l'1 al 10
Exemples	Diputació ofereix aquest servei a municipis de la província: grup suport emocional - Benestar social - Diputació de Barcelona (diba.cat)

Nom de l'acció	TARGETA CUIDADORA
Descripció	La Targeta Cuidadora és gratuïta i serveix per accedir a recursos personalitzats adreçats a persones cuidadores. Vol reconèixer la feina que fan, acompanyar-les i facilitar les tasques de cura per contribuir al seu benestar. Poden accedir: Les persones que tenen cura de persones malaltes, dependents, amb discapacitat o de persones grans a la ciutat de Barcelona poden disposar d'aquesta targeta Les persones cuidadores de l'entorn proper de la persona cuidada, les treballadores de la llar i de la cura i les professionals de la cura. Inclou: • Canal d'informació sobre temes de cura

	• Assessorament especialitzat per persones cuidadores • Punts de trobada i suport • Telèfon de suport emocional • Acompanyament jurídic per la contractació de persones cuidadores • Assessorament sobre temes de farmàcia • Xerrades sobre el bon ús dels medicaments • Activitats esportives específiques per persones cuidadores
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores no professionals. • Oferir suport emocional i psicològic per reduir l'impacte negatiu de la cura que, de vegades, poden experimentar els cuidadors i cuidadores no professionals. • Oferir informació i orientacions pràctiques per la cura de persones dependents • Facilitar i promoure espais de relació, presencials o virtuals, entre persones cuidadores no professionals que es troben en una situació similar, perquè comparteixin les seves necessitats, preocupacions i també els seus coneixements
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans beneficiàries del programa
Exemples	• Barcelona: Targeta Cuidadora Ciutat Cuidadora (barcelona.cat) • Col·legi d'infermeres – Àrea d'aprenentatge continuu: el col·legi d'infermeres posarà en marxa una àrea d'aprenentatge continuu en línia destinat a persones cuidadores no professionalitzades. Aquest espai es dividirà per temàtiques que s'aniran alimentant de les necessitats dels cuidadors/es.

Nom de l'acció	PROGRAMA RESPIR
Descripció	Programa de prestacions econòmiques que busca millorar la qualitat de vida, tant de les persones grans que resideixen en domicilis privats i necessiten una cura continuada, com de les persones que en tenen cura. La prestació consisteix en una quantia econòmica única i puntual amb la finalitat que puguin fer front al pagament d'un servei de suport. També existeix la modalitat que ofereix estades temporals per persones amb dependència que estan a càrrec d'una persona cuidadora.
Objectius	• Facilitar un temps de descans per a les famílies o persones cuidadores de persones grans amb dependència. • Atendre les persones de més de 65 anys. • Prestar una atenció integral a les persones grans, tenint en compte els aspectes físics, psicològics, socials i culturals, per tal

	de promoure o mantenir les capacitats de què disposen i millorar la seva qualitat de vida. • Prestar una atenció personalitzada segons les característiques, necessitats, interessos i desitjos de cada persona usuària, tenint en compte els principis de l'ètica assistencial (autonomia, justícia, no maleficència i beneficència).
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans beneficiàries del programa (prestacions econòmiques prestades o estades temporals gestionades)
Exemples	Barcelona (ajuts econòmics) : Programa Respir Plus Persones grans Ajuntament de Barcelona Diputació de Barcelona (estades temporals): Persones Grans - Respir - Diputació de Barcelona (diba.cat)

Nom de l'acció	BORSA DE PROFESSIONALS CUIDADORS/ES
Descripció	Les professions lligades a la cura, especialment de persones grans, són professions molt vinculades a l'economia submergida. En aquesta línia, es podria elaborar una borsa de persones del municipi que disposen de la formació i/o experiència per tal de poder cuidar de persones en situació de dependència. L'objectiu és professionalitzar aquest sector. En aquesta línia, es podrien promocionar els certificats oficials de competències professionals (Acredita't) per tal de professionalitzar aquelles persones que tenen experiència professional o formacions no reconegudes oficialment en el sector de la cura. D'aquesta manera, les persones que acrediten la seva experiència i/o formació, poden inscriure's a la borsa de persones cuidadores.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores no professionals. • Professionalitzar el sector de la cura.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones inscrites a la borsa de persones cuidadores professionals
Observacions	Acredita't: acreditació de competències professionals: Acreditació de competències professionals. Consorci per a la Formació Contínua de Catalunya (gencat.cat)

B) PER UN ENTORN ON CONVIURE AMB SEGURETAT I RESPECTE

La seguretat en els nostres dies consisteix en **garantir que les persones puguin dur a terme lliurement les seves activitats quotidianes sense atacs contra els seus drets i béns, amb independència que aquests atacs vinguin d'accions humanes il·lícites, voluntàries o imprudents, o d'accidents o desastres naturals**. Les persones grans es poden trobar amb més freqüència en situació de vulnerabilitat a causa de la disminució de la seva capacitat física i, en alguns casos, intel·lectual, que els pot convertir en dependents de terceres persones per al desenvolupament normal de les seves activitats quotidianes. Aquesta situació les fa molt més vulnerables a qualsevol agressió o accident que puguin patir tant per part de les persones amb què es relacionen de manera quotidiana com de tercers aliens al seu cercle social.

No només s'han de tenir presents els accidents o delictes envers les persones grans, sinó també **el sentiment d'inseguretat** i la por al delictes d'aquest col·lectiu, ja que aquests sentiments poden augmentar amb l'edat. I no tan sols influeix aquesta variable, sinó que també aquelles persones que tenen unes relacions socials més febles o es troben més aïllades se senten més insegures. D'aquesta manera, hem de ser conscients de l'existència d'un col·lectiu de persones grans que per la seva situació de dependència, mobilitat o altres situacions socials com és la soledat no desitjada, veuran incrementat el sentiment d'inseguretat que pateixen.

Alhora, en aquests aspectes hem de tenir en compte la **seguretat que ofereix l'entorn urbà** i que facilitar una convivència entre vianants i vehicles motoritzats o no, és accessible per persones amb mobilitat reduïda o fins i tot és amable i propicia un ús adequats dels seus espais facilitant així una **vida activa i saludable a l'espai públic**.

Finalment, en aquesta línia d'acció hem de tenir en compte temes de respecte. A la vida quotidiana i entorns propers podem trobar **actituds que menyspreen a les persones grans** i que estan vinculades a la consideració de l'envelliment com a una etapa del cicle vital negativa, associant aquest a la malaltia, a la dependència i a la pèrdua de les capacitats cognitives. Aquest manteniment de prejudicis, estereotips cap a una persona només pel fet de ser gran s'anomena **edatisme** i es considera una forma de discriminació. A nivell pràctic, aquestes visions s'instauren en el nostre dia a dia, en les interaccions diàries, en els missatges publicitaris. Fins i tot, algunes persones grans poden arribar a incorporar aquesta visió estereotipada que reben de l'entorn i actuar i adoptar actituds i conductes devaluadores de les seves habilitats. Amb por a contestar i reivindicar els seus drets, amb la pèrdua de confiança i valor per les seves opinions. En el fons amb por a ser exclosos i amb la necessitat de continuar sent acceptats pel seu grup de referència i les seves famílies.

L'edatisme també el podem trobar en les **decisiones que prenen administracions o empreses privades** que no tenen en compte les necessitats específiques d'algunes persones grans. Alguns exemples els podem veure quan es dissenyen procediments de gestió telemàtica com a única via d'accés a serveis, o quan es prenen decisions d'eliminar formes d'atenció presencial, o quan es restringeixen serveis a territoris amb menys demanda com a forma d'abaratir costos.

Aquest eix de treball s'estructura en 5 grans objectius i desplega tota una sèrie de possibles accions a desenvolupar en els municipis del territori:

B.1. Facilitar la mobilitat viària segura

Al llarg de les últimes dècades la mobilitat ha experimentat un canvi molt rellevant, on han augmentat de forma rellevant el nombre de vehicles de mobilitat personal. Aquesta evolució ha

permès augmentar el contacte de la població i poder millorar la qualitat de vida de moltes persones, accedint a altres recursos i/o serveis més allunyats dels seus llocs de residència.

Tot i els beneficis que això ha comportat per les societats en general, no s'ha de perdre de vista el repte que suposa per la seguretat de les nostres ciutats i pobles. Els accidents de circulació són una de les principals causes de mort entre les persones grans segons l'OMS. De fet, a Espanya i a Catalunya l'índex d'accidentalitat de les persones majors de 65 anys el situa com un grup de risc, especialment en la seva condició de vianant en l'entorn urbà. Els atropellaments són la segona causa de mort viària i les principals víctimes també són les persones grans².

Donada aquesta major accidentalitat de les persones grans en l'àmbit de la mobilitat, cal posar atenció en el foment d'una mobilitat segura, mantenint protegits els col·lectius més vulnerables, sents conscient que aquesta és una tasca col·lectiva que implica a tota la ciutadania, en especial als conductors/es de vehicles i als mateixos vianants.

Nom de l'acció	PLANS LOCALS DE SEGURETAT VIÀRIA
Descripció	Els plans de seguretat viària són una eina de planificació de la seguretat vial que es desenvolupa als diferents municipis d'acord amb les seves necessitats. Per tal d'elaborar els plans locals de seguretat viària es necessari primer fer una diagnosi de la situació i definir els objectius i els àmbits d'actuació per tal d'establir mesures d'actuació que redueixin l'accidentalitat i millorin l'ordenació urbana del municipi amb criteris de seguretat viària i de sostenibilitat. Els plans locals de seguretat viària tenen una visió general entorn la seguretat de la ciutadania. És important que els i les professionals que realitzin aquests plans tinguin especialment en compte les necessitats dels col·lectius més vulnerables, en aquest cas, les persones grans amb dificultats de mobilitat.
Objectius	• Planificar les polítiques públiques i policials pel foment de al convivència, participació i resolució pacífica del conflicte. • Reducció d'accidents de trànsit. • Detectar situacions i/o problemàtiques emergents en el municipi. • Desenvolupar unes línies d'acció i d'anàlisi. • Desenvolupar sistemes d'avaluació.
Indicadors	• Existència del Pla Local de Seguretat Viària • Nombre de mesures realitzades per millorar la seguretat viària on les persones grans es poden veure beneficiades

² Servei català de Trànsit 'Dossier tècnic de seguretat viària: la gent gran: vianants i mobilitat urbana segura'. En línia: [doss.tec.18.pdf\(gencat.cat\)](https://doss.tec.18.pdf(gencat.cat))

Observacions Pla de seguretat vial Generalitat de Catalunya. Es pot consultar a: [“Plan de Seguridad vial 2021-2023”](#)

Nom de l'acció PACIFICACIÓ DE ZONES PROPERES A EQUIPAMENTS PÚBLICS

Descripció	L'augment de la mobilitat ha provocat un augment dels vehicles de mobilitat personal (patinets, bicicletes, motos, etc.) que són econòmicament accessibles per la majoria de la població. Aquest augment de la mobilitat en ocasions provoquen un increment de la sensació d'inseguretat i accidentabilitat, especialment entre els col·lectius més vulnerables com són les persones grans amb dificultats de mobilitat. Els darrers anys s'han estès les accions destinades a pacificar el trànsit de zones escolars, fet que es vol ampliar a altres zones properes a equipaments públics, especialment concorregudes per persones grans. Aquestes mesures de pacificació del trànsit pretenen fer més amigable la convivència entre els vehicles i les persones que circulen a peu o amb bicicleta. Algunes accions per pacificar zones properes a equipaments públics: • Creació de zones 30 • Implantació de carrers de prioritat invertida • Adequació de carrers de plataforma única • Adequació de carrers per a vianants
Objectius	• Alternar la prioritat habitual del vehicle privat a favor del desplaçament a peu o amb bicicleta. • Guanyar espai per als vianants • Reduir la velocitat dels vehicles als carrers • Ordenar l'aparcament
Indicadors	• Nombre de carrers pacificats
Observacions	Carrers segurs per persones grans -Singapur: Speed limit at some Silver Zone locations to be lowered to 30kmh - CNA (channelnewsasia.com)

Nom de l'acció ITINERARIS SÈNIORS MUNICIPALS

Descripció Els itineraris segurs són una iniciativa sorgida per fomentar la mobilitat segura dels infants que es desplacen cap al seu centre educatiu.

	En aquest sentit, es pot ampliar aquest estil de projecte a itineraris sèniors, obtenint així recorreguts al municipi corresponent que es troben adaptats a les necessitats de les persones grans, veient reduït els perills o dificultats que es puguin trobar. Per l'establiment i creació d'aquests itineraris es pot comptar amb la participació de les pròpies persones grans del municipi, que proposen quins podrien ser les zones escollides en el nou itinerari, amb l'ajuda de professionals en mobilitat i seguretat. Alguns aspectes a tenir en compte en l'elaboració dels itineraris sèniors: • Amplada de pas suficient • Facilitar l'accés als equipament públics • Pendent del recorregut • Elements per descansar en el recorregut (bancs) • Presència d'espais verds i amb ombra.
Objectius	• Afavorir alternatives de gestió a l'espai públic • Potenciar la co-responsabilitat, el compromís cívic i comunitari a través d'accions participatives en relació a l'entorn. • Vetllar pels desplaçaments segurs de les persones grans. • Generar sentiment de pertinença al municipi corresponent.
Indicadors de seguiment	• Nombre d'itineraris sèniors
Exemples	Rutes Amigables per les persones grans – Saragossa: Rutas Amigables. Personas Mayores. Ayuntamiento de Zaragoza

Nom de l'acció	XERRADES MOBILITAT SEGURA
Descripció	La formació en mobilitat segura és clau en totes les edats, ja que totes les persones ens movem i circulem per les vies, sigui com a vianants, conductors o viatgers. Millorar la seguretat viària requereix un canvi en els comportaments de la ciutadania i l'aprenentatge de la mobilitat segura és el procés imprescindible per aconseguir-ho. En aquest línia, es planteja la possibilitat de fer xerrades informatives a casals de barri i centres de dia. Tant en la realització com en l'organització d'aquestes xerrades és important la implicació d'altres professionals que estan en contacte amb les persones grans. Com a exemple podem parlar del projecte "Estem a prop de la gent gran" de l'Ajuntament de Barcelona. Aquest projecte suposa una millora respecte a les xerrades convencionals perquè fa arribar els consells de seguretat viària, seguretat ciutadana i prevenció també als treballadors i

	treballadores de l'Àrea de Drets Socials. D'aquesta manera, a més d'oferir xerrades a les persones grans que assisteixen als centres, també s'ofereixen als treballadors i treballadores socials, familiars i personal del servei de teleassistència i dels punts d'atenció energètica que estan en contacte diari amb aquest col·lectiu.
Objectius	• Potenciar un canvi de consciències en matèria de seguretat i responsabilitat entre el col·lectiu de persones grans. • Seguretat viària en general
Indicadors	• Nombre de xerrades • Nombre de persones assistents a les xerrades
Exemples	Estem a prop de la gent gran Guàrdia Urbana de Barcelona Ajuntament de Barcelona

Nom de l'acció	ITINERARIS SEGURS DES D'URBANITZACIONS
Descripció	Podem trobar persones grans que viuen a urbanitzacions allunyades o zones més aïllades als seus municipis. Aquesta proposta consisteix a habilitar camins segurs per a que puguin anar caminant des d'aquests indrets fins a nuclis poblacionals. Alguns aspectes que es poden tenir en compte en el disseny d'aquests itineraris segurs són: • Amplada dels camins • Camins sense barreres arquitectòniques • Reducció de la velocitat dels vehicles • Passos de vianants o semàfors • Espais per descansar amb ombra Aquests itineraris, a més de servir a les persones per poder caminar, també serien molt útils per totes aquelles persones grans que tenen problemes de mobilitat i disposen d'un vehicle de mobilitat personal. D'aquesta manera, s'augmentaria la seguretat i l'autonomia d'aquest col·lectiu.
Objectius	• Potenciar la mobilitat a peu de les persones grans que viuen a zones més aïllades • Potenciar la mobilitat segura
Indicadors de seguiment	• Nombre d'itineraris segurs des d'urbanitzacions

Nom de l'acció	ORDENANCES MOBILITAT SEGURA BICIS I PATINETS
Descripció	Els ens municipals tenen l'opció de regular l'ús dels vehicles de mobilitat personal, especialment pel que fa als patinets elèctrics. Els municipis poden regular l'edat mínima d'ús, l'ús de casc, establir zones de velocitat limitada o directament de prohibició. En aquesta línia, alguns municipis ja han adaptat les seves ordenances municipals per tal d'incloure els vehicles de mobilitat personal, especialment els patinets elèctrics, en l'ordenança corresponent.
Objectius	• Potenciar la mobilitat segura • Regular l'ús dels vehicles de mobilitat personal • Adaptar les problemàtiques de mobilitat a l'ordenança vigent
Indicadors de seguiment	• Nombre d'ordenances municipals modificades o redactades per incloure aquest aspecte

B.2. Construir un urbanisme amable i respectuós amb les persones grans

La ciutat ha de permetre i potenciar la mobilitat, la seguretat i la participació de les persones grans dins de la ciutat. Per fer-ho, és important tenir en compte el disseny de la ciutat, el qual, actualment, no sempre s'ajusta a les necessitats i preferències de les persones grans (Vorerres amples, sense sotracs, accessibles, espais verds, il·luminació, socialització a l'espai públic...)

