

Barcelona

BCN+65

UN LLOC PER A VIURE,
GAUDIR I ENVELLIR
COM ENS VINGUI DE GUST



CIUTAT *amigable*
AMB
LES PERSONES GRANS



Ajuntament de
Barcelona

Departament de Promoció
de les Persones Grans.

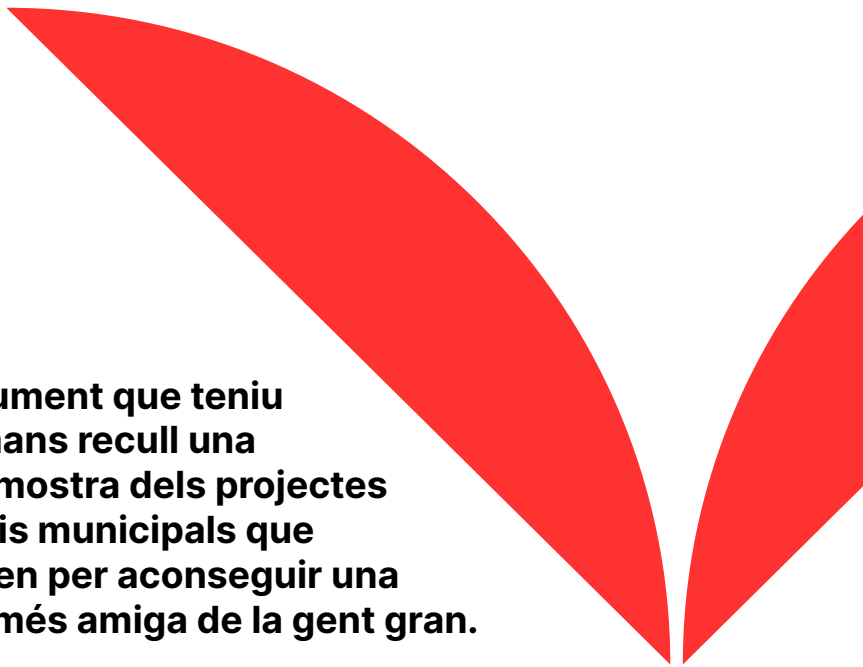
Direcció de Serveis
d'Infància, Joventut i
Persones Grans.

Àrea de Cultura, Educació,
Esports i Cicles de Vida.

Editat per l'Ajuntament de Barcelona.

Il·lustrat i maquetat per l'Elisabeth Justicia
amb el personatge "Dominga habla sola".

Edició revisada Octubre 2024 - Barcelona.



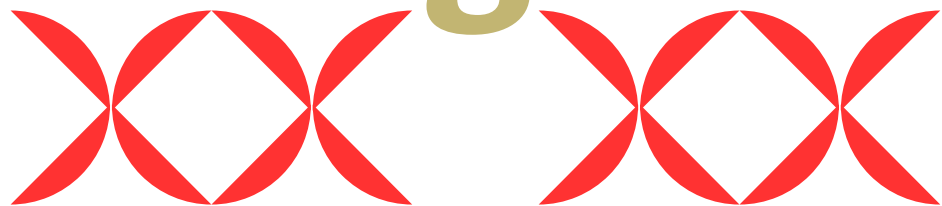
**El document que teniu
a les mans recull una
petita mostra dels projectes
i serveis municipals que
treballen per aconseguir una
ciutat més amiga de la gent gran.**

El que podreu llegir a continuació és fruit del desenvolupament del Pla "Barcelona, ciutat amigable amb les persones grans 2022-2030" que té com a objectiu desplegar actuacions de promoció de les persones grans que facilitin la seva autonomia en un entorn saludable i fer front, alhora, a situacions de discriminació vers aquest grup de població.

Per tal de fer-lo més amè, en el seu disseny s'ha utilitzat la imatge de la Dominga habla sola de la dissenyadora Elisabeth Justicia.

El personatge de la Dominga és el d'una dona gran, caracteritzada per no callar allò que pensa, que ens mostra la seva opinió i visió particular dels projectes seleccionats.

Què és una ciutat amigable?



