

Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores

Programas de gente mayor activa
Servicio de Igualdad y Diversidad Ciudadana

Octubre de 2020



Ajuntament de Mataró

Sumario

Sumario	2
Agradecimientos	¡Error! Marcador no definido.
1. Introducción	4
2. Marco normativo y estratégico	5
3. Proceso metodológico	7
4. Diagnósis	15
4.1. Las personas mayores de Mataró	15
4.2. La amigabilidad con las personas mayores de la ciudad	25
4.2.1. Valoración global	25
4.2.2. Espacios al aire libre y edificios	28
4.2.3. Transporte	422
4.2.4. Vivienda	51
4.2.5. Respeto e inclusión social	59
4.2.6. Participación social	66
4.2.7. Participación cívica y empleo	74
4.2.8. Comunicación e información	79
4.2.9. Asistencia comunitaria y servicios sanitarios	85
4.3. Conclusiones de la diagnóstico	91
5. Estrategia para una ciudad amiga de las personas mayores	104
5.1. Retos de ciudad	104
5.1.1. Espacio público	105
5.1.2. Transporte	106
5.1.3. Vivienda	107
5.1.4. Respeto e inclusión social	107
5.1.5. Participación social	108
5.1.6. Empleo y participación cívica	109
5.1.7. Comunicación e información	110
5.1.8. Asistencia sanitaria y servicios comunitarios	111
5.2. Ejes y líneas estratégicas	112
6. Fuentes consultadas	128
Anexo. Fichas de las acciones	1299

Agradecimientos

Agradecemos su participación e implicación a todas las entidades y asociaciones que han formado parte de los grupos de discusión, y especialmente al Consejo Municipal de la Gente Mayor y a sus comisiones de trabajo. También a todos aquellos ciudadanos y ciudadanas que a título individual han querido aportar su visión.

A todo el personal técnico del Ayuntamiento de Mataró por participar en los grupos de discusión y hacer posible la elaboración del Plan, así como su evaluación y participación activa en la mejora continua del mismo.

Al Instituto Alexandre Satorras y a Escola Pia Santa Anna, que participaron en el concurso de la imagen del proyecto “Mataró, ciudad amiga de la gente mayor”.

A la Diputación de Barcelona por ofrecernos su apoyo en la elaboración y seguimiento del proyecto.

A la OMS y al IMSERSO por su apoyo y asesoramiento durante el proyecto y también por su difusión.

1. Introducción

En una ciudad amigable para nuestros mayores las políticas, los servicios y el entorno tienen en cuenta las necesidades y preferencias de la gente mayor, reconocen su contribución a la sociedad, respetan sus decisiones y elecciones, se preocupan por su inclusión en todas las áreas de la vida comunitaria y protegen a las personas más vulnerables.

Trabajar para construir una ciudad amigable con las personas mayores va más allá de este colectivo, ya que beneficia a toda la ciudadanía. Las calles y edificios libres de barreras mejoran la movilidad y la independencia de las personas con discapacidad, independientemente de su edad. Una ciudad segura lo es para nuestros mayores, pero también para nuestros niños y niñas, adolescentes o mujeres. La promoción de una vida activa y saludable, así como de una oferta lúdica y cultural amplia y de calidad, y la mejora del transporte público, de las políticas de vivienda o de los recursos comunitarios y servicios de salud benefician a todos los colectivos. En definitiva, una ciudad amiga de las personas mayores es una ciudad inclusiva y con calidad de vida para toda la ciudadanía.

Asimismo, la diagnosis de amigabilidad de la ciudad de Mataró con las personas mayores se encuadra en el marco de la estrategia Mataró 2022. Un proceso de reflexión puesto en marcha en el municipio para identificar los objetivos y líneas estratégicas de la ciudad.

Según dicha estrategia, uno de los tres retos de la ciudad, la cohesión social y territorial, está directamente relacionado con la atención de nuestros mayores y plantea el envejecimiento como un reto social de primer orden.

Con esta diagnosis se pretenden identificar los puntos fuertes y débiles de la ciudad, en relación con la inclusión y la participación de las personas mayores y los retos de futuro que debe afrontar la ciudad. Esta información debe servir de base para diseñar un plan de acción operativo que permita mejorar la calidad de vida de la gente mayor del municipio y de toda la ciudadanía.

2. Marco normativo y estratégico

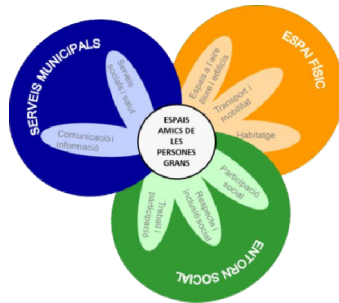
El gobierno de la Generalitat de Catalunya acordó el 8 de octubre de 2003 establecer y promover la aplicación de la Carta de los Derechos y Deberes de la Gente Mayor de Cataluña, aprobada por el Consejo de la Gente Mayor de Cataluña el 22 de septiembre de 2003: https://treballiaferssocials.gencat.cat/ca/detalls/article/carta_drets_i_deures_gent_gran.

La Carta de Derechos y Deberes de la Gente Mayor de Cataluña, promovida por el Departamento de Bienestar y Familia y por el Consejo de la Gente Mayor de Cataluña, nació en cumplimiento de los compromisos adquiridos en el [4º Congreso Nacional de la Gente Mayor de Cataluña](#), de las recomendaciones del [Libro blanco de la gente mayor activa](#) y del [Libro blanco de la gente mayor con dependencia](#). Responde también a las indicaciones y objetivos planteados en el Plan estratégico de la Segunda Asamblea Mundial del Envejecimiento.

El proyecto “Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores” se ha desarrollado en el marco de la metodología establecida en el Protocolo de Vancouver. Este protocolo, impulsado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), se basa en el trabajo con grupos focales llevado a cabo en 33 ciudades de todas las regiones de la OMS durante el cual se solicitó a las personas mayores participantes que describieran las ventajas y las barreras que experimentaban en ocho áreas de la vida urbana. Esta información fue complementada con la evidencia suministrada por otros grupos focales formados por proveedores de servicios y cuidadores de los sectores públicos y privados. A partir de estos resultados, se elaboró un conjunto de listas de control para evaluar la amigabilidad de las ciudades con la gente mayor.

El protocolo identifica tres grandes ámbitos y ocho áreas temáticas que caracterizan a las ciudades amigables con la ciudadanía de más edad. La primera área es el espacio físico, dentro del cual se analizan aspectos como el espacio al aire libre y los edificios, el transporte y la movilidad y la vivienda. La segunda área es el entorno social, que hace referencia a cuestiones relativas a la participación social, la participación cívica y el empleo y el respeto y la inclusión social. Finalmente, la tercera área de análisis tiene que ver con los servicios municipales, en la que se analizan tanto los sistemas de comunicación e información como los servicios comunitarios y de salud.

Ilustración 1. Ámbitos y áreas temáticas de las ciudades amigables con las personas mayores



Fuente: OMS. Ciudades Amigables con los Mayores: una Guía

Comentario [S1]:

[IMATGE]

ESPACIOS AMIGOS DE LAS PERSONAS MAYORES

SERVICIOS MUNICIPALES
Servicios sociales y de salud
Comunicación e información

ESPACIO FÍSICO
Espacios al aire libre y edificios
Transporte y movilidad
Vivienda

ENTORNO SOCIAL
Participación social
Respeto e inclusión social
Empleo y participación

3. Proceso metodológico

Tal como se ha apuntado en el apartado anterior, la diagnosis de amigabilidad de Mataró con nuestros mayores se ha llevado a cabo a partir de la metodología establecida en el Protocolo de Vancouver.

La diagnosis de amigabilidad en Mataró se ha puesto en marcha con la elaboración de un **perfil de la comunidad** en el que se describe y analiza, por medio de datos secundarios, la realidad de las personas mayores del municipio. La pregunta que pretende responder este perfil es: “¿Cómo son y qué situación tienen nuestros mayores en el municipio?”, cuyo objetivo es disponer de información contextual que permita entender mejor los problemas locales y los principales retos a los que se enfrenta el municipio a corto y medio plazo.

En este perfil se han recogido las características geográficas, demográficas, sociales y económicas del municipio, así como las de las personas mayores que viven en él. Las fuentes de información utilizadas han sido IDESCAT y los datos disponibles a través del Programa Hermes de la Diputación de Barcelona, además de los datos proporcionados por el Ayuntamiento de Mataró.

Paralelamente a la elaboración de este perfil, se ha recogido y analizado **información secundaria** generada por el Ayuntamiento directa o indirectamente relacionada con los ocho ámbitos de análisis establecidos por el Protocolo de Vancouver. En este análisis se han incluido, básicamente, planes estratégicos e informes de los distintos ámbitos de gobernanza de la ciudad: salud, cultura, inclusión social, convivencia, vivienda y movilidad. También se ha tenido en cuenta el Plan Estratégico 2022, encaminado a lograr un desarrollo inclusivo, sostenible e inteligente para afrontar los principales retos futuros de la ciudad, en el que se enmarcan los diferentes planes estratégicos de la misma.

Otra fuente importante de información han sido las **fotografías hechas por personas mayores usuarias de los Centros(casals) de Gente Mayor** de la ciudad, respondiendo a una demanda específica del área de Programas de Gente Mayor del Servicio de Igualdad y Ciudadanía del Ayuntamiento de Mataró. En estas fotografías se ha pedido a las personas usuarias de dichos centros que fotografíen aquellos espacios de la ciudad que consideren amigables y estas imágenes se han utilizado como base para conocer la visión de nuestros mayores sobre su propia ciudad.

Tabla 1. Distribución de las fotografías hechas por las personas usuarias de los centros de gente mayor, 2018

Centro	Núm. fotografías
Pla d'en Boet	1
Cerdanyola	2
Havana	7
La Llàntia	13
Oriol Batista	8
Rocafonda	2
Santes	9
Total	42

Fuente. Servicio de Igualdad y Diversidad Ciudadana del Ayuntamiento de Mataró

Toda esta información se ha complementado con información cualitativa recabada a través de **grupos focales de discusión**, en los que se han recogido las opiniones y percepciones de los diferentes agentes implicados: personas mayores de diferentes grupos de edad y estatus socioeconómico, personas cuidadoras de mayores, representantes de los centros de gente mayor, representantes de entidades del municipio, profesionales que atienden a personas mayores, establecimientos comerciales de proximidad y personal técnico de las distintas áreas implicadas en la atención y los servicios a mayores.

Estos grupos focales se han organizado desde una perspectiva integral, incorporando los ocho ámbitos de análisis identificados por el Protocolo de Vancouver (espacio público y edificios, transporte, vivienda, respeto e inclusión social, participación social, participación cívica y empleo, comunicación e información, y asistencia comunitaria y servicios sanitarios) y teniendo en cuenta tanto los ámbitos preventivos como de protección y atención a las personas.

Se han desarrollado un total de 9 grupos focales, que han contado con una participación de 131 personas distribuidas de la siguiente forma:

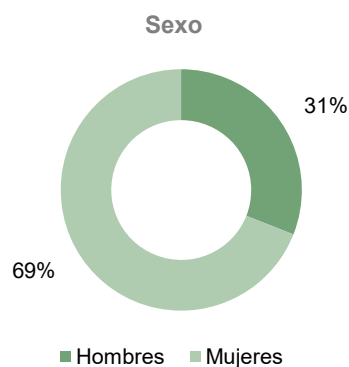
Tabla 2. Relación de participantes en talleres para la diagnosis de amigabilidad de Mataró con la gente mayor

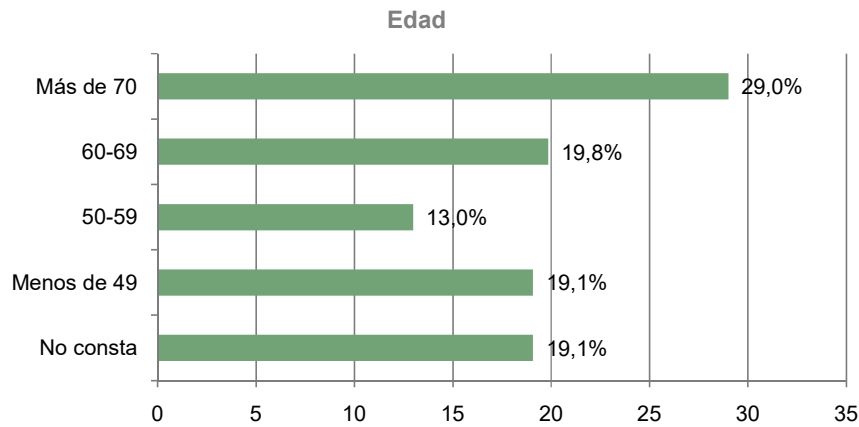
Perfil	Fecha taller	Núm.asistentes
Personal directivo del Ayuntamiento	12/04/2018	14 personas
Entidades de gente mayor y representantes de comisiones del Consejo de Gente Mayor	12/04/2018	21 personas
Profesionales del Ayuntamiento que trabajan para las personas mayores: dinamizadores e informadores de gente mayor, talleristas, escuela de adultos, escuela de música, aula de teatro	10/05/2018	23 personas
Profesionales que atienden a personas mayores: residencias, centros de día y ambulatorios	31/05/2028	11 personas
Cuidadores no profesionales y comercio de proximidad	17/05/2018	10 personas
Entidades de gente mayor	24/05/2018	16 personas
Personas de 50 a 59 años	10/05/2018	11 personas
Personas de 60 a 69 años	17/05/2028	13 personas
Personas mayores de 70 años	24/05/2018	12 personas
Total		131 personas

Fuente. Servicio de Igualdad y Ciudadanía del Ayuntamiento de Mataró

Los grupos han sido muy diversos y han contado con la participación de personas de diferentes perfiles que han dado sus visiones de la ciudad. Un 69% de las personas participantes en los talleres han sido mujeres y un 31% hombres. Por edades, se ha obtenido una representación de personas de diferentes edades. Cabe señalar que lo más difícil ha sido encontrar a personas de 50 a 59 años, mientras que las mayores de 70 años han sido las que han formado el grupo más activo, no solo en el taller dirigido a este colectivo, sino también en los talleres con representantes de centros, cuidadores y cuidadoras de gente mayor y entidades.