A més, l'urbanisme de la ciutats i pobles també pot facilitar la convivència entre la ciutadania i afavorir un ús actiu i saludable dels espais públics.

Nom de l'acció	COMISSIÓ D'URBANISME AMIGABLE
Descripció	La creació de comissions locals de millores són espais per al debat, discussió i elaboració de dictàmens concrets en aspectes relacionats amb l'urbanisme. Les comissions poden estar integrades per representants municipals, tècnics/es municipals, representants d'entitats i/o associacions municipals, experts externs, ciutadans/es a títol personal, etc.
Objectius	• Estudi i anàlisi l'urbanisme municipal • Fer propostes per la millora de l'urbanisme, promovent un espai urbà més segur i amigable pels habitants. • Estimular la participació ciutadana en la detecció millores de l'urbanisme

	• Fer seguiment del desenvolupament de les millores urbanes municipals
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones que formen part d'aquestes comissions • Nombre d'intervencions realitzades a partir de les recomanacions de la comissió

Nom de l'acció

PAVIMENTS ACCESSIBLES I EN BON ESTAT

Descripció

Adaptació dels paviments urbans accessibles en aquelles zones concorregudes per persones grans on l'accessibilitat sigui més difícil. En aquesta línia es poden canviar els panots per un paviment més llis que no provoqui caigudes.

Els plans locals d'urbanisme han de poder detectar aquelles zones menys accessibles i adaptades per poder-hi realitzar les modificacions pertinents.

Objectius

- Adaptació del paviment en mal estat en zones en mal estat

Indicadors de seguiment

- Nombre d'intervencions realitzades per millorar l'accessibilitat dels paviments

Nom de l'acció

SENYALITZACIÓ INCLUSIVA

Descripció

La senyalització inclusiva inclou la senyalística adaptada als usuaris/àries amb qualsevol mena de discapacitat o diversitat funcional (visual, auditiva o altres habilitats cognitives). També es considera inclusiva aquella senyalització que no discrimina i que mostra respecte als diferents col·lectius/usuaris existents.

Un sistema de senyalització es considera inclusiu quan:

- Inclou col·lectiu vulnerable i minoritari per garantir-los l'accessibilitat
- No fa distincions ni discriminacions en quan a sexe, gènere, identitat, orientació sexual, raça, religió o nacionalitat.
- Accepta la diversitat i adapta els seus missatges.

Alguns col·lectius a tenir en compte a l'hora de desenvolupar senyalització inclusiva:

- Senyalització per persones invidents: Braille i auto-relleu, sistema podo tàctil, senyalització acústica, senyalització antilliscant, etc.

	• Senyalització per persones amb discapacitat auditiva: senyalització lluminosa, senyalització escrita digital, senyalització per sistema de colors, etc. • Temporització dels semàfors que tingui en compte les necessitats de les persones grans • Radars educatius en espais concorreguts per persones grans
Objectius	• Crear una senyalització viària inclusiva entenedora per tothom. • Garantir l'accés i el ús de qualsevol entorn construït a qualsevol persona, siguin quines siguin les seves circumstàncies.
Indicadors de seguiment	• Nombre d'intervencions realitzades per fer una senyalització més inclusiva
Exemples	• Ajuntament de Reus: Reus estrena senyalització viària inclusiva amb pictogrames Ajuntament de Reus • Sant Andreu de la Barca • Molins de Rei: semàfors sonors

Nom de l'acció

MOBILIARI URBÀ ADAPTAT I EN PUNTS CLAU

Descripció

Instal·lació de mobiliari urbà adaptat en punts clau concorreguts per persones grans. Aquest és de vital importància per millorar la qualitat de vida d'aquest col·lectiu. Això és així perquè el seu dia a dia millora, notablement, si poden fer les seves tasques recolzades per elements que els fan la vida més fàcil i còmoda en l'espai públic.

Els plans locals d'urbanisme han de poder detectar aquelles zones menys accessibles i adaptades per poder-hi realitzar les modificacions pertinents.

Alguns aspectes que es poden tenir en compte són:

- Bancs de materials càlids i amb suport per l'esquena
- Contenidors adaptats a les persones amb mobilitat reduïda
- Col·locació de bancs en grup, per tal de que les persones grans puguin mantenir el contacte un cop asseguts
- Instal·lació de plataformes a les parades de bus per facilitar accedir al vehicle

Es important comptar amb l'opinió de les persones grans en el moment de decidir quin tipus de mobiliari urbà i l'espai on es vol instal·lar aquest. Alhora també cal una major flexibilitat i rapidesa en l'adaptació i/o canvis en el mobiliari urbà ja existent.

Objectius	• Potenciar la vida a l'espai públic, instal·lant elements lúdics, d'estada i de servei. • Millorar la qualitat de vida de les persones grans.
Indicadors de seguiment	• Nombre d'intervencions realitzades per millorar i adaptar el mobiliari urbà

Nom de l'acció	ESPAIS D'ESTADA I DESCANS. REFUGIS CLIMÀTICS
Descripció	A causa dels efectes de la crisi climàtica cada cop més administracions decideixen crear una xarxa de refugis climàtics per fer front a les a l'augment en la freqüència i intensitat dels episodis climàtics, especialment les onades de calor. Aquests són espais interiors i/o exteriors que proporcionen un confort tèrmic a la població, mentre que mantenen altres usos o funcionalitats. Alguns requisits dels refugis climàtics són: • Han de tenir una bona accessibilitat, • Proporcionen àrees de descans confortables (cadires o bancs) • Han de disposar d'aigua • Han de ser segurs. • Han d'estar senyalitzats
Objectius	• Donar resposta especialment a les persones vulnerables. • Millorar la qualitat de vida de les persones grans.
Indicadors de seguiment	• Nombre de refugis climàtics creats
Exemples	Xarxa de Refugis Climàtics de Sant Boi de Llobregat: Xarxa de Refugis Climàtics - Ajuntament de Sant Boi de Llobregat

Nom de l'acció	IL·LUMINACIÓ SEGURA I SOSTENIBLE
Descripció	La il·luminació de zones percebudes com insegures d'alguns municipis és clau per millorar la qualitat de vida i seguretat de la ciutadania, especialment les persones grans. Cal assegurar l'ús d'enllumenat públic sostenible: • Fanals amb plaques solars

	Fanals sensibles al moviment
Objectius	Augmentar la seguretat en zones percebudes com insegures
Indicadors de seguiment	Nombre d'intervencions realitzades per millorar la il·luminació de l'espai públic fent-lo més segur i sostenible

Nom de l'acció	LAVABOS PÚBLICS A PARCS I JARDINS TRANSITATS PER PERSONES GRANS
Descripció	Instal·lació de lavabos públics a aquells espais transitats on habitualment es desenvolupen activitats adreçades a persones grans, com poden ser parcs i/o jardins. Aquestes instal·lacions faciliten i milloren al vida de tots els ciutadans/es, especialment de les persones més vulnerables com són les persones grans. Així mateix, en aquells municipis que no es disposin dels recursos necessaris per la instal·lació de lavabos públics, es proposa l'adhesió de diversos comerços i equipaments municipals a un projecte per fomentar un municipi amigable amb la ciutadania, que permetés a aquelles persones que ho necessitin poder fer ús dels lavabos.
Objectius	Establir una xarxa comarcal de lavabos públics
Exemples	Lavabos públics Ajuntament de Mataró: L'Ajuntament posa en marxa quatre nous lavabos públics amb sistema de neteja automàtica - Ajuntament de Mataró (mataro.cat) "No puedo esperar": ¡No puedo esperar! Campanya 'No puc esperar' Activen la campanya 'No puc esperar' epa El Masnou Salut El Punt Avui

B.3. Lluitar contra el maltractament

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) defineix el maltractament a les persones grans com una de les formes de violència més oculta, silenciada i menys estudiada i, per tant, més desconeguda, menys detectada i menys tractada. De fet, segons dades oficials (OMS, 2019) 1 de cada 6 persones grans ha patit maltractaments en l'últim anys, però només 1 de cada 24 casos de violència es denuncia.

Així mateix, els i les diferents professionals detecten com el maltractament cap a les persones grans augmenta, sent les malalties degeneratives i les situacions de dependència un factor de risc perquè es produeixin més situacions de maltractament. La detecció de casos de maltractament cap a les persones grans és una tasca difícil perquè sovint, aquestes, no ho comuniquen i els casos queden invisibilitzats.

Nom de l'acció	DETECCIÓ COMUNITÀRIA
Descripció	Realització i instauració de projectes comunitaris estil “Radars” per la detecció de persones en solitud no volguda i possibles situacions de maltractament. En aquesta línia, es proposa la implicació dels diferents agents municipals com són els comerços, serveis, recursos i equipaments municipal, entre altres, per tal de conscienciar-los i vincular-los en la detecció d'aquests casos, informant-los sobre els processos que han de seguir en el cas que es detecti un possible cas de maltractament envers les persones grans.
Objectius	• Fomentar la relació i xarxa comunitària • Millorar la qualitat de vida de les persones en situació de fragilitat. • Millorar la prevenció, detecció i atenció del no bon tracte i del maltractament a través d'un treball interdisciplinari i en xarxa amb els dispositius del territori.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones voluntàries adherides al programa • Nombre de casos de maltractament a persones grans detectats a través d'aquest programa
Exemples	Projecte d'acció comunitària Radars Serveis Socials Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI (barcelona.cat)

Nom de l'acció	FORMACIONS A PROFESSIONALS PER LA DETECCIÓ DE MALTRACTAMENTS
Descripció	Tallers i formacions a professionals que estan en contacte amb persones grans per la detecció de situacions de maltractaments. Alguns agents que es podrien implicar en aquestes formacions són: • Residències • Centres de dia • Personal del teleassistència • Personal del servei d'atenció domiciliària (SAD) • Treballadores familiars d'empreses privades que realitzen SAD • Dinamitzadores • Treballadores socials
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones en situació de fragilitat.

	• Millorar la prevenció, detecció i atenció del no bon tracte i del maltractament a través d'un treball interdisciplinari i en xarxa amb els dispositius del territori. • Fomentar la coordinació i col·laboració per la detecció de maltractaments entre diferents agents que treballen amb el col·lectiu de persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones formades • Nombre de casos de maltractament a persones grans detectats a través de professionals que han rebut l'atenció

Nom de l'acció	GUIES I PROTOCOLS CONTRA EL MALTRACTAMENT
Descripció	Guies i/o protocols per ajudar als professionals a saber com han d'actuar davant de situacions de maltractament cap a les persones grans.
Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones en situació de fragilitat. • Millorar la prevenció, detecció i atenció del no bon tracte i del maltractament a través d'un treball interdisciplinari i en xarxa amb els dispositius del territori. • Fomentar la coordinació i col·laboració per la detecció de maltractaments entre diferents agents que treballen amb el col·lectiu de persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre de guies i protocols contra el maltractament • Nombre de casos de maltractament a persones grans detectats després de l'edició de les guies
Exemples	• Ajuntament de Cervelló - Guia per afrontar el maltractament cap a les persones grans

Nom de l'acció	SEAP (Servei Especialitzat d'Atenció a pes Persones) (Maltractaments)
Descripció	Donar continuïtat al Servei Especialitzat d'Atenció a les Persones (SEAP) que s'ofereix del Consell Comarcal del Baix Llobregat. El bon tracte a les persones grans i persones en situació de fragilitat és el que emmarca aquest dispositiu que es basa amb els valors del respecte, la dignitat i l'escolta en tota l'actuació i intervenció dels i les professionals. La finalitat és oferir orientació i suport des de l'especialització dels professionals d'aquest servei, tant a professionals de serveis socials, salut, dona, cossos de seguretat i d'altres, com a les pròpies persones que ho requereixin per tal de respondre de la manera més adequada a les necessitats detectades.

Objectius	• Millorar la qualitat de vida de les persones en situació de fragilitat. • Millorar la prevenció, detecció i atenció del no bon tracte i del maltractament a través d'un treball interdisciplinari i en xarxa amb els dispositius del territori. • Garantir el treball interdisciplinari i en xarxa amb altres professionals del territori i serveis relacionats amb l'atenció a les persones en situació de fragilitat per establir mecanismes de prevenció i intervenció comunitària. • Adequar la transmissió de la informació social, jurídica i mèdica essencial a la resta dels professionals per dissenyar un pla d'intervenció. • Donar resposta a les situacions reals de no bon tracte i/o maltractament de les persones d'aquests col·lectius. • Realitzar i/o participar en estudis i projectes de sensibilització, detecció i prevenció a la comunitat des dels diferents àmbits dels professionals que integren el servei. • Respondre a les necessitats reals dels professionals que atenen a les persones grans i a les persones en situació de fragilitat quan es detecten situacions de no bon tracte i/o maltractament. • Coordinar-se amb els diferents serveis públics i/o privats dels àmbits de salut, de serveis socials, justícia, habitatge, cossos de seguretat i altres. • Orientar i assessorar per establir el tipus d'atenció necessària i adequada a cada situació i coordinar els recursos públics i privats per facilitar l'atenció que es necessita.
Indicadors de seguiment	• Nombre de persones grans ateses per temes de maltractament • Nombre de professionals assessorats pel servei
Exemples	<i>Consell Comarcal del Baix Llobregat:</i> Actuem davant el maltractament Consell Comarcal del Baix Llobregat

B.4. Fomentar l'autoprotecció de les persones grans

Nom de l'acció	CONSELLS DE SEGURETAT
Descripció	Xerrades informatives i materials material didàctics adreçats a les persones grans amb consells sobre seguretat en diferents àmbits: • Robatoris i furt • Seguretat a la llar • Maltractaments

- Seguretat econòmica i financera

Les xerrades i material didàctic poden comptar amb la participació dels cossos de seguretat i persona tècnic de les àrees corresponents.

Aquest material es pot facilitar a les persones grans a través de serveis socials, entitats i associacions municipals i veïnals, casals de persones grans, etc.

És important que també es contemplin accions per donar a conèixer diferents recursos de seguretat i de denúncia. En aquest sentit es poden promocionar les aplicacions i vies de comunicació telefònica de que disposa Mossos d'Esquadra.

Així mateix, per tal de que la informació relativa a seguretat arribi a un major nombre de persones, es proposa distribuir-la a través de diferents agents:

- Casal de persones grans, per tal d'arribar a persones grans actives
- Persones voluntàries que realitza voluntariat i/o activitats amb persones grans.
- Serveis socials / Teleassistència / Personal del SAD
- Centres de dia i residència
- Bustiada, especialment per les persones grans majors de 80 anys i que no són presents en les entitats i/o serveis anteriorment mencionats.