Sabies que gràcies al Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona i a l'Ajuntament l'Organització Mundial de la Salut ens ha inclòs a la seva Xarxa Mundial de Ciutats i Comunitats Amigables amb les Persones Grans?

Això significa que Barcelona té un projecte per convertir-se en una ciutat cada vegada més amigable amb les persones grans i, en conseqüència, amb tota la població. Una ciutat accessible i amb multitud de serveis i iniciatives pensades per facilitar i millorar la vida de les persones grans.

El Consell Assessor va promoure el 2009 que Barcelona iniciés aquest projecte. És un òrgan de participació de persones grans per donar la seva opinió sobre les polítiques i qüestions del seu propi interès.

LLAVORS... AIXÒ DE
SER UNA CIUTAT AMIGABLE,
VOL DIR QUE AQUÍ ENS
TENEN EN COMPTE DE DEBÒ?

I QUE ENS ESCOLTEN
I DONEN SUPORT EN EL
NOSTRE ENVELLIMENT!

MIRA TOT
EL QUE HAN
PREPARAT...

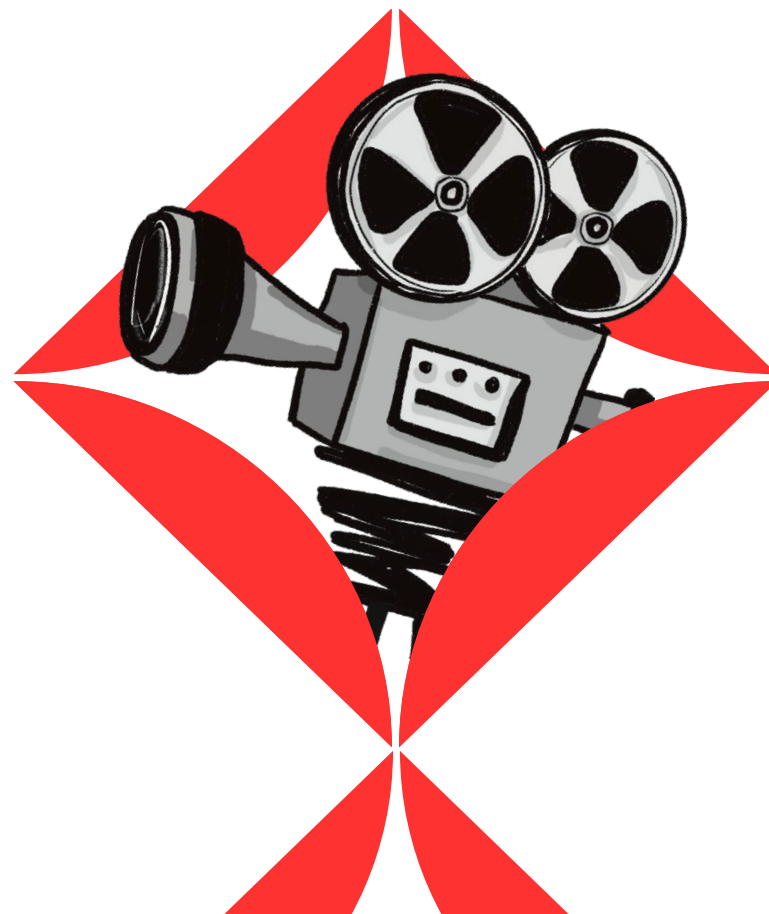


ENS DIUEN QUE
ENS ENCANTA EXPLICAR HISTÒRIES,
PERÒ ENS AGRADA MOLT MÉS
QUAN ENS N'EXPLIQUEN UNA DE BONA
EN PANTALLA GRAN

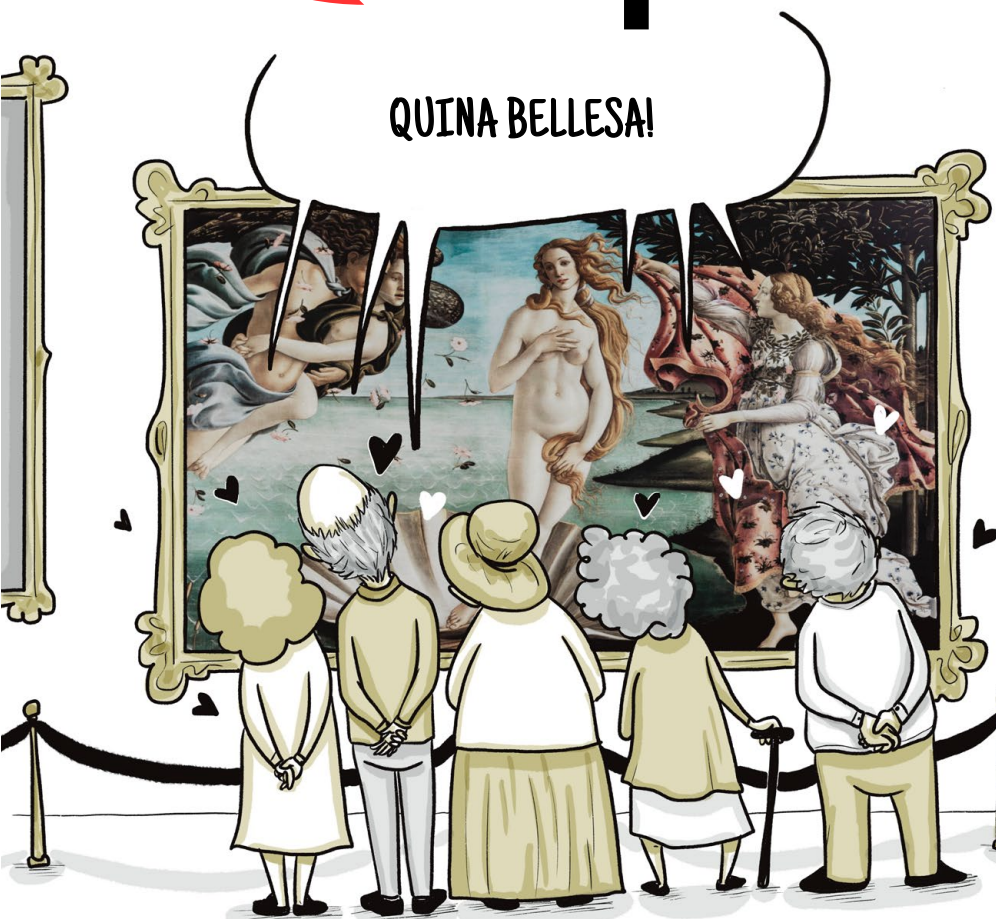


Cinegran

No et perdís l'oportunitat de gaudir del cinema al teu propi casal! Veurem i debatrem sobre pel·lícules pensades per i per a nosaltres. Parlem de cinema i expliquem històries, que hi ha molt a dir!



Els museus t'esperen



Acompanya'ns en aquestes visites guiades especialment organitzades per a persones grans en què, a més d'aprendre sobre pintors, artistes i conèixer les noves exposicions de la ciutat i el seu patrimoni cultural, podem passar una bona estona comentant el que hem après i participant en converses molt interessants!





LA TECNOLOGIA
ENS AJUDA
A CONNECTAR
I CONNECTAR ENS FA
OBLIDAR LA SOLEDAT!

Vincles BCN

Sabies que a VinclesBCN pots conèixer gent més enllà dels teus amics i familiars?

