

# **ACTIVITATS COMUNITÀRIES PER A GENT GRAN AL RIPOLLÈS**

**-2021-**



**Consorci de Benestar Social  
del Ripollès**

---

# Índex

---

Descripció.....	3
Objectiu.....	3
Metodologia.....	3
Anàlisi de Camp.....	4
Radiografia sociodemogràfica.....	4
Indicadors.....	9
Conclusions.....	13
Annex 1: Fitxes municipals.....	14
Annex 2: Marc del Pla de treball.....	44
Annex 3: Fitxa “Més enllà de l’envelliment”.....	45

## DESCRIPCIÓ

---

El Ripollès és una comarca amb molta població envellida, concretament compta amb un 24,48% de persones majors de 65 anys i un 4,85% de majors de 84. Tots els municipis registren uns índex d'envelliment elevats, que oscil·len entre 89,19 i 454,55.

Les persones grans amb manca d'autonomia i algun grau de dependència reconegut acostumen a ser ateses per serveis especialitzats, però es desconeix la realitat del gruix de persones grans autònomes i/o fràgils no ateses per cap servei. L'etapa de la fragilitat és aquella en què la persona presenta un principi de pèrdua d'autonomia previ a la dependència, i és clau intervenir en aquesta fase per retardar l'entrada a l'etapa de la dependència.

S'inicia un procés de diagnosi amb la presumpció inicial que els cinc pobles amb major nombre de població -Ripoll, Campdevàrol, St. Joan de les Abadesses, Camprodon i Ribes de Freser- compten amb infraestructures municipals i programacions d'activitats dirigides a la gent gran, però que l'oferta d'activitats a la resta de municipis més petits és desigual i escassa en alguns d'ells.

## OBJECTIU

---

Radiografiar la realitat de les persones majors de 65 anys autònomes i/o fràgils als diferents municipis del Ripollès i detectar les seves necessitats.

Proposar actuacions comunitàries i grupals que cobreixin algunes de les necessitats detectades.

Promoure el treball en xarxa als municipis entre tots els serveis i entitats que comparteixin objectius comuns en relació al col·lectiu de gent gran.

## METODOLOGIA

---

Per realitzar la detecció de necessitats comunitàries en gent gran, a cada municipi s'ha realitzat entrevistes individuals i grupals amb interlocutors claus de diferents àmbits:

Àmbit	Institució/entitat/servei	Persona referent	Nombre
Administració pública	Ajuntaments	Alcaldia Regidoria	12 9
	Centres d'Atenció Primària	Coordinadors/es de les ABS	3
	Casals cívics i Hotels d'entitats		5

	Dipsalut		2
Tercer sector	Creu Roja		2
Ciutadania	Associacions de gent gran	Representants	12
	Associacions de dones	Representants	15

En total s'han entrevistat **60 persones del Ripollès** en el procés de recollida d'informació.

De la informació recollida, s'han analitzat uns indicadors concrets:

- Nombre d'equipaments públics utilitzats per a la gent gran.
- Nombre i tipus d'activitats públiques destinades a gent gran.
- Nivell d'activitat comunitària organitzada per la ciutadania: associacions, activitats intergeneracionals...
- Dificultats i obstacles que interfereixen en la participació de la gent gran en activitats comunitàries i/o grupals.

Cada indicador s'ha enfocat a partir de tres aspectes:

- Aspectes cognitius
- Aspectes físics
- Aspectes socials i de xarxa

## ANÀLISI DE CAMP

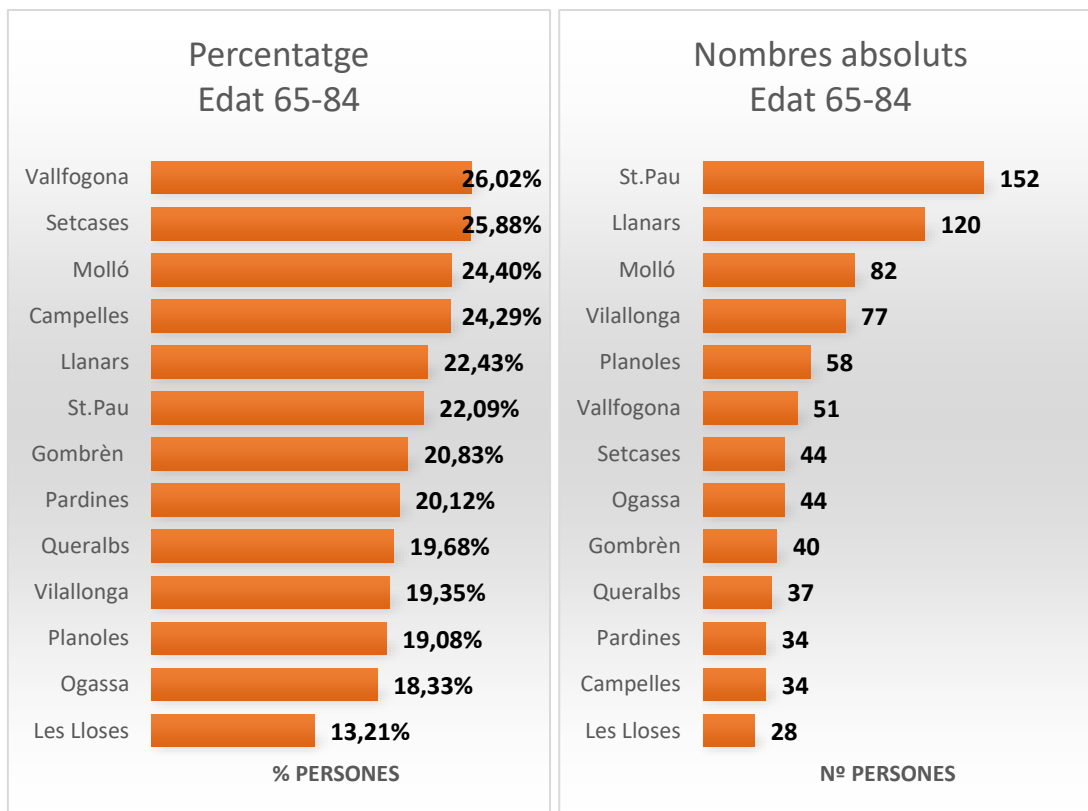
---

L'anàlisi de camp és el resultat de la recollida d'informació efectuada al llarg de tres mesos, des del mes l'octubre de 2021 fins al desembre, a tots els municipis del Ripollès. Per dur-lo a terme s'han tingut en consideració les dades sociodemogràfiques de cada municipi així com els indicadors esmentats anteriorment.

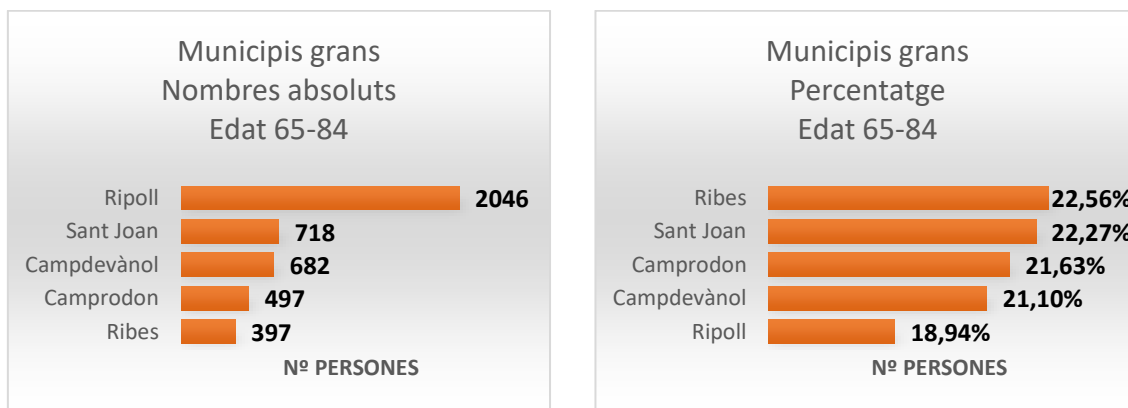
### 1. RADIOGRAFIA DEMOGRÀFICA

Tots els municipis petits compten amb un percentatge de persones de 65 a 84 anys situat entre el 18 i el 26% respecte al total de població, excepte Les Llosses, que és del 13,21%. Els municipis amb percentatge més alt són Vallfogona (26%) i Setcases (25,88%).