Objectius	• Adquirir o reforçar hàbits, actituds i comportaments que proporcionin seguretat al col·lectiu de persones gran • Prevenir actes delictius cap a les persones grans • Millorar el sentiment de seguretat • Afavorir la denuncia i la defensa dels drets de les persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre d'activitats realitzades per difondre consells de seguretat
Exemples	Material Ajuntament de Barcelona – Consells de seguretat: Díptics gent gran ajuntament13 (barcelona.cat)

B.5. Fomentar del bon tracte cap a les persones grans

Nom de l'acció	CAMPANYES DE SENSIBILITZACIÓ PER FOMENTAR EL BON TRACTE CAP A LES PERSONES GRANS
-----------------------	---

Descripció	Campanyes de sensibilització orientades a diferents aspectes: • Posar en valor tot allò que les persones grans aporten a la nostra societat • Defensar els drets de les persones grans • Afavorir una actitud amable i respectuosa cap a les persones grans • Evitar situacions de maltractament És important implicar a les mateixes persones grans en el disseny, creació i difusió d'aquestes campanyes.
Objectius	• Posar en valor tot allò que les persones grans aporten a la nostra societat • Defensar els drets de les persones grans • Afavorir una actitud amable i respectuosa cap a les persones grans • Evitar situacions de maltractament
Indicadors de seguiment	• Nombre de campanyes de sensibilització impulsades • Nombre de persones grans implicades a les campanyes
Exemples	Campanya grantivisme de Reus: (590) Espot de la campanya "Grantivisme" de l'Ajuntament de Reus - YouTube Campanya contra el maltractament impulsada per la Xarxa de Comarques per l'Envel·liment Actiu de la que el Consell Comarcal del Baix Llobregat és impulsora: https://www.elbaixllobregat.cat/consellconsultiugentgran/dies_internacionals

Nom de l'acció	FORMACIÓ I SENSIBILITZACIÓ A PROFESSIONALS DE PRIMERA LÍNIA
Descripció	Xerrades formatives adreçades a professionals de primera línia per sensibilitzar sobre possibles limitacions que poden tenir les persones grans i afavorir un millor tracte. Aquesta és una acció que pot tenir un caràcter molt transversal donat que es podria aplicar a la millor atenció de tot tipus de persones tenint en compte les seves limitacions o situacions especials.
Objectius	• Despertar l'empatia entre els professionals de primera línia que poden estar atenent a persones grans al municipi • Millora en l'atenció al públic en general i a les persones grans en particular
Indicadors de seguiment	• Nombre de professionals formats • Valoració de les persones formades. Grau de satisfacció de l'1 al 10

Nom de l'acció	FESTES I ACTIVITATS MUNICIPALS AMABLES AMB LES PERSONES AMB DIFICULTATS DE MOBILITAT O ALGUN TIPUS DE DIVERSITAT FUNCIONAL
Descripció	Confecció d'una guia d'accessibilitat per l'organització d'activitat públiques que ofereixi a les persones responsables de la planificació, programació i realització d'actes públics un seguit de directrius i recomanacions per fer-les més inclusives. El document podria contemplar les barreres que afecten les persones amb discapacitat —físiques, cognitives, comunicatives i d'actitud— i aportar solucions pràctiques per eliminar-les o reduir-les al màxim.
Objectius	Afavorir l'organització de festes més inclusives que tinguin en compte les necessitats d'accessibilitat de les persones amb dificultats de mobilitat o qualsevol altre persona amb diversitat funcional
Exemples	Rubí: Guia d'accessibilitat per a l'organització d'activitats públiques - Ajuntament de Rubí (rubi.cat)

Nom de l'acció	CONTACTES AMB ENTITATS BANCÀRIES I COMPANYIES SUMINISTRADORES
Descripció	Reunions amb entitats bancàries i companyies subministradores per traslladar les dificultats que tenen les persones grans per fer ús dels seus serveis i buscar vies de solució.
Objectius	- Defensa dels drets de les persones grans - Afavorir l'autonomia
Indicadors de seguiment	- Nombre de reunions realitzades amb entitats bancàries o companyies de subministraments - Nombre d'accions realitzades per millorar l'atenció de les persones grans

C) PER UNA PARTICIPACIÓ ACTIVA I CONSTRUCTIVA

La participació social i el suport social estan estretament vinculats amb el benestar i el bon estat de salut durant tot el cicle vital. La participació de les persones grans en activitats culturals, comunitàries, d'oci, socials, esportives i de voluntariats permet a aquesta cohort continuar vinculada amb l'esdevenir de la comunitat.

A més, es manté un vincle necessari amb un grup d'edat que ha assolit un ampli coneixement sobre la societat. Com a conseqüència, la participació social i cívica evita l'exclusió de la població amb edat més gran i reforça la xarxa de suport i coneixement en la comunitat. També fomenta la seva confiança, reconeixement, capacitats d'aprenentatge i l'autorealització personal en un moment en què l'activitat laboral ha deixat de ser central en les seves vides.

Tanmateix, s'ha de ressaltar que no és un gran nombre de contactes o d'activitats socials els causants d'un major benestar emocional o físic de les persones grans, sinó **el sentit que la persona li dona o troba en les activitats que es desenvolupen, siguin poques o moltes**. No obstant això, existeixen diferents condicionants que poden afavorir o disminuir la participació, com per exemple, un menor nivell educatiu, la falta d'habilitats informàtiques, el mal estat de salut i/o les càrregues familiars. Més enllà de les qüestions individuals, també influeixen els aspectes generacionals relacionats amb el procés de socialització política durant les seves vides.

D'aquesta manera, els ens locals han de ser capaços de proporcionar una oferta participativa prou atractiva pel col·lectiu de persones grans i que satisfaci les necessitats i inquietuds d'aquests. Així mateix, s'ha de tenir en compte la gran heterogeneïtat existent dins el col·lectiu.

Així doncs, aquest eix de treball s'estructura en 7 grans objectius i desplega tota una sèrie de possibles accions a desenvolupar en els municipis del territori:

C.1. Fer una prospecció dels interessos i necessitats de les persones grans

És important que l'oferta d'activitats respongui als interessos de les persones grans dels nostres municipis. Per aquesta raó es proposen les següents accions:

Nom de l'acció	SEMPRE ALERTA PER LA RECOLLIDA DE SUGGERIMENTS DE LES PERSONES GRANS
Descripció	Per la recollida de suggeriments de les persones grans es poden fer servir els següents canals: • Enquestes regulars per escoltar la seva valoració sobre les activitats i equipaments existents, conèixer les necessitats que expressen i recollir noves propostes • Bústies de suggeriments a equipaments municipals • Consultes a grups de persones grans ja organitzats al voltant d'activitats • Consultes al consells de persones grans del municipi o la comarca • Consultes a persones usuàries del servei de teleassistència: els participants manifesten que per tal de maximitzar l'eficiència dels recursos, siguin les treballadores familiars i/o socials les que

realitzin enquestes a aquelles persones usuàries del teleassistència.

- Consultes als professionals de salut: implicar el personal sanitari en la detecció de necessitats. Conscienciar els professionals de la importància de preguntar i detectar necessitats i inquietuds del col·lectiu de persones grans.
- Enquestes de satisfacció al finalitzar activitats dirigides: es proposa destinar un temps de les activitats dirigides a persones grans a avaluar-les i realitzar propostes de millora.

La informació recollida a través d'aquests canals ha de ser estudiada i tinguda en compte des de l'àrea de persones grans de cada municipi.

En el cas d'enquestes i per que aquesta consulta sigui el més representativa possible es poden tenir en compte els següents perfils:

- Persones actives i col·laboradores amb entitats i associacions municipals
- Persones grans receptores d'activitats dirigides
- Persones grans usuàries del casal de persones grans
- Persones no actives però que poden ser usuàries d'altres serveis com els sanitaris
- Persones grans ateses per serveis socials
- Persones grans institucionalitzades (residències, centres de dia..)

Objectius	• Conèixer les inquietuds i necessitats del col·lectiu de persones grans • Fomentar la participació activa de les persones grans • Adaptar de les polítiques socials i l'oferta d'activitats a les necessitats i inquietuds de les persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre de suggeriments recollits • % de suggeriments als que s'ha donat resposta amb alguna acció nova o de millora
Exemples	La Fundació Marianao compta amb un grup motor de persones representants de cada grup/activitat. Aquestes persones són voluntàries que varien cada any. Són les persones responsables de passar l'enquesta de satisfacció a cada grup i/o activitat al final de curs. Els grups motors es reuneixen tres cops cada any (inici, meitat i final de curs) amb l'objectiu de recollir propostes de millora, incidents, inquietuds, etc. A més a més, els grups motors serveixen per donar a conèixer informació de la fundació.

C.2. Oferir activitats variades i accessibles per afavorir una vida activa

Nom de l'acció	PROMOCIÓ DE L'OFERTA D'ACTIVITATS ADREÇADES AL CONJUNT DE LA CIUTADANIA
Descripció	En moltes ocasions, només es publiciten entre les persones grans aquelles activitats que estan adreçades a aquest col·lectiu, deixant de banda aquelles que són adreçades al conjunt de la població. D'aquesta manera, cal publicitar també entre les persones grans la programació d'activitats oferta al conjunt de la població, per tal d'augmentar el ventall d'activitats a les quals poden accedir i promocionar així les relacions intergeneracionals. La difusió de l'oferta d'activitats cal que inclogui les limitacions i característiques de les activitats per tal d'informar a les persones grans del grau d'intensitat de les activitats físiques així com el nivell d'aquelles activitats formatives, entre altres. Es menciona poder-ho incloure a través d'un símbol que indiqui el nivell de l'activitat.
Objectius	• Fomentar la participació activa de les persones grans • Foment de la intergeracionalitat de les activitats municipals. • Foment del coneixement entre les persones grans de les activitats ofertes pel municipi.
Indicadors	• Accions de difusió realitzades
Exemples	Revista local el Papiol

Nom de l'acció	COOPERACIÓ ENTRE ÀREES MUNICIPALS PER DONAR A CONÈIXER NECESITATS I INQUIETUTS DE LES PERSONES GRANS
Descripció	En moltes ocasions són els i les professionals que treballen en contacte amb el col·lectiu de persones grans els que coneixen de primera mà les necessitats i inquietuds d'aquests, unes necessitats que són transversals a la totalitat d'àrees i departaments dels ens locals (esports, habitatge, serveis socials, etc.). Així, cal establir mecanismes de cooperació entre el departament de persones grans i la resta d'àrees municipals per tal d'apropar aquells departaments i àrees més allunyades de la realitat de les persones grans. D'aquesta manera, aquestes àrees poden desenvolupar accions i/o activitats que s'ajustin a les necessitats reals del col·lectiu. Així mateix, es poden transmetre les principals dificultats que per realitzar activitats per a que el conjunt d'activitats ofertades des de l'Ajuntament sigui més inclusives. S'exemplifica amb les inscripcions telemàtiques però també

	presencials, preus econòmics, condicions d'accessibilitat dels espais, canals de difusió entenedors i accessibles, etc. Cal realitzar reunions periòdiques perquè les inquietuds i necessitats detectades i expressades per les pròpies persones grans arribin al departament corresponent i així establir aquest vincle i cooperació.
Objectius	• Fomentar la cooperació entre el departament de persones grans i la resta d'àrees municipals. • Adaptar les activitats de la resta d'àrees municipals a les necessitats i inquietuds de les persones grans.
Indicadors de seguiment	• Nombre de reunions cooperatives realitzades

Nom de l'acció	TROBADA ANUAL AMB EL CONSELL CONSULTIU DE LA GENT GRAN DEL BAIX LLOBRGAT
Descripció	Realització d'una trobada anual com espai de cooperació entre els i les professionals tècnics/ques dels diferents ajuntaments i fundacions del Baix Llobregat i el Consell Consultiu de Gent Gran del Baix Llobregat. D'aquesta manera, els professionals coneixeran més profundament el consell consultiu, especialment entre els municipis que no en disposen, i tindran un contacte directe i un coneixement més ampli de les necessitats, reivindicacions i inquietuds de les persones grans del Baix Llobregat.
Objectius	• Fomentar la participació de les persones grans en l'elaboració de polítiques públiques
Indicadors de seguiment	• Nombre de trobades amb el consell consultiu de la gent gran realitzades • Nombre d'accions realitzades per millorar el contacte entre els i les professionals

Nom de l'acció	PROGRAMACIÓ ESPECÍFICA PER PERSONES GRANS, VARIADA I ADAPTADA A LES CAPACITATS DE CADA PERSONA
Descripció	El ventall d'ofertes municipals adreçats, entre altres, a les persones grans ha de tenir en compte i ser divers en tant a: • <i>Temàtiques de les activitats</i>, per tal d'oferir activitats que s'ajustin el màxim possible a les inquietuds del col·lectiu. Això inclou activitats culturals, artístiques, esportives, formatives, entre altres.

- *Diversitat de nivells:* Cal tenir present que el col·lectiu de persones grans és molt divers i heterogeni. D'aquesta manera, cal que les activitats ofertes es programin tenint en compte la diversitat física i intel·lectual del col·lectiu. Així, es poden programar activitats més suaus per persones amb més dificultats de mobilitat o que busquin la estimulació intel·lectual. Però alhora, també hem de tenir en compte les necessitats de persones grans que no tenen cap dificultat de mobilitat i/o nivells educatius més alts.
- *Diversitat socioeconòmica:* el preu de les activitats i/o projectes han de tenir en compte la diversitat socioeconòmica del col·lectiu de persones grans, oferint un preu baix mitjançant copagament i/o gratuïtat segons cada cas.
- *Diversitat territorial:* en el cas de municipis amb barris més allunyats o dispersos, també caldrà tenir en compte la diversitat territorial programant activitats a diferents punts del territori.

Per altra banda, totes les activitats programades han de tenir en compte temes d'accessibilitat física. els equipaments i espais on es desenvolupin les activitats i/o projectes han de ser accessibles i còmodes per les persones grans (disposar d'ascensor, rampes, espais d'ombra i bancs en activitats exteriors, etc.)

A més, és necessària una cooperació entre entitats i associacions i l'administració local per tal de conèixer la totalitat d'activitats adreçades a les persones grans, cal tenir en compte que en moltes ocasions no es realitza prou difusió de les activitats esportives adreçades a persones grans.

Objectius	• Garantir una oferta d'activitats variada i ajustada a les capacitats de cada persona. • Fomentar la participació activa de les persones grans • Garantir una igualtat d'oportunitats al conjunt del col·lectiu de les persones grans, especialment aquells més vulnerables.
Indicadors de seguiment	• Nombre d'activitats realitzades • % assistència a les activitats
Observacions	Realització de d'activitats com el walking football o el Dragon Boat.

Nom de l'acció	APROFITAR EL CAPITAL HUMÀ I EL CONEIXEMENT DE LES PERSONES GRANS
Descripció	Les generacions sènior creixen i, cada vegada més, la gent arriba a l'edat de jubilació laboral amb més bon estat de salut i amb una gran

potencialitat de coneixements i experiències viscudes. Aquests coneixements i experiències tenen un gran valor social que cal aprofitar.

D'aquesta manera, cal fomentar, sempre que es pugui, la implicació i participació activa de les persones grans en l'organització i/o realització de les activitats que s'ofereixen, reconeixement així les seves capacitats i valor social.

Objectius	Fomentar la participació i implicació activa de les persones grans
Indicadors de seguiment	% de participació activa de les persones grans en les activitats que s'ofereixen

Nom de l'acció	DISPOSAR D'ESPAIS PER FER ESPORT ADAPTAT A LES CAPACITATS DE CADA PERSONA GRAN A L'AIRE LLIURE
Descripció	Creació d'espais a l'aire lliure destinats a la realització de pràctica esportiva adaptada a les capacitats de les persones grans. I la realització d'activitats dinamitzades amb el suport d'un monitor/a als parcs de salut municipal. D'aquesta manera, cal potenciar la difusió d'aquests espais i activitats.
Objectius	Fomentar la participació i implicació activa de les persones grans
Indicadors de seguiment	- Nombre d'equipaments i espais a l'aire lliure creats - Nombre d'activitats dinamitzades amb el suport d'un monitor/a
Exemples	Parcs de salut i activitats dinamitzades als parcs de salut. (Castelldefels) Rutes municipals per caminar, córrer i anar en bicicleta

C.3. Modernització dels casals per persones grans

Aquesta línia d'acció pretén redefinir la missió dels casals de persones grans de la comarca d'acord amb la realitat actual.

Nom de l'acció	PETITES REFORMES ALS ESPAIS PER PERSONES GRANS
Descripció	Actualment, alguns espais adreçats a les persones grans són força antics, sent poc atractius especialment per les noves generacions de persones grans, que no s'identifiquen amb l'espai dels casals ni amb les persones grans que hi van.

Així, la realització de petites reformes pot ajudar a modernitzar els casals de persones grans per fer-los més atractius i modelables. Algunes reformes possibles són:

- Disposició d'un bar en els espais de persones grans
- Modernització dels espais interiors de l'edifici
- Integració amb altres espais intergeneracionals com centres cívics
- Professionalització de la dinamització per que la programació d'activitats no només estigui dirigida per les juntes
- Habilitar els espais disponibles per l'aprofitament de l'espai més enllà de les activitats dirigides (lloc de trobada per petites celebracions, menjador per gent gran, espais per la realització d'activitats dirigides, etc.)
- Utilització del casal per actes oberts a altres perfils de ciutadania o pel conjunt de la població en general
- Establiment d'espais d'ombres a l'exterior dels casals de persones grans

Objectius	• Fer més atractius i acollidors els espais adreçats a les persones grans • Adaptar els espais disponibles a les necessitats i inquietuds de les persones grans • Atraure noves generacions de persones grans
Indicadors de seguiment	• % d'espais modernitzats i adaptats a les persones grans • Nombre de noves generacions de persones grans assistents als nous casals
Exemples	Casals de gent gran on es disposi de servei de bar. –(Casal de Gent Gran Ciutat Cooperativa, Sant Boi de Llobregat) Centres cívics com espais molt modernitzats i intergeneracionals on les persones grans tenen un espai propi reservat. (Reus)

Nom de l'acció	PRESENCIA DE PROFESSIONALS DE SS.SS ALS CASALS DE PERSONES GRANS
Descripció	Alguns equips municipals de serveis socials del Baix Llobregat destinen unes hores setmanals a acostar-se als casal de persones grans. Aquest apropament permet donar a conèixer millor les ajudes i/o subvencions que poden rebre i ajudar, en cas que fos necessari, a realitzar els tràmits corresponents per sol·licitar els serveis i/ ajudes. Per altra banda, la presència dels i les professionals de serveis socials als casals de persones grans també obra una via més per conèixer la realitat i necessitats de les persones grans i per detectar possible casos de vulnerabilitat.