Ilustración 2. Perfil de las personas participantes en los talleres para evaluar la amigabilidad de Mataró con sus mayores





Los grupos focales han tenido una duración de 3 horas, con una pausa de 20 a 30 minutos durante la cual se ha ofrecido un pequeño desayuno para agradecer a los participantes su esfuerzo.

Ilustración 3. Diferentes momentos de los talleres participativos celebrados para evaluar la amigabilidad de Mataró con las personas mayores



Fuente. Servicio de Igualdad y Diversidad Ciudadana y Red Consultores

En todos los talleres se han trabajado las ocho dimensiones de análisis establecidas por el Protocolo de Vancouver, con pequeñas adaptaciones metodológicas para adecuar las dinámicas a los perfiles de las personas participantes.

Tabla 3. Temas trabajados durante los talleres participativos para la diagnosis de amigabilidad de Mataró con las personas mayores

Tema	Preguntas
Valoración global	<ul style="list-style-type: none"> • Aspectos positivos de la ciudad (para la gente mayor) • Problemas o aspectos a mejorar
Espacio público	<ul style="list-style-type: none"> • Limpieza • Estado de las calles • Zonas verdes • Iluminación • Señalización
Transporte	<ul style="list-style-type: none"> • Transporte público (precio, frecuencia, comodidad, utilidad, rutas...) • Transporte privado (señalización, aparcamiento, accesibilidad...)
Vivienda	<ul style="list-style-type: none"> • Coste • Comodidad • Seguridad • Accesibilidad y movilidad dentro del hogar
Respeto e inclusión social	<ul style="list-style-type: none"> • Actitud ciudadana para con la gente mayor (escucha, respeto, actitud de ayuda...)
Ocio y tiempo libre: espacios relacionales y actividades para la gente mayor	<ul style="list-style-type: none"> • Oferta (suficientes, interesantes, variadas...) • Comodidad (ubicación, horario...) • Accesibilidad (coste)
Comunicación e información	<ul style="list-style-type: none"> • Utilidad • Interés • Accesibilidad (comprensión, formato, canal...)
Empleo	<ul style="list-style-type: none"> • Empleo remunerado (oferta de empleo, accesibilidad...) • Empleo voluntario (oportunidades de participación voluntaria, interés, información disponible, adaptación a personas mayores...)
Servicios sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Oferta (suficiente, útil...) • Accesibilidad (información sobre los servicios, ubicación...)

Fuente: Protocolo de Vancouver

Finalmente, para garantizar la máxima participación de las personas mayores en la elaboración del diagnóstico, se ha llevado a cabo una encuesta para recoger las propuestas de nuestros mayores en la ciudad en los distintos ámbitos de análisis. La encuesta consta de preguntas totalmente abiertas en las que se piden propuestas sobre cada uno de los ámbitos analizados, a fin de que la participación de las personas mayores refleje todas sus propuestas y aportaciones de manera no dirigida. De este modo, se han podido recoger las propuestas espontáneas de las personas mayores entorno a cada uno de estos

ámbitos. Para facilitar la máxima respuesta, se ha contado con el apoyo de los informadores y dinamizadores de los centros de gente mayor, así como de los agentes cívicos del Servicio de Igualdad y Ciudadanía del Ayuntamiento, que se han encargado de recopilar las respuestas de las personas mayores dentro de los centros y a pie de calle.

Ilustración 4. Encuesta para evaluar la amigabilidad de Mataró con las personas mayores



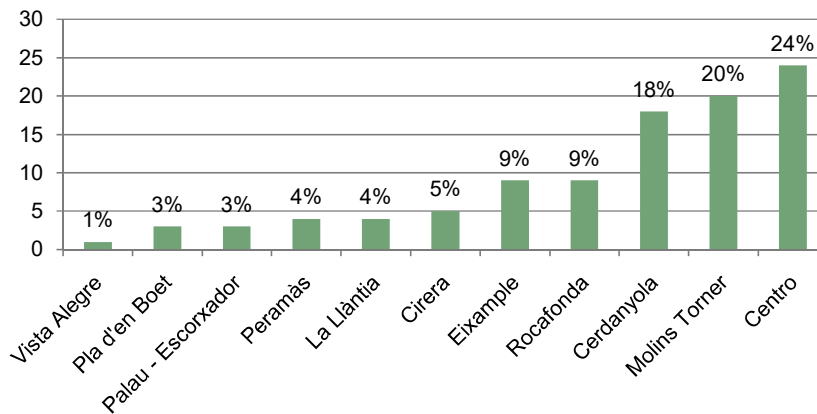
Fuente: elaboración propia

En total se han recogido 201 respuestas, que han sido posteriormente categorizadas y analizadas.

El 59% de las personas mayores de Mataró que ha respondido a esta encuesta son mujeres, el 40% son hombres y un 1% se identifica como otros. La mayoría de los encuestados (35%) tiene entre 71 y 75 años. El 17% tiene entre 66 y 70, el 15% entre 76 y 80 y otro 15% entre 56 y 65. El 10% entre 81 y 85, el 5% más de 85 y el 4% menos de 55. En cuanto al origen, el 42% nacieron en otro lugar de España. El 35% en Mataró, el 20% en otro lugar de Cataluña y el 3% en otro país.

Finalmente, el barrio con más representación es el del Centro, ya que el 24% de las personas mayores que han respondido a la encuesta pertenecen al mismo. El 20% son de Molins Torner, el 18% de Cerdanyola, el 9% de Rocafonda y otro 9% del Eixample. El resto, con una representación inferior al 5%, son de otros barrios: Cirera, La Llàntia, Peramàs, Palau-Escorxador, Pla d'en Boet y Vista Alegre.

Ilustración 5. Personas mayores que han respondido a la encuesta por barrio

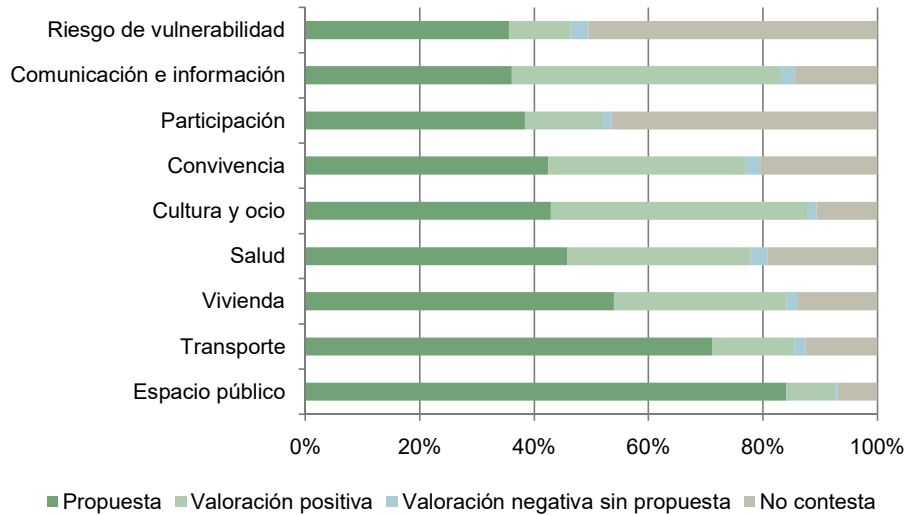


Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

En un primer apartado de la encuesta se pedía a las personas mayores que identificaran, en general, lo que más les gusta de su ciudad y lo que creen que se tendría que mejorar. También se les pedía que valoraran los diferentes recursos y servicios de la ciudad dirigidos a su colectivo.

Después de estas preguntas generales, se pedían propuestas concretas de mejora en el ámbito del espacio público, el transporte y la movilidad, la vivienda y la oferta de servicios en los barrios, la oferta cultural, deportiva y de ocio de la ciudad, la convivencia y el respeto a nuestros mayores, la manera de hacer llegar la información, el cuidado de la salud, la atención a las personas mayores en situación de riesgo o vulnerabilidad social y la participación. En total se han recogido 852 propuestas, 410 valoraciones positivas y 31 valoraciones negativas sin ninguna propuesta. El ámbito que ha recibido más propuestas ha sido el espacio público, el transporte y la vivienda, seguido del de la salud.

Ilustración 6. Tipo de respuestas obtenidas en la parte de recogida de propuestas de la encuesta, por ámbitos



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Finalmente, para acompañar el desarrollo del proyecto, se ha constituido un grupo motor como espacio de coordinación y trabajo técnico para desarrollar el proceso de planificación estratégica.

4. Diagnósis

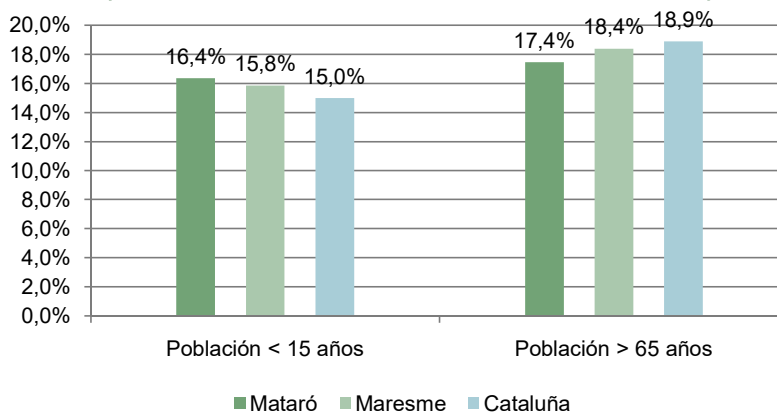
4.1. Las personas mayores de Mataró

A continuació se analizen las principales características de las personas mayores de Mataró a partir de los datos sociodemográficos disponibles. Estos datos han sido obtenidos a través del Instituto de Estadística de Cataluña, la información estadística local disponible en el Programa Hermes de la Diputación de Barcelona (datos hasta 2019), los estudios de población elaborados por el Observatorio de la ciudad (hasta 2020) y las explotaciones de datos del Servicio de Estrategia y Gobernanza de Mataró (2020).

Mataró tiene, a 1 de enero de 2020, una población de 129.680 habitantes. De estos, 22.892 personas tienen más de 65 años, lo que representa un 17,72% de la población total. La población mayor de 65 años del año 2020 respecto a la del año 2019 ha aumentado en Mataró en 512 habitantes, lo que representa un incremento del 2,29% en términos relativos.

La comparación por edades con datos del año 2019 entre Mataró, El Maresme y Cataluña muestra que la proporción de población mayor de 65 años es ligeramente inferior en Mataró que en los otros niveles territoriales y que la proporción de población menor de 15 años es superior que la de la comarca y la de Cataluña.

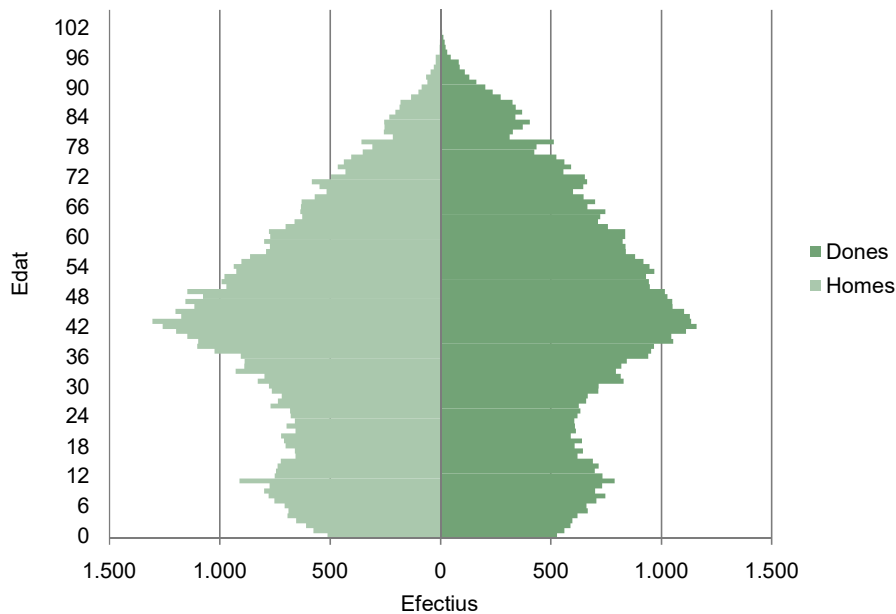
Il·lustració 7. Comparació de la estructura de edades entre Mataró, El Maresme y Cataluña, 2019



Fuente: elaboración propia a partir de datos del Idescat

La pirámide de población de Mataró muestra cómo está distribuida la población por sexo y edad. La franja de edad más elevada es la que se sitúa entre los 30 y los 50 años, que representa un 36,4% de la población. A partir de esta edad, disminuye progresivamente el peso de la población, sobre todo a partir de los 60 años. Y a partir de los 75 años se produce una importante disminución de la proporción de población, sobre todo entre los hombres.

Ilustración 8. Pirámide de edades de Mataró, 2020



Comentario [S2]:

[IMATGE]:

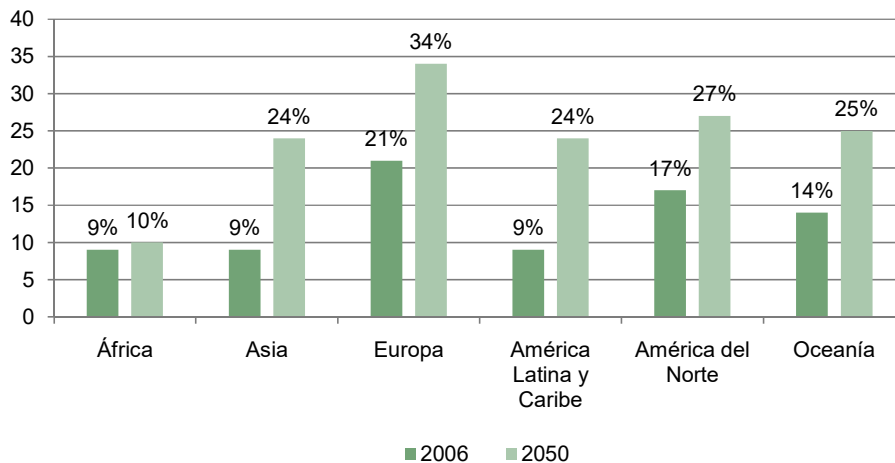
Edad
Hombres
Mujeres
Efectivos

Fuente: elaboración propia a partir de los datos del Servicio de Estrategia y Gobernanza del Ayuntamiento de Mataró

Mataró, como el conjunto de Cataluña y del mundo occidental, vive en un contexto de progresivo envejecimiento de la población.