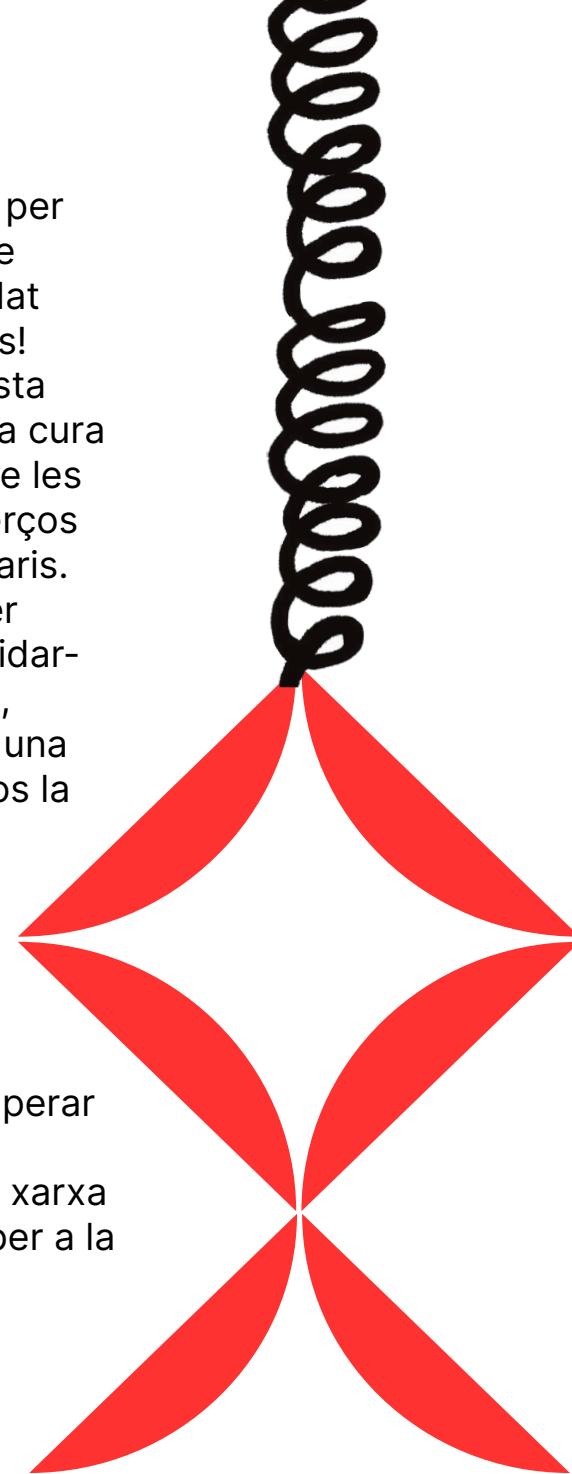
A més, pots parlar-hi, conversar i debatre en grups especialitzats en temàtiques que t'interessin, fer videotrucades, compartir experiències i fer activitats a la ciutat... fins i tot dir bon dia cada dia i que hi hagi algú a l'altre costat que et desitgi el mateix. És la millor opció per estar connectat des de casa amb persones que tinguin els mateixos interessos que tu!

Radars



Quin projecte pensat per prevenir situacions de risc i abordar la soledat de les persones grans! És genial veure aquesta preocupació i aquesta cura per part dels veïns, de les farmàcies, dels comerços del barri i dels voluntaris. Ens truquen per saber com estem, per convidar-nos a esdeveniments, per acompanyar-nos una estoneta i explicar-nos la vida...

Quina bona idea recuperar la vida de barri, crear comunitat i crear una xarxa tan bonica pensada per a la nostra cura.



T'acompanyo:

**No estàs
sol
ni sola**

És bonic compartir sentiments entre els més joves i els més grans. Aquí t'adones que la soledat ens afecta de la mateixa manera i trobem un espai per compartir moments, converses i experiències. Mai vaig pensar que una activitat com aquesta m'ajudaria a vèncer la soledat!

ESCOLTANT-NOS
DE VERITAT
ÉS COM TROBEM

LA MILLOR
MANERA
D'ACOMPANYAR-NOS



Paraules que uneixen

A L'ESCOLA
ENSENYEN
A ESCRIURE I LLEGIR...



Aquesta iniciativa tan bonica recupera la tradició d'escriure cartes i enviar-les a algú que valora rebre-les. S'uneixen generacions i es posa en contacte les persones grans amb alumnat en edat escolar i, d'aquesta manera tan romàntica i tradicional, aconseguim combatre el sentiment de soledat.

És molt enriquidor compartir experiències i anècdotes mitjançant el llapis i rebre històries dels més petits, que ens omplen el dia d'alegria

i bon humor! I el millor de tot és que, després de diverses cartes, acabem coneixent-nos tots entre jocs i activitats a l'aire lliure.