Objectius	• Trencar la visió estereotipada dels serveis socials • Facilitar el coneixement i accés a les ajudes i prestacions socials • Detecció de casos de vulnerabilitat
Indicadors de seguiment	% d'atenció i suport en la realització de tràmits efectuat als casals de gent gran Nombre de casos de vulnerabilitat detectats

Nom de l'acció	INTERCANVIS EN CASALS DE GENT GRAN
Descripció	Realització de sortides puntuals per part dels casals de gent gran del Baix Llobregat, per tal de conèixer altres casals de persones grans. D'aquesta manera, les persones grans poden conèixer altres persones grans, altres activitats, altres maneres d'organitzar i gestionar el casal de gent gran, etc. Així doncs, aquests intercanvis obren la visió a les persones usuàries del casal de gent gran i, en moltes ocasions, reivindiquen activitats i/o reformes que han vist en altres casals de persones grans.
Objectius	• Promoure les relacions entre la gent gran del Baix Llobregat • Atraure noves generacions de persones grans
Indicadors de seguiment	Nombre d'intercanvis realitzats entre diferents casals

C.4. Fomentar les relacions intergeneracionals

Nom de l'acció	ESPAIS INTERGENERACIONALS
Descripció	Projectes i activitats diverses que fomentin el coneixement mutu entre persones de diferents edats. Alguns exemples poden ser: Es podrien oferir tallers d'intercanvi d'experiències entre grups poblacionals que, de forma habitual, no acostumen a compartir espais. Els tallers podrien girar entorn a temes com: • Horticultura • Primers auxilis en bricolatge • Cuina de cullera • Rebosteria tradicional • Ús del smartphone • Costura

	• Perruqueria i estètica • Teatre fòrum • Taller de cuina
Objectius	• Potenciar les relacions intergeneracionals entre joves i gent gran • Reduir els estigmes cap a les persones grans • Evitar situacions d'aïllament o solitud
Indicadors de seguiment	Nombre d'intercanvis realitzats entre diferents casals

C.5. Preparar per la jubilació

Nom de l'acció	PUNT D'INFORMACIÓ I ORIENTACIÓ PER LA JUBILACIÓ
Descripció	Els punts d'informació i orientació per la jubilació són punts presencials que pretenen ser un espai de referència per les persones grans del municipi i/o comarca corresponent. Aquests ofereixen informació, orientació, assessorament personalitzat i acompanyament a aquelles persones grans majors de 60 anys del municipi i/o de la comarca, contribuint a donar alternatives d'envelliment actiu i prevenir situacions de solitud no desitjada. Aquest punt podria oferir: • Informació i suport entorn el procés de jubilació (aspectes burocràtics, legals i jurídics) • Recomanacions per envellir de forma saludable, activa i segura • Consells per la planificació econòmica • Informació i assessorament entorn les activitats municipals adreçades a la població en general i a les persones grans en particular • Suport en la tramitació de tràmits burocràtics relacionats amb les activitats municipals (inscripcions i baixes d'activitats) • Projectes de voluntariat • Espais de participació • Recursos i serveis adreçats a les persones grans Cal tenir present que abans de la implementació de l'oficina d'informació i orientació és clau haver realitzat una escolta activa per tal d'entendre els elements claus així com les inquietuds de la situació vivencial de les persones grans.
Objectius	• Facilitar l'acollida a les persones grans que per primera vegada s'interessen per conèixer l'oferta d'activitats i espais de lleure del municipi/comarca. • Donar suport i facilitar la recerca d'informació.

Indicadors de seguiment	• Nombre d'orientacions personalitzades executades • Nombre d'assistents als punts d'informació i orientació
Exemples	Punt d'informació a la gent gran. (El Prat de Llobregat) Oficina d'informació. (Tarragona)

Nom de l'acció	CARTA INFORMATIVA A PERSONES GRANS QUE COMPLEIXEN 65 ANYS
Descripció	Per aquelles persones que compleixen 65 anys, se'ls pot enviar una carta informant-los sobre el ventall de serveis, recursos i activitats destinades a la població en general i a les persones grans en particular per tal de mantenir-se actiu. Alguns recursos i/o serveis a tenir en compte: • Casal de les persones grans • Activitats municipals • Ajudes i/o subvencions adreçades a persones grans • Consells i espais participatius Així mateix, també es poden incloure recomanacions i consells per mantenir-se actius físicament, mentalment i envellir de forma segura i saludable.
Objectius	• Donar a conèixer els recursos, serveis i activitats municipals i comarcals adreçats a les persones grans. • Facilitar l'entrada de noves persones als recursos i serveis destinats a les persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre de cartes enviades • % de persones grans entrades noves als recursos i serveis

Nom de l'acció	GUIA D'ACOLLIDA I ACOMPANYAMENT A LES PERSONES GRANS QUE S'EMPADRONEN DE NOU A UN MUNICIPI
Descripció	Aquesta acció sorgeix de la problemàtica d'aquells municipis de la comarca, petits i amb altra dispersió territorial (urbanitzacions), on s'empadronen persones grans que fins al moment només havien tingut segones residències. D'aquesta manera, la realització d'una guia d'acollida i d'acompanyament a totes les persones grans que s'empadronen a

	aquests municipis més petits permetria donar a conèixer els serveis i recursos que disposen a nivell local, i que habitualment són menys o tenen una cobertura més baixa de la que tenien en les seves anteriors ciutats. L'entrega d'aquesta es faria en el moment de l'empadronament a l'oficina d'atenció al ciutadà (OAC)
Objectius	• Acompanyar en el procés d'empadronament i coneixement del municipi. • Conscienciar sobre els recursos i serveis disponibles al municipi corresponent
Indicadors de seguiment	• Nombre de guies d'acollida i d'acompanyament entregades

C.6. Participació activa i implicació de les persones grans en l'elaboració i realització d'activitats

Nom de l'acció	FOMENT DEL VOLUNTARIAT ENTRE LES PERSONES GRANS
Descripció	El volum de persones voluntàries ha anat disminuint al llarg dels anys. Així doncs, per incentivar a la població i, especialment a les persones grans, a realitzar algun tipus de voluntariat a nivell de municipal, es proposa fer tallers i/o xerrades on es fomenti la vinculació de les persones grans a diferents projectes de voluntariat del municipi. L'objectiu és donar veu a les diferents opcions de voluntariat que existeixen i aconseguir que el coneixement i l'expertesa de les persones grans pugui traspasar-se a altres persones. Les xerrades es poden programar amb la participació del punt de voluntariat i realitzar-se a diferents casals o activitats dirigides per informar de les possibilitats de fer voluntariat al municipi. D'aquesta manera, realitzar un acompanyament personal a aquelles persones voluntàries, ajustant el seu voluntariat a les inquietuds de cada persona gran. Així mateix, cal evitar la realització de "mentories", ja que aquest concepte pot generar en el voluntari/a una sensació de superioritat. Per altra banda, cal fomentar projectes que vinculin els avis i àvies amb els centres educatius on van els seus nets. Així i tot, l'administració local no ha de capitalitzar la totalitat del voluntariat, sinó que s'ha de deixar marge d'autonomia a les

	associacions i entitats municipals, i estar pendent de les seves demandes i inquietuds.
Objectius	• Foment de la participació activa de les persones grans • Augment del volum de voluntariat • Aconseguir vehicular tot el coneixement i el potencial que poden aportar les persones grans a través del voluntariat
Indicadors de seguiment	• % de voluntariats realitzats respecte anys anteriors • Nombre de projectes de voluntariat executats
Exemples	Projecte d'apropament dels avis i àvies dels infants a les escoles per tal de que puguin explicar vivències sobre èpoques anteriors, coneixements dels avis/es, etc. (FETEC: projecte "Avi, àvia, porta a l'escola el teu saber") Projecte que posa en contacte persones voluntàries amb els centres educatius, donant suport en àmbits on el professorat no pot arribar. Voluntaris entren dins les aules dels centres educatius per donar suport al professorat. Les activitats realitzades pel voluntariat són supervisades pel professorat en qüestió. (Centres educatius Esplugues de Llobregat)

Nom de l'acció	ESPAIS DE CONSULTA I DEBAT DE PERSONES GRANS
Descripció	Els espais de consulta i debat són espais de trobada entre l'Administració i la ciutadania per a dur a terme debats regulars a l'entorn de polítiques sectorials. Aquests, en termes generals, es tradueixen en consells de participació i/o comissions de treball. La creació i implementació d'aquests espais permet a la ciutadania a tenir una via directe de comunicació amb l'ajuntament. Alguns municipis ja disposen de consells i/o comissions de persones grans per tractar les necessitats i inquietuds específiques d'aquest col·lectiu. Així doncs, caldria potenciar la implementació d'aquests espais en aquells municipis que no en disposin.
Objectius	• Fomentar la participació activa de les persones grans • Oferir espais de participació i implicació política i social
Indicadors de seguiment	• Nombre de debats i consultes realitzades amb les persones grans

Exemples	Consell Consultiu de la Gent Gran del Baix Llobregat - Consell Consultiu de la Gent Gran del Baix Llobregat Consell Comarcal del Baix Llobregat
-----------------	---

Nom de l'acció	PARTICIPACIÓ DE LES PERSONES GRANS ALS ESPAIS ESTABLES DE PARTICIPACIÓ
Descripció	Cal fomentar la participació i implicació de les persones grans en aquelles espais estables de participació, com poden ser els consells i comissions. Actualment, alguns municipis ja disposen de consells i/o comissions de persones grans. En aquest cas, cal fomentar la participació i implicació d'aquelles persones que es jubilin, aprofitant el capital humà i social que disposen; en aquesta línia, cal fomentar la participació de les persones grans en aquells espais estables i comissions de participació d'altres temàtiques no només específiques de persones grans. En el cas dels municipis que no disposen d'un consell i/o comissió de persones grans, cal que es fomenti la participació i implicació d'aquest col·lectiu en la resta de consells i/o comissions existents. Així mateix, cal comptar amb sensibilitat per aquelles persones que poden tenir limitacions que dificultin la seva participació tenint en compte: • Realització de convocatòries • Accessibilitat física o sensorial • Dinàmiques • Format dels materials que es facin servir
Objectius	• Fomentar la participació i implicació activa de les persones grans
Indicadors de seguiment	Nombre de reunions i trobades amb els consells i comissions de persones grans

C.7. Fer una difusió amable

Arribar el màxim de població possible és important per assegurar una igualtat d'oportunitats en la participació de les persones grans. Especialment cal tenir en compte aquelles persones que no són tant actives i que, per tant, serà més difícil que els arribi l'oferta d'activitats.

Nom de l'acció	GUIA D'ACTIVITATS, ENTITATS O ESPAIS DE PARTICIPACIÓ EN FORMAT AMIGABLE
-----------------------	--

Descripció	Elaboració d'una guia municipal on es reculli el conjunt d'activitats ofertes, les entitats i associacions existents així com els espais de participació disponibles i adreçats a les persones grans. Aquesta guia facilitaria al col·lectiu conèixer quines són les opcions a l'hora de participar de forma activa al seu municipi, ja que agruparia la totalitat d'opcions. Caldrà també que la guia estigui editada sota paràmetres de lectura fàcil
Objectius	• Informar i facilitar a les persones grans el coneixement del ventall d'opcions municipals a l'hora de • Ser un instrument de suport pels professionals municipals • Fer accessible el municipi i la seva riquesa a tota la ciutadania
Indicadors de seguiment	Nombre de guies d'activitats, entitats o espais de participació en format amigable editades Nombre d'activitats, entitats o espais de participació incloses
Exemples	Guia per a les persones grans (Manresa) Serveis per a les persones grans - Ajuntament de Manresa

Nom de l'acció

AMPLIACIÓ I DIVERSIFICACIÓ DELS CANALS DE DIFUSIÓ

Descripció

L'ampliació i diversificació dels canals de difusió d'activitats per gent gran té per objectiu arribar a un major nombre de persones grans possible, especialment aquelles persones que no són tant actives.

Així doncs, s'han de tenir en compte les circumstàncies de les persones grans no actives per tal de fer-los arribar la programació municipal.

Alguns canals i/o vies de difusió són:

- Grups de WhatsApp municipal
- Propaganda en format físic
- Actualització de l'agenda d'activitats a la pàgina web de l'ajuntament
- Mitjans de comunicació municipals (televisió, ràdio, revista...)
- Xarxes socials
- Bustiada

Així mateix, cal que aquells equipaments i/o serveis que estan freqüentats per persones grans, tinguin la informació necessària per tal d'informar del ventall d'activitats. Alguns equipaments i/o serveis són:

- Centre d'atenció primària

	• Casal d'avis • Equipaments esportius
Objectius	• Difondre de manera activa l'oferta d'activitats, recursos i serveis municipals • Ampliació de la població receptora del ventall d'ofertes i activitats municipals • Ser més propers amb el col·lectiu de persones grans
Indicadors de seguiment	% Persones als grups de whatsapp i xarxes socials Nombre de propaganda en format físic entregada

Nom de l'acció	PUNTS D'INFORMACIÓ
Descripció	En el cas de municipis que disposessin del punt d'informació i orientació a la jubilació, aquest seria un espai idoni per fer difusió del ventall d'oferta municipal adreçades a les persones grans. En canvi, pels municipis que no disposin d'un punt d'informació i orientació a les persones grans, poden habilitar equipaments que estan habitualment freqüentats per persones grans com a punts d'informació, on estigui disponible tota la informació i el personal a càrrec els pugui resoldre els possibles dubtes i ajudar en cas que fos necessari. Aquests punts d'informació també poden oferir suport per petits tràmits burocràtics o telemàtics i millorar la informació i derivació a serveis de suport per persones grans. Alguns d'aquests equipaments i/o recursos són: • Casal d'avis • Centre cívic • Centre d'atenció primària
Objectius	• Difondre de manera activa l'oferta d'activitats, recursos i serveis municipals • Ampliació de la població receptora del ventall d'ofertes i activitats municipals • Ser més propers amb el col·lectiu de persones grans
Indicadors de seguiment	Nombre de suports informatius realitzats

Nom de l'acció	PÀGINES WEBS AMIGABLES
Descripció	Una pàgina web es considera amigable quan aquesta és fàcil d'entendre i d'utilitzar. Per això, en el seu disseny no només són importants els aspectes tècnics sinó també aquells que facin més accessible la seva informació. L'accessibilitat és un element clau: les pàgines webs han de ser dissenyades de tal forma que puguin ser utilitzades per qualsevol usuari/ària independentment de les seves limitacions. Alguns aspectes a tenir en compte: • Mida de la lletra • Redactat clar i coherent • Organització estructurada del contingut • Claredat i senzillesa en l'ús de la web
Objectius	• Facilitar l'ús de les pàgines webs als usuaris
Indicadors de seguiment	% d'usuaris de la pagina web que siguin persones grans

Nom de l'acció	ACOMPANYAMENT DE L'ADMINISTRACIÓ LOCAL A LES ENTITATS MUNICIPALS
Descripció	Ampliació del suport de les entitats i associacions, especialment aquelles confeccionades essencialment per persones grans. Cal suport en aquells aspectes que impliquen gestions telemàtiques, entre altres: • Àmbits jurídics: inscripció d'entitats, modificació d'estatuts, canvis de junta... • Servei econòmic: confecció i revisió de comptabilitats i de comptes anuals, acompanyament en auditories, declaracions d'IVA, etc. • Cerca de voluntariat • Formació: cursos presencials per a associacions i fundacions, jornades sobre temes d'actualitat, etc. • Promoció de les bones pràctiques de transparència dins les entitats Així mateix, cal oferir la possibilitat de realitzar els tràmits de forma presencial. En aquest sentit és rellevant la inclusió en el conveni entre l'ajuntament i les entitats, algunes clàusules per limitar les activitats

dutes a terme per les entitats i evitar, especialment, activitats moralment qüestionables.	
Objectius	• Prestar suport en tasques administratives i relatives a l'administració local a les persones grans • Facilitar i agilitzar les gestions amb l'administració local per a les persones grans
Indicadors de seguiment	• Nombre de suports informatius realitzats
Exemples	Possibilitar a les associacions i entitats de persones grans realitzar els tràmits burocràtics de forma presencial. (Esplugues de Llobregat)

D) PER UNA CONSTRUCCIÓ COL·LABORATIVA DEL CONEIXEMENT

Tradicionalment, la formació està adreçada només a l'etapa infantil i juvenil, deixant de banda l'etapa adulta. No obstant, l'OMS reconeix la formació al llarg de la vida com un dels pilars més rellevants per afavorir l'envelliment actiu. En aquest sentit, el coneixement contribueix a la salut i no només és important per reforçar les nostres habilitats productives, sinó també per reforçar el nostre benestar, ja que aquest ens permet mantenir-nos saludables, ens apodera i proporciona més seguretat personal i assegura una major participació en tots els àmbits.