Tal y como se señala en la guía “Ciudades Globales Amigables con los Mayores”, elaborada por la UNESCO, el mundo está envejeciendo muy rápidamente: en el 2050 la proporción de personas mayores de 60 o más años en relación con la población global se habrá duplicado, ya que pasará de un 11% en el 2006 a un 22% en el 2050. En el caso de Europa, en el 2050 tres personas de cada 10 tendrán más de 60 años. Se prevé que para entonces, y por primera vez en la historia de la humanidad, haya más gente mayor que niños/as y adolescentes.

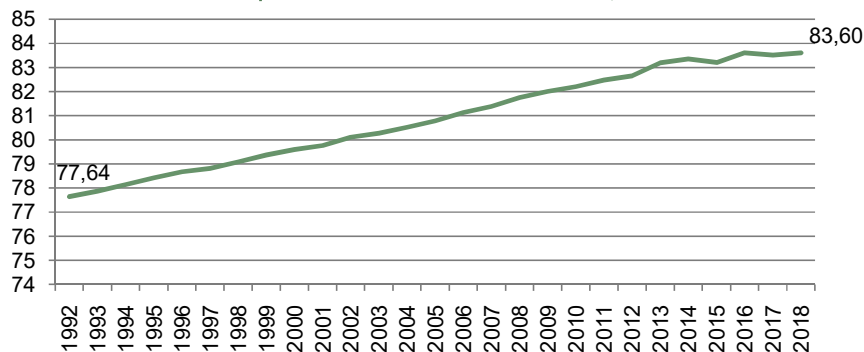
Ilustración 9. Distribución de la población mundial (%) de 60 años o más por región, 2006 y 2050



Fuente: Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de Naciones Unidas. División de la Población, 2006

Este fenómeno se reproduce también en Cataluña. En el año 2018 la esperanza de vida al nacer era de 83,6 años para el conjunto de la población. En general, se mantuvo un ritmo creciente hasta el 2014, momento en que se registró un leve descenso, y del 2016 al 2018 los valores se mantuvieron muy similares.

Ilustración 10. Esperanza de vida al nacer en Cataluña, 1992-2018



Fuente: Idescat

Nota: no se dispone de datos más actualizados en el Idescat

El análisis de los principales indicadores demográficos pone de manifiesto que este proceso de envejecimiento afecta también a la población de Mataró.

Según el estudio de la Población de Mataró elaborado por el Servicio de Estrategia y Gobernanza, a 1 de enero de 2020, la media de edad de la población de Mataró muestra un envejecimiento lento pero

progresivo. A 1 de enero de 2020, la media de edad de Mataró era de 42,06 años, un 0,19 más en comparación con el año anterior y 1,10 años más respecto a cinco años atrás. Por sexos, la media de edad de los hombres es de 40,64 años y la de las mujeres de 43,47 años, con un incremento respecto a hace cinco años de 1,13 y 1,08 años, respectivamente.

La esperanza de vida al nacer en el periodo 2015-2019 es de 83,63 años para el conjunto de la población, un incremento de 0,19 años respecto al periodo 2014-2018. Por sexos, la esperanza de vida de los hombres es de 80,52 años y la de las mujeres es de 86,63 años, con una variación de +0,08 y +0,33 años, respectivamente, en comparación con el periodo 2014-2018. Cabe señalar también que, comparativamente, la esperanza de vida en Mataró es inferior a la media de Cataluña (83,89) y a la de España (83,59).

Los índices de envejecimiento, sobreenvjecimiento y de dependencia senil también ponen de manifiesto el aumento progresivo de la edad de la población.

El índice de envejecimiento calcula la relación entre la población de 65 años y la población de 0 a 15 años. Cuando este índice es 100 significa que hay la misma población tanto en el grupo de jóvenes como en el de mayores. Los datos del Estudio de Población de Mataró a 1 de enero de 2020 muestran que este índice es de 110 (a veces se presenta sin multiplicar por 100, en este caso 1,10), mientras que en 2015 era de 99 (o 0,99).

El índice de sobreenvjecimiento indica la relación entre la población de 85 años y la de 65 o más. En Mataró, en 2020 este índice es de 16 (o 0,16) y hace cinco años era de 15 (o 0,15) y, siguiendo la tendencia global, es más acusado entre las mujeres que entre los hombres.

Finalmente, el índice de dependencia senil indica la relación entre los individuos mayores de 65 años y la población potencialmente activa. Según los datos extraídos del Programa Hermes de la Diputación de Barcelona, en Mataró, en 2019, este índice era de 26,76, mientras que cinco años atrás (2014) era de 24,54.

A continuación se puede consultar una tabla comparativa con datos de Mataró y de la provincia de Barcelona correspondientes al año 2019, extraídos del Programa Hermes de la Diputación de Barcelona.

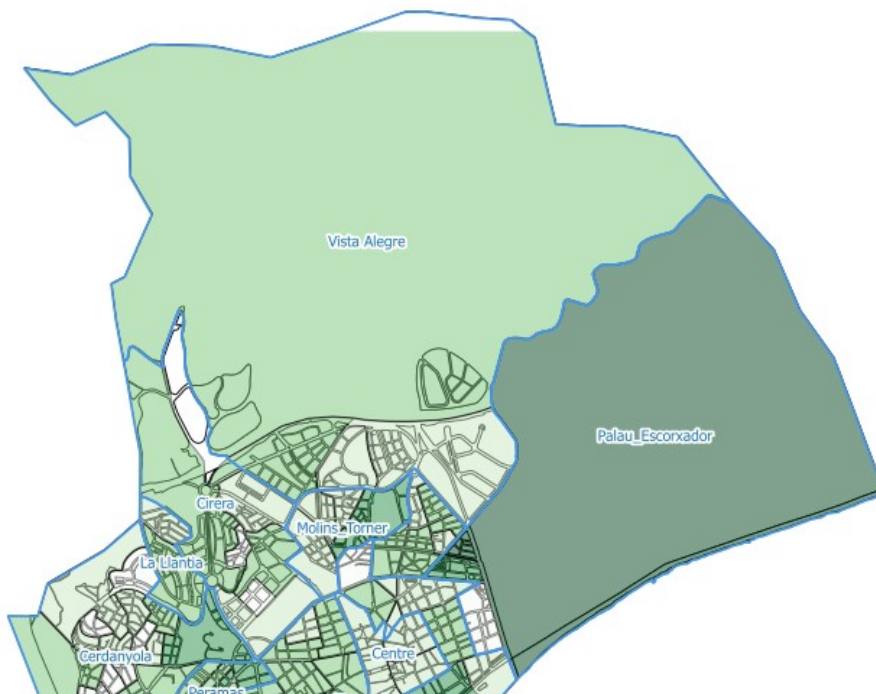
Tabla 4. Principales indicadores demográficos; comparación por niveles territoriales, 2019

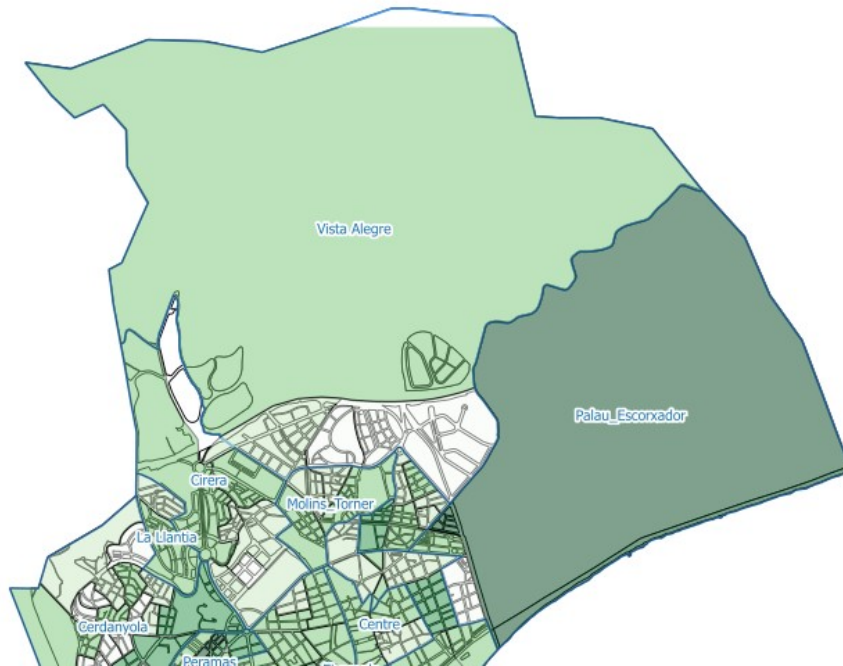
	Mataró			Provincia		
	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
Media de edad	40,5	43,3	41,9	41,4	44,2	42,8
% población > 65 años	14,98%	19,88%	17,45%	16,36%	21,28%	18,88%
Índice de envejecimiento	83,17	119,00	100,54	96,07	139,30	117,05
Índice de sobre-envejecimiento	12,04	18,72	15,87	12,70	19,59	16,68
Índice de dependencia senil	22,36	31,34	26,76	24,55	33,53	29,04

Fuente: Programa Hermes de la Diputación de Barcelona

Si se analiza la distribución de las personas mayores en la ciudad de Mataró, se pueden apreciar importantes diferencias en función de los barrios. La zona del centro y el sur de la ciudad son las más envejecidas. Concretamente la zona sur del Eixample, Pla d'en Boet y Palau-Escorxador son los barrios con mayor concentración de personas mayores de 65 años, mientras que Peramàs, Pla d'en Boet y Palau-Escorxador son los barrios con más personas mayores de 80 años.

Ilustración 11. Distribución de la población mayor de 65 años y la población mayor de 80 años por barrios, 2020

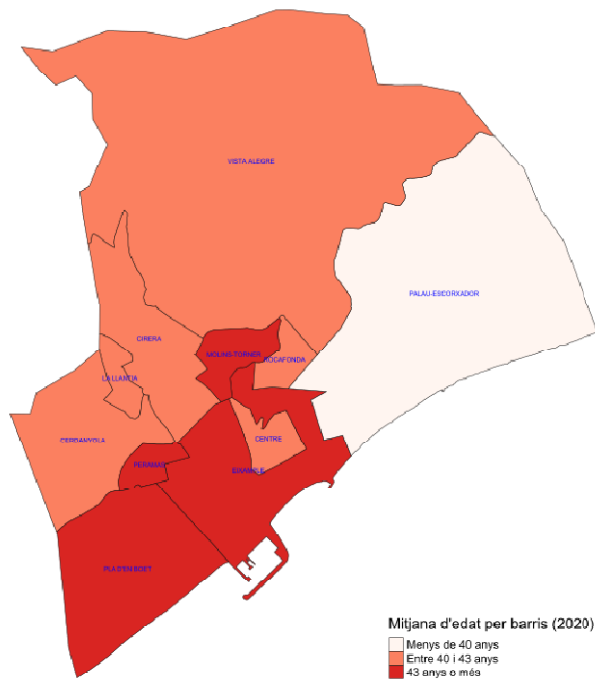




Fuente: Servicio de Estrategia y Gobernanza del Ayuntamiento de Mataró

El análisis de la media de edad por barrios también reproduce el mismo esquema, con barrios relativamente más envejecidos en el centro y en el sur de la ciudad —salvo el barrio del Centro— y barrios relativamente más jóvenes en el norte y en el oeste, excepto el de Molins-Torner.

Il·lustració 12. Media de edad por barrios, 2020

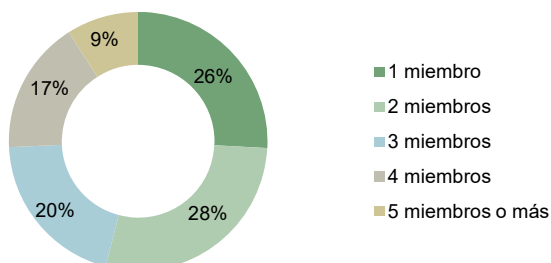


Fuente: Servicio de Estrategia y Gobernanza del Ayuntamiento de Mataró

Del mismo modo, los índices de envejecimiento de Peramàs (2,02), Pla d'en Boet (1,50), Molins-Torner (1,47) y Eixample (1,32) son claramente superiores al del conjunto de la ciudad. En el último año, todos los barrios han incrementado este índice, excepto el barrio del Centro, que lo ha mantenido igual. Los barrios que han registrado los incrementos más elevados han sido Vista Alegre, Peramàs y Cirera. Finalmente, los barrios que registran los índices de sobre-envejecimiento más elevados son el Centro (0,21), Peramàs (0,19) y Eixample (0,18). El menos elevado corresponde a Vista Alegre, con un índice de 0,08.

En cuanto a la estructura de los hogares, uno de cada cuatro tiene un solo miembro. A pesar de que en estos hogares viven personas de todas las edades, los hogares unipersonales agrupan una parte muy importante de las personas mayores que viven solas, lo que puede constituir un indicador de vulnerabilidad y aislamiento social.

