



**ALT EMPORDÀ**  
PROPOSTES PER A UN ENVELLIMENT ACTIU  
MES60.CAT



Consell Comarcal  
de l'Alt Empordà

## Retorn Sessió 3 – La Jonquera

Data: 28/11/2016

20 persones assistents

### Nota resum del taller

En la tercera trobada o taller del procés participatiu “+60 Alt Empordà. Propostes per un envelliment actiu”, celebrada el passat dilluns, una vintena de persones de més de 60 anys del municipi s’han reunit per analitzar i fer propostes per un envelliment actiu i saludable a la població.

En aquesta última trobada s’ha revisat tot allò treballat en les sessions anteriors i s’ha aprofundit en aquelles qüestions que no s’havien abordat suficientment fins al moment.

Els resultats de les 3 sessions de participació dutes a terme a La Jonquera es recolliran en un document que contindrà l’anàlisi de les necessitats de les persones +60 del poble, les propostes sorgides al llarg de les sessions de treball per a millorar la qualitat de vida de la població del municipi, i els reptes per a un envelliment actiu a La Jonquera.

El document que estarà a l’abast de l’Ajuntament i la ciutadania i entitats participants en el projecte, serà contrastat prèviament amb els professionals de l’Ajuntament, del Consell Comarcal i amb altres agents i tècnics locals amb l’objectiu de complementar les propostes i projectes consensuats entre els veïns i veïnes participants.

Els i les participants han mostrat interès en repetir més trobades participatives com les realitzades les darreres setmanes. L’Ajuntament els ha emplaçat a participar a propera sessió de treball en que es presentarà el document de conclusions del procés participatiu, i en que l’Ajuntament exposarà els seus compromisos i prioritats en relació a les propostes recollides.

**Necessitats consensuades com a més importants a donar resposta per la gent més gran de 60 anys del municipi** (no estan ordenades per prioritat entre elles)

### NOVES TECNOLOGIES

- **Necessitat de formació en noves tecnologies, sobretot de telefonia mòbil, adaptant els cursos per nivells, fent èmfasi en nivell bàsic.**

*Priorització en vots: 15*

- Què podria fer l'ajuntament i altres organismes i institucions públiques:

- Oferir un curs nou d'informàtica més bàsic que els que s'ofereix actualment (demanar avaluació prèvia de nivell per a garantir que tots els usuaris tinguin el mateix nivell durant el curs).
- Tallers puntuals per a conèixer els elements bàsics dels mòbils, i aplicacions d'utilitat
- Oferir cursos a preus més baixos
- Subvencionar les entitats que realitzin aquests cursos, per tal de rebaixar-ne el preu que paga la persona usuària

- Què podríem fer el veïnat:

- Voluntaris dins del propi col·lectiu de gent gran, hi ha persones grans que poden aportar molts coneixements en aquest sentit, tenen temps lliure i també es sentirien realitzats i resoldria la qüestió econòmica.

- Què es podria fer des d'entitats, comerços.. (sector privat):

- Activitat intergeneracional entre el Casal i l'Institut d'intercanvi de coneixements sobre noves tecnologies.

## **TEMPS LLIURE: FORMACIÓ, ESPORT, CULTURA... / INGRESSOS ECONÒMICS**

- **Necessitat de més activitats i més variades pel temps lliure: treballs manuals, restauració, exercici físic, més sortides en grup...l que siguin més econòmiques per facilitar-ne l'accés.**

*Priorització en vots: 14*

- Què podria fer l'ajuntament i altres organismes i institucions públiques:

- Crear la figura de dinamitzador del Casal que pugui oferir suport a la dinamització de l'entitat i les activitats que du a terme.
- Oferir més de 1 dia de gimnàs a la setmana i que sigui més econòmic. La que hi ha està valorada molt positivament.
- Necessitat d'un professional que pugui acompanyar i dinamitzar activitats de salut i d'exercici físic (seguiment exercicis individualitzats, sortides, parc de salut...).
- Estudiar la viabilitat de reduir els preus de les activitats dirigides a les persones +60 del municipi. Actualment són excessivament cares.

- Què podríem fer el veïnat:

- Activitats dinamitzades per voluntaris (ex: la sardana). Voluntaris que s'ofereixin per a compartir sabers: cuina, mitja, pastissos, fotografia, etc. Que es fixessin uns dies i uns horaris en els que les persones poguessin trobar-se per aprendre això.
- Es proposa una activitat d'elaboració de centres i decoració nadalenca. També hi ha una persona que podria proposar manualitats diverses. Una altra comenta de fer domassos o disfresses. Es comenta que seria una bona idea d'aprofitar les festes o esdeveniments culturals per a crear coses per aquests moments.
- Es podria fer també intercanvi de receptes, de dolços, etc.
- També organitzar caminades (per promoure l'exercici físic)
- Organitzar sortides per anar al teatre quan hi ha obres interessants fora del municipi. Es té en compte que des de Can Laporta se'ls podria donar un bon suport

a nivell organitzatiu

- Què es podria fer des d'entitats, comerços.. (sector privat):

- Casal unificat com a dinamitzador activitats. Seria interessant pensar en la figura de dinamitzador/a que doni suport a l'organització de les activitats proposades.
- Adaptar activitats que ofereix el Casal a les diferents condicions físiques.
- Recuperar material (d'empreses o estructures que llencin material per a reutilitzar-lo). Vendre l'artesanía creada per a aconseguir recursos econòmics per a les entitats.