...I AQUÍ
APRENEM A
ESCOLTAR
I COMPARTIR

BCN+65

Que útil és tenir tota la informació i actualitat que ens interessa dins del mòbil! Aquesta és una eina pensada i dissenyada per a les persones grans. Aquí pots trobar els principals serveis i recursos municipals de la ciutat per a persones de més de 65 anys. Una aplicació totalment dissenyada perquè sigui senzilla d'utilitzar i de fàcil comprensió, mitjançant la qual l'Ajuntament es comunica amb tu enviant-te avisos d'interès.

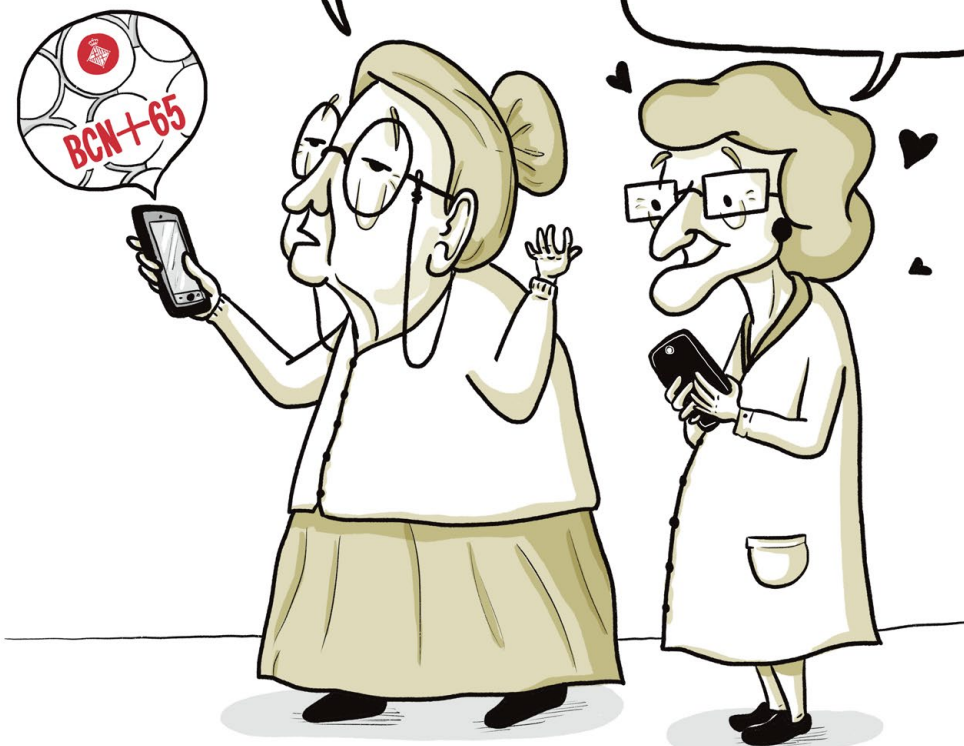


La tecnologia al nostre servei per fer-nos la vida molt més fàcil i còmoda!

**Descarrega l'app "BCN+65" aquí mateix!*

EL PROBLEMA DELS
AVENÇOS TECNOLÒGICS ÉS
QUE ES CREEN PER A NOSALTRES
SENSE PENSAR EN NOSALTRES

T'EQUIVOQUES!
EN AQUEST CAS, BCN+65
ESTÀ CREAT I PENSAT
EXCLUSIVAMENT
PER A NOSALTRES



Escoles de salut



de les persones grans

Aquests tallers són imprescindibles per aprendre tot el necessari per millorar la nostra qualitat de vida.

A més, ens trobem amb amics i veïns, i és com tornar a classe. Un taller setmanal en què ens donen consells i trucs per millorar la nostra alimentació, les nostres rutines i la nostra salut!