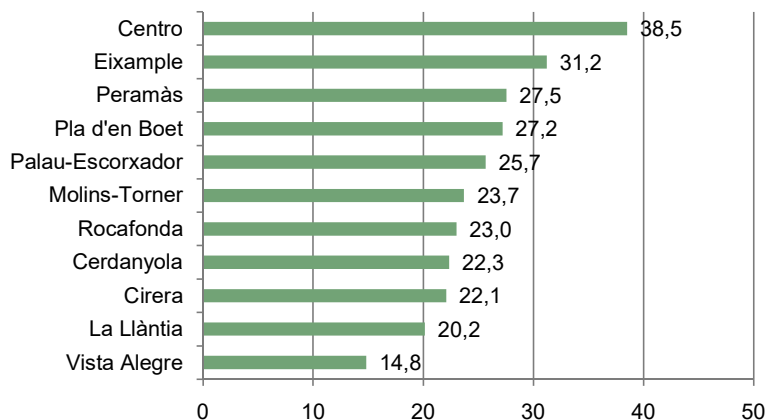
Ilustración 13. Distribución de los hogares de Mataró según el número de miembros, 2020



Fuente: elaboración propia a partir de datos del Estudio de Población de Mataró 2020, Servicio de Estrategia y Gobernanza del Ayuntamiento de Mataró

En la estructura de los hogares se aprecian diferencias en función de los barrios, y el Centro y el Eixample son los barrios donde los hogares tienen menos miembros de promedio. En casi todos los barrios son mayoritarios los hogares de dos miembros. Las excepciones son los barrios del Centro y el Eixample, donde el mayor porcentaje corresponde a los hogares unipersonales (38,5% y 31,2%), coincidiendo con las zonas más sobrevenejadas de la ciudad.

Ilustración 14. Proporción de hogares unipersonales por barrio, 2020

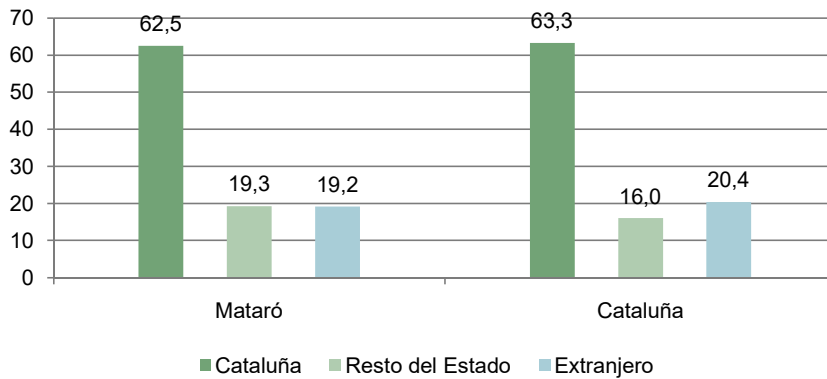


Fuente: Estudio de la población de Mataró 2020, Ayuntamiento de Mataró

La distribución de la población de Mataró según el lugar de nacimiento muestra que la población mataronesa nacida en Cataluña (62,5%) es ligeramente inferior a la de la media de Cataluña (63,3%). En cuanto a la población nacida en el resto del Estado, en el caso de Mataró esta es del 19,3% (con una representación mayoritaria de la población procedente de Andalucía y Extremadura), mientras que en el caso de Cataluña esta proporción es menor, del 16%. Finalmente, en el caso de la población nacida

en el extranjero, la proporción de Mataró es ligeramente inferior a la del conjunto de Cataluña, 19,2% y 20,4%, respectivamente.

Ilustración 15. Población por lugar de nacimiento, Mataró 2020



Fuente: elaboración propia a partir de datos del IDESCAT y del Estudio de Población de Mataró 2020 del Ayuntamiento de Mataró

Este porcentaje más elevado de personas procedentes de otras comunidades autónomas es fruto de los flujos migratorios que se produjeron durante los años 50 y 60 en Cataluña, en los que Mataró, que constituyó uno de los municipios receptores de población, experimentó un alto crecimiento demográfico derivado de la llegada de personas del resto del Estado.

A 1 de enero de 2020, la media de edad de las personas nacidas en Cataluña se sitúa en 35,85 años, más de 9 años por debajo de la media del municipio (42,1). La media de edad de la población nacida en el extranjero se sitúa en 39,5 años, dos años y medio por debajo de la media de edad del municipio. Las medias de edad más elevadas corresponden a la población nacida en el resto del Estado: Murcia (70,5 años), Castilla-La Mancha (67,93 años), Andalucía (67,48 años) y Extremadura (67,44 años).

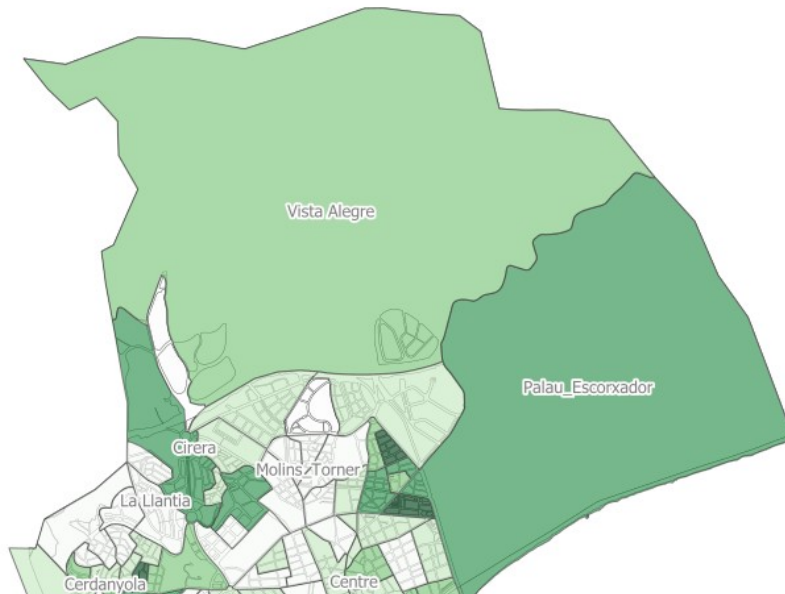
Tabla 5. Media de edad por lugar de nacimiento de la población, 2020

Lugar de nacimiento	Media de edad
Murcia	70,5
Castilla-La Mancha	67,93
Andalucía	67,48
Extremadura	67,44
Aragón	65,73
Castilla y León	65,28
Ceuta y Melilla	62,49
Cantabria	61,93
Navarra	59,62
Galicia	59,12
Comunidad Valenciana	55,69
Asturias	54,56
La Rioja	53,88
País Vasco	50,14
Madrid	46,81
Baleares	45,89
Canarias	42,84
Otros países	39,52
Cataluña	35,85

Fuente: Ayuntamiento de Mataró; Estudio de la población de Mataró, enero 2017

Si se analiza la distribución de la población de nacionalidad extranjera por barrios, se encuentran más efectivos de población extranjera mayor de 65 años en zonas del Eixample sur y en algunas zonas de Cerdanyola y de Rocafonda y también del Palau-Escorxador.

Ilustración 16. Distribución de la población extranjera por secciones censales, 2020



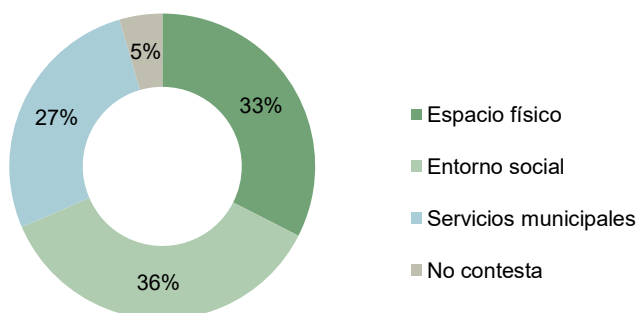
Fuente: Servicio de Estrategia y Gobernanza del Ayuntamiento de Mataró

4.2. La amigabilidad con las personas mayores de la ciudad

4.2.1. Valoración global

De las 201 personas que respondieron a la encuesta, un 95% identificó aspectos positivos en la ciudad. Como se trataba de una pregunta abierta, lo que se recogía eran los comentarios espontáneos de las personas encuestadas, que han sido categorizados a posteriori en función de los ámbitos tratados en el Protocolo de Vancouver.

Ilustración 17. Encuesta a las personas mayores de Mataró. ¿Por qué Mataró es una buena ciudad donde



vivir?

Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

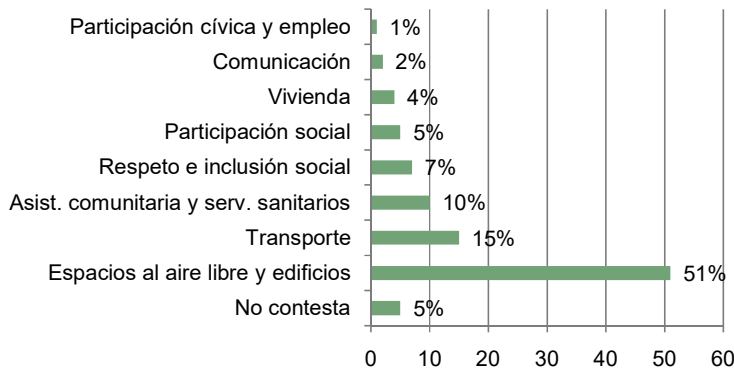
Una tercera parte de las personas que contestó a la encuesta considera que Mataró es una buena ciudad para vivir, fundamentalmente por su situación geográfica. Es decir, por el mar, la montaña, los espacios verdes y el clima mediterráneo. En general, agradecen poder pasear por los parques, las playas, los paseos y la montaña. También les gusta que Mataró sea una ciudad pequeña bien comunicada con Barcelona.

Un tercio de las respuestas están orientadas a la vida social de Mataró: las actividades que se ofrecen en los centros (*casals*) para gente mayor, la amabilidad de la ciudadanía y la buena convivencia. Algunas de las personas mayores encuestadas también comentan que Mataró es una ciudad tranquila y que, por eso, les gusta vivir en ella.

El tercio restante de los encuestados considera que la calidad de los servicios (CAP, transportes, ocio y cultura, seguridad, recursos sociales, comercios, etc.) es satisfactoria, por lo que consideran que Mataró es una ciudad amiga de las personas mayores.

En cuanto a los aspectos a mejorar para que Mataró sea una ciudad más agradable para las personas mayores, la gran mayoría de las respuestas están relacionadas con el espacio público. Las otras áreas de mejora identificadas por las personas encuestadas han sido el transporte, la asistencia comunitaria y los servicios sanitarios, así como el respeto y la inclusión social. El resto de las áreas temáticas analizadas han aglutinado menos de un 5% de las respuestas.

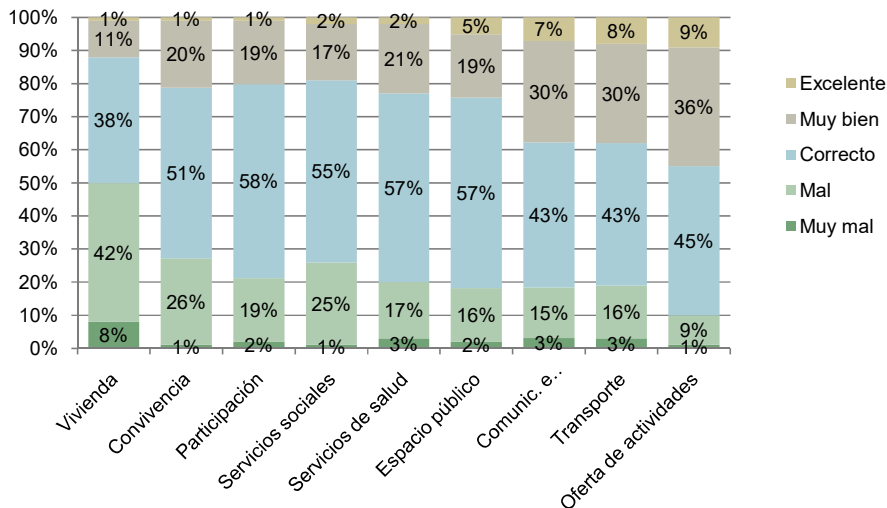
Ilustración 18. Encuesta a las personas mayores de Mataró. ¿Qué se tendría que mejorar en Mataró a fin de que fuera una ciudad más agradable para las personas mayores?



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

En las encuestas también se pidió a la gente mayor de Mataró que valorara los recursos y los servicios que ofrece la ciudad a los mayores en los ámbitos de vivienda, convivencia, participación, servicios sociales, servicios de salud, espacio público, comunicación e información, transporte y oferta de actividades.

Ilustración 19. Encuesta a las personas mayores de Mataró. Valoración de los recursos y servicios que ofrece Mataró a las personas mayores



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Lo que ha obtenido la mejor valoración es la oferta de actividades, con un 45% de valoraciones excelentes o muy buenas, seguida del transporte, también muy bien valorado. A continuación, con un 37%, la comunicación y la información. Y en cuarto lugar, el espacio público, con un 24% de valoraciones muy positivas.

Por otro lado, la vivienda, la convivencia y los servicios sociales son los ámbitos peor valorados, con un 50%, un 27% y un 26% de respuestas negativas o muy negativas, respectivamente.

Asimismo, el 59% de las personas encuestadas han valorado la participación en la ciudad como correcta, seguida de los servicios de salud y del espacio público, ambos con un 57%. Y en cuarto lugar, un 55% de las respuestas consideran los servicios sociales como “correctos”.

En los talleres llevados a cabo con diferentes agentes de la ciudad se profundizó en los distintos ámbitos del Protocolo de Vancouver, identificando los aspectos que más gustan y los que más preocupan y recogiendo propuestas de mejora para que Mataró sea una ciudad más amiga de las personas mayores.

4.2.2. Espacios al aire libre y edificios

La manera como se diseña y se construye el espacio público de una ciudad es clave para conseguir una ciudad que sea realmente integradora, que promueva la convivencia de las personas que la habitan y que sea un lugar agradable donde vivir. El entorno y los edificios públicos tienen un impacto importante en la independencia y la calidad de vida de las personas mayores, y afectan a su capacidad para llevar una vida activa y autónoma durante el máximo tiempo posible.