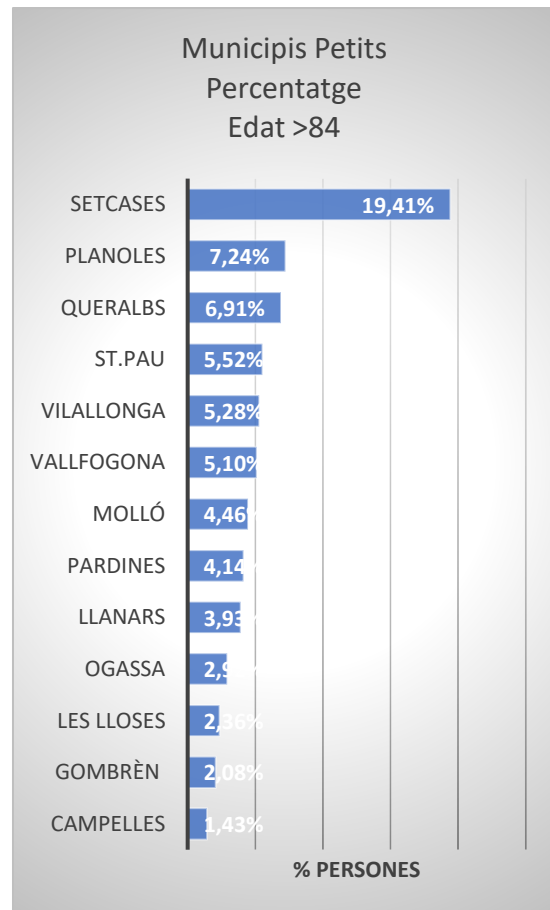
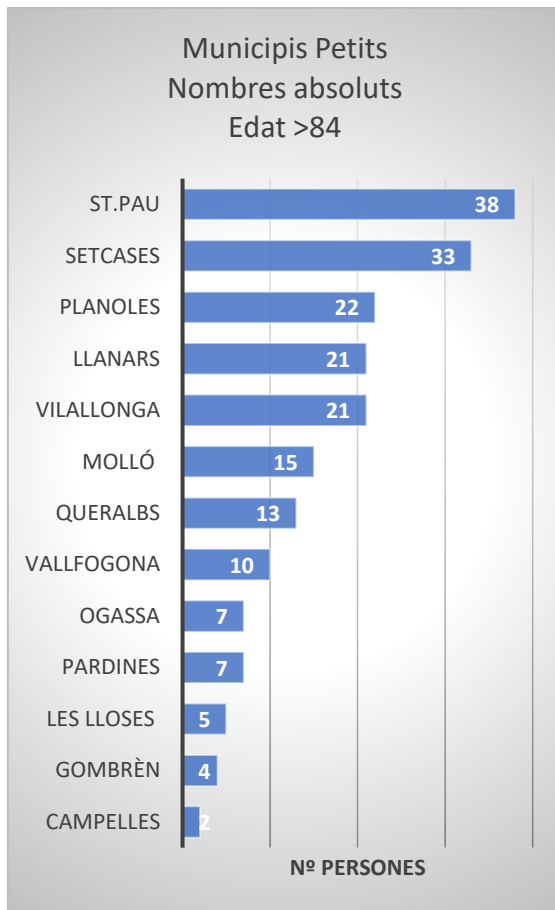
Per evitar el possible esbiaix que suposa el baix nombre d'habitants, es contrasta la gràfica del percentatge de població amb el nombre absolut de la mateixa dada.



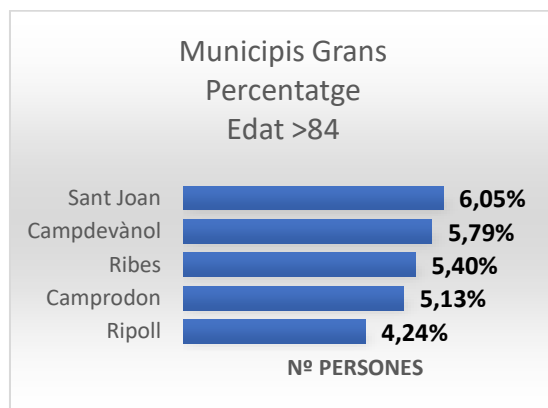
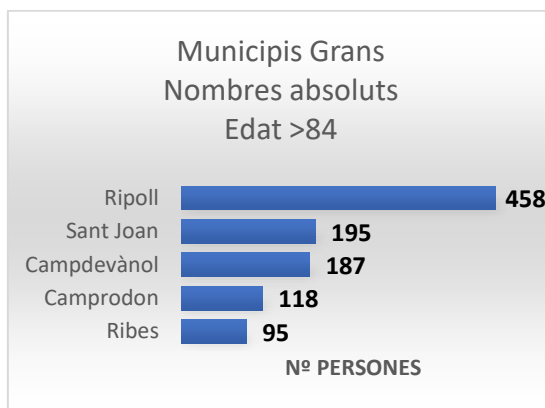
Els municipis amb major nombre de població segueixen la mateixa tendència amb una forquilla situada entre el 19% i el 22%.



Focalitzant l'atenció en les persones majors de 84 anys s'observa que el percentatge de població disminueix significativament: de l'1% al 7%, exceptuant Setcases, que està molt per sobre, amb un 19,41%. En nombres absoluts, en cap municipi petit hi viuen més de 40 persones majors de 84 anys.

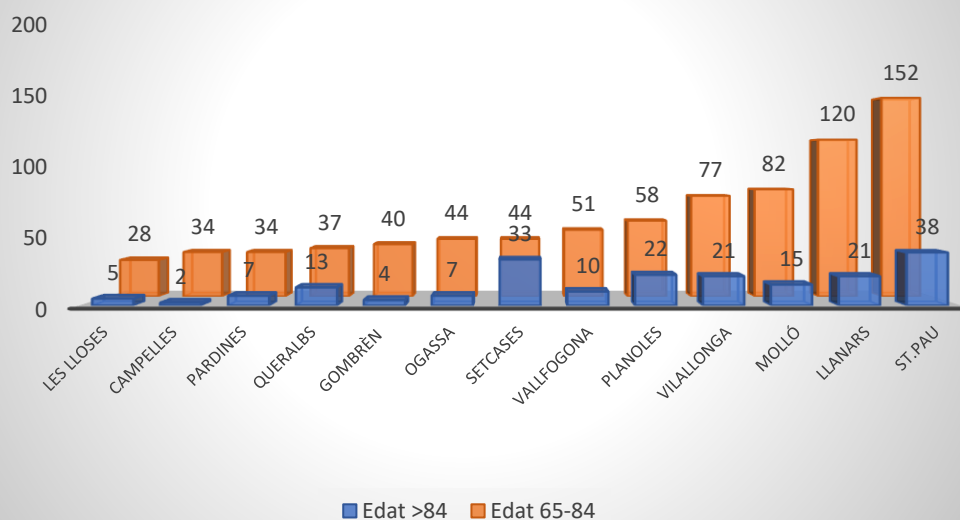


En els municipis grans, St. Joan és el que presenta un percentatge més elevat d'aquesta franja d'edat: 6%. Però els altres pobles no en disten excessivament, situant-se entre el 4 i el 5,80%.