Així, la formació al llarg de la vida ofereix oportunitats a la població adulta per mantenir-se actualitzats i actius a les diferents etapes. A més, cal posar especial atenció a les persones que es troben en situació de vulnerabilitat o en risc de solitud no desitjada, ja que assegurant la seva participació en activitats formatives és una forma d'apoderar-les i fomentar relacions amb l'entorn més proper.

Així i tot, cal redefinir el concepte de "formació", ja que aquest ha de tenir una visió i metodologia participativa, construint coneixement de forma col·laborativa entre els diferents agents implicats amb l'objectiu de superar el format "curs-aula". Els beneficis de la participació en activitats i programes d'aprenentatge, no només des d'una vessant receptora, sinó també constructiva, transcendeixen l'augment del coneixement i tenen un impacte positiu en altres àmbits com pot ser l'autoestima i el benestar, la satisfacció pròpia, l'enfortiment dels vincles socials, entre altres. És per aquest motiu, que la formació al llarg de la vida, entesa com una construcció col·laborativa del coneixement, és un pilar fonamental per fer front als nous reptes que planteja la societat del futur.

D.1. Aprofitar el capital cultural de les persones grans. Mestratge sènior.

Cada vegada més, les persones que arriben a l'edat de jubilació laboral es troben en un bon estat de salut i amb un gran potencial de coneixement i experiències viscudes. En canvi, la visió social i cultural d'aquest col·lectiu encara se sustenta en veure'ls com a consumidors/es de propostes lúdic-culturals, de persones usuàries de recursos socials, assistencials i d'acompanyament.

Així són minses les vegades que es contempla el col·lectiu de persones grans com a ciutadans/es que poden continuar aportant el seu talent i coneixement a la societat.

Cal tenir en compte que la totalitat de les accions proposades tenen l'objectiu d'incloure i aprofitar el capital humà i social de la totalitat de les persones grans, independentment del nivell formatiu, econòmic i social de cada persona. Així doncs, cada persona pot aportar, en diferents àmbits, diversos coneixements.

D'aquesta manera, les accions que es proposen en aquest eix de treball són les següents:

Nom de l'acció	HORITZONTALITAT EN ACTIVITATS FORMATIVES
Descripció	Per captar el capital humà i social de les persones grans i l'atenció d'aquelles generacions més joves, es proposa l'organització d'activitats i/o

tallers que se surtin dels escenaris d'aprenentatge tradicionals, sortint del format "curs-aula" i fomentant la participació activa de les persones grans en la generació d'aquests tallers/activitats.

D'aquesta manera, es pretén que les formacions ofertes pels diferents municipis del Baix Llobregat comptin amb una metodologia participativa que possibiliti la horitzontalitat entre la persona dinamitzadora i les persones participatives, establint una relació d'iguals.

La participació de les persones grans es pot incloure tant amb anterioritat a l'activitat formativa deixant escollir els temes traçats com en la pròpia metodologia de les sessions, possibilitant als participants la realització de sessions formatives sobre experiències i/o vivències pròpies.

Objectius	• Fomentar i fer efectiva la participació de les persones grans en les formacions ofertes. • Visualitzar la generació sènior no com a receptora i usuària de serveis, sinó com a agent de coneixement. • Adaptar les activitats i tallers adreçades a les persones grans a les seves necessitats i inquietuds.
------------------	--

Indicadors de seguiment	Nombre de formacions participatives efectuades
--------------------------------	--

Nom de l'acció	MENTORIES EN TREBALLS DE RECERCA
-----------------------	---

Descripció Aquest és un projecte de GRODE XEC 3, que pretén contribuir a la transformació de la mirada dels diferents actors socials en les relacions intergeneracionals, a través de tots i cadascun dels agents i les agències que intervenen en el seu desenvolupament. El fil conductor és la construcció conjunta de coneixement.

Es tracta de que gent gran, identificada per la seva expertesa, col·labori i acompanyi en treballs de recerca de batxillerat, aportant el seu saber i guiant a l'alumnat, propiciant la construcció de coneixement compartit, enfortint així les xarxes relacionals i estimulants les relacions entre la comunitat educativa.

A través d'aquest projecte s'ofereix l'oportunitat de donar suport als alumnes de Batxillerats dels IES en els treballs de recerca. L'orientació i la supervisió del treball, continuen estant a càrrec de la tutoria del centre educatiu, però el treball s'enriqueix a nivell de contingut, amb la interacció entre l'alumnat i el mentor.

Objectius	• Posar e saber de les persones sènior a disposició de l'alumnat i el professorat
------------------	---

	• Afavorir les relacions intergeneracionals per compartir coneixement • Visualitzar la generació sènior no com a receptora i usuària de serveis, sinó com a agent de coneixement. • Potenciar experiències innovadores en les institucions universitàries afavorint la incorporació de la generació sènior. • Afavorir que les experiències professionals i personals s'incorporin en el procés de recerca i construcció del coneixement.
Indicadors de seguiment	% de persones col·laboradores en treballs de recerca
Exemples	Projecte GRODE XEC 3 – UAB/UVIC/UDG (Xarxa d'Expertesa, Construcció Compartida de Coneixement) Associació GRODE/ XEC3

Nom de l'acció	APADRINAMENTS LECTORS
Descripció	El procés d'aprenentatge de la lectura pot ser un procés llarg que requereix constància i implicació per part de la població adulta. El programa l'LECXIT és un exemple de projecte que pot comptar amb la participació de gent gran i la seva col·laboració per ajudar als infants en el seu procés d'aprenentatge de la lectura. Compta de diferents voluntaris adults que durant una hora a la setmana, donen suport a alumnat de Cicle Mitjà d'Educació Primària per millorar la seva comprensió lectora i així millorar els seus resultats acadèmics. La Fundació facilita una guia a les persones voluntàries per donar pautes útils a l'hora de desenvolupar els apadrinaments lectors. Aquesta és una experiència que es podria replicar en altres municipis.
Objectius	• Afavorir les relacions intergeneracionals per compartir coneixement • Visualitzar la generació sènior no com a receptora i usuària de serveis, sinó com a agent de coneixement. • Potenciar experiències innovadores en els centres escolars afavorint la incorporació de la generació sènior.
Indicadors de seguiment	Nombre d'assistents al programa de perfeccionament de la lectura % de persones grans voluntàries del programa
Exemples	Programa de perfeccionament de la lectura a persones grans. (Fundació Marianao) Lectura para el éxito educativo - Lecxit

Nom de l'acció	MENTORIES EN EMPRENEDORIA O PAGESIA
Descripció	Seguint el model dels apadrinaments lectors i les mentories en treball de recerca, es proposa la realització de mentories en empenedoria o pagesia. Així, aquesta acció pretén posar en contacte aquelles persones grans que tinguin coneixement i experiència laboral sobre un àmbit econòmic en concret i aquelles persones joves i/o adultes que comencen en el món laboral i/o empenen dins d'un àmbit econòmic. D'aquesta manera, es possibilita l'oportunitat a aquelles persones que empenen comptar amb l'opinió i coneixements específics de professionals amb experiència en l'àmbit per ajudar-los a impulsar la idea de negoci amb èxit.
Objectius	• Afavorir les relacions intergeneracionals per compartir coneixement • Visualitzar la generació sènior no com a receptora i usuària de serveis, sinó com a agent de coneixement.
Indicadors de seguiment	% de persones grans que realitzen de mentores
Exemples	Barcelona Activa, Mentoring: servei que posa en contacte persones empenedories i professionals amb experiència en l'àmbit de l'empresa i l'empenedoria. Mentoring startups - Empenedoria (barcelonactiva.cat)

Nom de l'acció	PROJECTES DE RECUPERACIÓ DE MEMÒRIA HISTÒRICA
Descripció	Els projectes de recuperació de memòria històrica busquen reconèixer i donar valor a les experiències de les persones que han viscut una determinada època. Aquests projectes generalment compten amb la participació activa de les persones grans del territori. Algunes metodologies a l'hora de realitzar projectes de recuperació de memòria històrica: • Entrevistes a persones grans • Realització de documentals • Projectes intergeneracional, posant en contacte persones joves i gran • Realització de xerrades de memòria històrica per part de persones grans als instituts Alguns aspectes a poder tractar són: • La vida a les colònies tèxtils del Baix Llobregat

	• Aspectes quotidians de la vida al Baix Llobregat: cuina, vestimenta, evolució dels edificis i els carrers, etc. • Arribada de les migracions dels anys 60' o 70' • Canvis històrics o urbanístics de les ciutats o pobles Així, aquests projectes serveixen per una banda, incidir en la millora d'aspectes personals de les persones grans (millora de l'autoestima, el treball de memòria, l'apoderament, expressió oral i emocional, etc.) i, per altra banda, col·laborar en la tasca de recuperació de memòria històrica del Baix Llobregat de forma vivencial i comunitària. Seria necessari vehicular els projectes de recuperació de memòria històrica amb els centres educatius. S'exemplifica amb un projecte on siguin els mateixos alumnes els que recullin l'experiència i vivència dels seus avis/es. Cal tenir present una mirada de gènere. Així mateix, un cop els alumnes ja han recollit les experiències dels seus familiars, es proposa compartir les experiències i memòries històriques entre els diferents alumnes dels centres educatius de la comarca.
Objectius	• Reconèixer la història i experiència de les persones grans de Baix Llobregat • Visualitzar la generació sènior no com a receptora i usuària de serveis, sinó com a agent de coneixement.
Indicadors de seguiment	Nombre de persones grans que participen activament % de centres educatius col·laboradors en el projecte
Exemples	Projecte de memòria històrica, on els mateixos joves s'informaven i recollien els testimonis dels seus avis/es sobre el seus orígens i els seus processos migratoris. (Arxiu de Baix Llobregat)

Nom de l'acció	PROJECTES DE RECUPERACIÓ DE MEMÒRIA HISTÒRICA DE LES DONES DEL BAIX LLOBREGAT – GRUPS DE DONES SÀVIES
Descripció	Els projectes de recuperació de memòria històrica busquen reconèixer i donar valor a les experiències de les persones que han viscut una determinada època. És necessari reconèixer la feina i tasques dutes a terme per les dones del Baix Llobregat. Per tal d'aconseguir-ho, cal la promoció dels grups de Dones Sàvies a la totalitat dels municipis de la comarca. Així, per una banda, es reconeixerà el treball femení, incidir en la millora d'aspectes personals de les dones grans (millora de l'autoestima, el treball de memòria, l'apoderament, expressió oral i emocional, etc.) i, per altra banda, col·laborarà en la tasca de recuperació de memòria històrica del Baix Llobregat de forma vivencial i comunitària.
Objectius	• Reconèixer el treball femení de les dones del Baix Llobregat • Reconèixer la història i experiència de les persones grans de Baix Llobregat

	• Visualitzar la generació sènior no com a receptora i usuària de serveis, sinó com a agent de coneixement.
Indicadors de seguiment	• Nombre d'exposicions de promoció del treball de les dones del Baix Llobregat
Exemples	Dones de la colònia Güell – exposició sobre el treball que feien a la colònia industrial Corbera de Llobregat – formacions entorn a les qualitats de les herbes Fem Memòria (Ripollet): és un programa de ràdio local que recupera aspectes relacionats amb la història dels darrers anys a la ciutat a través del testimoni de cinc dones grans de la ciutat. BBP - Fem Memòria. Ràdio, memòria històrica i envelliment actiu

Nom de l'acció	COMUNITATS DE MEMÒRIA VIVA
Descripció	Disposar d'un arxiu on es disposi del contacte de diverses persones grans del Baix Llobregat que estiguin disposades a compartir els seus coneixements, experiències i vivències Aquestes persones podrien col·laborar amb, de manera descentralitzada, amb entitats, grups i persones que treballen per fer visible, preservar i activar en el present memòries diverses del Baix Llobregat, posant èmfasi en aquelles que estan més invisibilitzades.
Objectius	• Disposar d'un banc viu de coneixements • Reconèixer la història i experiència de les persones grans de Baix Llobregat • Visualitzar la generació sènior no com a receptora i usuària de serveis, sinó com a agent de coneixement.
Indicadors de seguiment	Nombre de contactes de l'arxiu de persones grans disposades a compartir els seus coneixements, experiències i vivències
Exemples	Projecte de memòria i cultura viva. (Barcelona) Memòria Viva Cultura Viva (barcelona.cat)

D.2. Lluitar contra l'escletxa digital.

La societat contemporània ha patit grans canvis degut a la inserció de les noves tecnologies. Així doncs, avui en dia, les TIC són presents en la vida quotidiana de la gran majoria de persones. Així i tot, hi ha col·lectiu que no tenen els recursos i/o els coneixements suficients per fer-ne ús, veient limitada la seva inserció i la seva autonomia en actes quotidians com pot ser treure diners

del caixer automàtic o la realització de tràmits amb l'administració o empreses subministradores de serveis bàsics.

Quan parlem d'escletxa digital, ens referim a les desigualtats sorgides per l'augment de l'anomenada societat de la informació entre els grups de població que tenen accés i coneixements sobre internet i les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) i els que no en tenen.

Així i tot, el col·lectiu de persones grans és molt heterogeni i, per tant, ens podem trobar una gran diversitat de casuístiques, des de persones grans que tenen un ampli coneixement de les TIC, a d'altres que tenen un coneixement molt baix o nul de les mateixes.

Algunes de les accions que es proposen desenvolupar en aquest eix són:

Nom de l'acció	FORMACIÓ CAPACITATS DIGITALS EN TOTS ELS NIVELLS I ÀMBITS
Descripció	Realització de formacions en capacitats digitals adreçats a persones grans. Aquestes formacions han de tenir en compte les necessitats i inquietuds de les persones grans i oferir-se en diferents nivells, per tal d'adaptar-se a la realitat de cada persona. Així, és important que les persones grans que tenen un nivell de coneixement més baix puguin donar les seves primeres passes en l'ús de les TIC. Però, alhora, és important que l'oferta també pugui donar resposta a persones grans que tenen ja uns coneixements base i volen anar més enllà per exemple en compte digitals o en la creació de continguts digitals. Algunes temàtiques de formacions en capacitats digitals són: • Ús del smartphone • Compres segures • Ús de televisió digital • Tràmits amb l'administració • Ús de caixers i aplicacions bancàries • Creació de continguts digitals • Curs de Python Seria rellevant que les mateixes persones grans siguin les que realitzen les formacions en capacitats digitals. Així doncs, aquelles persones grans que tenen un nivell més elevat poden ensenyar i aprendre de forma conjunta amb aquelles persones que tinguin uns coneixements més baixos en l'àmbit digital.
Objectius	• Reduir l'escletxa digital entre el col·lectiu de persones grans • Contribuir i promoure l'autonomia personal i inclusió social de les persones grans
Indicadors de seguiment	Nombre de formacions en capacitats digitals realitzades

Exemples	Realització de cursos de formació en capacitats digitals. Actualment les participants són les que desenvolupen les activitats per augmentar els coneixements en capacitats digitals. (Fundació Marianao)
-----------------	--

Nom de l'acció	VIES D'ATENCIÓ PRESENCIAL PER A PERSONES GRANS
Descripció	Els serveis tant públics com privats han de garantir l'atenció presencial de tota la ciutadania. D'aquesta manera, cal garantir el dret a l'atenció presencial des de dues vies: • <i>Administració pública:</i> els ens locals han de facilitar l'atenció dels col·lectius més vulnerables, garantint l'atenció presencial i ampliant el ventall d'opcions a l'hora d'agafar cita prèvia (telefònicament, presencialment, etc.). Així, temes com la compra d'entrades, la reserva de places o l'obtenció d'informació, haurien de tenir sempre una opció presencial per aquelles persones que tenen més dificultats per moure's amb les TIC. • <i>Serveis privats:</i> col·laboració amb entitats bancàries o de subministraments per tal de garantir una finestra d'atenció presencial per persones grans.
Objectius	• Facilitar la relació i comunicació entre administració pública i ciutadania • Treball en xarxa amb agents privats per augmentar la sensibilitat entorn la importància de la presencialitat. • Adaptabilitat vers els canvis de situació i context.
Indicadors de seguiment	% d'atenció presencials a persones grans realitzada pels serveis públics i privats

D.3. Promoció dels aprenentatges al llarg de la vida

Tal com s'ha mencionat anteriorment, són diversos els beneficis de formar-se al llarg de la vida. Així i tot, en moltes ocasions aquests aprenentatges queden reglats per aquelles persones grans amb un nivell educatiu més elevat i que mostren interès en continuar formant-se més enllà de l'etapa educativa.