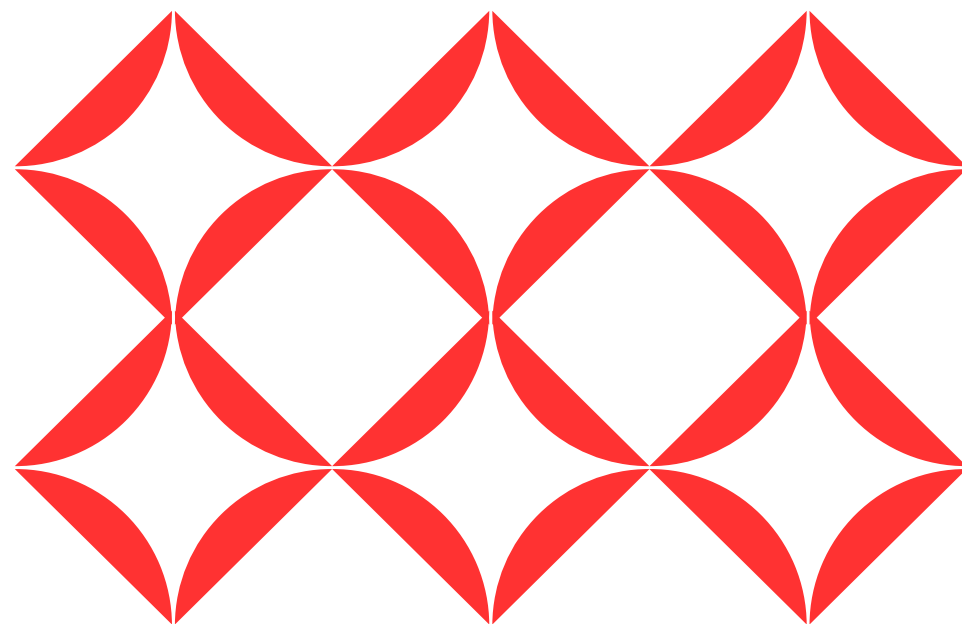
T'IMAGINES PODER GAUDIR
DE LES REBAIXES
TOT L'ANY?

Targeta Rosa

Una targeta que reuneix un munt de descomptes i avantatges en moltíssims establiments de la ciutat, no només en el transport! Pots gaudir de preus més baixos en cultura, teatres, museus, llibreries, odontologia, fisioteràpia, òptica, perruqueria, centres esportius...

Realment és com tenir rebaixes tot l'any!

I TU T'IMAGINES QUE
JA FOS POSSIBLE
AMB AQUESTA TARGETA?



TMB amb les persones grans

TMB ens ajuda, a les persones grans, a mantenir la nostra mobilitat i autonomia. I per això té serveis tan pensats per a nosaltres com aquests:

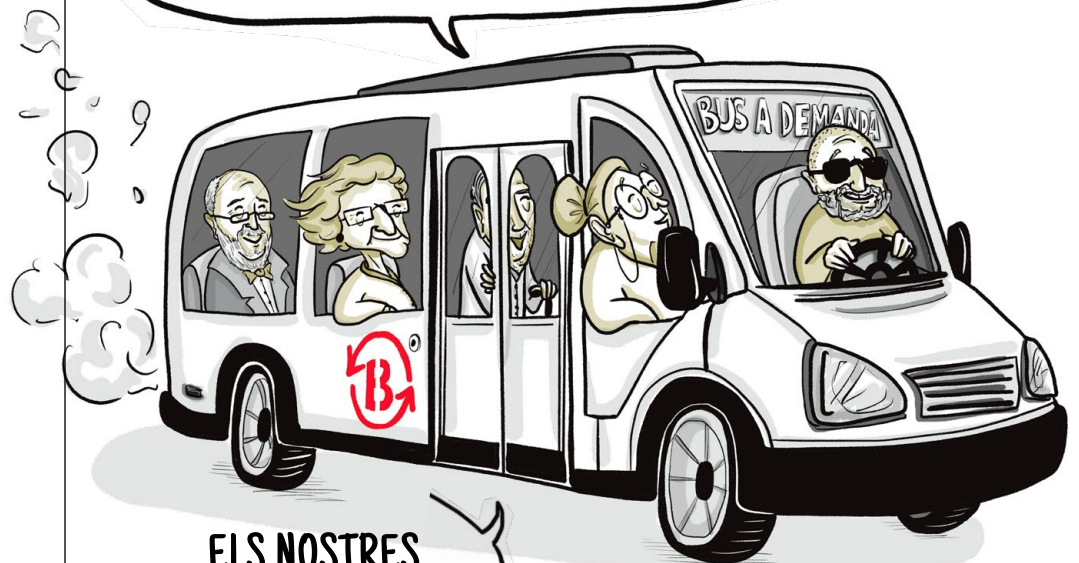
Bus a demanda

Que fàcil desplaçar-se amb aquest bus! Un servei personalitzat que et permet triar quan i on el necessites, fent només les parades sol·licitades i amb menys espera. Tot un privilegi sobre rodes!