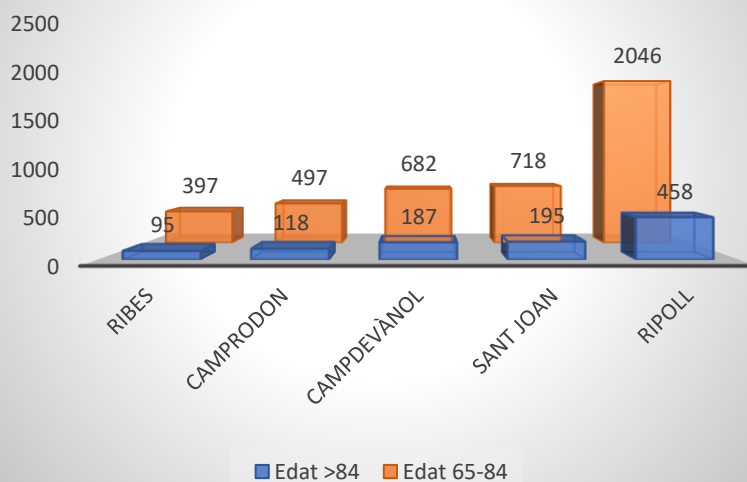


Les dues gràfiques que venen a continuació sobreposen la franja de població de 65 a 84 amb la de majors de 84 anys per poder observar la diferència entre la tercera i la quarta edat. Tots els municipis segueixen una tendència similar excepte Setcases, que el nombre de persones majors de 84 és molt més elevat que en la resta en comparació al col·lectiu de la tercera edat.

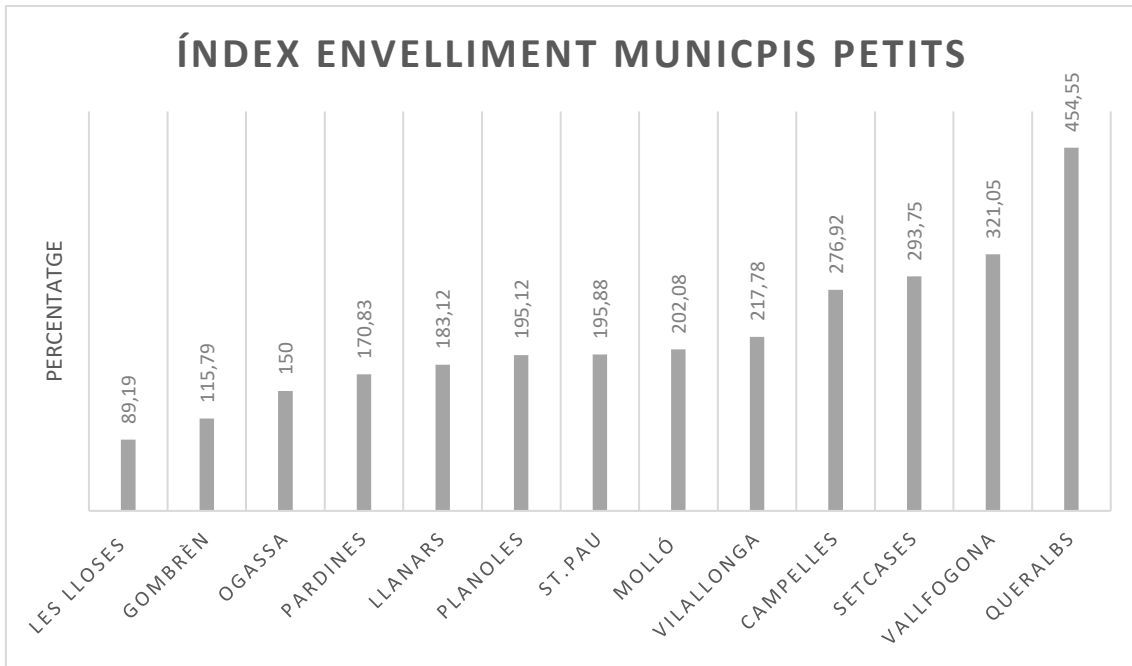
## Dades demogràfiques MUNICIPIS PETITS



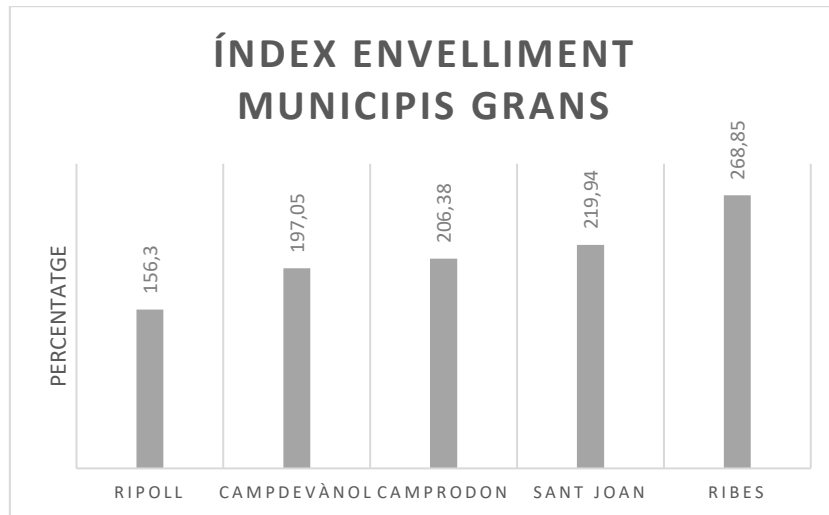
## Dades demogràfiques MUNICIPIS GRANS



Respecte als índex d'envelliment, és a dir, la població de 65 anys i més per cada 100 habitants de menys de 15 anys, s'observa que només Les Lloses té capacitat d'autoregeneració, ja que el seu índex és inferior a 100, concretament, del 89,19. Queralbs, en canvi, destaca a l'altre extrem amb un índex de 454,55.



Dels municipis grans, cap té capacitat d'autoregeneració. Es situen tots, excepte Ripoll, dins la franja dels 200. Significa que per cada persona que neix en moren 2 aproximadament.









































## 2. INDICADORS

### 2.1 Equipaments públics

Tenint en compte els equipaments públics de què disposa cada municipi i la previsió que té l'ajuntament d'utilitzar-los, en activitats per gent gran s'observa la següent distribució:

Sí	
No	

Municipi	Disponibilitat d'equipaments públics	Programació per gent gran
Les Lloses		
Campelles		
Gombrèn		
Ogassa		
Setcases		
Vilallonga		
Llanars		
Planoles		
Pardines		
Queralbs		
Molló		
Vallfogona		
St. Pau		
Ribes		
Campdevàrol		
Ripoll		
Camprodon		
St. Joan		

Tots els municipis de la comarca disposen d'equipaments i infraestructures públiques que es poden destinar a gent gran. Tot i així, 7 municipis no els estan utilitzant amb aquesta finalitat en aquests moments.

### 2.2 Activitats

Les activitats que es realitzen als diferents municipis s'agrupen en 3 categories:

Activitats destinades a estimular les habilitats cognitives

Taller de memòria, música, pintura, manualitats, costura, lectura, escriptura, noves tecnologies, fotografia, jocs de taula o cartes.

Activitats destinades a estimular les capacitats físiques

Ball, excursions, caminades, ioga, pilates, gimnàstica dolça, caminades en grups autorganitzats (no són associacions) i activitats en parcs de salut.