Davant d'aquesta realitat, cal promocionar els aprenentatges i debats adreçats a persones adultes i incentivar la participació de les persones grans. En aquesta línia, algunes accions proposades són:

Nom de l'acció	ESCOLES OFICIALS D'ADULTS I AULES DE FORMACIÓ
Descripció	L'educació d'adults o educació al llarg de la vida comprèn les activitats d'aprenentatge que permeten que les persones adultes desenvolupin les capacitats, enriqueixin els coneixements i millorin les competències tècniques i professionals. Això fa que hi participin persones amb objectius diferents, com poden ser obtenir una titulació, posar-se al dia o ampliar els coneixements. L'oferta educativa dels centres de formació d'adults té com a finalitat respondre a les necessitats i demandes formatives de l'entorn i sol ser la següent: • ensenyaments de llengües (català, castellà, anglès i francès); • COMPETIC; • formació instrumental; • educació secundària per a les persones adultes; • curs específic per a l'accés als cicles formatius de grau mitjà (CAM); • preparació per a les proves d'accés (a cicles de grau mitjà i superior, a la universitat per a majors de 25 anys). Un aspecte important que cal tenir en compte per fomentar la formació d'adults entre les persones grans és la proximitat de l'oferta. Així, no tots els municipis compten amb una escola d'adults i les persones interessades han de desplaçar-se a altres municipis per tenir accés a l'oferta. En aquest sentit, i en la mesura de lo possible, cal promocionar les escoles d'adults en aquells municipis que compleixin els requisits per disposar-ne. Per aquells que no compleixin els requisits, es poden promocionar les aules d'adults, oferint un ventall formatiu específic amb el suport de l'escola d'adults de referència i que pot estar ubicada en un altre municipi proper. A més, cal flexibilitzar l'oferta de les escoles d'adults, per tal d'incloure noves perspectives formatives així com nous perfils de persones adultes. S'exemplifica a través de la realització de debats, tallers formatius, etc; formacions i/o aprenentatges que no impliquin l'obtenció d'un certificat acadèmic.
Objectius	• Augmentar l'oferta de formació per persones adultes • Empoderament de les persones grans pel que fa a la formació
Indicadors de seguiment	Nombre d'activitats d'aprenentatge a les persones adultes grans % de titulacions expedides a persones grans

Nom de l'acció	LLUITA POLÍTICA DEL CONSELL CONSULTIU DE GENT GRAN DEL BAIX LLOBREGAT
Descripció	El consell consultiu de persones grans és important ja que és un agent influent en la flexibilització i adaptació de l'oferta educativa i formativa tant dels municipis com de les escoltes d'adults. Així mateix, cal disposar de la llei de persones grans, que donaria un marc legal així com una major dotació de recursos per tractar situacions de maltractament, situacions de dependència, solitud no desitjada, etc. En aquesta línia, és rellevant la defensa i la lluita política dels drets de les persones grans drets. En aquests sentit, es considera clau el paper del Consell Consultiu de Persones Grans del Baix Llobregat, volent reforçar el seu paper polític.
Objectius	• Augmentar l'oferta de formació per persones adultes • Creació d'espais de pressió política per flexibilitzar la formació d'adults • Empoderament de les persones grans pel que fa a la formació
Indicadors de seguiment	Nombre d'iniciatives en relació a l'oferta educativa i formativa preses pel consell consultiu de les persones grans

Nom de l'acció	CREACIÓ D'UNA TAULA D'EDUCACIÓ D'ADULTS
Descripció	Cal contemplar els recursos formatius en un sentit més ampli. En aquesta línia, és necessari crear una taula o espai de col·laboració i comunicació entre els diferents agents implicats en la construcció col·laborativa de coneixement de les persones adultes. La creació d'aquesta taula permet compartir les diferents formacions i aprenentatges que s'ofereixen al municipi, al mateix temps que es pot crear un espai de pressió per tal de flexibilitzar la formació d'adults. Alguns dels agents que haurien de formar part d'aquesta taula són: • Escoles de formació d'adults • Centre cívics • Fundacions • Ajuntaments
Objectius	• Augmentar l'oferta de formació per persones adultes

	• Creació d'espais de pressió política per flexibilitzar la formació d'adults • Empoderament de les persones grans pel que fa a la formació
Indicadors de seguiment	Nombre d'entitats membres de la taula de col·laboració Nombre de reunions i trobades de la taula
Exemples	Creació d'una xarxa d'atenció a la infància i adolescència, on hi estaven integrats diferents agents (associacions botiguers, urbanisme, centres educatius, etc.) (Sant Feliu de Llobregat)

Nom de l'acció	PRIORITAT D'ACCÉS A LES ESCOLES D'ADULTS PER RESIDÈNCIA A LA COMARCA I NO MUNICIPI
Descripció	Actualment, a l'hora d'accedir als cursos de les escoles d'adults, es dona prioritat a aquelles persones residents al municipi. D'aquesta manera, aquells habitants que resideixen en municipis més petits que no poden disposar d'una escola d'adults al seu municipi, tenen menys probabilitats d'accedir-hi. Així, cal homogeneïtzar el dret d'accés a les escoles d'adults per residència a la comarca i no tant per residència al municipi.
Objectius	• Homogeneïtzar el dret d'accés a les escoles d'adults • Augmentar l'oferta de formació per persones adultes • Empoderament de les persones grans pel que fa a la formació
Indicadors de seguiment	% de persones grans a l'escola d'adults residents fora del municipi

Nom de l'acció	PROMOCIONAR L'EDUCACIÓ EN VALORS
Descripció	En termes generals, es detecta que l'educació en valors se centra especialment en la població jove i adulta, obviant les persones grans. Així, es proposa incloure el col·lectiu de persones grans en el ventall de tallers/activitats en educació en valors que sovint s'ofereixen als centres educatius. Es poden incloure les persones grans que assisteixen a casals, centres de dia i/o residències. Algunes temàtiques a tractar són: • Respecte davant el diferent • Desigualtats de gènere

	• LGTBIQ+
Objectius	• Augmentar la convivència i el respecte a la societat • Conscienciar sobre les desigualtats socials • Oferir habilitats de raonament i de reconeixement de les emocions i sentiments
Indicadors de seguiment	Nombre de tallers/activitats emmarcades en els valors del respecte davant el diferent, les desigualtats de gènere i el col·lectiu LGTBIQ+

Nom de l'acció	GUIA D'ESPais CULTURALS I FORMATIUS DE LA COMARCA
Descripció	Actualment, el Consell Comarcal del Baix Llobregat elabora un inventari adreçat als centres educatius amb l'oferta d'espais visitables de la comarca que disposen d'activitats formatives. Seguint aquest model, es proposa la realització d'un inventari d'espais visitables amb activitats formatives adreçats a persones grans. Així mateix, aquesta guia hauria d'incloure la totalitat de l'oferta formativa dels municipis del Baix Llobregat, per tal d'ampliar els coneixement d'aquests entre les persones grans.
Objectius	• Augment del coneixement de les opcions formatives adreçades a persones grans • Promoció dels espais culturals del Baix Llobregat
Indicadors de seguiment	Nombre d'activitats formatives per a les persones grans a la comarca incloses en l'inventari
Exemples	Guia del Consell Comarcal Baix Llobregat adreçat a centres escolars sobre espais visitables que disposen d'activitats formatives. (Baix Llobregat)

Nom de l'acció	GUIA PER LA REALITZACIÓ D'ACTIVITATS FORMATIVES DE QUALITAT
Descripció	Elaboració d'una guia comarcal que pugui orientar als ens locals en el disseny i impartició de formacions de qualitat adreçades a persones grans així com activitats intergeneracionals. Algunes pautes a tenir en compte : • Implicació i participació de les persones grans en els formacions • Importància de la difusió i promoció de les activitats formatives

Objectius	• Garantir la qualitat formativa de l'oferta formativa local i comarcal del Baix Llobregat • Homogeneïtzació dels estàndards formatius de qualitat • Facilitar la tasca dels professionals en els diferents processos de realització de formacions.
Indicadors de seguiment	Nombre d'orientacions de disseny i impartició de formacions i activitats intergeneracionals incloses en la guia

Nom de l'acció	REPOSICIÓ DE BONES PRÀCTIQUES
Descripció	Cal crear una guia que reculli un seguit de bones practiques dutes a terme als municipis de la comarca i fora de la comarca, que es pugui fer servir com a exemple o guia per tal de reproduir les activitats i/o serveis als municipis de Baix Llobregat. És important que segueixi les bones pràctiques de: • Projectes de memòria històrica • Activitats i formacions dirigides a persones grans
Objectius	• Disposar d'espais on poder compatir bones pràctiques • Facilitar la tasca dels professionals del sector
Indicadors de seguiment	Nombre bones pràctiques incloses en la guia

4. SÍNTESIS DEL PLA ESTRATÈGIC PER LES PERSONES GRANS DEL BAIX LLOBREGAT

A continuació presentem un quadre síntesis de les línies estratègiques i accions proposades al Pla Estratègic per les persones grans del Baix Llobregat:

A) per una vellesa amb salut

ÀMBIT	ACCIONS
A.1. Detecció i atenció de persones grans en situació de vulnerabilitat social i de salut	Taules de salut
	Comissions operatives per l'atenció de casos
	Agenda compartida salut i serveis socials
	Projecte radars
	Serveis socials més a prop
	SEAP (Servei Especialitzat d'Atenció a pes Persones)
A.2. Atenció a persones en situació de solitud no desitjada.	Prescripció social
	Projecte acompanyament personalitzat de persones en situació d'aïllament
	Voluntariat contra la soledat no desitjada
A.3. Empoderament per la salut	Escola de salut
	Subvenció blisters per al bon seguiment de la medicació
A.4. Garantir el dret a l'alimentació	Àpats a domicili
	Avui dinem junts
	Àpats en companyia
	Menjadors per gent gran
	Compres comunitàries

A.5. Desenvolupar serveis complementaris bàsics i complementaris per l'atenció de les persones grans, la seva salut i la seva autonomia	Serveis d'atenció domiciliària
	Serveis de teleassistència
	Banc d'ajudes tècniques
	Serveis complementaris
	Adaptacions a les llars
	Compra de petits electrodomèstics
	Suport a comunitats de veïns per l'adaptació dels espais comunitaris
	Habitatge dotacional per gent gran amb serveis comunitaris
	Habitatge intergeneracional
	Cohousing
	Compartir pis
A.7. Tenir cura de les persones cuidadores	Promoció oficines d'habitatge per l'acompanyament a la gent gran
	Grups de suport a famílies cuidadores
	Targeta cuidadora
	Programa respir
	Borsa de professionals cuidadors/es

B) per un entorn on conviure amb seguretat i respecte

ÀMBIT	ACCIONS
B.1. Facilitar la mobilitat viària segura	Plans locals de seguretat viària
	Pacificació de zones properes a equipaments públics
	Itineraris sèniors municipals
	Xerrades mobilitat segura
	Itineraris segurs des d'urbanitzacions
	Ordenances mobilitat segura bicis i patinets

B.2. Construir un urbanisme amable i respectuós amb les persones grans	Comissió d'urbanisme amigable
	Paviments accessibles i en bon estat
	Senyalització inclusiva
	Mobiliari urbà adaptat i en punts clau
	Espais d'estada i descans. Refugis climàtics
	Il·luminació segura i sostenible
	Lavabos públics a parcs i jardins transitats per persones grans
B.3. Lluitar contra el maltractament	Detecció comunitària
	Formacions a professionals per la detecció de maltractaments
	Guies i protocols contra el maltractament
	SEAP (Servei Especialitzat d'Atenció a pes Persones)
B.4. Fomentar l'autoprotecció de les persones grans	Consells de seguretat
B.5. Fomentar del bon tracte cap a les persones grans	Campanyes de sensibilització per fomentar el bon tracte cap a les persones grans
	Formació i sensibilització a professionals de primera línia
	Festes i activitats municipals amables amb les persones amb dificultats de mobilitat o algun tipus de diversitat funcional
	Contactes amb entitats bancàries i companyies suministradores

C) per una participació activa i constructiva

ÀMBIT	ACCIONS
C.1. Fer una prospecció dels interessos i necessitats de les persones grans	Sempre alerta per la recollida de suggeriments de les persones grans

C.2. Ofertar activitats variades i accessibles per afavorir una vida activa	Promoció de l'oferta d'activitats adreçades al conjunt de la ciutadania
	Cooperació entre àrees municipals per donar a conèixer necessitats i inquietuds de les persones grans
	Trobada anual amb el consell consultiu de la gent gran del Baix Llobregat
	Programació específica per persones grans, variada i adaptada a les capacitats de cada persona
	Aprofitar el capital humà i el coneixement de les persones grans
C.3. Modernització dels casals per persones grans	Espais per fer esport adaptat a les capacitats de cada persona gran a l'aire lliure
	Petites reformes als espais per persones grans
	Presència de professionals de SS.SS als casals de persones grans
C.4. Fomentar les relacions intergeneracionals	Intercanvis en casals de gent gran
	Punt d'informació i orientació per la jubilació
	Carta informativa a persones grans que compleixen 65 anys
	Guia d'acollida i acompanyament a les persones grans que s'empadronen de nou a un municipi
C.6. Participació activa i implicació de les persones grans en l'elaboració i realització d'activitats	Punt d'informació i orientació per la jubilació
	Carta informativa a persones grans que compleixen 65 anys
	Guia d'acollida i acompanyament a les persones grans que s'empadronen de nou a un municipi
C.6. Participació activa i implicació de les persones grans en l'elaboració i realització d'activitats	Foment del voluntariat entre les persones grans
	Espais de consulta i debat de persones grans
	Participació de les persones grans als espais estables de participació
C.7. Fer una difusió amable	Guia d'activitats, entitats o espais de participació en format amigable
	Ampliació i diversificació dels canals de difusió
	Punts d'informació

Pàgines webs amigables

Acompanyament de l'administració local a les entitats municipals

D) per una construcció col·laborativa del coneixement

ÀMBIT	ACCIONS
D.1. Aprofitar el capital cultural de les persones grans. Mestratge sènior.	Horitzontalitat en activitats formatives
	Mentories en treballs de recerca
	Apadrinaments lectors
	Mentories en emprenedoria o pagesia
	Projectes de recuperació de memòria històrica
	Projectes de recuperació de memòria històrica de les dones del Baix Llobregat – grups de dones sabies
	Comunitats de memòria viva
D.2. Lluitar contra l'escletxa digital.	Formació capacitats digitals en tots els nivells i àmbits
	Vies d'atenció presencial per a persones grans
D.3. Promoció dels aprenentatges al llarg de la vida	Escoles oficials d'adults i aules de formació
	Lluita política del consell consultiu de gent gran del Baix Llobregat
	Creació d'una taula d'educació d'adults
	Prioritat d'accés a les escoles d'adults per residència a la comarca i no municipi
	Promocionar l'educació en valors
	Guia d'espais culturals i formatius de la comarca
	Guia per la realització d'activitats formatives de qualitat

5. PROPOSTA METODOLÒGICA PER AL TRASLLAT DE L'ESTRATÈGIA A L'ÀMBIT MUNICIPAL

Com es traslladi l'estratègia a cada municipi pot dependre de múltiples factors:

- Característiques sociodemogràfiques del seu territori
- Necessitats específiques i priorització que es vulgui fer de les mateixes
- Recursos disponibles
- Prioritats polítiques

Per cadascun dels àmbits i línies estratègiques que acabem de presentar es desplega tot un conjunt d'accions que a partir dels grups de treball s'han considerat com a rellevants. Ara bé, els municipis de la comarca poden escollir quines són aquelles que volen i poden desenvolupar en els propers anys.

En aquest capítol desenvolupem una proposta metodològica per l'adaptació de l'estratègia a l'àmbit municipal. Aquesta es basa en una sèrie de reunions de treballs amb objectius concrets a assolir i continguts a treballar.

Com a proposta metodològica que és, cada municipi podrà adaptar les diferents fases, però és important que acabi amb una planificació concreta de les accions que vol desenvolupar en el seu territori.

Els plans d'envelliment actiu tenen un caràcter transversal que poden implicar a diferents àrees municipals. És per això que també fem una proposta de quines àrees o referents municipals poden estar presents en la definició del vostre **Pla d'Envelliment Actiu Municipal**. Aquesta proposta també caldrà adaptar-la segons l'organigrama de cada municipi:

- Gent gran
- Serveis socials
- Salut (Ajuntament)
- Ambulatori
- Policia local
- Urbanisme
- Educació

Finalment, caldrà que aquesta proposta metodològica estigui liderada per un/a tècnica municipal i referent del projecte. Aquesta serà l'encarregada de convocar i liderar les reunions. Alhora caldrà que traslladi els resultats del procés a un document marc que constituirà el Pla d'Envelliment Actiu del seu municipi.

