

PROJECTES ADREÇATS A PERSONES GRANS

Per tal de ser una radiografia el més propera a la situació actual i tenint en compte els canvis que ha representat la pandèmia en la nostra manera de relacionar-nos i els efectes sobre la salut de tots, ens centrarem en els últims 2 anys i els projectes rellevants que s'han desenvolupat i que s'està valorant la seva continuïtat i els que estan vigents en aquest moment.

Les persones grans no necessàriament van a equipaments específics ni entitats en que el seu objecte són les persones grans. Gaudeixen, com tots els ciutadans, dels serveis de les biblioteques, centres cívics, casals de barri, horts urbans, gimnasos públics i privats,... i molts dels equipaments participen de projectes adreçats a persones grans i tenen activitats específicament pensades per a determinades edats. També les entitats formades per a persones grans tenen un paper destacable en identificar i acompanyar, la majoria de vegades de manera informal, a aquelles persones que més ho necessiten.

Totes aquestes activitats tenen una incidència destacable en la millora de la salut tant física com en la salut mental en tant que promouen la relació entre les persones i això està demostrat que incideix positivament en el benestar personal. Ens centrarem en aquelles activitats en que el seu focus d'acció s'adreça a aquelles persones que poden tenir una situació més vulnerable i que necessiten del suport dels altres per tal de vincular-se i tenir la possibilitat de millorar les seves relacions i puguin fer valdre els seus drets davant dels altres.

Les identificades són:

ACTIVA'T ALS PARCS. Activitat física dirigida a persones grans adreçada a millorar la condició física i treballar la motricitat i l'activació de la memòria. Al districte es fa als jardins Rosa de Luxemburg i als jardins de Juan Ponce. Al Parc de les Aigües es fa tai-txi dos cops en setmana i vindria a tenir els mateixos objectius.

ÀPATS EN COMPANYIA I ÀPATS A DOMICILI. Els àpats en companyia estan adreçat a persones grans fràgils que els ajuda a mantenir una dieta equilibrada a la vegada que proporciona un espai de relació amb iguals. Es desenvolupa al CGG de Baix Guinardó, amb 25 places disponibles, ara hi ha ocupades 20 places. Aquelles persones que tenen més dificultats per els desplaçaments poden gaudir d'àpats a domicili. Donen servei a 142 persones del districte encara que sempre que la persona pugui preparar el dinar encara que sigui amb ajuda d'un professional s'opta per un suport d'ajuda a domicili.

APRENTATGE DIGITAL A TRAVÉS DE LA TABLET I ESMARTPHONES. Casals de gent gran municipals a tota Barcelona. Tallers adreçats a millorar el coneixement de les TIC de les persones grans i a disminuir la bretxa digital. També es fan tallers de funcionalitats i aplicacions de mòbils ja sigui en format tallers com de forma individualitzada. Des de les biblioteques i la

Xarxa Òmnia també es fa aquest acompanyament i moltes entitats també ofereixen suport als seus socis.

BAIXEM AL CARRER. Programa municipal en que faciliten el baixar al carrer amb ajudes tècniques a aquelles persones que no ho poden fer per sí mateixes. La derivació ho ha de fer un metge. Es fa als barris en que existeix Salut al Barris que són: Teixonera, Sant Genís dels Agudells i Carmel.

DINA EN COMPANYIA. Projecte ofert per la fundació Catalunya-La Pedrera en el barri de Montbau en que persones grans dinen juntes amb el suport de voluntariat.

EL MUSEU MÉS GRAN. A diversos museus de Barcelona i a tota la ciutat a través dels casals de gent gran municipals. Activitat adreçada a que persones grans coneguin i es familiaritzin amb els museus i promogui la creativitat. Vol apropar la cultura a aquells col·lectius que no hi participen normalment en aquest tipus d'activitats.

EL CARMEL T'ACOMPANYA. Seguiment telefònic a persones amb sentiment de soledat no desitjada per part de voluntaris del barri del Carmel. Es fa en el marc del pla comunitari.

ESCOLES DE SALUT. Són sessions grupals en que els inscrits participen setmanalment en tallers i xerrades adreçades a millorar el seu estat de salut i les seves relacions socials i personals. Liderades per l'agència de salut pública o els CAPs, s'adreça principalment a les persones amb menys interacció social. Durant el 2022 s'han fet a Horta i Font d'en Fargues. Durant el 2023 s'iniciarà a Teixonera.

FEM SALUT A LA PISCINA. Utilització de la piscina de l'hospital de Sant Rafael per a persones grans en els mesos d'estiu. Està acompanyat per monitors que faciliten el contacte amb l'aigua i la relació entre ells. Està especialment adreçada a persones en situació d'aïllament o soledat. Durant el 2022 s'ha fet en els barris de muntanya i han participat 37 persones.