Activitats comunitàries de socialització

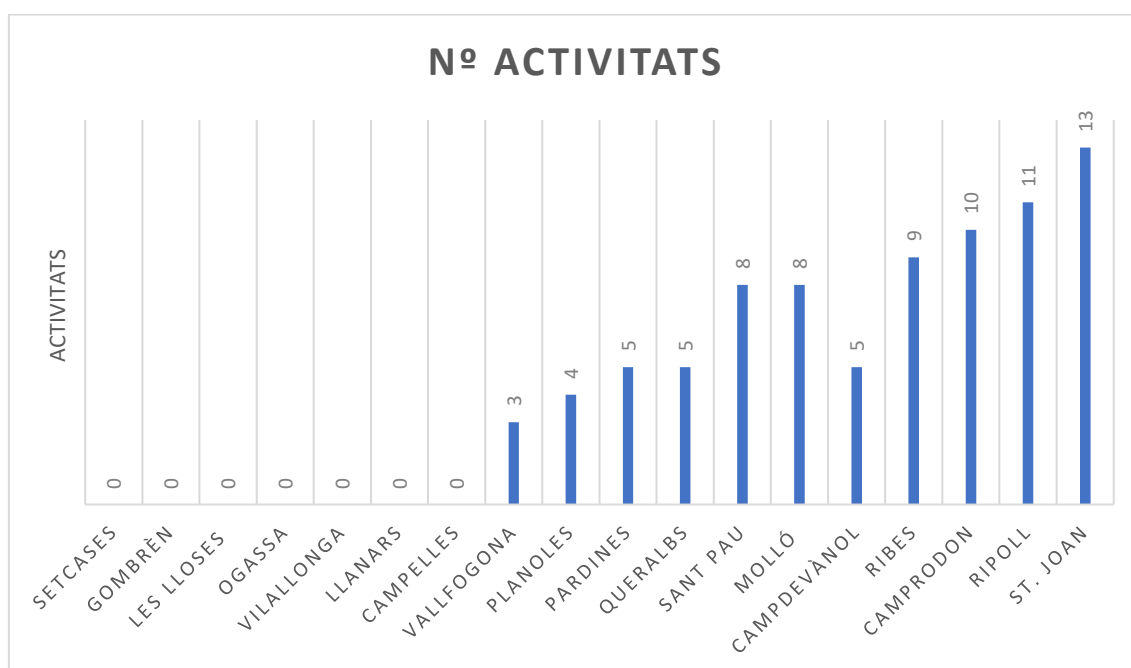
Teatre, activitats intergeneracionals.

### 2.2.1 Activitats PÚBLIQUES

Aquest indicador analitza l'oferta d'activitats pública destinada a gent gran.

Es constata diferència entre els municipis grans i els petits, a nivell de les activitats que es realitzen dirigides a gent gran. En quant als pobles petits, també trobem disparitat entre els que realitzen activitats amb gent gran i els que no.

Al classificar els municipis segons la quantitat d'activitats que fan actualment, resulta el gràfic següent:



Dels municipis grans destaca Campdevànol a la baixa, ja que es situa entre els municipis que compten amb menys nombre d'activitats. En canvi, Sant Pau i Molló tenen un nivell d'activitat similar als municipis més grans.

Hi ha set municipis -Setcases, Les Lloses, Campelles, Gombren, Ogassa, Vilallonga i Llanars-, on no es realitzen activitats ni hi ha programació en els equipaments municipals per gent gran.

### 2.2.2 Activitat comunitària de la pròpia ciutadania

En aquest apartat es recullen les activitats comunitàries organitzades pel propi col·lectiu així com aquelles actuacions que interrelacionen les persones grans amb altres col·lectius del municipi.

#### Autogestió del propi col·lectiu

En diferents municipis, tant grans com petits, la mateixa població s'autogestiona per organitzar i fer activitats del seu interès. Tant amb associacions o entitats, com en grups organitzats (no formals).

Els municipis on hi ha grups que s'autogestionen per fer activitats són:

- Planoles
- Molló
- Sant Pau
- Vallfogona
- Ripoll
- Sant Joan
- Ribes
- Camprodon

Amb autogestió, també hi ha municipis on la població camina de manera habitual, en grups reduïts:

- Campelles
- Gombren
- Ogassa
- Vilallonga
- Llanars

#### Activitat intergeneracional

La majoria de municipis han tingut experiència amb activitats intergeneracionals, tant de caminades com de tallers on participaven infants o joves amb la gent gran.

En el següent llistat, es citen els municipis que tenen intenció de realitzar activitats intergeneracionals, com a previsió present o futura:

Pardines, Llanars, Planoles, Vilallonga, Setcases, Vallfogona, Sant Pau, Campdevàrol, Camprodon, Ripoll, Sant Joan, Ribes.

### 2.3 Dificultats i obstacles

La COVID ha afectat a tots els municipis en la seva programació d'activitats, però l'estat actual no és el mateix en tots ells. Hi havia municipis molt actius, abans de la pandèmia, que encara no han reprès les activitats dirigides a la població més gran.

ACTIVITAT REPRESA	ACTIVITAT NO REPRESA
Planoles	
Pardines	
Queralbs	Les Lloses
Molló	Campelles
Vallfogona	Gombrèn
St. Pau	Ogassa
Campdevàdol	Setcases
Ripoll	Vilallonga
Camprodon	Llanars
St. Joan	
Ribes	

Alguns municipis com Ogassa, Vilallonga i sobretot Llanars, que abans de la COVID sí que feien activitats dirigides a la gent gran, no les han reprès encara. Les intencions de reprendre les activitats en un futur proper són divergents entre els municipis. A Vilallonga, on es feien cinc activitats abans del COVID, creuen en la possibilitat de recuperar les cinc activitats de nou. De la mateixa manera, Campelles, que en feia dues també té previsió de tornar a fer-les. En canvi, els altres cinc municipis de la llista, Ogassa, Llanars, Setcases, Gombrèn i les Lloses, preveuen recuperar-ne només alguna.

## CONCLUSIONS

---

Analitzades les necessitats recollides als municipis, destriant aquelles que fan referència a la salut de les persones grans i que no són del nostre àmbit d'actuació. Aquestes necessitats es faran arribar als serveis pertinents. Altres necessitats apunten a temes estructurals del municipi que afecten al conjunt de la població, com ara la manca de transport públic o la necessitat d'augmentar la seva freqüència per a garantir-ne la utilització. Aquestes tampoc es troben dins el nostre àmbit d'influència.

Tots els indicadors recollits permeten assenyalar una manca generalitzada **d'activitats de lleure** destinades al col·lectiu, que ofereixin la **possibilitat de relació social** i que **promocionin l'autonomia**.

Independentment de la grandària del municipi i de la quantitat d'activitats que s'hi realitzen en l'actualitat, es detecta una **necessitat d'escolta i de contacte social**, en tots els municipis de la comarca, per part de totes les persones interlocutores entrevistades. En tots els municipis, tant les persones interlocutores dels ajuntaments com d'associacions han expressat que és una necessitat prioritària treballar els aspectes emocionals de les persones grans.

Una necessitat compartida entre tots els municipis consisteix en facilitar el **domini tecnològic** a les persones grans, especialment en referència a l'ús de les **aplicacions dels mòbils**, per tal de relacionar-se i comunicar-se amb altres persones.

Una altra conclusió que s'extreu de la diagnosi és que pesa un estigma sobre el col·lectiu de persones grans. Les persones de la tercera edat no es volen **identificar com a gent gran**, ja que **socialment és una etiqueta associada a connotacions pejoratives** de deteriorament físic i cognitiu, de poca vàlua a nivell social... En molts casos, aquestes persones ni tan sols volen compartir les mateixes activitats i/o equipaments que les persones de la quarta edat (a partir de 80 anys) per tal de no ser considerats com a gent gran.

Per a contrarestar aquestes necessitats detectades, es proposa un pla de treball a nivell municipal que es desenvolupa a continuació.