A continuació presentem la proposta metodològica per traslladar l'Estratègia d'Envelliment Actiu de la Comarca del Baix Llobregat:

FASES REUNIONS I CONTINGUTS

1

SESSIÓ: DETECCIÓ DE NECESSITATS

- **Objectiu de la sessió:** Consens i priorització de les necessitats de les persones grans del municipi. Definició del mapa de recursos.
- **Durada de la reunió:** 2h
- **Continguts a treballar:** durant la sessió es treballaran els següents continguts:
 - **Punt de partida.** Explicació del context i pla de treball per aterrar l'Estratègia d'Envelliment Actiu de la comarca del Baix Llobregat al vostre municipi. Temporalitzar el pla de treball posant data per les següents reunions de treball.
 - **Definició de necessitats i priorització.** A l'annex del document trobareu una plantilla amb una bateria de necessitats o reptes i instruccions per omplir-la. Caldrà identificar quines estan presents al vostre municipi i puntuar de l'1 al 10 segons la prioritat que li voleu donar.

Després d'un treball més individual on cada professional omplirà la fitxa, es pot obrir un debat per recollir observacions qualitatives de les necessitats apuntades així com altres necessitats que es detecten i que no estan recollides a la plantilla.

Després d'aquest debat, les professionals podran revisar individualment les puntuacions donades i fer canvis. Alhora, serà el moment de puntuar les noves necessitats que s'hagin detectat durant el debat. La o el referent tècnic del projecte recollirà posteriorment les fitxes per comptabilitzar els resultats i presentar-los a la propera reunió.
 - **Mapa de recursos.** A l'annex del document trobareu una plantilla per identificar els recursos disponibles al vostre municipi. És recomanable que la o el referent tècnic del projecte faci una primera proposta i porti a la reunió la fitxa omplerta per, posteriorment, compartir-la i consensuar-la amb la resta de professionals.

2

SESSIÓ: DEFINICIÓ D'ACCIONS

- **Objectius:** en base a les necessitats detectades i als recursos disponibles, decidir quines accions finalment es volen impulsar al municipi.
 - **Durada de la reunió:** 2h
-

-
- **Continguts a treballar:** durant la sessió es treballaran els següents continguts:
 - **Exposició dels resultats de l'anterior reunió.** Per cada àmbit de treball i segons la puntuació obtinguda a l'anterior reunió s'exposaran els resultats segons l'ordre de rellevància de les problemàtiques detectades.
 - **Selecció de les possibles accions.** Revisió de les accions incloses a l'estratègia i que podrien encaixar i donar resposta a les necessitats detectades. Com a suport d'aquesta part a l'annex trobareu una altra fitxa de treball.
 - **Priorització de les accions.** Durant la reunió de treball es prioritzaran les accions seleccionades a partir d'un doble eix de valoració: impacte/viabilitat. A l'annex trobareu un material de treball amb instruccions per realitzar aquesta dinàmica.
-

3

SESSIÓ: PLANIFICACIÓ I SEGUIMENT

- **Objectius:** planificar temporalment i organitzativament el Pla d'Envelliment Actiu Municipal.
- **Durada de la reunió:** 2h
- **Continguts a treballar:** durant la sessió es treballaran els següents continguts:
 - **Exposició dels resultats de l'anterior reunió.** Per cada àmbit de treball s'exposaran les accions que es preveuen realitzar en el marc del Pla.
 - **Planificació temporal i organitzativa.** Determinar per cada acció una temporalització (de quan a quan es desenvoluparà l'acció) i quina serà l'àrea o àrees responsables del seu desenvolupament. A l'annex trobareu una fitxa de treball per la planificació de les accions.
 - **Seguiment.** Determinar com, quan i qui farà el seguiment. És recomanable que les àrees implicades en el desenvolupament de les accions estableixin reunions de seguiment de forma periòdica (per exemple, semestrals o anuals). És possible que existeixin altres espais de treball transversal que poden complir amb les funcions de seguiment del Pla. En aquest cas no seria necessari crear un de nou sinó incloure en les funció d'aquest espai les de seguiment d'aquest Pla.

Les reunions de seguiment poden tenir els següents continguts a treballar:

- **Repàs de l'estat d'execució.** S'estan realitzant les accions previstes al cronograma previst
- **Indicadors de seguiment.** Anualment es poden exposar els resultats dels indicadors de seguiment i fer una valoració qualitativa sobre els resultats obtinguts.

-
- **Decisions futures.** Es poden fer modificacions a la planificació de les accions si els resultats de les valoracions indiquen que cal fer canvis o reajustos.
-

4

SESSIÓ: PRESENTACIÓ I CONSENS POLÍTIC

- **Objectius:** presentar als referents polítics de l'Ajuntament Pla d'Envelliment Actiu Municipal resultant de les sessions de treball anteriors.

Aquesta sessió pot ser amb tot el consistori, amb l'equip de govern o simplement amb el referent polític de l'àrea de persones grans o similar. Aquesta és una decisió a prendre en cada cas.

- **Durada de la reunió:** 1h
 - **Continguts a treballar:** durant la sessió es treballaran els següents continguts:
 - **Punt de partida.** Explicació del context i pla de treball que s'ha seguit per aterrar l'Estratègia d'Envelliment Actiu de la comarca del Baix Llobregat al municipi.
 - **Presentació del Pla d'Envelliment Actiu Municipal.** Presentació dels eixos de treball i accions proposades al pla així com la planificació temporal i organitzativa.
 - **Recollida d'observacions i reajustos.** Debat per recollir possibles observacions i proposta de reajustos.
-

Pla de treball per aterrar l'estratègia a cada municipi



DETECCIÓ DE NECESSITATS

Objectiu: Consens i prioritització de les necessitats de les persones grans del municipi. Definició del mapa de recursos



DEFINICIÓ D'ACCIONS

Objectiu: en base a les necessitats detectades i als recursos disponibles, decidir quines accions finalment es volen impulsar al municipi.



PLANIFICACIÓ I SEGUIMENT

Objectiu: planificar temporalment i organitzativament el Pla



PRESENTACIÓ I CONSENS POLÍTIC

Objectiu: presentar als referents polítics de l'Ajuntament Pla d'Envel·liment Actiu Municipal resultant de les sessions de treball anteriors

OBJECTIU

CONTINGUTS

- Punt de partida
- Definició de necessitats i prioritització
- Mapa de recursos

- Exposició dels resultats de l'anterior reunió
- Selecció de les possibles accions
- Priorització

- Exposició dels resultats de l'anterior reunió.
- Planificació temporal i organitzativa.
- Seguiment.

- Punt de partida.
- Presentació del Pla d'Envel·liment Actiu Municipal.
- Recollida d'observacions i reajustos.

6. ESPAIS DE SEGUIMENT

El Pla Estratègic per les persones grans del Baix Llobregat té com objectiu desenvolupar polítiques d'envelliment actiu a la comarca donant resposta a les necessitats, preferències i aspiracions de les persones grans del territori. Tot i que aquest Pla estigui impulsat pel Consell Comarcal, seran els diferents Ajuntaments de municipis de la comarca els encarregats de traslladar-ho als seus territoris. En aquest sentit, el Pla contempla diferents espais de seguiment amb els següents objectius i composició:

ESPAI DE SEGUIMENT POLIÍTICO-TÈCNIC

Objectius:	• Compartir el coneixement acumulat entre els diferents municipis de la comarca en quant a polítiques d'envelliment actiu. • Crear un espai de debat i reflexió compartida que generi sinèrgies entre els municipis de la comarca que treballen polítiques d'envelliment actiu. • Fer seguiment de l'estat d'execució del Pla Estratègic per les persones grans a la comarca. • Valorar els resultats obtinguts a través de les accions.
Composició:	Referents tècnics de les polítiques d'envelliment actiu dels municipis de la comarca.
Funcionament:	Periodicitat: anual Lideratge: Consell Comarcal del Baix Llobregat Continguts a treballar a les reunions: • Exposició de bones pràctiques de polítiques d'envelliment actiu a la comarca. • Desplegament de l'Estratègia d'Envelliment Actiu del Baix Llobregat. Accions desenvolupades per àmbits i línies estratègiques. • Valoració dels principals resultats obtinguts amb les accions (indicadors de seguiment) i que després es presentaran a la comissió conjunta amb el Consell Consultiu de la Gent Gran. • Valoració del desplegament del Pla Estratègic.

ESPAI DE SEGUIMENT CONJUNT ENTRE EL CONSELL CONSULTIU DE LA GENT GRAN I LA COMISSIÓ POLITICO-TÈCNICA

Objectius:	• Fer seguiment de l'estat d'execució del Pla Estratègic per les persones grans a la comarca. • Valorar els resultats obtinguts a través de les accions. • Aportar recomanacions als ajuntaments per millorar les accions impulsades. • Fer accions conjuntes com a Consell Consultiu de la Gent Gran del Baix Llobregat.
-------------------	---

Composició:	Consell Consultiu de la Gent Gran del Baix Llobregat (espai ja existent)
--------------------	--

Funcionament:	Periodicitat: anual
----------------------	---------------------

Lideratge: Consell Comarcal del Baix Llobregat

Continguts a treballar a les reunions:

- Conferències o xerrades vinculades a les polítiques d'envelliment actiu.
 - Desplegament de l'Estratègia d'Envelliment Actiu del Baix Llobregat. Accions desenvolupades per àmbits i línies estratègiques.
 - Principals resultats obtinguts amb les accions (indicadors de seguiment).
 - Aportacions i recomanacions als ajuntaments per al millor desplegament de les accions.
-

7.ANNEX

A continuació presentem tot un seguit d'eines (fitxes i dinàmiques) que poden ser d'utilitat per aterrar el Pla Estratègic per les persones grans del Baix Llobregat als municipis de la comarca.

Els materials aportats són els següents:

- Fitxa per la recollida de necessitats de les persones grans del municipi
- Fitxa per la recollida de recursos
- Fitxa per l'exposició de resultats de la priorització de necessitats
- Fitxa per la selecció de possibles accions a desenvolupar
- Dinàmica de priorització
- Fitxa per la planificació temporal i organitzativa de les accions

FITXA PER LA DETECCIÓ DE NECESSITATS DE LES PERSONES GRANS DEL MUNICIPI

Les necessitats que aquí es presenten surten de la diagnosi realitzada a la comarca del Baix Llobregat a partir de l'explotació de dades secundàries, sessions tècniques i polítiques i grups focals amb persones grans.

Les necessitats s'estructuren en 4 grans àmbits que són els que marquen les polítiques d'envelliment actiu:

- Salut i benestar
- Seguretat i respecte
- Participació
- Formació al llarg de la vida

A continuació senyala aquelles necessitats que creguis que són presents entre les persones grans del vostre municipi i puntua de l'1 al 10 com de prioritari ha de ser treballar aquesta necessitat, sent 1 poc o gens prioritari i 10 molt prioritari.

També pots apuntar aquelles observacions que consideris rellevants per entendre com aquella necessitat es manifesta al municipi.

Finalment, pot aportar altres necessitats detectades entre les persones grans del municipi.

Reptes i necessitats àmbit SALUT I BENESTAR	Quines detectes al municipi	Com de prioritari és treballar aquesta necessitat?	Observacions
Aïllament i solitud no desitjada. Especialment, greu en el cas de persones grans en situació de fragilitat i problemes de mobilitat que dificulta les seves oportunitats per sortir i fer activitats. També en persones amb xarxes socials febles. La dificultat es troba en la detecció d'aquestes persones i en l'articulació de serveis o grups de persones voluntàries que puguin fer un apropament i un acompanyament per ampliar la freqüència i			

qualitat de les seves relacions socials així com apropar-les a les activitats que es realitzen als seus territoris.			
Atenció sanitària rígida. Amb un sistema sanitari que no sempre pot atendre amb la rapidesa, cura i proximitat que necessiten les persones grans. A més, cada vegada més tecnificat, amb llargues llistes d'espera i una alta rotació de professionals sanitaris que per altra banda, sovint no estant especialitzats en gerontologia. Això comporta una sensació de desatenció entre les persones grans.			
Necessitat d'altres serveis complementaris als sanitaris per millorar la qualitat de vida de les persones grans. Desigualtats a la comarca per poder accedir a altres serveis complementaris que podem millorar la qualitat de vida de la gent gran com poden ser serveis de podologia, perruqueria, fisioteràpia o atenció psicològica o emocional.			
Persones grans en situació de vulnerabilitat alimentària. Existència de persones grans amb una alimentació deficient bé per problemes físics o malalties, per baixos ingressos o per manca de companyia per compartir la cuina i els àpats.			
Alternatives residencials per envellir de manera comunitària. Cada vegada són més les persones grans que expressen el seu malestar amb les residències. És per això que s'expressa la demanda de comptar amb altres alternatives. No obstant això, els serveis d'atenció domiciliària són clarament insuficients i altres alternatives residencials per viure en companyia com habitatges tutelats o cooperatives d'habitatge, són molt minoritaris.			
Altres necessitats:			

Altres necessitats:			
Reptes àmbit SEGURETAT I RESPECTE	Quines detectes al municipi	Com de prioritari és treballar aquesta necessitat?	Observacions
Maltractament cap a les persones grans. Els i les diferents professionals detecten com el maltractament cap a les persones grans augmenta, sent les malalties degeneratives i les situacions de dependència un factor de risc perquè es produeixin més situacions de maltractament. La detecció de casos de maltractament cap a les persones grans és una tasca difícil perquè sovint, aquestes, no ho comuniquen i els casos queden invisibilitzats.			
Atenció poc adequada i infantilització de les persones grans per part dels serveis i professionals Les pròpies persones grans reconeixen que no sempre reben un tracte adequat des dels serveis públics o privats, menyspreant les seves opinions i rebent un tracte infantil que no correspon amb el valor i respecte que mereixen.			
Poca adaptació de l'urbanisme a les persones grans. La ciutat ha de permetre i potenciar la mobilitat, la seguretat i la participació de les persones grans dins de la ciutat. Per fer-ho, és important tenir en compte el disseny de la ciutat, el qual, actualment, no sempre s'ajusta a les necessitats i preferències de les persones grans (Voreres amples, sense sotracs, accessibles, espais verds, il·luminació, socialització a l'espai públic...)			
Perillositat de la circulació del trànsit. Es detecten diferents factors que influeixen en la seguretat viària de les persones grans: mala senyalització, circulació de vehicles a elevada			

velocitat, congestió del trànsit, circulació de patinets i bicicletes per camins no permesos i a elevada circulació.			
Sentiment d'inseguretat. Diferents factors contribueixen a l'increment o a la disminució del sentiment de seguretat de tota la població. En aquest sentit, la presència policial o dels agents cívics, els consells i els tallers preventius incideix en la tranquil·litat i la comoditat de les persones grans. Es demana un esforç per arribar a un major nombre i diversitat de persones.			
Tracte poc sensible de les entitats bancàries. La digitalització i desertització bancària dificulten l'accés als serveis financers. També es manifesta la inseguretat que provoca el fet que algunes entitats i empreses intentin vendre productes que no sempre responen a les seves necessitats.			
Canvis demogràfics en els municipis que poden provocar desconeixement i desconfiança entre el veïnat. La creació d'espais més naturals, harmònics, afavorint la socialització i la coneixença del veïnat, incrementen els sentiments de seguretat.			
Altres necessitats:			
Altres necessitats:			

Reptes àmbit PARTICIPACIÓ	Quines detectes al municipi	Com de prioritari és treballar aquesta necessitat?	Observacions
---------------------------	-----------------------------	--	--------------

Necessitat de continuar treballant la participació activa de les persones grans en les activitats i esdeveniments del territori. Tot i que les persones s grans acostuma a ser un perfil molt participatiu en les activitats que es realitzen als territoris, els i les professionals insisteixen en la necessitat d'implicar-les més activament, especialment aquelles que estan més aïllades.			
Manca de participació intergeneracional en les entitats del territori. Les entitats del territori no aconsegueixen sumar suficient participació. Algunes d'aquestes, tenen un caràcter més tancat i no s'incentiva la incorporació de persones noves de diferents edats.			
Manca d'espais intergeneracionals on participin les persones grans. Es valora molt positivament l'intercanvi d'experiències intergeneracionals, així i tot, pocs són els projectes que fomenten aquestes relacions.			
Casals de gent gran poc atractius per les noves generacions de persones grans. Aquest model de casal no acaba d'atreure als grups de persones grans més joves. No se senten identificats amb el model d'equipament i no volen participar de les activitats.			
Activitat física inaccessible i poc diversa. És rellevant que el territori asseguri la disponibilitat d'activitat física i que aquesta sigui accessible, diversa i econòmica.			
Falta de serveis de suport i orientació a la jubilació. El procés de jubilació comporta canvis rellevants en les rutines i en les relacions socials que han de poder disposar de serveis d'acompanyament i orientació a aquestes situacions.			
Transport i mobilitat deficient que dificulta la participació. El transport i la mobilitat afecta directament en els diferents pilars de l'envelliment actiu, en l'autonomia i per tant, en la			

qualitat de vida. Per aquest motiu, cal assegurar un transport accessible, adaptat a les diferents situacions econòmiques de les persones grans i disponible en les diferents zones de la comarca.			
Altres necessitats:			
Altres necessitats:			

Reptes àmbit FORMACIÓ AL LLARG DE LA VIDA	Quines detectes al municipi	Com de prioritari és treballar aquesta necessitat?	Observacions
Manquen oportunitats per fomentar la formació al llarg de la vida. L'oferta formativa per a persones grans no sempre està present a tots els territoris. Si bé existeixen cursos de digitalització, són menys freqüents altres ofertes que responguin a inquietuds culturals i d'aprenentatge més diverses. En aquest sentit, les au les d'extensió universitària són un bon recurs però que només està present al 24% dels municipis.			
Bretxa digital. La Covid-19 ha acabat d'instaurar la digitalització de la nostra societat d'una forma molt accelerada. No obstant, moltes persones grans no tenen accés a Internet, aparells per connectar-se o ni tant sols coneixements suficients per accedir-hi.			
Continguts informatius poc accessibles. Per tal d'assegurar la participació de les persones grans en els esdeveniments de la ciutat, en la formació, o incrementar la prevenció pel que fa a la seva seguretat, cal poder transmetre la informació i els continguts d'una manera clara i concisa amb formats i dissenys amigables amb les persones grans.			

