



GUIA D'ACTIVITATS PER A LA GENT GRAN

RESUM DE DADES	
Població total Lleida ciutat	127.314
Població major de 65 anys	20.125 (15,81% de la població).
Total de llars municipals	16
Clubs i Esplais de gent gran	3
Total de socis de les llars.	10.199
Total Guies editades	55.000
Total activitats que inclou la guia	43
Total places/participants que ofereix la guia	10.561

L'Àrea de Gent Gran de la Regidoria de Serveis Personals de l'Ajuntament de Lleida presenta la nova Guia d'Activitats per a la Gent Gran del curs.

La Guia conté informació sobre les diferents activitats adreçades de manera específica a aquest col·lectiu: breu definició, dades i lloc de realització, dades i lloc d'inscripció, preu, qui l'organitza... Hi apareixen les activitats estables que duen a terme diferents regidories municipals i d'altres entitats i institucions que treballen amb Gent Gran a la ciutat.

El programa s'adreça a les persones grans, jubilats i pensionistes, tot i que a l'hora de fer les inscripcions no es tanca la porta a ningú atès que es vol potenciar la participació de tothom i les relacions intergeneracionals.

La Guia anirà encartada al butlletí municipal de l'Ajuntament del mes de setembre. En total s'han imprès 55.000 exemplars, 50.000 dels quals es repartiran amb el butlletí i 5.000 més seran de lliure distribució. D'aquesta manera, la publicació arribarà a totes les llars de Lleida, tant a la gent gran directament com als seus familiars, coneguts i/o amics, que així també poden incentivar la participació de les persones grans.

El document també es troba des d'avui als diferents espais públics (llars de jubilats, OMAC...), es pot demanar a www.paeria.cat/tramits i consultar al web <http://serveispersonals.paeria.cat>



Ajuntament de Lleida

Serveis Personals i Salut Pública

La proposta d'activitats que ofereix la Paeria cada cop va més encaminada a donar resposta al nou col·lectiu de la gent gran que hi ha a la ciutat, amb diferents perfils, interessos i capacitats de participació, persones que encara poden fer moltes aportacions a la societat.

Activitat	Nombre d'activitats	Places
Físico esportives	5	1.245
Noves tecnologies	6	488
Prevenió i salut	8	633
Formació	6	195
De temps lliure	13	8.000
Àmbit de medi ambient	2	
Activitats a proposta de grups	3	
TOTAL	43	10.561

- 1- **Activitats físico-esportives:** són les activitats amb més tradició i plenament consolidades. Pretenen ajudar a mantenir el bon estat físic dels participants.

ACTIVITAT	LLARS	GRUPS	PLACES
Gimnàstica	15	21	525
Tai-txi	6	9	180
Natació		6	90
Aquagim H.		4	80
Aquagim E			150
Senderisme		4	220
TOTAL			1.245

- 2- **Noves tecnologies:**

ACTIVITATS	LLARS	GRUPS	PLACES
T. Telèfons mòbils	4	4	60
Informàtica Iniciació	9	9	64
Informàtica Internet	9	9	64
Informàtica Iniciació	3 Prof. Caixa	12	150
Informàtica Edició	1 Prof. Caixa	3	84
Informàtica Fotografia	2 Prof. Caixa	6	66
Total previst	28	43	488



Ajuntament de Lleida

Serveis Personals i Salut Pública

3- Activitats de prevenció i salut

ACTIVITATS	LLARS	GRUPS	PLACES
T. Memòria Activa	9	10	150
T. Emociona't	2	2	30
T. Salut i qualitat de vida	6	6	90
Programa Prevenció de la dependència	3	18	288
Xerrades afectivitat	3	3	60
T. Cuina amb microones	1	1	15
Total previst		22	633

4- Activitats de formació

ACTIVITATS	LLARS	GRUPS	PLACES
Cursos de Català	7	7	105
Cursos d'Anglès	2	2	30
Lectura Funcional	3	3	45
Taller de Poesia	1	1	15
Total previst	13	13	195

5- Activitats de temps lliure, participació i intergeneracionals: pretén oferir un espai per la socialització i la participació.

Inclou un total de 18 activitats

Tardes de ball, Matinals de Cinema, visites al palau de la Música....

Previsió de participants Total en les activitats de temps lliure: 8.000

NOVES ACTIVITATS: xerrades sobre afectivitat i astronomia, tallers de cata de vins, de Cuina amb microones, de Poesia, de Màgia i de Teatre. Coneixement de Lleida i de Catalunya.

Grups d'activitats per a la Gent Gran (Pacs d'activitats) possibilitat de que grups de persones grans amb uns interessos i inquietuds comuns, puguin proposar la realització d'una activitat concreta de tipus formatiu, lúdic... Per a enguany ja s'han format els grups següents: Parlem de cinema, Taller d'escriptura creativa, Taller l'art de l'art...



Ajuntament de Lleida Serveis Personals i Salut Pública

Servei d'Avís

L'any passat es va crear la possibilitat de rebre informació sobre les diferents activitats mitjançant un missatge de mòbil o per e-mail.

Actualment se n'han donat d'alta 433 persones. Per fer-ho, cal adreçar-se a les diferents llars de jubilats, l'OMAC i l'Àrea de Gent Gran de la Paeria

Voluntariat Sènior

La gent gran posseeix un gran bagatge de coneixements i experiència, que juntament amb la fi o la disminució de la vida laboralment activa i les condicions de salut i benestar en les que avui en dia s'arriba a aquesta etapa, es fan que sigui un moment idoni per gaudir i compartir amb els altres.

L'Ajuntament de Lleida, conscient d'aquesta realitat, ha impulsat el Projecte de Voluntariat Sènior, que pretén la creació d'una xarxa de Voluntariat gran i oferir un ampli ventall de possibilitats i camps d'intervenció

Els àmbits d'actuació són:

- Àmbit econòmic: amb l'assessorament empresarial a joves emprenedors.
- Àmbit intergeneracionals i intercultural: accions de suport i acompanyament als processos d'integració/ inserció social i cultural de nouvinguts, intercanvis amb xarxes de voluntariat d'àmbit europeu, interrelació amb xarxes de voluntaris joves, voluntariat europeu, ...
- Àmbit educatiu i cultural: acompanyament lingüístic a persones no catalanoparlants, suport en el lleure dels infants, suport al procés escolars dels menors, ...
- Àmbit social i de la salut: acompanyament en situacions de dependència, en situacions de solitud, suport a les famílies cuidadores ...

Es pot contactar amb l'Oficina del Voluntariat Sènior, al Carrer Democràcia, 19, 1er
Telèfons: 973 700 692 i 973 700 349

voluntarisenior@paeria.es

Festa cloenda

Com acte de cloenda de totes les activitats de la Gent Gran, el dijous 28 de maig de 2009 es durà a terme la gran FESTA DE LA CLOENDA. Aquest acte va comptar l'any passat amb la participació de més de 1.300 persones.