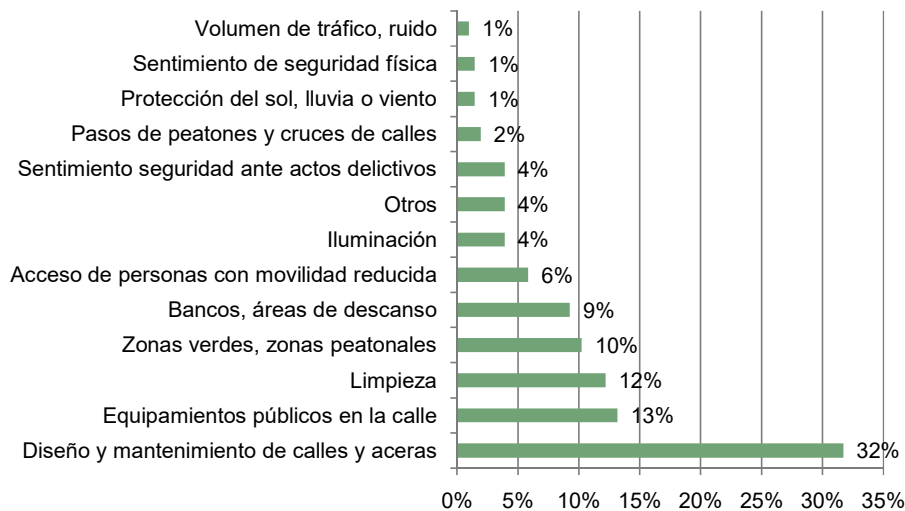
A lo largo del proceso de diagnóstico, se ha analizado la amigabilidad de la ciudad en relación con el espacio al aire libre y los edificios de la ciudad valorando aspectos relacionados con el diseño y mantenimiento de calles y aceras, los pasos de peatones y cruces, el volumen de tráfico, el ruido, las zonas verdes de la ciudad y las áreas para caminar, la existencia de bancos y zonas de descanso, la protección del sol, la lluvia o el viento o la accesibilidad de los edificios. También se han analizado aspectos relacionados con la seguridad, como el uso del espacio público en las diferentes horas del día, la iluminación de las calles, el sentimiento de seguridad física y el sentimiento de seguridad frente a actos delictivos.

El espacio público, aspecto prioritario en la valoración de la amigabilidad de la ciudad

A la hora de valorar la amigabilidad de su ciudad, las personas mayores de Mataró piensan, sobre todo, en el espacio público. Como se ha visto en el apartado anterior, **los aspectos relacionados con el espacio público son lo que más identifican las personas mayores encuestadas** cuando se les pregunta por lo que hay que mejorar en la ciudad, pero también hacen especial referencia al espacio público cuando se les pregunta sobre qué hace que Mataró sea una buena ciudad donde vivir.

En cuanto a las propuestas específicas para mejorar el espacio público, destacan las que tienen que ver con el diseño y mantenimiento de las calles y aceras, los equipamientos de los espacios públicos, la limpieza, la mejora de las zonas verdes y la colocación de bancos y las áreas de descanso.

Ilustración 20. Encuesta a las personas mayores de Mataró. Propuestas para la mejora del espacio público



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Entre las principales preocupaciones mencionadas en la encuesta destacan el estado de las aceras y la adaptación de las calles y los espacios públicos a las necesidades de las personas con movilidad reducida. También se recogen quejas sobre la limpieza de las calles y las deposiciones de los perros, la poca cantidad de lavabos públicos, la necesidad de más parques y espacios verdes, el alumbrado insuficiente de las calles por la noche o el mal estado y la poca cantidad de bancos.

Necesidad de mejoras en la accesibilidad y adaptación del espacio público a las necesidades de las personas mayores

El Ayuntamiento de Mataró ha hecho un esfuerzo importante para mejorar la **accesibilidad** de la ciudad. Tal y como indican los directivos del Ayuntamiento, desde principios de los años 90 se están realizando actuaciones en la ciudad para eliminar las barreras arquitectónicas y mejorar la accesibilidad.

Esta mejora es percibida por las personas participantes en los talleres, quienes valoran positivamente las mejoras de la ciudad desde el punto de vista de la accesibilidad. Y también se plasma en las fotografías hechas por las personas usuarias de los centros, quienes, como describen los aspectos que

les gustan de su ciudad, fotografían barandillas, rampas y otros elementos que facilitan la accesibilidad de las personas mayores.

Ilustración 21. Fotos de las personas usuarias de los centros de gente mayor, accesibilidad



Fotografías hechas por las personas usuarias de los centros de gente mayor de Mataró a los espacios que más les gustan de su ciudad

Según los y las participantes en los talleres, la mejora en la accesibilidad se nota sobre todo en las zonas nuevas de la ciudad, donde las calles están adaptadas y disponen de rampas para facilitar el acceso de las personas con problemas de movilidad.

Asimismo, en la zona del centro de la ciudad se aprecia la implantación de mejoras para facilitar la accesibilidad de la ciudad, y los y las participantes se manifiestan especialmente satisfechos/as por la existencia de calles peatonales con calzada única, en las que la calle y la acera están al mismo nivel y permiten desplazarse cómodamente a pie o con silla de ruedas. Esta visión la confirman las fotografías tomadas por las personas usuarias de los centros de gente mayor, quienes apuntan claramente a las calles peatonales de entre las cosas que les gustan de su ciudad.

Ilustración 22. Fotos de las personas usuarias de los centros de gente mayor, accesibilidad



A pesar de ello, a lo largo de los talleres se recogen varias quejas sobre los problemas de accesibilidad y el mal estado de algunas de las calles de la ciudad.

Esto sucede, sobre todo, en las áreas más antiguas de la ciudad, como en la zona del centro o en los barrios periféricos, donde se detectan carencias en este sentido. En estas zonas todavía existen calles

poco adaptadas y con dificultades de accesibilidad, y tanto las personas cuidadoras como algunas de las personas mayores participantes en los talleres se quejan de lo difícil que es moverse por algunos espacios de la ciudad. En este sentido, se observa que en muchas partes de la ciudad las aceras son estrechas, lo que impide desplazarse con comodidad y seguridad. Además, dicen, existen aceras muy elevadas y a menudo hay árboles, coches, farolas u otros obstáculos en medio de las mismas, cosa que dificulta el paso, impide que pasen dos peatones a la vez y limita el acceso con silla de ruedas o andador. También se habla del estado de las calles, cuyo asfalto está degradado, aceras en mal estado, baches y socavones, pavimento irregular y dañado, lo que dificulta el acceso de las personas con movilidad reducida o con silla de ruedas y causa inseguridad en las personas mayores, que tienen miedo a tropezar o caer. Las que expresan más dificultades en este sentido son las personas cuidadoras, que manifiestan que a menudo encuentran dificultades para transitar por las calles con sillas de ruedas: faltan rampas, sobre todo en la zona del centro, existen pendientes muy pronunciadas en las zonas más próximas a la montaña y algunas rampas resbalan con facilidad, por lo que resulta peligroso desplazarse cuando ha llovido o hay humedad.

Entre las propuestas que se recogen relativas al mantenimiento de la vía pública destacan las que hacen referencia a la mejora de la accesibilidad y la reforma integral de las calles de los barrios periféricos para facilitar los desplazamientos a pie. En el ámbito técnico se propone la ampliación de las zonas peatonales y la zona 30, la ampliación de las aceras y la mejora de la accesibilidad en toda la ciudad. Las personas cuidadoras proponen que cuando se adapten las calles peatonales se haga con baldosas lisas y no con relieve y, en todo caso, diferenciando los espacios con colores distintos, pero sin cambiar la textura de la baldosa. También proponen que en las calles estrechas que no puedan ser exclusivamente peatonales las aceras estén solo en un lado de la calle para que pueda haber suficiente espacio de paso. Las personas mayores, por otro lado, piden que se mejore el estado de la vía pública en general y el mantenimiento de las calles.

También en la encuesta se recogen propuestas en esta dirección. El 32% de mayores encuestados proponen que se mejore el estado de las aceras de Mataró, con aceras más anchas y cuidadas, y se recogen comentarios sobre el mal estado de algunas calles, que les hacen sentir inseguros y limitados a la hora de desplazarse por la ciudad. La problemática de acceso a ciertos lugares de Mataró de las personas con movilidad reducida queda también reflejada en la encuesta, sobre todo en relación con el estado de las calles, pero en un 6% de las propuestas se ha manifestado específicamente la necesidad de mejorar algunos accesos a comercios, poniendo más rampas, barandillas e infraestructuras que faciliten la movilidad de las personas mayores o con discapacidades.

Otra queja expresada durante los talleres está relacionada con las **terrazas de los bares**, que según algunas de las personas participantes invaden el espacio público y ocupan prácticamente toda la calzada sin dejar espacio peatonal. En este sentido, se proponen soluciones como ampliar las aceras con tarimas de madera en donde se puedan instalar las terrazas de los bares sin que ello afecte el paso de los peatones.

También se comenta que hay pocas **zonas de descanso** y que faltan bancos, por ejemplo, en las paradas de autobús o alrededor de los mercados o de las zonas comerciales, donde las personas mayores puedan reposar si van cargadas. Esta necesidad de bancos y de zonas de descanso se

pone especialmente de manifiesto en el centro, donde las calles son estrechas y el tejido urbano es más denso y compacto, en la zona comercial de la ciudad o en determinadas zonas donde las calles son muy largas y no existen bancos para sentarse, de modo que para una persona mayor puede ser muy agotador cruzar toda la calle, sobre todo si va cargada.

Los bancos y las áreas de descanso también preocupan a las personas mayores que han contestado a la encuesta: un 9% de las respuestas iban dirigidas a esta cuestión y se pide poner más bancos donde sentarse y descansar.

Otra demanda repetida durante los talleres, y también en las encuestas, ha sido la de colocar **lavabos públicos** en la ciudad. Esta demanda ya ha sido expresada en otras ocasiones en la ciudad, no en vano la instalación de cuatro lavabos públicos en el municipio fue una de las doce propuestas finalistas para los presupuestos participativos de 2018. Una demanda que también ha sido recogida en la encuesta: un 10% de las personas encuestadas consideran que hay pocos lavabos públicos y piden que se instalen más en toda la ciudad.

En este sentido, se valoran muy positivamente los lavabos con autolavado instalados en el paseo marítimo, pero se considera que la dotación de estos espacios en la ciudad es todavía insuficiente. Se trata de una problemática que afecta especialmente a las personas mayores que sufren de incontinencia y que cuando están en la calle, si no encuentran ningún lavabo público, tienen que ir a un bar y pedir una consumición. El Ayuntamiento ha impulsado una campaña llamada “No puedo esperar”, con la colaboración de entidades y espacios adonde la gente puede acudir para ir al baño, y que están debidamente rotulados, pero la iniciativa no se conoce lo suficiente. Por dicho motivo, se propone mejorar la señalización de los lavabos públicos existentes en la ciudad, tanto en la calle como dentro de los equipamientos públicos, y ampliar el número de lavabos, sobre todo en los barrios periféricos de la ciudad, donde, según los y las participantes en los talleres, prácticamente no hay. También se observa que, si se instalan nuevos equipamientos sanitarios en la calle, estos tienen que cumplir una serie de requisitos para que den respuesta a las necesidades de las personas mayores, por lo que tienen que ser grandes y estar adaptados (con barandillas, y con lavamanos y espejos a una altura que se puedan ver desde una silla de ruedas) y muy señalizados.

En cuanto a **la accesibilidad en los edificios públicos**, desde hace tiempo la ciudad de Mataró está trabajando para garantizar la accesibilidad universal en todos sus edificios públicos, pero todavía queda camino por recorrer. Según las personas mayores participantes en los talleres, a pesar de que muchos edificios están adaptados con rampas y barandillas, todavía existen obstáculos de acceso. Así, por ejemplo, se recogen quejas de que en el ambulatorio las ambulancias estacionan ante la rampa, de forma que dificultan el acceso de la gente mayor o de las personas con movilidad reducida. También se apunta que las sillas de la biblioteca son muy bajas, y que las personas mayores y con problemas de movilidad tienen dificultades para levantarse, y lo mismo sucede con algunos de los bancos instalados en la calle o en las paradas de autobús.

Tabla 6. Propuestas para mejorar la accesibilidad del espacio público

Accesibilidad:

- Mejorar la accesibilidad de las calles de la ciudad
- Reformar las calles de los barrios periféricos de la ciudad para facilitar los desplazamientos a pie
- Ampliar las calles peatonales y la zona 30
- Ampliar las aceras
- Poner baldosas lisas y sin relieve en las calles peatonales
- En las calles estrechas, poner las aceras peatonales a un lado de la calle
- Habilitar espacios para evitar que las terrazas de los bares invadan el espacio público (p.ej. poniendo tarimas de madera, agregadas a la calzada)

Bancos y zonas de descanso:

- Poner más bancos en las calles, sobre todo en las calles del centro, las calles comerciales y las calles largas
- Diseñar los bancos de modo que las personas mayores puedan sentarse y levantarse sin dificultad

Lavabos públicos:

- Señalizar los lavabos públicos
- Instalar más lavabos públicos en la calle
- Los lavabos públicos tienen que ser grandes y limpios y estar adaptados

Edificios públicos:

- Mejorar la accesibilidad en todos los edificios públicos, así como en lugares de interés de la gente mayor
- Adaptar el espacio público y los edificios públicos a personas con movilidad reducida
- Aplicar el Plan de Accesibilidad

Preocupación por el mantenimiento de las calles y la limpieza del espacio público

Durante los talleres, los aspectos relacionados con el mantenimiento y la limpieza de las calles han sido los más comentados.

En cuanto al **mantenimiento del espacio público**, en general, los y las participantes en los grupos focales valoran positivamente que la zona del centro esté muy cuidada y que se realice mucho mantenimiento. En cambio, a lo largo de todos los talleres se constata la diferencia entre el centro y los barrios de la ciudad. A diferencia del centro, que en general se ve muy cuidado, algunos barrios se ven dejados, con edificios inacabados y descampados que no tienen ningún uso.