GRUPS DE CUIDADORS. Són grups pensats per donar suport als cuidadors de persones dependents, no estan adreçats a un grup específic d'edat però la gran majoria de participants es fan càrrec d'una persona gran. A l'actualitat s'està fent al CGG de Sant Genís, al CAP Sanlleu es fa conjuntament amb serveis socials de Baix Guinardó-Can Baró, al CAP del Carmel s'inicia un al gener, al CAP Guinardó s'iniciarà un al febrer,.. És un grup de suport en que els participants es senten acompanyats en el procés i troben suport i ajuda en la seva situació.

PROJECTES DELS CAPs. Els metges, infermeres i treballadores socials dels CAPs duen a terme des de fa molt temps projectes grupals i comunitaris adreçats a tot tipus de població. Amb la incorporació dels referents de benestar emocional s'estan iniciant nous projectes. Es continuen projectes com la coral Caysef del CAP del Carmel, grup de teatre del CAP de Sanlleu per a persones grans, al CAP d'Horta s'està fent un grup d'estimulació cognitiva i suport social, Al CAP de Sardanya s'inicia una intervenció grupal amb persones grans amb sentiment de soledat, ... També es fan grups per millorar el benestar emocional, amb situacions d'ansietat en que pot participar persones de totes les edats i alguns d'ells fan tallers de marxa nòrdica que, encara que no estan adreçats específicament a persones grans, molts dels participants ho són.

PROJECTES DELS CASALS DE GENT GRAN MUNICIPALS. A banda dels projectes en que hi participen tant a nivell de ciutat com de barri, els casals dissenyen projectes o tallers per tal de donar cabuda a aquells col·lectius que tenen més dificultats ja sigui a nivell cognitiu, relacionats amb l'estat d'ànim, de lectoescriptura,.. Així es fan tallers de teatre adreçats a persones en situació de soledat, de lectura fàcil, cafè tertúlia per promoure la relació, de reminiscència,...

PROJECTE VEUS. Treball a través de la música amb persones amb sentiment de soledat o deteriorament cognitiu lleu amb un musicoterapeuta i voluntaris. És una prova pilot de ciutat, es va desenvolupar el curs passat al CGG de Vall Hebron i el grup té continuïtat.

PROJECTE "GENT GRAN VULNERABLE". Projecte de districte adreçat a identificar aquelles situacions de fragilitat en persones grans i facilitar la vinculació a entitats i equipaments de promoció i/o derivació a serveis especialitzats ja sigui de salut o de serveis socials. Fa intervenció tant a nivell individual com participa en iniciatives comunitàries i grupals.

RADARS. Projecte liderat per serveis socials que treballa la identificació de les situacions de soledat i acompanyament principalment telefònic a aquelles persones que se senten soles amb la implicació del veïnatge i comerços de la zona. Al Districte hi ha 4 projectes Radars: Guinardó-Baix Guinardó, Can Baró, Horta i Montbau. Atenen a persones que els hi acompanyen telefònicament i els hi proposen activitats tant de barri com específicament pensades per ells. Al mes de setembre hi havia 475 persones vinculades. El volum més grans corresponen als barris de Baix Guinardó i el Guinardó i el 59% del total viuen sols.

SERVEI D'AJUDA A DOMICILI. Servei prestat per serveis socials. Adreçats a persones amb una autonomia limitada per oferir-li suport en tasques de la vida quotidiana. Són serveis complementaris el servei de neteja i manteniment de la llar, teleassistència o les adaptacions a la llar. A mes de novembre, 2105 persones reben atenció personal i hi ha 1.135 serveis de neteja, en total arriba a 2164 persones diferents que no necessàriament són persones grans però sí la gran majoria.

TARGETA CUIDADORA. Iniciativa de ciutat. Serveix per accedir a informació, recursos personalitzats i suport per a persones cuidadores de tota la ciutat.

VINCLES. Projecte de ciutat en que a través d'una tablet o un mòbil a les persones usuàries els hi permet de connectar-se amb altres persones similars en interessos amb grups com de cuina, teatre, jardineria,... i amb els seus familiars i serveis del barri amb el suport d'un dinamitzador. A Horta-Guinardó hi participen 354 persones, 288 dones i 66 homes.

VILA VEÏNA. Servei municipal. Facilita informació en relació a la cura i fan propostes d'intervenció en funció de la demanda i mancances dels territoris. A Horta-Guinardó existeix al Carmel i en el primer trimestre de l'any s'iniciarà el d'Horta.

Segur que hi ha moltes iniciatives interessants que no han pogut ser recollides i altres amb un objectiu més lúdic, cultural o esportiu que d'igual manera incideixen en el benestar de les persones participants. Destacar, d'igual manera, totes les iniciatives intergeneracionals que

pretenen apropar a dos col·lectius d'edats allunyades i que afavoreixen la transferència de coneixements i experiències, combaten estereotips vinculats a l'edat i afavoreixen una relació positiva basada en el coneixement mutu. Dintre d'això estarien totes les iniciatives d'aprenentatge i servei amb els instituts i els projectes amb les escoles, la jornada intergeneracional que es fa cada any al CGG de Vall Hebron i el projecte "Les àvies i els avis escriuen contes i els infants els dibuixen" de Nou Horitzó.

Gener de 2023