## COMUNITAT / ESPAIS DE RELACIÓ

- **Necessitat d'un espai de trobada, preferiblement a planta baixa per a millorar-ne l'accés i per l'obertura al carrer.** Necessitat d'enfortir la comunicació i la relació entre les persones grans.

*Priorització en vots: 13*

- Què podria fer l'ajuntament i altres organismes i institucions públiques:

- Traslladar algunes activitats que es fan al Centre Cultural Laporta al Casal: gimnàs i ioga (cal supervisar les condicions de la sala si son adients).
- A llarg termini, per part de l'ajuntament, mirar la possibilitat de disposar o adaptar altres espais de planta baixa que puguin fer la funció de casal.
- Fer la primera neteja del local
- Adequar l'espai amb el mobiliari necessari per tal de fer-lo més acollidor, que s'hauria d'acordar amb les persones que facin ús de l'espai
- Organitzar els horaris i sistema d'obertura, d'acord amb el Casal de l'Avi
- Crear la figura de dinamitzador del Casal que pugui oferir suport a la dinamització de l'entitat i les activitats que du a terme en l'espai de trobada.

- Què podríem fer el veïnat:

- Organitzar una primera trobada per tal de reunir les persones interessades i entre tots anar decidint què volem fer.
- Animar a la gent a venir a partir del boca orella.
- Arreglar el local del casal d'avis per a fer-lo més acollidor: netejar la sala i treure elements que ja no es necessiten, reutilitzar el billar, etc.
- Crear un espai d'intercanvi de coneixements: realització de decoració nadal, centres, coneixement del telèfon mòbil, etc.
- Visitar altres iniciatives de punts de trobada d'altres pobles per agafar idees de com realitzar aquest espai.
- Decidir quines noves noves s'hi podrien realitzar: manualitats, curs de pastissos, telèfon mòbil, xerrades, etc. Algunes d'aquestes podrien oferir-se a preus més econòmics si les fessin persones grans que voluntàries.

## ALTRES CATEGORIES

- **Necessitat de millorar la difusió informativa de les activitats que es fan al poble, dels recursos que es tenen a l'abast i de les polítiques municipals.**

*Priorització en vots:6*

- Què podria fer l'ajuntament i altres organismes i institucions públiques:

- Hi ha diferents espais per a cartells, però es comenta que en falten en algunes zones del municipi (barri del Carme, carrer pau casals).
- Us d'aplicacions mòbil per a fer difusió de les activitats (ex. convocatòries a través de WhatsApp, etc.).

- Què podríem fer el veïnat:

- Ajudar a fer difusió de les activitats i esdeveniments (boca orella i reenviar la informació si és per WhatsApp).

- Què es podria fer des d'entitats, comerços.. (sector privat):

- Especificar les característiques de les activitats. Millorar la informació en el moment de la inscripció sobre les necessitats i el que es demana als participants.

## COMUNITAT /SALUT

- **Necessitat de suport, assistència i acompanyament a persones grans amb dependència.** Sobretot suport puntual per a activitats com anar a comprar, anar al metge, anar a la farmàcia...per a persones que, en general, són autònomes. Per altra banda, suport a persones amb alt grau de dependència i a les seves famílies.  
*Priorització en vots:4*

- Què podria fer l'ajuntament i altres organismes i institucions públiques:

- Els serveis socials són els referents per aquests tipus de necessitats. Cal més control dels ajuts i transparència en els bàrems utilitzats
- Creació d'una borsa de voluntaris que pugui atendre la necessitat d'acompanyament. L'Ajuntament hauria de gestionar i dinamitzar aquest voluntariat

- Què podríem fer el veïnat:

- Recolzament de part dels veïns i veïnes en problemes puntuals en que podríem ajudar-los (a nivell d'acompanyament...)

- Què es podria fer des d'entitats, comerços.. (sector privat):

- Que hi hagi una millora del repartiment d'aliments que realitza Creu Roja. Millorar la transparència i informació sobre aquesta activitat, per tal de millorar la confiança dels veïns cap a l'entitat.
- Caldria una entitat que organitzes el voluntariat per a fer aquests acompanyament.