Otro aspecto muy comentado durante los talleres es el de la **limpieza de las calles y los espacios públicos**. A lo largo de los talleres se ha hablado repetidamente de la suciedad en las calles de la ciudad. Tanto los comerciantes como las personas mayores afirman que la ciudad está sucia, que hay mucha basura por la calle, y de nuevo se destacan las diferencias entre los barrios del municipio. También se recogen quejas por la falta de civismo de algunas personas, que ensucian, dejan muebles en la calle fuera de los horarios de recogida o destrozan el mobiliario urbano. En consecuencia, se piden más papeleras, reforzar la limpieza y el mantenimiento, y también trabajar más por la

concienciación y la sensibilización de la ciudadanía, para tener más cuidado el espacio público y más vigilados a los propietarios de los perros.

Este aspecto también ha sido señalado por las personas mayores encuestadas, con un 12% de respuestas relacionadas con ello. Los excrementos de los perros se ven como un problema, y se propone intensificar las campañas y actuaciones de sensibilización de las personas que tienen mascotas o multar a quienes no recojan las defecaciones de los animales.

En este ámbito, la aplicación de fotodenuncia “Mataró Neta” se valora muy positivamente como herramienta para recoger denuncias ciudadanas sobre el estado de las calles. Varias personas mayores participantes en los talleres dicen que utilizan habitualmente esta aplicación, que describen como una herramienta ágil que permite tramitar quejas fácilmente, y valoran muy positivamente el hecho de recibir información sobre la resolución de las denuncias y la rapidez de la respuesta. Durante los talleres también se hace referencia a la Comisión de Calidad de Vida, que se reúne una vez al mes en el barrio de Pla d'en Boet y resulta un espacio útil para dejar constancia de bienes dañados o carencias en el espacio público.

Tabla 7. Propuestas para mejorar el mantenimiento del espacio público

Mantenimiento y limpieza:

- Reforzar el mantenimiento y la mejora de los barrios periféricos
- Mejorar la limpieza en toda la ciudad
- Poner más papeleras
- Concienciar y sensibilizar a la ciudadanía para un mayor cuidado del espacio público
- Intensificar la vigilancia a los propietarios de perros para evitar las deposiciones en la calle
- Campañas y actuaciones de sensibilización de las personas que tienen mascotas o multar a quienes no recojan las defecaciones de los animales

La playa, los parques y las zonas verdes: un espacio muy bien valorado

Otro de los aspectos ampliamente comentados a lo largo de los talleres participativos han sido las zonas verdes de la ciudad: la playa, los parques, los espacios verdes y las zonas para caminar de la ciudad.

Mataró, por su situación geográfica, dispone de importantes espacios al aire libre. Por un lado, la ciudad tiene más de dos kilómetros de playa, el paseo marítimo y un puerto, que permiten pasear y hacer actividades al aire libre. Por otro lado, la cordillera litoral da acceso al Parque del Montnegre y Corredor, un pulmón verde que rodea todo el municipio.

El **frente marítimo** es un espacio muy bien valorado por los y las participantes en los talleres, un área especialmente utilizada por las personas mayores de la ciudad, que a menudo van a pasear por el paseo marítimo y las playas.

Ilustración 23. La playa de Mataró



Fuente: web del Ayuntamiento de Mataró

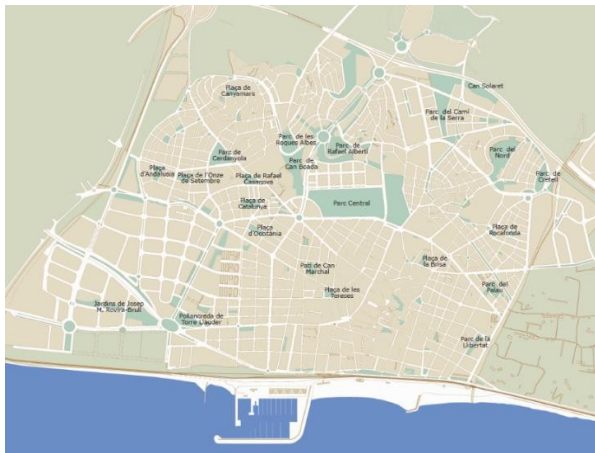
Tanto el personal directivo como el personal técnico del Ayuntamiento consideran que las playas están bastante preparadas para todas las edades, gracias a las adaptaciones y mejoras para facilitar la accesibilidad. En este sentido, destacan las pasarelas de madera que atraviesan las playas hasta llegar al mar, que se han ampliado para facilitar el acceso al agua, y el punto de asistencia al baño adaptado, que cuenta con el apoyo de personal de socorrismo de la Cruz Roja y que permite que las personas con problemas de movilidad lleguen al mar. Por su parte, las personas cuidadoras valoran positivamente la instalación de una cuerda para facilitar el acceso al agua de las personas que no pueden hacerlo por sí solas, pero se quejan de que solo está disponible en el horario del servicio de socorrismo, que coincide con las horas de sol, precisamente las horas que las personas mayores suelen evitar para estar en la playa. También se comenta que los horarios del servicio de salvamento están pensados para el grueso de la población y no se adecúan a los horarios de las personas mayores, que a menudo se van cuando empieza el horario de salvamento. En consecuencia, se plantea adaptar los horarios de este servicio a las necesidades de la gente mayor. En cuanto a las adaptaciones de la playa, las personas cuidadoras creen que se debería seguir trabajando en la mejora de los accesos y ampliar las zonas de sombra.

En relación con el mantenimiento y la limpieza de estos espacios, se recogen opiniones contradictorias: una parte de las personas participantes en los talleres opinan que el agua está muy limpia y valoran positivamente el mantenimiento del paseo marítimo y de la playa, mientras que otros afirman lo contrario, y dicen que el agua del mar está sucia, que se ha perdido zona de arena y se quejan del incivismo y de las deposiciones de los perros en la zona de la playa.

El puerto también se considera una zona de la ciudad muy atractiva para las personas mayores. Las personas cuidadoras y los y las profesionales que trabajan en residencias y centros de día comentan que a sus usuarios y usuarias les gusta mucho ir al puerto y, como es fácilmente accesible, les permite disfrutar del mar. A pesar de ello, se dice que actualmente el puerto es una zona de la ciudad poco atractiva y algunas personas lo describen como un espacio “triste y abandonado”, por lo que se propone promocionar este espacio para actividades ciudadanas.

La ciudad de Mataró también dispone de numerosos parques y zonas verdes, que han sido muy bien valorados durante los talleres. El municipio cuenta con 22 parques y plazas que el Ayuntamiento de Mataró identifica como zonas verdes en su web. La mayoría se sitúa en la zona norte de la ciudad, siendo el Centro el barrio que cuenta con menos espacios. Destaca por sus dimensiones el Parque Central, pero también son bastante extensos otros parques próximos al eje de la Vía Europa (Parque de Can Boada, Parque de les Roques Albes, Parque de Rafael Alberti, Parque del Nord, Parque de Rocafonda, Parque de Mar...).

Il·lustració 24. Mapa de zones verdes de Mataró



Fuente: Ayuntamiento de Mataró

En general, los asistentes a los talleres creen que hay muchos parques, plazas y zonas verdes en la ciudad. Entre los espacios verdes de la misma se valoran especialmente el Parque Central, las plazas del centro de la ciudad y la plaza de Cuba, que se considera un espacio emblemático de la ciudad y un buen espacio para pasear, charlar con los vecinos y “hacer barrio”, y que, dicen, no se tendría que perder nunca.

Las fotografías hechas por las personas usuarias de los centros de gente mayor también ponen de manifiesto que nuestros mayores valoran positivamente la existencia de espacios al aire libre con bancos donde sentarse y estar a la sombra. En este sentido, se han recogido numerosas fotos en las que se muestran espacios verdes, bancos y espacios sombríos y con agua.

Ilustración 25. Fotos de personas usuarias de centros de gente mayor, espacios verdes



Fotografías hechas por las personas usuarias de los centros de gente mayor de Mataró sobre los espacios que más les gustan de su ciudad

A pesar de ello, también se mencionan aspectos a mejorar en relación con los espacios verdes de la ciudad.

En primer lugar, se comenta que en los barrios periféricos del municipio se echan de menos parques y espacios verdes, y algunos participantes de los talleres se quejan de que los parques nuevos son espacios “duros” con poca vegetación, muy secos y oscuros. En las encuestas un 10% de las propuestas recogidas en relación con la mejora del espacio público han tratado sobre las zonas verdes y las áreas para caminar.

Se pide aumentar los espacios verdes de la ciudad y mantener adecuadamente los que ya existen, o se propone también combatir los botellones y limpiar los parques.

Otra queja planteada durante los talleres tiene que ver con la suciedad y la falta de civismo en el uso de los espacios públicos (suciedad después del fin de semana, deposiciones de perros, basura, mobiliario urbano dañado...).

Durante los talleres se hace mención repetidamente al espacio para hacer ejercicio que se ha instalado frente al Tecnocampus, y se piden más equipamientos de ejercicios al aire libre por toda la ciudad, una demanda que también ha sido recogida en la encuesta. Este tipo de espacios son muy bien valorados por las personas mayores participantes en los talleres, lo que también se refleja en las fotografías hechas por los usuarios y usuarias de los centros de gente mayor, pero se cree que hay pocos y se propone la instalación de más equipamientos de este tipo distribuidos por diferentes espacios de la ciudad. También se propone que se instalen equipamientos que promuevan la socialización y la relación en el uso del espacio público, como mesas para practicar el tenis mesa, pistas de petanca o huertos urbanos.

Ilustración 26. Fotos de las personas usuarias de los centros de gente mayor, áreas de ejercicio al aire libre



Fotografías hechas por las personas usuarias de los centros de gente mayor de Mataró

Otro aspecto comentado durante los talleres participativos tiene que ver con **el uso de los espacios públicos** y con los conflictos entre los distintos colectivos que los utilizan. Así, se señala que los parques de la ciudad están pensados sobre todo para los niños y niñas y que hay muchas áreas infantiles pero no espacios pensados para los mayores. Ello provoca conflictos de convivencia en el uso de estos espacios por distintos colectivos y algunas de las personas mayores asistentes a los talleres se quejan de que las familias no siempre vigilan a sus hijos e hijas, y de que a la salida de las escuelas los padres y madres ocupan todos los bancos de los parques y no les dejan espacio para sentarse o de que los perros van sin atar y los propietarios no recogen las deposiciones.

Tabla 8. Propuestas para mejorar las playas y los espacios verdes de la ciudad

Frente marítimo:

- Adaptar el servicio de socorrismo al horario de las personas mayores
- Promocionar el puerto marítimo como espacio abierto a toda la ciudad
- Adaptar la playa para que las personas mayores puedan disfrutar durante todo el año: con más bancos y rampas y con zonas de sombra

Parques y plazas:

- Diseñar parques más verdes y con menos plazas duras y más espacios con sombras
- Ajudinar la ciudad: plantar más árboles y más verde por todas partes
- Habilitar espacios abiertos en el centro, aprovechando solares vacíos o esquinas
- Cuidar más la limpieza de los espacios verdes
- Combatir los botellones en el espacio público
- Instalar equipamientos que promuevan la relación y las actividades al aire libre (tenis mesa, pistas de petanca, aparatos para hacer rehabilitación...)

- Hacer más parques adaptados para la gente mayor, con espacios donde se pueda hacer ejercicio físico y socializar
- Dinamizar actividades deportivas al aire libre dentro de los parques, con frecuencia regular y gratuitamente (pueden ser actividades dinamizadas, mobiliario urbano o acceso a material de préstamo)
- Habilitar huertos urbanos en la ciudad
- Realizar una revisión general de la accesibilidad de los parques
- A la hora de diseñar los parques, pensar en zonas también para nuestros mayores: zonas verdes, sombra, bancos (que no estén aislados y faciliten la relación entre las personas), sin desniveles ni peldaños...

Convivencia en el espacio público:

- Regular la convivencia en el espacio público para que todo el mundo pueda sentirse a gusto (balones de los niños, excrementos de los perros...)
- Poner en valor el impacto del entorno verde en la vida de las personas, y tener en cuenta esta información a la hora de diseñar políticas públicas

La seguridad, una preocupación común entre las personas mayores

La **seguridad en la calle** es otro de los aspectos a tener en cuenta a la hora de valorar la amigabilidad de la ciudad con las personas mayores.

A menudo, la gente mayor se siente vulnerable. Les da miedo tropezar o hacerse daño cuando van por la calle, ya que en edades avanzadas las consecuencias de este tipo de accidentes pueden llegar a ser graves.

Durante los talleres con personas mayores se habla de varios aspectos que les hacen sentir inseguros en el espacio público, como, por ejemplo, las aceras dañadas, las rampas sin barandilla o los obstáculos en medio de la calzada (como árboles o farolas). Se insiste en que en algunos barrios se dejan los muebles en la calle sin respetar el día de la semana fijado para la recogida, lo que en ocasiones obstruye el paso de los peatones hasta la llegada del servicio de recogida. Los perros sin atar también generan muchas quejas y se critica la conducta poco cívica de sus propietarios, que no tienen en cuenta el peligro que puede representar para una persona mayor tropezar con la cadena del animal.

Otro aspecto que preocupa especialmente a nuestros mayores son las bicicletas y los patinetes que van por las aceras, y exigen una regulación (y control) de la circulación de bicicletas, patines y sillas de ruedas eléctricas.

La percepción de falta de seguridad se acentúa por las noches –sobre todo en invierno–, en algunas partes de la ciudad donde las calles son oscuras por la poca iluminación o por los árboles que tapan la luz de las farolas. Este aspecto también preocupa a las personas encuestadas: un 4% de las valoraciones están relacionadas con este problema y hacen referencia a la poca iluminación de la ciudad, sobre todo por la noche.

En cuanto a la **seguridad frente a actos delictivos**, a pesar de que en general se considera que Mataró es una ciudad tranquila, las personas mayores, sobre todo las que sufren aislamiento social, se sienten especialmente vulnerables a la hora de salir a la calle y sienten miedo de salir solas.