Altres necessitats:			
Altres necessitats:			

FITXA PER LA RECOLLIDA DEL MAPA DE RECURSOS

Quins recursos existeixen en el municipi i permeten maximitzar les oportunitats de les persones grans per viure aquesta etapa de la vida amb salut, seguretat, participació i formació al llarg de la vida?

Àmbits d'intervenció	Marca amb una 'x' els recursos que hi hagi al municipi	Marcar aquells recursos dels que es puguin beneficiar persones grans d'altres municipis de la comarca	Vols fer alguna observació sobre aquest recurs?
SALUT I BENESTAR			
Servei de suport psicològic	☐	☐	
Espais grupals de suport psicològic o benestar emocional	☐	☐	
Serveis especialitzats de fisioteràpia/rehabilitació	☐	☐	
Serveis especialitzats de podologia	☐	☐	
Tallers o formacions sobre hàbits saludables	☐	☐	
Activitats esportives per persones grans			
Tallers de memòria	☐	☐	
Residències			
Centres de dia	☐	☐	
Teleassistència			
Servei d'Atenció Domiciliària	☐	☐	
Serveis d'ajuts tècnics (grues, llits, cadires de rodes,...)			

Programa d'arranjaments	☐	☐	
Menjadors per persones grans o projectes comunitaris com Menjar en Companyia			
Serveis de càtering	☐	☐	
Projectes de suport a cuidadors			
Prescripció social	☐	☐	
Altres. Quins? _____		☐	
SEGURETAT I RESPECTE			
Tallers de prevenció d'actes delictius	☐	☐	
Projectes comunitaris per la detecció de persones grans en risc, per exemple, projecte Radars	☐	☐	
Programes de prevenció i identificació de maltractaments a la gent gran			
Altres. Quins? _____		☐	
PARTICIPACIÓ			
Casals de gent gran	☐	☐	És un espai accessible?
Consells consultius de la gent gran	☐	☐	
Entitats de gent gran	☐	☐	
Activitats culturals, lúdiques o d'oci en generals	☐	☐	Són activitats a baix preu o gratuïtes?
Activitats artístiques	☐	☐	Són activitats a baix preu o gratuïtes?
Punt de voluntariat o similar	☐	☐	
Accions intergeneracionals	☐	☐	
Xarxes de voluntariat i de suport a gent gran	☐	☐	
Revista o fulletons on es recull l'oferta existents per donar-la a conèixer	☐	☐	
Altres. Quins? _____			

FORMACIÓ AL LLARG DE LA VIDA			
Aula d'extensió universitària	☐	☐	
Escola d'adults	☐	☐	
Projectes de capacitació en temes digitals	☐	☐	
Altres. Quins? _____			

FITXA PER L'EXPOSICIÓ DE RESULTATS DE LA PRIORITZACIÓ DE NECESSITATS

Aquesta fitxa reflecteix la priorització de les necessitats detectades al municipi

Necessitats detectades	Puntuació obtinguda en la priorització	Marca amb una 'x' les necessitats que creus que hauria de treballa el Pla d'Envel·liment actiu del teu municipi
SALUT I BENESTAR		
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
SEGURETAT I RESPECTE		
		☐
		☐

		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
PARTICIPACIÓ		
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
FORMACIÓ AL LLARG DE LA VIDA		
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐
		☐

FITXA PER LA SELECCIÓ DE POSSIBLES ACCIONS A DESENVOLUPAR

Partint de la detecció de necessitats que has realitzat, escull aquelles accions que creus que caldria desenvolupar en el teu municipi

A) per una vellesa amb salut

ÀMBIT	ACCIONS	Marca amb una 'x' les accions que consideris necessàries
A.1. Detecció i atenció de persones grans en situació de vulnerabilitat social i de salut	Taules de salut	☐
	Comissions operatives per l'atenció de casos	☐
	Agenda compartida salut i serveis socials	☐
	Projecte radars	☐
	Serveis socials més a prop	☐
A.2. Atenció a persones en situació de solitud no desitjada.	Prescripció social	☐
	Projecte acompanyament personalitzat de persones en situació d'aïllament	☐
	Voluntariat contra la soledat no desitjada	☐
A.3. Empoderament per la salut	Escola de salut	☐
	Subvenció blisters per al bon seguiment de la medicació	☐

A.4. Garantir el dret a l'alimentació	Àpats a domicili	☐
	Avui dinem junts	☐
	Àpats en companyia	☐
	Menjadors per gent gran	☐
	Compres comunitàries	☐
A.5. Desenvolupar serveis complementaris bàsics i complementaris per l'atenció de les persones grans, la seva salut i la seva autonomia	Serveis d'atenció domiciliària	☐
	Serveis de teleassistència	☐
	Banc d'ajudes tècniques	☐
	Serveis complementaris	☐
	Adaptacions a les llars	☐
	Compra de petits electrodomèstics	☐
	Suport a comunitats de veïns per l'adaptació dels espais comunitaris	☐
	Habitatge dotacional per gent gran amb serveis comunitaris	☐
	Habitatge intergeneracional	☐
	Cohousing	☐
	Compartir pis	☐
	Promoció oficines d'habitatge per l'acompanyament a la gent gran	☐
A.7. Tenir cura de les persones cuidadores	Grups de suport a famílies cuidadores	☐
	Targeta cuidadora	☐
	Programa respir	☐
	Borsa de professionals cuidadors/es	☐

B) per un entorn on conviure amb seguretat i respecte

ÀMBIT	ACCIONS	Marca amb una 'x' les accions que consideris necessàries
B.1. Facilitar la mobilitat viària segura	Plans locals de seguretat viària	☐
	Pacificació de zones properes a equipaments públics	☐
	Itineraris sèniors municipals	☐
	Xerrades mobilitat segura	☐
	Itineraris segurs des d'urbanitzacions	☐
	Ordenances mobilitat segura bicis i patinets	☐
B.2. Construir un urbanisme amable i respectuós amb les persones grans	Comissió d'urbanisme amigable	☐
	Paviments accessibles i en bon estat	☐
	Senyalització inclusiva	☐
	Mobiliari urbà adaptat i en punts clau	☐
	Espais d'estada i descans. Refugis climàtics	☐
	Il·luminació segura i sostenible	☐
	Lavabos públics a parcs i jardins transitats per persones grans	☐
B.3. Lluitar contra el maltractament	Detecció comunitària	☐
	Formacions a professionals per la detecció de maltractaments	☐
	Guies i protocols contra el maltractament	☐
	Servei especialitzat d'atenció a les persones (maltractaments)	☐

B.4. Fomentar l'autoprotecció de les persones grans	- Consells de seguretat	- ☐
B.5. Fomentar del bon tracte cap a les persones grans	Campanyes de sensibilització per fomentar el bon tracte cap a les persones grans	☐
	Formació i sensibilització a professionals de primera línia	☐
	Festes i activitats municipals amables amb les persones amb dificultats de mobilitat o algun tipus de diversitat funcional	☐
	Contactes amb entitats bancàries i companyies suministradores	☐

C) per una participació activa i constructiva

ÀMBIT	ACCIONS	Marca amb una 'x' les accions que consideris necessàries
C.1. Fer una prospecció dels interessos i necessitats de les persones grans	Sempre alerta per la recollida de suggeriments de les persones grans	☐
C.2. Ofertar activitats variades i accessibles per afavorir una vida activa	Promoció de l'oferta d'activitats adreçades al conjunt de la ciutadania	☐
	Cooperació entre àrees municipals per donar a conèixer necessitats i inquietuds de les persones grans	☐
	Trobada anual amb el consell consultiu de la gent gran del Baix Llobregat	☐
	Programació específica per persones grans, variada i adaptada a les capacitats de cada persona	☐
	Aprofitar el capital humà i el coneixement de les persones grans	☐
	Espais per fer esport adaptat a les capacitats de cada persona gran a l'aire lliure	☐

C.3. Modernització dels casals per persones grans	Petites reformes als espais per persones grans	☐
	Presència de professionals de SS.SS als casals de persones grans	☐
	Intercanvis en casals de gent gran	☐
C.4. Fomentar les relacions intergeneracionals	Punt d'informació i orientació per la jubilació	☐
	Carta informativa a persones grans que compleixen 65 anys	☐
	Guia d'acollida i acompanyament a les persones grans que s'empadronen de nou a un municipi	☐
	Punt d'informació i orientació per la jubilació	☐
C.6. Participació activa i implicació de les persones grans en l'elaboració i realització d'activitats	Punt d'informació i orientació per la jubilació	☐
	Carta informativa a persones grans que compleixen 65 anys	☐
	Guia d'acollida i acompanyament a les persones grans que s'empadronen de nou a un municipi	☐
C.6. Participació activa i implicació de les persones grans en l'elaboració i realització d'activitats	Foment del voluntariat entre les persones grans	☐
	Espais de consulta i debat de persones grans	☐
	Participació de les persones grans als espais estables de participació	☐
C.7. Fer una difusió amable	Guia d'activitats, entitats o espais de participació en format amigable	☐
	Ampliació i diversificació dels canals de difusió	☐
	Punts d'informació	☐
	Pàgines webs amigables	☐
	Acompanyament de l'administració local a les entitats municipals	☐

D) per una construcció col·laborativa del coneixement

ÀMBIT	ACCIONS	Marca amb una 'x' les accions que consideris necessàries
D.1. Aprofitar el capital cultural de les persones grans. Mestratge sènior.	Horitzontalitat en activitats formatives	☐
	Mentories en treballs de recerca	☐
	Apadrinaments lectors	☐
	Mentories en emprenedoria o pagesia	☐
	Projectes de recuperació de memòria històrica	☐
	Projectes de recuperació de memòria històrica de les dones del Baix Llobregat – grups de dones sabies	☐
	Comunitats de memòria viva	☐
D.2. Lluitar contra l'escletxa digital.	Formació capacitats digitals en tots els nivells i àmbits	☐
	Vies d'atenció presencial per a persones grans	☐
D.3. Promoció dels aprenentatges al llarg de la vida	Escoles oficials d'adults i aules de formació	☐
	Lluita política del consell consultiu de gent gran del Baix Llobregat	☐
	Creació d'una taula d'educació d'adults	☐
	Prioritat d'accés a les escoles d'adults per residència a la comarca i no municipi	☐
	Promocionar l'educació en valors	☐
	Guia d'espais culturals i formatius de la comarca	☐
	Guia per la realització d'activitats formatives de qualitat	☐

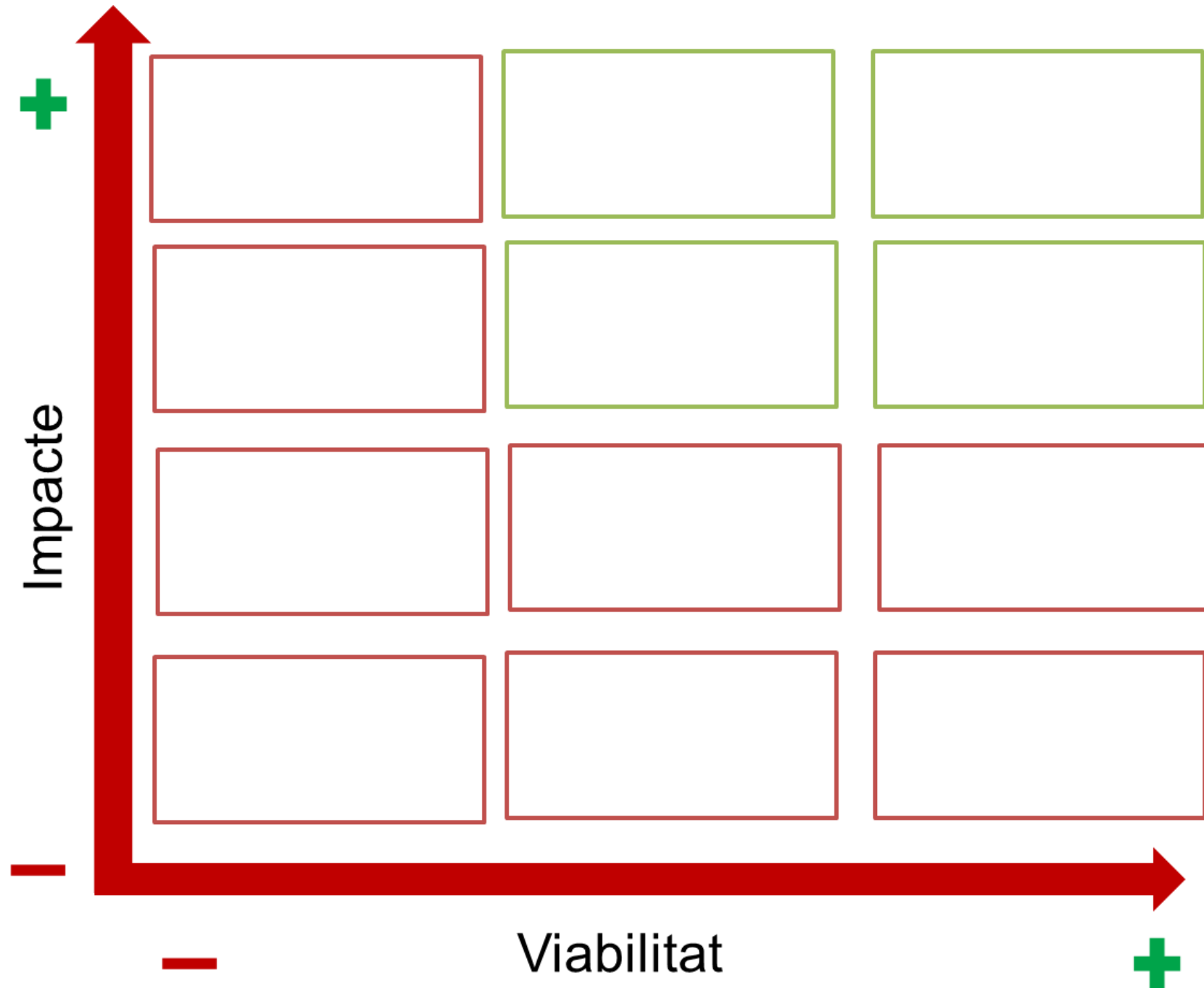
DINÀMICA DE PRIORITZACIÓ

Per la priorització de les accions us proposem la següent dinàmica:

Col·loqueu les accions que creieu que s'haurien de desenvolupar en el següent diagrama tenint en compte els següents eixos:

- Viabilitat. Contra més viable sigui l'acció més a la dreta
- Impacte. Contra més impacte pugui tenir en la qualitat de vida de les persones grans més a dalt.

Les accions que quedin situades en el quadrant superior/dret són les es podrien incloure en el Pla d'Envelliment Actiu del vostre municipi. Parlem d'accions que poden tenir un alt impacte en la qualitat de vida de les persones grans i que són viables de realitzar.



Fitxa per la planificació temporal i organitzativa de les accions

Línia estratègica	Acció	1/2 2024	2/2 2024	1/2 2025	2/2 2025	1/2 2026	2/2 2026	1/2 2027	2/2 2027	Àrees implicades
A) Per una vellesa amb salut										
B) Per un entorn on conviure amb seguretat i respecte										

Línia estratègica	Acció	1/2 2024	2/2 2024	1/2 2025	2/2 2025	1/2 2026	2/2 2026	1/2 2027	2/2 2027	Àrees implicades
C) Per una participació activa i constructiva										
D) Per una construcció col·laborativa del coneixement										



Àrea de Sostenibilitat Social, Cicle de Vida i Comunitat

Servei de Convivència, Diversitat i Cicle de Vida

Recinte Mundet – Edifici Migjorn 3a planta

Passeig de la Vall d'Hebron, 171

08035 Barcelona

Tel. 934 022 713 – Fax 934 022 714

s.convivencia.divers@diba.cat www.diba.cat