Bus de barri

Aquests busos, accessibles i còmodes, et permeten desplaçar-te pels diferents barris de la ciutat, amb trajectes específics, itineraris més curts i circulant per carrers diferents a la resta d'autobusos.

FAN QUE ENS SENTIM IMPORTANTS
QUAN ENS PORTEN, I ENS PORTEN
SEGONS LES NOSTRES NECESSITATS



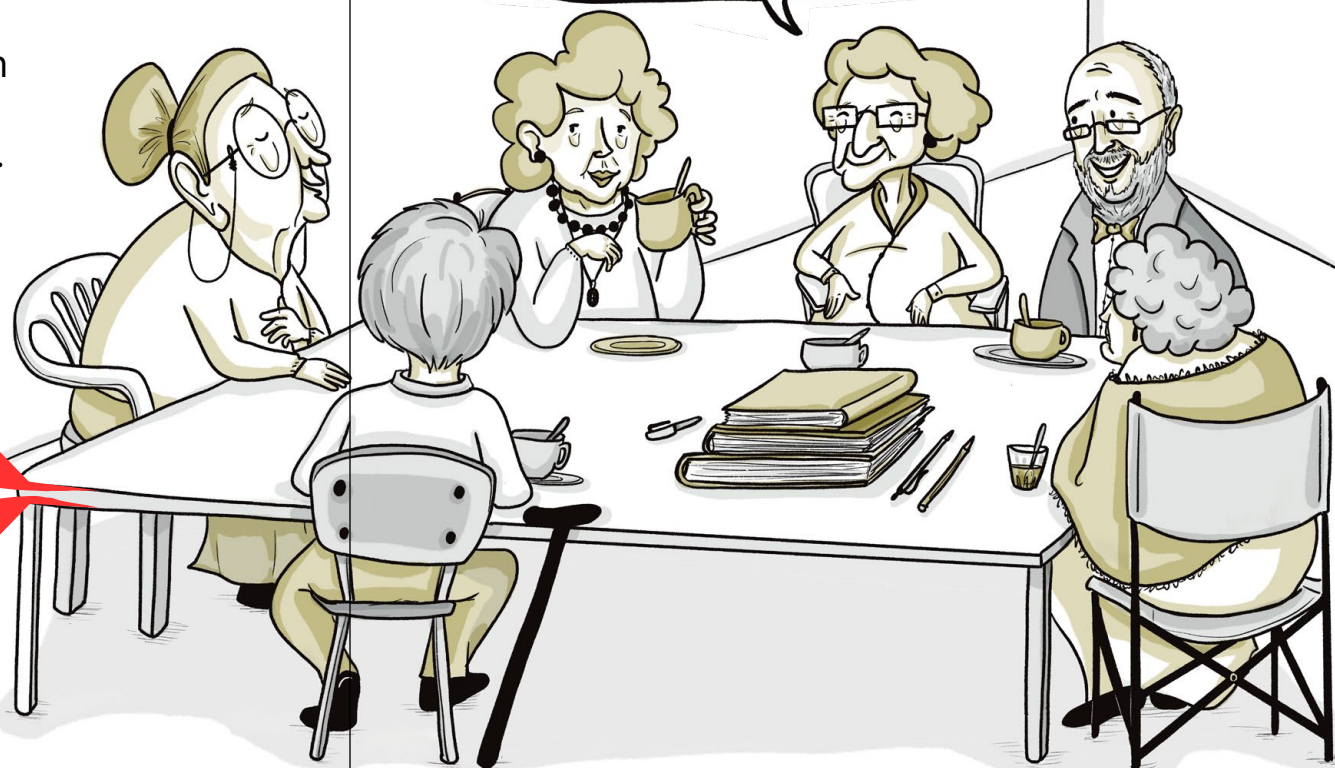
ELS NOSTRES
MILLORS ANYS VAN
SOBRE RODES!