A la tercera sessió de participació es debat específicament sobre com motivar el voluntariat d'acompanyament a persones grans amb dependència. Les principals reflexions sorgides són les següents:

- Es reflexiona sobre què fa que nosaltres participem o siguem voluntaris en alguna iniciativa. Majoritàriament s'hi va perquè l'acció revertirà en el futur de la família i el nets, perquè simplement es tenen ganes de participar, o bé perquè una persona coneguda ens ha animat a participar-hi.
- Per abordar la qüestió del grup de voluntaris, s'explora les iniciatives existents que ja s'havien comentat en les sessions anteriors. Tot i que la majoria dels assistents no vol vincular-se al voluntariat de Creu Roja per desavinences en com es gestiona l'entitat

una participant comenta que abans de posar en funcionament un altre grup de voluntariat seria necessari parlar directament amb Creu Roja sobre les diferents situacions problemàtiques identificades.

- Hi ha diversitat d'opinions sobre com es gestionen les ajudes socials. Algunes veus consideren que les persones "autòctones" se'n surten i no abusen de les ajudes, mentre que altres veus creuen que Serveis Social funcionen i fa que tots aquests processos de suport no es coneguin.
- Els participants comenten que ells ajuden a famílies que ja coneixen. Que ells estan disposats a ajudar quan saben que algun conegut necessita un cop de mà. Això ha fet visibilitzar la idea que els veïns tenen uns criteris diferents en relació a qui necessita ajuda que els serveis socials. El vincle de confiança és molt important. Per això, es qüestiona si realment hi ha la necessitat de crear un grup nou de voluntaris, ja que els mateixos veïns s'ofereixen suport mutu i quan no poden oferir-lo avisen als serveis socials.
- Seria interessant que serveis socials poguessin gestionar una borsa de voluntariat per atendre acompanyaments i demandes concretes de suport.

### **Altres necessitats no treballades específicament a la sessió**

#### **COMUNITAT**

- **Necessitat de més seguretat al carrer. Més vigilància.**  
*Priorització en vots: 3*

#### **MOBILITAT**

- **Necessitat d'arreglar alguns trams de voreres malmeses.** També es comenta que hi ha carrers molt estrets amb dificultat d'accés.  
*Priorització en vots: 2*

#### **EQUIPAMENTS I ESPAIS**

- **Necessitat d'un espai on realitzar activitats d'aigua.** La piscina a l'estiu està molt ocupada per infants i no es troba la manera de fer-ne ús amb comoditat. Somni d'una piscina coberta.  
*Priorització en vots: 1*

### **Altres necessitats compartides**

- Existeix un espai de trobada (Casal de l'avi), però la majoria de gent no hi va.
- Des del Casal de l'avi s'organitzen formacions, tallers i excursions però hi ha poca participació.
- Al Casal de l'avi hi va gent molt gran.
- Es fa difusió de les activitats mitjançant cartells i díptics i la gent no els llegeix / llegim
- Necessitem un/a dinamitzador/a que ens animi a trobar-nos, que proposi activitats tipus excursions, anar a berenar...

## Tancament i valoració de les sessions de participació del projecte +60 Alt Empordà. Propostes per a un envelliment actiu

Hi ha consens ampli en la necessitat de mantenir espais de participació com els del projecte +60 Alt Empordà al municipi.

Es realitza una dinàmica de tancament de la sessió en que es valora el funcionament de les tres sessions de participació i es realitzen propostes de millora de l'espai de participació. Es destaquen els següents aspectes:

### - Què valors de positiu d'aquest projecte?

- S'ha aconseguit participació. Positiu!
- Ha ajudat a fomentar la relació i ha encès l'ànima per fer més activitats conjuntes
- El fonamental és la trobada que ha sigut molt participativa i ha permès concretar una nova trobada
- El fet de reunir-se i reflexionar junts temes que potser no ens havíem plantejat mai. El més positiu, haver escoltat el que preocupa als meus veïns
- La gent sembla que està disposada a ajudar als altres
- Les trobades amb la gent gran del meu poble
- La trobada
- La voluntat de trobar solucions
- L'assistència
- Per a mi és molt positiu conèixer l'opinió dels demés i poder expressar-se
- Molt interessant per tothom per poder fer coses que fins ara no fèiem
- Valoro molt els temes tractats però crec que no s'ha tractat prou el tema de seguretat ciutadana
- El valor de encontrarnos y volver a hacerlo

### - Com es podria millorar el procés de treball?

- A base d'anar fent coses aniran sortint més idees
- Fent-ne un seguiment per part de professionals
- Posant-ho en pràctica
- Continuar aportant noves idees
- Continuar amb aquestes accions de participació i fer participar més gent
- Tenint una continuïtat
- Més que millorar crec que s'ha de continuar i també portar a la pràctica els projectes proposats

En plenari es comenta que seria positiva més presència d'entitats i ajuntament, així com més veïnat.

Al finalitzar la sessió es comparteix amb la regidora la necessitat de fer una trobada d'aquí un temps per avaluar i conèixer l'evolució de les diferents qüestions tractades.

En relació a la definició de l'espai de trobada els i les participants acorden trobar-se el proper dilluns 5 de desembre de 10 a 11h al Casal de l'Avi per a començar a concretar els passos a

seguir per adequar l'espai. L'Ajuntament també es compromet a ser-hi.