## ANNEX 1: Fitxes municipals

---

### ÍNDEX

Campdevàdol .....	15
Campelles.....	16
Camprodon .....	18
Gombrèn .....	20
Llanars.....	21
Les Llosses.....	23
Molló.....	24
Ogassa.....	26
Pardines .....	27
Planoles.....	29
Queralbs.....	30
Ribes de Freser .....	31
Ripoll.....	33
St. Joan de les Abadesses .....	34
St. Pau de Segúries .....	37
Setcases .....	39
Vallfogona de Ripollès .....	40
Vilallonga de Ter .....	42

# CAMPDEVÀNOL

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	682
> 85 anys	187
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	197,05

## PERSONES ENTREVISTADES

INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ
Alcaldesa
Regidora de gent gran
Bibliotecària
Cercle Campdevanolenc

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No disposen d'associacions (gent jove no agafa relleu)</li> <li>- Grup excursionista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casal gent gran</li> <li>- Centre cívic</li> <li>- Parc de salut</li> <li>- Pavelló esportiu</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casal de gent gran (sense junta)</li> <li>- Taller de memòria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bar on es juga al bingo i cartes (sala casal)</li> <li>- Costura, patchwork</li> <li>- Ball</li> <li>- Caminen en grups reduïts</li> <li>- Parc de salut (dinamització un dia a la setmana)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminada per l'envelliment actiu</li> <li>- Activitats entre llar d'infants i geriàtric</li> </ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"><li>- Aspectes emocionals</li><li>- Relacions i xarxa (soledat)</li><li>- Participació</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Reactivar el casal de gent gran amb activitats que atreguin gent gran (més jove) i emprendre grup motor, junta.</li><li>- Seguiment de soledat (per detectar necessitats)</li></ul>

## CAMPELLES

### DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	34
> 85 anys	2
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	276,92

### GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

#### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcaldessa  
Metge  
Agutzil  
Regidor  
Regidor

### ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"><li>- A el Baell hi has comissió de festes, organitzen excursions (tot és gent de fora del municipi)</li><li>- CREU ROJA (usuari pot demanar transport)</li><li>- Organització veïnal</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Local social/sala polivalent (al Baell, nucli agregat, NO hi va gent de Campelles)</li><li>- Parc de salut</li></ul>



## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"><li>- PARC DE SALUT</li><li>- TALLER de MEMÒRIA</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Passegen en grups reduïts</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- CONVIVÈNCIA INTERGENERACIONAL (infants i gent gran)</li></ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"><li>- Exercici físic.</li><li>- Aspectes emocionals.</li><li>- Estimulació cognitiva.</li><li>- Relacions i xarxa (soledat).</li><li>- Contacte social.</li> <li>- TRANSPORT (per accedir als serveis i metge).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Necessitat de fer activitats per la gent del municipi, durant tot l'any, no només quan hi ha gent de segona residència, per recuperar sentiment de poble.</li><li>- Recuperar l'activitat del taller de memòria.</li></ul>

# CAMPRODON

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	497
> 85 anys	118
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	206.38

## CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcalde  
 Creu roja  
 Presidenta Associació de dones de la Vall de Camprodon  
 Presidenta Casal gent gran voluntari

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voluntariat: Voluntariat jove (només els caps de setmana), voluntariat més gran (entre setmana). Amb institut (contracte de voluntariat, per campanya de recapte i joguines)</li> <li>- Creu roja (taller digital)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casal de la gent gran</li> <li>- Sala cooperativa</li> <li>- Centre cívic</li> <li>- Poliesportiu</li> <li>- Parc de salut</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- TALLERS DE MEMÒRIA i RISOTERÀPIA</li> <li>- CONCERTS música clàssica</li> <li>- PRESENTACIONS DE LLIBRES o ACTES CULTURALS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casal de gent gran: juguen a CARTES i organitzen BERENARS.</li> <li>- Associació de dones: MANUALITATS, COSTURA, PINTURA i SORTIDES.</li> <li>- Grup d'homes: caminen, cucut o "xerrada".</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CAMINADES per L'ENVELLIMENT ACTIU (activitat intergeneracional)</li> <li>- Concurs literari amb intercanvi (gent gran/institut). Escriuen la història de la gent gran per Sant Jordi.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PARC DE SALUT (amb dinamitzador un cop a la setmana)</li> <li>- MARXA NÒRDICA (receptat per salut)</li> <li>- BIBLIOTECA (grup de lectura)</li> <li>- TALLER DIGITAL (aplicació de salut, bancs, google, whatsapp)</li> </ul>	
--	--	--

### NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals.</li> <li>- Estimulació cognitiva.</li> <li>- Necessitat de companyia, per part de la gent gran.</li> <li>- Poca dedicació de recursos a la gent gran.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activitats al casal, que cridin l'atenció perquè hi vagi més gent.</li> <li>- Fer activitats intergeneracionals periòdicament.</li> <li>- Compromís de donar continuïtat als TALLERS.</li> <li>- Realitzar FORMACIONS a gent gran, prèvia a la dependència (persones fràgils).</li> <li>- Que es recepti la realització d'activitats des del CAP.</li> </ul>

# GOMBRÈN

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	40
> 85 anys	4
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	115,79

## GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcalde  
Empresa que fa xerrades  
Participa en tot  
Assaig de dansa  
Monitor de dansa

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"><li>- Whatsapp municipal per on es comuniquen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sala (a la antiga escola)</li><li>- Parc de salut</li><li>- Poliesportiu</li><li>- Museu</li></ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"><li>- Parc de salut dinamitzat (no anava gaire gent)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Caminen en grups reduïts</li><li>- Gimnàstica per gent gran</li></ul>	

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"><li>- Exercici físic</li><li>- Aspectes emocionals</li><li>- Participació</li><li>- Metge (no disposen de seguiment)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Considera que la gent gran que estava pitjor ha marxat o està a la residència o assistits</li><li>- Poble molt dividit en 2 bàndols (gent nova es posiciona al centre, millora la situació)</li></ul>

# LLANARS

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	120
> 85 anys	21
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	183.12

## CONTACTE (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Regidora gent gran  
Alcalde  
Infermera  
Metge  
Voluntari

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voluntariat: Josep M<sup>a</sup> (pintor que feia activitats al municipi)</li> <li>- Grup de teatre i sardanes (quasi dissolt)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sala cooperativa</li> <li>- Pista poliesportiva</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- PARC DE SALUT (de fusta, poc conservat)</li> <li>- BIBLIOTECA (a la sala cooperativa)</li> <li>- TALLER de MEMÒRIA</li> <li>- IOGA</li> <li>- SARDANES</li> <li>- COSTURA</li> <li>- PINTURA/DIBUIX</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CAMINEN en GRUPS REDUÏTS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminada envelliment actiu (gent gran i escola)</li> <li>- Festes a l'escola, obertes a que hi participi gent gran (Sant Jordi, festivals)</li> <li>- Veïnatge s'ajuden entre ells/es</li> </ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"><li>- Aspectes emocionals</li><li>- Exercici físic (al aire lliure, principalment, zones verdes on fer passejades, estiraments, gimnàstica dolça)</li><li>- Estimulació cognitiva</li><li>- Utilització de caixers automàtics (han tret les oficines)</li> <li>- Gent jove desconnectada del municipi (van a Camprodon)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ajuntament amb disposició a participar, creuen convenient començar amb activitats al aire lliure, als matins (caminades, ioga, estiraments).</li><li>- A la primavera voldrien recuperar el taller de memòria, a una sala tancada, veuen precipitat fer a sala tancada de moment.</li></ul>

# LES LLOSES

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	28
> 85 anys	5
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	89,19

## GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcalde  
 Associació  
 Comissió festes

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Whatsapp municipal per on es comuniquen (inclosa gent gran)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sala del centre cívic (utilitzat pels joves actualment)</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Taller guitarra</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Celebren dia de la gent gran (octubre) amb un dia popular (truquen per convidar a les persones grans dels municipi)</li> <li>- Caminada per festa major</li> </ul>	

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Relacions i xarxa (soledat)</li> <li>- Participació</li> <li>- Transport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trucades per detectar necessitats de la gent gran que viu sola</li> </ul>

# MOLLÓ

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	82
> 85 anys	15
> 80 anys, viuen soles	1
Índex envelliment	202.08

## CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcalde  
Metgessa  
Infermera  
Dones del municipi

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grup de dones participa en alguns esdeveniments</li> <li>- Comissió de festes (gent de 40-50 anys) per dates específiques</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sala a l'ajuntament (espai entitats)</li> <li>- Pista poliesportiva</li> <li>- Parc de salut</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- TALLERS DE MEMÒRIA (en el passat, no van funcionar)</li> <li>- CURS INFORMÀTICA</li> <li>- SORTIDES al TEATRE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- GRUP de DONES (costura, manualitats, berenars)</li> <li>- CURSET DE SARDANES</li> <li>- PILATES</li> <li>- MARXA NÒRDICA</li> <li>- PARC DE SALUT (No gestionat per Dipsalut, cadascú fa pel seu compte)</li> <li>- BIBLIOTECA (accés amb targeta)</li> </ul>	



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- VIATGE en dates puntuals</li> <li>- Homes van a jugar a cartes (a Llanars)</li> </ul>	
--	--	--

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Estimulació cognitiva</li> <li>- Noves tecnologies (utilització)</li> <li>- Gent jove desconnectada del municipi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es fan activitats per lleure, però creuen que seria necessari que hi hagués alguna persona que filtri si passa alguna cosa durant les activitats</li> <li>- Si l'activitat es organitzada per l'ajuntament, els dona més confiança a la gent gran i hi assisteix més gent</li> </ul>

# OGASSA

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	44
> 85 anys	7
> 80 anys, viuen soles	3
Índex envelliment	150,00

## CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcalde  
 Metgessa  
 Assoc. Esportiva  
 Assoc. Juvenil  
 Assoc. 2ª residència  
 Grup no formal

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grup de dones (jubilades)</li> <li>- Voluntariat (persones grans) per fer visita guiada al museu del municipi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parc de salut</li> <li>- Local social (Macià Bonaplata)</li> <li>- Poliesportiu (utilitzat per escola)</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sortides culturals (teatre, visites)</li> <li>- Manualitats i costura (al local social)</li> <li>- Parc de salut (dinamitzat)</li> <li>- Biblioteca al local social (llibres antics)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminen en grups reduïts</li> <li>- Sopar homenatge a la gent gran (per santa Bàrbara)</li> </ul>	

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercici físic</li> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Relacions i xarxa (soledat)</li> <li>- Estimulació cognitiva</li> <li>- Transport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parc salut i estiraments</li> <li>- Curs bàsic per utilitzar mòbil i Tablet</li> <li>- Taller de memòria</li> <li>- Amics d'Ogassa volen proposar un "Banc del temps" al municipi</li> </ul>

# PARDINES

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	34
> 85 anys	7
> 80 anys, viuen soles	3
Índex envelliment	170,83

## GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcaldessa  
Regidora benestar social  
Voluntària

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voluntariat: Fina, senyora voluntària del poble, que feia patchwork.</li> <li>- Grup de 25 nens/es de 3-16 anys</li> <li>- Carina (tarda jove amb nois/es 12-16 anys)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sala social amb terrassa</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- TALLERS DE MEMÒRIA (en el passat, no van funcionar)</li> <li>- PATCHWORK (Fina, voluntària, ho volen recuperar)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- IOGA (va gent fins a 60 anys)</li> <li>- TEATRE i SARDANES (espectacles al poble per festa major)</li> <li>- CAMINEN en grups reduïts</li> <li>- Grup excursionista l'Esquella de la vall de Ribes (sobretot gent de 2ª residència)</li> <li>- HOMES (fan la botifarra al bar)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No en tenen però els interessa</li> </ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"><li>- Aspectes emocionals.</li><li>- Relacions i xarxa (soledat).</li><li>- Estimulació cognitiva.</li><li>- Activitat INTERGENERACIONAL (possibilitat de fer activitats aprofitant que hi ha 25 nens/es de 3-16 anys): Intercanvi de jocs antics/nou, intercanvi de coneixement. Activitats regulars o 3puntuals, en dates marcades.</li><li>- DIA de la GENT GRAN (volen dedicar un dia a fer activitats específiques).</li><li>- Hi ha cohesió entre la gent gran però també n'hi ha que no surt (per qui es podria intentar potenciar relació).</li> <li>- METGE (no visita cap dia).</li><li>- TRANSPORT (horari del bus no correspon amb necessitats reals).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Proposen fer trobades de diferents temàtiques, sense nom gaire concret que faci a la gent ser reticents a l'activitat (treball social i emocional) a la sala o al aire lliure (si no fa fred).</li><li>- Fer activitats intergeneracionals.</li><li>- Volen aconseguir donar una empenta a la gent gran que no surt de casa, ja que hi ha força cohesió entre el grup de gent .</li></ul>

# PLANOLES

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	58
> 85 anys	22
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	195,12

## CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

PERSONA	INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ
Rosa	Regidora benestar social
Núria	Secretària ajuntament
Elisabet	Presidenta assoc. dones
Rosa	Antigues presidentes
Roser	Assoc. dones +70
Silvia Gallart	Creu roja
Elisenda Puy	Treballadora social

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comissió de festes (gent de totes les edats)</li> <li>- Xarxa de veïnat (s'ajuda)</li> <li>- Centre excursionista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ajuntament cedeix el local perquè es facin activitats (associació de dones)</li> <li>- Sala (a sobre del casino)</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parcs de salut (sense gaire participació)</li> <li>- Taller de memòria (va anar molt bé)</li> <li>- Costura i mitja</li> <li>- Ball (sense gaire èxit)</li> <li>- Sortides culturals (teatre, exposicions)</li> <li>- Grup de lectura</li> <li>- Xerrades sobre salut (sense participació)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gimnàstica amb màquines (sense dinamització)</li> <li>- Juguen a cartes (a la sala)</li> <li>- Bitlles catalanes (3er diumenge de mes)</li> <li>- Rifa i vermut per la Marató o la Puríssima</li> <li>- Caminada per tot el municipi (centre excursionista)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminada amb infants de l'escola i gent gran</li> <li>- Intercanvi d'experiències</li> </ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Participació</li> <li>- Estimulació cognitiva</li> <li>- Coneixement de xarxes socials, telèfon mòbil o tràmits online</li> <li>- METGE (no tenen seguiment)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Creuen necessari fer propostes que suposin reunir-se varies persones, compartir, mentre es realitza alguna activitat.</li> <li>- Recuperar les sortides culturals</li> </ul>

## QUERALBS

### DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	37
> 85 anys	13
> 80 anys, viuen soles	2
Índex envelliment	454,55

### CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

#### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Regidora benestar social  
 Alcaldessa  
 Metgessa  
 Grup excursionista  
 l'Esquella

### ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comissió de festes (gent jove)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sala de Núria</li> </ul>

### MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Xerrades sobre salut (des de la farmàcia)</li> <li>- Taller de memòria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sala de lectura i ordinadors (en horari d'apertura de l'ajuntament)</li> <li>- Grups reduïts que caminen (de 60 a 70 anys)</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parc de salut (amb dinamització, no DIPSALUT)</li> <li>- loga</li> </ul>	
--	---	--

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Relacions i xarxa (soledat)</li> <li>- Interacció</li> <li>- Participació</li> <li>- Estimulació cognitiva</li> <li>- METGE (no tenen seguiment)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concreten que hi ha poca població entre 60-80 anys que no treballa o no és depenent</li> <li>- Motiven les activitats TRADICIONALS</li> <li>- Coneixements bàsics del telèfon mòbil, xarxes socials i TIC</li> </ul>

## RIBES DE FRESER

### DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	397
> 85 anys	95
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	268,85

### GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

#### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Presidenta assoc dones  
 Presidentes casal d'avis

### ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Associació de dones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parc de salut</li> <li>- Poliesportiu</li> <li>- Sala de plens de l'ajuntament</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sortides culturals</li> <li>- Quinto per la Marató</li> <li>- Xerrades</li> <li>- Activitats per carnestoltes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gimnàstica dolça</li> <li>- Parc de salut (dinamització un dia a la setmana)</li> <li>- Informàtica (sala de plens)</li> <li>- Ganxet, Patchwork (Assoc. Dones aprenen entre elles)</li> <li>- Actes concrets, dates senyalades (25N)</li> <li>- Caminen en grups reduïts</li> <li>- Sortida a la Vall de Núria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activitats amb infància i gent gran de la residència</li> </ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Relacions i xarxa (soledat)</li> <li>- Interacció</li> <li>- Participació</li> <li>- Estimulació cognitiva</li> <li>- METGE (no tenen seguiment)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coneixements bàsics del telèfon mòbil, xarxes socials i TIC</li> </ul>



# RIPOLL

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	2046
> 85 anys	458
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	156.30

## CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Centre cívic Eudald Graells  
 Centre cívic Devesa del Pla  
 Casal de gent gran (casal cívic)  
 Creu Roja

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voluntariat creu roja</li> <li>- Associació de dones</li> <li>- Associació del casal de gent gran</li> <li>- Centres cívics (punts omnia)</li> <li>- Grup excursionista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casal gent gran</li> <li>- Centre cívic</li> <li>- Parc salut</li> <li>- Biblioteca</li> <li>- Poliesportiu</li> </ul>

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casal de gent gran (amb més aforament)</li> <li>- Excursions fora de la comarca</li> <li>- Club de lectura (no va funcionar)</li> <li>- Consell de la gent gran (Actualment dissolt perquè de 7 associacions del Ripollès, en queden 3, St. Joan, Ribes i Ripoll)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Taller de memòria</li> <li>- Coral</li> <li>- Taller TICS</li> <li>- Gimnàstica (Alegre i activa)</li> <li>- Ball</li> <li>- Manualitats</li> <li>- Pintura</li> <li>- Teatre</li> <li>- Homenatge a la gent gran per festes de nadal, castanyada, entre altres.</li> <li>- Més demanda que oferta en algunes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminada per envelliment actiu</li> <li>- Les activitats al centre cívic, la Devesa del pla, són intergeneracionals i per totes les edats.</li> </ul>

	activitats físiques (cognitives no agraden tant)	
--	---	--

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Relacions i xarxa (soledat)</li> <li>- Participació (de la gent que realment li cal relacionar-se)</li> <li>- Relació o contacte diari amb persones que viuen soles</li> <li>- Trobar monitoratge que dinamitzi les activitats i encaixi amb les persones usuàries.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilització de la població per entendre fer-se gran, amb els seus aspectes positius.</li> <li>- Revertir la solitud amb punts de trobada per la gent gran, activitats o propostes puntuals que aglutinin gruix de població.</li> </ul>

## SANT JOAN DE LES ABADESSES

### DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	718
> 85 anys	195
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	219,94

### GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ
Regidores Ajuntament
Directora Residència
Associació de Dones
Associació de Gent gran
Tècnica del Centre Cívic
Adjunta de direcció de l'ABS

### ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plans amb servei d'ocupació, servei d'acompanyament a persones majors de 65 anys que viuen soles (durada 9 mesos).</li> <li>- Associació de dones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casal gent gran</li> <li>- Centre cívic</li> <li>- Parc de salut</li> <li>- Biblioteca</li> <li>- Pavelló esportiu</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Associació del casal de gent gran</li> <li>- Grup excursionista</li> </ul>	
---	--

### MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Taller de memòria</li> <li>- Activitats al casal de gent gran, centre cívic.</li> <li>- Parc de salut</li> <li>- Biblioteca</li> <li>- Sortides culturals</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Casal de gent gran: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coral (per a tothom)</li> <li>- Manualitats</li> <li>- Informàtica</li> <li>- Sortides</li> </ul> </li> <li>➤ Centre cívic: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Costura</li> <li>- Patchwork</li> <li>- loga</li> <li>- Fotografia</li> <li>- Musica</li> <li>- Ball</li> <li>- Idiomes</li> <li>- Parc de salut (dinamitzat 1 dia/setmana)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminada per l'envelliment actiu</li> <li>- APRENTATGE I SERVEI (joves fan activitats a la residència)</li> <li>- Des de la residència gent gran explica contes a infants de la guarderia.</li> <li>- ACTIVITATS amb NOVES TECNOLOGIES (entre gent gran i joves)</li> </ul>

### NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercici físic</li> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Relacions i xarxa (soledat)</li> <li>- Participació</li> <li>- Coneixements bàsics de mbl, xarxes socials i tràmits online</li> <li>- Activitats per a familiars de residents (de cohesió, empatia i emocions)</li> <li>- Coordinació de necessitats entre professionals</li> </ul>	<p>&gt; Des de l'ASSOCIACIÓ de DONES (Teresa M):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Omplir el BUIT dels DIUMENGE TARDA (tot tancat, per gent que està sola o no té on anar).</li> <li>- Necessitat de trencar barreres en la utilització del centre cívic, perquè hi assisteixi més gent.</li> </ul> <p>&gt; Des de CASAL AVIS (Carmina):</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activitats per gent amb DIFICULTATS EN LA MOBILITAT.</li> <li>- Propostes de Coral per fer activitats a diferents grups (residència).</li> </ul> <p>&gt; Des de SALUT (Susanna):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- PÀGINA WEB (cercador actius de salut) per cercar activitats a cada municipi, tenir-la actualitzada per part de l'ajuntament, entitats amb el que es fa al municipi (facilita recomanar per part de salut a la persona amb el que li convé).</li> <li>- Aportar referent de salut comunitària per Sant Joan (alguna infermera) per tenir contrast d'informació i la web de cercador d'actius de salut actualitzada.</li> <li>- Proposta de possible xerrada, per part d'un formador, sobre VIVIFRAIL, per aportar nocions de la APP i els seus exercicis.</li> </ul> <p>&gt; Des de l'AJUNTAMENT (Montse T):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demanen algú que DINAMITZÉS activitat INTERGENERACIONAL al casal (per atraure gent de més edats).</li> <li>- Convida a que les diferents associacions facin activitats conjuntes, amb aj. també, per captar gent que hi participi.</li> </ul> <p>&gt; Des de la RESIDÈNCIA (Mònica R):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- No assisteix gent al centre de dia, esperen que en endavant n'hi hagi.</li> <li>- Servei d'àpats a col·lectius vulnerables (poden dinar al menjador però actualment 12 comensals s'ho enduen a casa). Preu social per persones no usuàries de la residència, menú equilibrat.</li> <li>- CREU ROJA té persones voluntàries per fer sortides.</li> </ul>
--	---

	- Tenir en compte temps necessari per les persones que cuiden, per fer coses a casa, o tenir temps propi (utilitzant centre de dia).
--	--

## SANT PAU DE SEGÚRIES

### DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	152
> 85 anys	38
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	195.88

### CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

#### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcaldessa  
Tinent d'alcalde  
Metgessa  
Dones del municipi  
Voluntària

### ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voluntariat: una noia fa música i anglès i una altra (Carme) passa pel casal a donar idees a les àvies per fer manualitats.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Centre cívic el Moli (activitats esporàdiques)</li> <li>- Casal d'avis/es</li> <li>- Sala municipal (Espai Elionor colom)</li> <li>- Parc de salut</li> <li>- Pavelló municipal (Jaume Vila)</li> </ul>

### MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- TALLERS DE MEMÒRIA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CASAL de GENT GRAN (hi van 5 àvies a fer MANUALITATS i 6 avis a jugar a CARTES o al</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CAMINADES per L'ENVELLIMENT ACTIU (activitat intergeneracional)</li> </ul>

	<p>BILLAR) i  PERRUQUERIA (un dia a la setmana amb preus socials per gent gran)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- PARC de SALUT (amb dinamitzador un cop a la setmana, actualment menys gent)</li> <li>- IOGA i MEDITACIÓ (a les sales municipals)</li> <li>- CAMINEN en grups reduïts</li> <li>- CLASSES de MÚSICA i ANGLÈS (per tots els públics i fetes per una voluntària)</li> </ul>	
--	--	--

#### NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals.</li> <li>- Estimulació cognitiva.</li> <li>- Participació de la gent a les activitats.</li>   <li>- Implicació de la gent jove del municipi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activitats al casal, que cridin l'atenció perquè hi vagi més gent.</li> </ul>

# SETCASES

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	44
> 85 anys	33
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	293.75

## CONTACTES (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Alcaldessa  
Metge  
Infermera

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
- No disposen de xarxa	- Espais municipals

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- DONES caminaven en grups reduïts</li> <li>- HOMES jugaven a cartes al bar (han tancat)</li> <li>- TALLERS DE MEMÒRIA (No han pogut reactivar per poca participació)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No es fan activitats actualment, ni organitzades ni de forma individual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activitat intergeneracional on nets/es entrevistaven al gent gran per coneixement botànic (per la fira d'herbes).</li> </ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relacions i xarxa (soledat)</li> <li>- Participació</li> <li>- Estimulació cognitiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Creuen convenient fer propostes perquè la gent tingui on anar a fer vida social, per aïllar la solitud, ja</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Activitats intergeneracionals</li> <li>- "Als pobles rurals, gent gran reticent a ajudes perquè se'ls demana massa informació i no confien (diferent a pobles grans)"</li> </ul>	<p>que no es fa res al municipi de manera col·lectiva ni en grups organitzats</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realitzar activitats intergeneracionals</li> <li>- Creuen que hi ha dificultat per assimilar fer-se gran, com a positiu</li> </ul>
--	---

## VALLFOGONA DE RIPOLLÈS

### DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	51
> 85 anys	10
> 80 anys, viuen soles	
Índex envelliment	321,05

### GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ
Regidora
Alcalde
Assoc. Gent gran
Metge
Infermer
Comissió festes
Vallfojove
AMPA
Colla gegantera

### ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Població del municipi col·laboradora</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Local de la gent gran (sala social)</li> <li>- Poliesportiu</li> <li>-</li> </ul>



## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinar homenatge per la gent gran (setembre)</li> <li>- Taller de memòria (anava molt bé)</li> <li>- Patchwork, pintura i taller de risoteràpia (obert a totes les edats)</li> <li>- Visites culturals amb àpat (molta participació)</li> <li>- Excursions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activitats d'estiu al municipi</li> <li>- Concurs de fotografia i de pessebres</li> <li>- Festes puntuals des de l'escola, St. Jordi, castanyada, carnestoltes (hi participa gent gran)</li> <li>- Gimnàstica al local de la gent gran (la fan entre les dones grans que hi van)</li> <li>- Caminen en grups reduïts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminada per l'envelliment actiu</li> <li>- Jocs florals (poemes)</li> <li>- Activitats conjuntes a les festes (TOTES precovid)</li> </ul>

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectes emocionals</li> <li>- Relacions i xarxa</li> <li>- Estimulació cognitiva</li> <li>- Metge</li> <li>- Transport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recuperar el taller de memòria</li> <li>- Fer tallers i jocs, activitat conjunta, en algun punt de trobada, exterior o al local social (CONTACTE SOCIAL)</li> </ul>

# VILALLONGA DE TER

## DADES DEMOGRÀFIQUES

PERSONES	Viuen al municipi
> 65 anys	77
> 85 anys	21
> 80 anys, viuen soles	2
Índex envelliment	217.78

## GRUP MOTOR (Persona/Entitat o Institució)

### INSTITUCIÓ/ASSOCIACIÓ

Regidor de benestar  
 Tècnica de l'ajuntament  
 Alcaldessa  
 Metge  
 Infermera  
 Farmàcia Pujol

## ACTIUS DEL MUNICIPI

Xarxa amb qui treballar	Equipaments municipals
- No disposen de xarxa	- Sala municipal/cooperativa (amb ordinadors) - Zona poliesportiva (volen cobrir la pista)

## MAPA DE RECURSOS per GENT GRAN

Què es feia abans de COVID	Què es fa en l'actualitat	Experiències intergeneracionals
- TALLER MEMÒRIA - SORTIDES culturals organitzades per l'ajuntament (Eva Vidal, tècnica) - TALLERS TIC - MANUALITATS i PINTURA	- Grups reduïts caminen pel seu compte	- Caminada per l'envelliment actiu (intergeneracional) - Dinar i ball, dia especial per la gent gran

## NECESSITATS I PROPOSTES DE TREBALL

Necessitats	Propostes de treball
<ul style="list-style-type: none"><li>- Relacions i xarxa (soledat)</li><li>- Estimulació cognitiva</li><li>- Aspectes emocionals</li><li>- Utilització del telèfon mòbil</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Des de l'ajuntament estan disposats a participar, la tècnica creu que seria necessari organitzar sortides, ja que la gent gran del municipi necessita socialitzar-se i sol participar, però esperen que ho organitzi l'ajuntament.</li></ul>

## Annex 2: PLANS DE TREBALL

---

Tenint com a base, les necessitats municipals detectades, es proposen les següents activitats i projecte per cobrir, tant la necessitat d'escolta i de contacte social, com el fet que les persones de la tercera edat no es volen identificar com a gent gran, ja que socialment és una etiqueta associada a connotacions pejoratives, de manera transversal, en tots els municipis.

En totes les actuacions es té en compte aquesta necessitat d'escolta que, a vegades, es treballarà directament i altres indirectament. És a dir, realitzant activitats diverses es valorarà i es tindrà present com se senten les persones participants i s'aterraran les seves necessitats específiques.

Cada municipi disposa d'un pla de treball propi que s'adequa a les seves necessitats concretes. A grans trets, els diferents plans de treball s'engloben en aquests 3 objectius de treball que responen a les necessitats detectades en la diagnosi:

1. Cobrir la necessitat d'activitats de lleure i de promoció de l'autonomia destinades al col·lectiu, que ofereixin la possibilitat de relació social i que promocionin l'autonomia.
2. Realitzar activitats intergeneracionals, amb la finalitat de sensibilitzar a tota la població, sobre la importància d'envellir de manera positiva i activa.
3. Treballar l'envelliment com a construcció social que afecta a totes les persones a través del projectes "Més enllà de l'Envelliment" (veure annex 3).

## ANNEX 3: Fitxa “Més enllà de l’envelliment”

---

### PROJECTE

#### 1. JUSTIFICACIÓ

Partint de la base que moltes de les persones de la tercera edat no es volen identificar com a gent gran, ja que socialment és una etiqueta associada a connotacions pejoratives, es vol combatre aquest argument sensibilitzant a la població en general per recuperar els punts positius que suposa envellir.

#### 2. OBJECTIUS

- Treballar l’envelliment com a construcció social que afecta totes les persones del municipi.
- Esbrinar la percepció i les mirades positives que tinguin les persones del municipi sobre el fet d’envellir, tant com experiència pròpia viscuda a nivell personal, com de persones properes amb qui convisquin o coneixin.
- Reflexionar sobre l’estigma social d’envellir.

#### 3. DESTINATARIS

El màxim nombre de persones del municipi, de totes les edats, des dels infants fins a gent gran, homes i dones de diferent origen, identitat social o sexual, per reflexionar en conjunt sobre l’estigma social d’envellir.

#### 4. METODOLOGIA

· Fase 1: Recollida d’informació.

Tenir presència al municipi per establir contacte inicial amb les persones que hi viuen i crear vincles.

Per facilitar la introducció al teixit social del municipi, comptarem amb la col·laboració i implicació de les persones que varen participar en la detecció de necessitats.

· Fase 2: Enregistraments.

Amb el que expliquin les diferents persones entrevistades, s’enregistraran els testimonis que vulguin participar i posteriorment s’editarà el material per crear un recull complet de les percepcions recollides.

· Fase 3: Sessió de retorn.

Amb aquesta edició es pretén realitzar una colenda final al municipi, amb un debat i una reflexió conjunta per compartir les diferents visions existents referents a l’envelliment.