Xarxa de Casals

És un plaer tenir aquests espais de relació, formació i aprenentatge on s'impulsen iniciatives pensades des de nosaltres i per a nosaltres: activitats culturals, excursions, festes, balls, informació del barri i un lloc genial on podem compartir una estona amb amistats i veïns i veïnes.

i Espais per a la gent gran

GRÀCIES ALS CASALS TROBO AMISTATS
A L'ALTURA DE LES MEVES NECESSITATS



Barcelona ciutat amigable

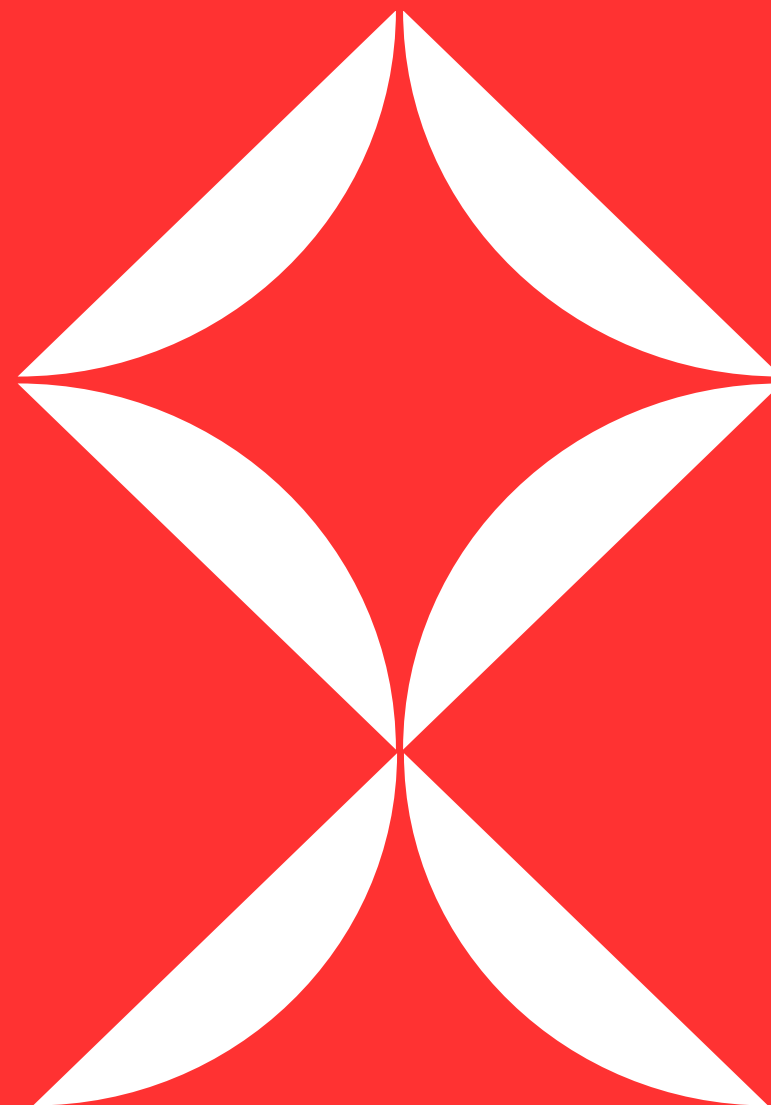
El reconeixement de Barcelona, per part de l'Organització Mundial de la Salut, com a ciutat amigable va ser gràcies a un ampli procés participatiu en què es van escoltar, estudiar i observar les necessitats i mancances en cada districte i que va culminar el 2011 dins de la III Convenció "Les veus de les persones grans" (un espai de participació que procura donar veu a totes les persones grans de la ciutat per fer balanç i propostes).

I ara tenen un nou repte: impulsar el Compromís Barcelona amigable amb les persones grans, que pretén implicar tots els agents que actuen a la ciutat i tota l'organització municipal!



Més projectes aquí

HI TROBARÀS MOLTS MÉS
PROJECTES, NOVETATS I ACTIVITATS
AL WEB DE
L'AJUNTAMENT





barcelona.cat/personesgrans
barcelona.cat/consellgentgran