Muchas de las personas participantes en los talleres han percibido un aumento de los casos de robo. En este sentido, por ejemplo, dentro del grupo de cuidadores informales, se observa que la mayoría de participantes han sido robados o conocen a alguien a quien le han robado recientemente. Se trata, en la gran mayoría, de robos sin violencia, y se habla del fenómeno de individuos que se acercan a las personas mayores con cualquier excusa para robarles relojes, collares o carteras. También se cree que son corrientes las estafas a mayores de personas que acudena sus casas diciendo que son de alguna empresa proveedora de servicios (telefonía, eléctricas...) y que, una vez dentro, les engañan o roban. La percepción de inseguridad se da, sobre todo, en los barrios y en las urbanizaciones, y es compartida por el grupo de técnicos, de los establecimientos comerciales, los centros de gente mayor y las personas de 60 a 69 años. Por otro lado, un 5% de las aportaciones a la encuesta sobre la amigabilidad de Mataró abordan la sensación de inseguridad frente a actos delictivos y reclaman la necesidad de aumentar la protección policial.

Además de la vigilancia policial, otras propuestas recogidas durante los talleres apuntan a la necesidad de trabajar por una ciudad más justa e inclusiva para evitar situaciones de necesidad que lleven a las personas a cometer robos, y de organizar campañas de información para las personas mayores que viven solas y aisladas a fin de prevenir estafas y robos.

Tabla 9. Propuestas para mejorar la seguridad en el espacio público

Seguridad en la calle

- Mejorar el mantenimiento de las aceras y el espacio público en general
- Garantizar la accesibilidad mediante la instalación de mecanismos de seguridad como rampas y barandillas
- Controlar a los propietarios de los perros sin atar
- Poner sanciones a las personas que depositen muebles en la calle fuera del día que toca
- Impedir que las bicicletas, patinetes y sillas de ruedas eléctricas vayan por la calle
- Mejorar la iluminación de las calles

Seguridad frente a actos delictivos

- Aumentar la protección policial
- Organizar campañas informativas a personas mayores y personas que viven solas para prevenir estafas y robos
- Trabajar por una sociedad más justa e inclusiva para evitar situaciones de necesidad que lleven a las personas a cometer robos

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

Según los y las representantes del Consejo habría que poner más bancos en el espacio público. Los bancos son muy necesarios para las personas mayores para poder descansar cuando van de un lugar a otro de la ciudad, por lo que habría que ponerlos, sobre todo, en las calles más largas.

Los lavabos públicos también son una prioridad. Son un equipamiento muy necesario para algunas personas mayores que sufren de incontinencia y necesitan utilizar los urinarios a menudo. No solo se trata de poner más lavabos públicos, sino también de señalar bien los que hay. Se observa que, a pesar de existir lavabos de uso público, estos no siempre están bien señalizados. También se valora que en algunos casos la apertura está condicionada al horario del establecimiento donde se encuentra el lavabo y que, por ejemplo los fines de semana, no hay acceso a los mismos. Otro problema es la distribución de los lavabos públicos, que debe garantizar su disponibilidad por toda la ciudad.

El mantenimiento y la limpieza de la ciudad es otro de los aspectos que preocupan a los representantes del Consejo. Para la gente mayor es muy importante que la vía pública esté en condiciones. Se mencionan las baldosas, que tendrían que estar fijas y no moverse, o las raíces de los árboles. Cualquier desperfecto puede ser causa de un accidente o caída, y en según qué situaciones las consecuencias pueden revestir gravedad para estas personas.

Otra cuestión que preocupa es el civismo en el espacio público. Uno de los aspectos que causa más molestias a nuestros mayores es la recogida de muebles y objetos viejos. Cuando se dejan muebles en medio de la vía pública se les dificulta el paso, lo que causa problemas de accesibilidad. A veces esto es un problema de civismo, porque no se respetan los días de recogida o porque se dejan los muebles en medio de la calle sin tener en cuenta que ello impide el paso, pero otras veces, aunque se quiera hacer bien, no se puede porque no hay lugar donde dejarlos y no queda más remedio que depositarlos en medio de la vía pública. En este sentido, los miembros del Consejo recuerdan que hace años se acudía al domicilio a recoger los muebles que se querían tirar y se preguntan si se podría recuperar este sistema. Además, se observa que, en el caso de las personas mayores con dificultades para trasladar objetos de gran peso, este servicio era muy útil.

Otro aspecto relacionado con el incivismo es el ruido. Esta problemática se da sobre todo en verano, cuando hace calor y se tienen las ventanas abiertas. Se comenta que hay grupos de personas que están en la calle hasta muy tarde y haciendo ruido, lo que perturba el descanso de los vecinos y vecinas. A pesar de que haya una normativa municipal que establece que no se puede hacer ruido en la calle entre las 10 de la noche y las 8 de la mañana, la valoración es que la ordenanza no se cumple.

También se apunta a la falta de iluminación, que es insuficiente en muchas áreas de la ciudad, y se observa que en algunas áreas, aunque haya farolas, estas no están encendidas.

Finalmente se insiste en la necesidad de avanzar hacia una ciudad más justa y más equitativa. La crisis económica y el crecimiento de las desigualdades han llevado a muchas personas a situaciones límite y a delinquir, por lo que han aumentado los robos. Evitar que esto pase redundaría en el beneficio de

todos, y trabajar por una sociedad en la que las necesidades básicas estén garantizadas es trabajar también por una sociedad más segura.

4.2.3. Transporte

El transporte y la accesibilidad a los diferentes espacios de la ciudad constituyen un factor clave para el envejecimiento activo. La habilidad de trasladarse por toda la ciudad es determinante para la integración y la calidad de vida de las personas mayores, ya que incide directamente en su acceso a los establecimientos comerciales y a los servicios de la ciudad, a los servicios comunitarios y de salud y en su participación social y cívica.

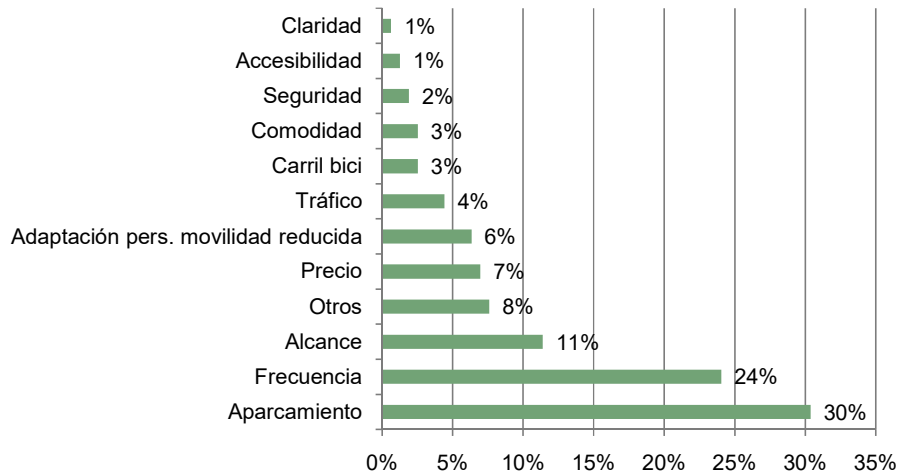
Para analizar este apartado se han tenido en cuenta tanto los servicios de transporte público en el ámbito urbano e interurbano como la posibilidad de desplazarse con transporte privado, así como la movilidad sostenible en la ciudad.

El aparcamiento y la frecuencia de los autobuses: principales preocupaciones en la valoración del transporte en la ciudad de Mataró

El transporte es el segundo ámbito de preocupación para las personas mayores, según las propuestas recogidas en la encuesta, con un 15% de comentarios relativos al transporte de Mataró.

Dentro del ámbito del transporte lo que más preocupa a la gente mayor es el aparcamiento, seguido por la frecuencia, la cobertura de la red y el precio del transporte público, así como la adaptación del transporte público a las personas con movilidad reducida. También se recogen propuestas sobre aspectos como la claridad de la red de transportes, la accesibilidad, la seguridad, la comunidad, la utilización de medios de transporte sostenible y el volumen del tráfico.

Ilustración 27. Encuesta a las personas mayores de Mataró. Propuestas para mejorar el transporte en la



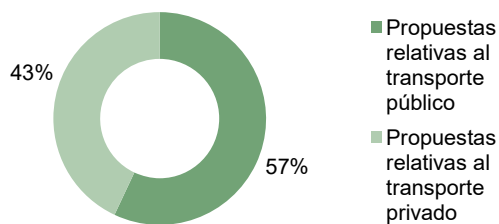
ciudad

Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Según lo recogido en la encuesta, nuestra gente mayor no está satisfecha con el precio del transporte público, ni con la frecuencia ni con la accesibilidad. Proponen añadir líneas de autobús, aumentar la frecuencia del transporte público los fines de semana, adaptarlos a las necesidades de las personas con movilidad reducida y construir infraestructuras en las paradas de autobús. En el caso del transporte privado, echan de menos plazas de aparcamiento públicas.

Un 57% de las respuestas están relacionadas con el transporte público y el 43% restante tratan del transporte privado.

Ilustración 28. Encuesta a las personas mayores de Mataró. Tipo de propuestas en relación con la mejora del transporte



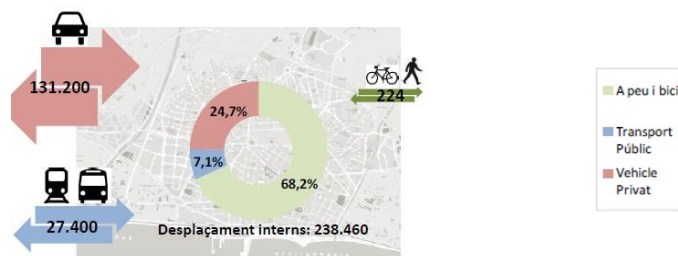
Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Mataró, una ciudad para ir a pie

Si se compara Mataró con otras ciudades con una población similar, esta es una ciudad de extensión relativamente pequeña, ya que ciudades como Lleida, Tarragona o Reus tienen una superficie mucho mayor. Por su estructura urbana Mataró es una ciudad bastante compacta, con un casco urbano pequeño de 7,8 km² de superficie, y con distancias no muy elevadas dentro del casco urbano: 2,5 km de mar a montaña, 3 km entre las dos rieras que delimitan el municipio y distancias que no superan los 1,6 km, entre los barrios y el centro histórico.

Según los datos del Pacto por la Movilidad en Mataró, aprobado en el año 2016, la movilidad interna en la ciudad se hace fundamentalmente a pie, y la mayoría de las propuestas del proceso participativo sobre la movilidad en la ciudad van enfocadas a potenciar dicha movilidad y a restringir el uso del coche.

Ilustración 29. Desplazamientos internos y externos en Mataró



Fuente: Pacto por la Movilidad en Mataró, 2016

Comentario [S3]:

[IMATGE]

Desplazamientos internos

A pie y en bici
Transporte público
Vehículo privado

Esta visión se confirma durante los talleres sobre la amigabilidad de Mataró con las personas mayores, en los que la mayoría de participantes, tanto el personal técnico y cuidador como las mismas personas mayores, constatan que Mataró es una ciudad en la que se puede ir andando a todas partes y afirman que los desplazamientos urbanos se hacen mayoritariamente a pie, si bien entre las personas más mayores es más habitual combinar los desplazamientos a pie con el uso del transporte público o privado, y en el caso de las cuidadoras, predomina el transporte privado.

A lo largo de los talleres participativos se identifican varios obstáculos que dificultan los desplazamientos a pie dentro de la ciudad.

Un primer aspecto tiene que ver con la orografía de la ciudad, porque así como la zona del centro histórico y los alrededores es muy llana y tiene muy buena accesibilidad, los barrios presentan fuertes pendientes y núcleos bastante desconectados, lo que dificulta la accesibilidad de sus habitantes. Estas dificultades se acentúan por una red vial menos planificada en los barrios periféricos respecto al resto de la ciudad. En el caso de las personas mayores, las dificultades derivadas de las subidas y bajadas pronunciadas se acentúan todavía más, por lo que con la edad se tienden a reducir aquellos desplazamientos a pie que son de sur a norte, de forma que muchas de las personas participantes en los talleres dicen que, si bien en la bajada se desplazan a pie, para las subidas suelen coger el autobús.

Otro aspecto surgido en los talleres está relacionado con la cultura del coche. El tráfico rodado continúa teniendo prioridad, y los y las participantes se quejan de que hay demasiados coches circulando por la ciudad, lo que es perjudicial para la salud de sus habitantes. Proponen, en consecuencia, fomentar la pacificación de la ciudad y limitar el uso del vehículo privado. Algunos participantes también se lamentan de que por las calles peatonales pasen coches y consideran que se tendría que ser más estricto y que habría que limitar el uso de estas calles a comerciantes y vecinos, para que las mismas fueran realmente un espacio de paseo. Otra propuesta para facilitar que las personas mayores se puedan desplazar a pie es ofrecer servicios de entrega de la compra a domicilio, de forma que estas puedan hacer sus compras a pie o con transporte público sin tener que cargar las bolsas cuando vuelven a casa.

Más concretamente, se recoge una queja en relación con los semáforos, cuya duración es a veces demasiado corta y no permite que las personas mayores tengan tiempo de cruzar la calle.

Tabla 10. Propuestas para promover los desplazamientos a pie en la ciudad

Desplazamientos a pie

- Instalar escaleras eléctricas o ascensores en barrios con pendientes elevadas
- Ofrecer servicio de transporte/entrega de la compra del mercado y de los comercios
- Dar prioridad al peatón en el diseño del espacio urbano
- Limitar el uso del vehículo en las calles peatonales a las personas autorizadas (vecinos, comerciantes...)
- Revisar el tiempo de cruce de los semáforos para garantizar que las personas mayores tengan tiempo de cruzar la calle con tranquilidad
- Poner un indicador de los segundos que quedan antes de que el semáforo de peatones se ponga en rojo

La potenciación del transporte público: precio, frecuencia y alcance de la red de transporte urbano

Según el Pacto por la Movilidad en Mataró, la cobertura de la red de bus urbano es elevada, porque cubre un 76% de la superficie urbana y el 96% de los habitantes, y recibe una buena valoración de la ciudadanía. Aun así, el uso del transporte público se sitúa por debajo de la demanda media existente en poblaciones similares.

Algunos de los problemas identificados por el Pacto por la Movilidad son la baja frecuencia de los autobuses, una velocidad media de la red relativamente baja y la falta de una red realmente segregada, que hace que de media se tarde un 54% más de tiempo en un desplazamiento en autobús que con vehículo privado.

Durante los talleres participativos se ha analizado la amigabilidad del transporte público de la ciudad con las personas mayores en función de aspectos como el precio, la accesibilidad, la frecuencia, la puntualidad, el alcance, la comodidad, la seguridad y la adaptación del transporte público a las personas con movilidad reducida.

Uno de los aspectos más comentados en los talleres, y en el que todos los y las participantes están de acuerdo, es el elevado **precio** del transporte público en relación con el servicio prestado. A pesar de que los y las participantes reconocen que con la T-10 el precio es algo más bajo, y de que agradecen que se puedan hacer transbordos entre autobuses durante una hora y cuarto sin tener que volver a pagar, se considera que el precio sigue siendo elevado (1,70€ por billete y 10,20€ por 10 viajes). Por otro lado, existen ayudas para la gente mayor (Carnet Azul), pero están muy restringidas, ya que solo se conceden a personas en situación vulnerable (con ingresos inferiores a 650€ mensuales). Además, se considera que para solicitar este carnet se tiene que hacer mucho papeleo y a menudo las personas mayores tienen dificultades para realizar las gestiones. En el caso de las residencias, se ha observado que renuncian a gestionar dichos carnets para sus usuarios y usuarias, aunque tengan derecho a ellos, por la complicación que supone su tramitación, lo que a su vez provoca que se organicen menos excursiones, ya que el coste del transporte hace subir mucho el precio y se limitan mucho las salidas.

La percepción de los y las participantes en los talleres es que se tendría que facilitar mucho más el acceso al transporte público a las personas mayores, facilitando transporte gratuito o, cuando menos, ofreciendo descuentos en el precio de los billetes a partir de una determinada edad o de la jubilación. Se considera el acceso al transporte público una estrategia importante para facilitar que las personas mayores se muevan, salgan de casa y realicen actividades.

En la encuesta también se ha recogido esta demanda, con un 7% de comentarios relacionados con el precio del transporte público, que se propone que sea más barato o gratuito.

Otra reivindicación generalizada tiene que ver con la **frecuencia** de los autobuses. En este aspecto los y las participantes en los talleres confirman lo que ya se menciona en el Pacto por la Movilidad en Mataró respecto a la baja frecuencia de los autobuses, y añaden que la frecuencia de paso se reduce todavía más durante los fines de semana, en los que las franjas horarias son de una hora como mínimo habiendo zonas que quedan totalmente desconectadas. En este aspecto se propone aumentar la frecuencia de los vehículos, si hace falta con autobuses más pequeños pero más frecuentes, y también mejorar la información sobre los horarios de paso. A esto se le añade la lentitud de los recorridos, porque los autobuses realizan una gran vuelta, con lo que se hacen recorridos muy largos para cubrir trayectos relativamente cortos.

Sobre esta cuestión también se han recogido bastantes aportaciones en la encuesta, y un 24% de las propuestas de este apartado giran en torno a la frecuencia del transporte público. Según las personas encuestadas pasan muy pocos autobuses en las líneas 3, 4, 6, 7 y 8. En especial, la línea 4 ha sido mencionada repetidamente. También se comenta que durante el fin de semana se echan falta más servicios de autobús.

En cuanto a la **red de transporte público**, se pone de manifiesto que se están haciendo mejoras y se valora muy positivamente, por ejemplo, la nueva línea de autobús hasta el Tecnocampus. No obstante, se considera que cuesta desplazarse por la ciudad en autobús y que falta una mayor cobertura en los barrios. Un caso especialmente grave es el de las urbanizaciones, donde no hay ningún transporte público. Cuando las personas mayores que viven en esas zonas ya no pueden conducir quedan aisladas y dependen totalmente de sus familiares, vecinos y profesionales cuidadores.

También se observa que el hospital, un equipamiento bastante frecuentado por personas mayores, es poco accesible en transporte público, y que al barrio de Can Quirze, donde hay un centro de día, una residencia y una escuela, no llega ningún transporte público.

Según algunos participantes de los talleres, la red de autobuses es poco intuitiva, y se propone mejorarla para que sea más fácil de entender.

El alcance de las líneas del transporte público ha sido uno de los aspectos más mencionados en la encuesta. El 11% de las propuestas iban dirigidas a dicha cuestión. Se propone ampliar la red de transportes, sobre todo en los barrios más periféricos. Concretamente en el barrio de L'Havana se echan de menos líneas de autobús, y se recogen quejas en torno a la falta de cobertura en esta zona de la ciudad. También se han recogido aportaciones respecto a la necesidad de mejorar la claridad de la red de transportes.

En cuanto a la **comodidad de las paradas de autobús**, la visión del personal directivo y técnico del Ayuntamiento contrasta con las opiniones de nuestros mayores. Desde el punto de vista técnico, se considera que el Ayuntamiento está realizando un esfuerzo por arreglar las paradas de los autobuses (bancos, sombra, protección en caso de lluvia, indicadores con el horario de los autobuses...). Sin embargo, estas mejoras no han llegado aún a muchas de las paradas y la percepción de los y las participantes en los talleres es que todavía queda mucho por hacer. En este sentido, se lamenta que algunas paradas estén sucias y abandonadas, porque los bancos que hay en algunas de ellas son estrechos e incómodos y no todas las paradas de autobús están adaptadas para el uso de rampas. A pesar de que esta no ha sido una cuestión prioritaria en la encuesta, cabe señalar este 3% de aportaciones relacionadas con la poca comodidad de las paradas de autobús.

La valoración de la **accesibilidad** a los autobuses para las personas con movilidad reducida es, en general, positiva. La mayoría de los y las participantes en los talleres consideran que los autobuses de la ciudad están bien adaptados, con rampas de acceso y espacio para sillas de ruedas. Sin embargo, algunos participantes discrepan y afirman que no siempre es así, y se quejan de que no haya suficientes asientos reservados para personas mayores y con problemas de movilidad. En cuanto a la encuesta, un 6% de los comentarios tienen que ver con la adaptación del transporte público a las personas con movilidad reducida, en el sentido de que, sobre todo, se echan en falta más rampas.

En definitiva, durante los talleres se pone de manifiesto que la cuestión del transporte urbano es importante para nuestros mayores. Muchas de estas personas se han desplazado siempre a pie por la ciudad, pero a medida que envejecen se van volviendo más dependientes del transporte público, quizás no para hacer todos sus desplazamientos por la ciudad, pero sí para aquellos recorridos que son más largos o empinados. En este sentido, se considera que, a partir de una determinada edad, disponer de una buena red de transporte público, con suficientes recorridos para llegar a los diferentes barrios y espacios de la ciudad en un tiempo razonable y a un precio reducido o gratuito, es importante para las personas mayores, puesto que les ayuda a mantener su vida social y a envejecer de forma activa.

Tabla 11. Propuestas para mejorar el espacio público

Precio:

- Transporte público gratuito o con precios reducidos para las personas mayores
- Ayudas en centros de día y residencias para la organización de salidas con transporte público

Frecuencia:

- Mejorar la frecuencia de los autobuses (sobre todo en fin de semana)
- Mejorar la información sobre los horarios de los autobuses (información de los paneles del autobús, app para consultar el tiempo de espera del próximo autobús...)

Red de autobuses:

- Mejorar la cobertura de transporte público en barrios periféricos y urbanizaciones
- Utilizar microbuses para poder llegar a todas las zonas de la ciudad
- Mapa de transporte público más intuitivo y fácil de entender (p.ej. coloración por zonas)
- Mejorar el acceso en transporte público al hospital y a los equipamientos para personas mayores

Paradas de autobús:

- Mejorar los espacios de espera en las paradas de autobús (protección para el sol y la lluvia, bancos, información sobre horarios, limpieza...)

Accesibilidad:

- Aumentar los asientos reservados a personas mayores y con problemas de movilidad en los autobuses públicos

El aparcamiento, principal obstáculo para la movilidad en transporte privado

En cuanto al transporte privado, según los datos recabados en el Pacto por la Movilidad, la utilización del coche todavía es elevada en Mataró, con un 34% de los viajes de la ciudadanía.

Desde el punto de vista técnico, se considera que el municipio dispone de una buena señalización en general, si bien el resto de colectivos participantes en los talleres no lo señalan.

En general, los y las participantes en los talleres opinan que desplazarse en coche por dentro de la ciudad es complicado, fundamentalmente por la lentitud y densidad del tráfico y por las dificultades a la hora de aparcar.

El tema del **aparcamiento** surge en todos los talleres participativos y también ha sido el que ha recibido más atención en la encuesta, con un 30% de propuestas relacionadas con el mismo y con la demanda de más aparcamientos públicos, especialmente en el centro.

La queja generalizada es que hay pocas plazas de aparcamiento en la ciudad, sobre todo en el centro. Hay parkings, dicen, pero son de pago. En cambio, el aparcamiento público es muy limitado y dispone de pocas plazas reservadas para personas con discapacidad, lo que hace difícil moverse en coche por la ciudad. Esta dificultad afecta, especialmente, a las personas mayores y a sus cuidadores y cuidadoras: por un lado, por las dificultades que conlleva desplazarse en vehículo privado por la ciudad y, por el otro, porque a menudo se acumulan coches aparcados en la acera que dificultan el paso. En el caso de cuidadores y cuidadoras, el problema de la movilidad es especialmente grave, porque tienen dificultades a la hora de dejar o recoger a personas mayores con dificultades de movilidad, e incluso destacan que, cuando están acompañando a dichas personas, a menudo no les queda más remedio que cometer “infracciones obligadas”; es decir, estacionar en un lugar que no está permitido para poder dejar o recoger a la persona con problemas de movilidad y tener que asumir el pago de una multa en su caso.

Aunque se entiende que la dificultad de aparcar puede ser una estrategia favorable para restringir el tráfico dentro de la ciudad y avanzar hacia una ciudad más amigable, hay que tener en cuenta a las personas con dificultades de movilidad de modo que esta estrategia no las penalice. Durante los talleres con cuidadores y cuidadoras se propone facilitar un carnet de accesibilidad para que las personas mayores y las que las cuidan se puedan mover en vehículo privado por la ciudad con las mismas facilidades que aquellas que tienen discapacidad. Este carnet tendría que ser fácil de conseguir, aprovechando procesos que ya existen (por ejemplo, el del carnet azul), y los y las profesionales que atienden a mayores tendrían que estar informados de la existencia de los mismos y de los procesos para conseguirlos, a fin de asegurar que la información llegue a la gente mayor que lo necesite.

Tabla 12. Propuestas para mejorar la movilidad en transporte privado

Movilidad en transporte privado:

- Habilitar más espacios públicos destinados a aparcamiento, especialmente en el centro, aprovechando solares vacíos
- Más plazas de aparcamiento reservado gratuito en la calle para las personas mayores y con problemas de movilidad en todas las calles
- Facilitar los accesos y espacios para aparcar a los vecinos de las calles peatonales
- Habilitar más plazas de aparcamiento para personas con discapacidad
- Habilitar zonas donde dejar y recoger a personas mayores (p.ej. frente a tiendas, farmacias...)
- Carnet de accesibilidad con vehículo privado para personas mayores y sus cuidadores/as

Movilidad sostenible: la necesidad de regular los desplazamientos en bicicleta y patinete

Las alternativas al transporte privado por medio de vehículos sostenibles, como la bicicleta, todavía están poco implantadas en la ciudad. Así se constata en la diagnosis del Pacto por la Movilidad, y también lo confirman los directivos del Ayuntamiento: la implantación del uso de la bicicleta en Mataró va con retraso en relación con otras ciudades. El vehículo privado sigue teniendo prioridad, hay pocos carriles bici y estos no están lo suficientemente señalizados.

Desde el punto de vista de las personas mayores participantes en los talleres, actualmente la bicicleta no se ve como un transporte alternativo al coche o al ir a pie, fundamentalmente por el peligro de accidentes y caídas. Lo que sí se detecta es que la falta de señalización y de carriles reservados a bicicletas les afecta negativamente, porque se utiliza la acera como alternativa. En este sentido, se recogen quejas por las actitudes incívicas de ciclistas y usuarios/as de patinetes y, últimamente, de bicicletas y patinetes eléctricos que van por las calles peatonales, a veces a mucha velocidad, poniendo en peligro a la gente mayor, especialmente vulnerable a golpes y caídas.

Esta percepción queda también reflejada en la encuesta: un 4% de las personas encuestadas se queja del tráfico en Mataró y un 3% de las propuestas apuntan a la instauración de más carriles bici.

Tabla 13. Propuestas para mejorar la sostenibilidad en la ciudad

Movilidad sostenible:

- Instalar más carriles bici, con una red suficiente para desplazarse por la ciudad sin necesidad de invadir las zonas peatonales
- Sensibilizar a la población que utiliza medios de transporte sostenible sobre el uso cívico de estos vehículos

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

La principal queja de los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor en relación con el transporte público es el precio. Se considera que es muy caro y que las franjas para poder solicitar la tarjeta azul son muy restrictivas. También se compara con municipios vecinos, en donde pertenecer a este colectivo da derecho a un carnet que permite disfrutar de ventajas en el precio de los servicios municipales: no solo en el transporte, sino también en la entrada a la piscina municipal, por ejemplo.

Otra de las quejas tiene que ver con los horarios. Los y las representantes del Consejo consideran que los autobuses pasan con poca frecuencia, sobre todo durante el fin de semana, y señalan que hay barrios que quedan incomunicados de la red de transporte público.

Finalmente, se observa que existen equipamientos como el hospital o alguna de las residencias del municipio a los que no se puede llegar en transporte público. También se pone de manifiesto la problemática de las urbanizaciones o los barrios periféricos de la ciudad, donde hay poca cobertura de transporte público. Las personas mayores que viven en dichas zonas, cuando no pueden conducir, se quedan aisladas y dependen totalmente de familiares o cuidadores.

4.2.4. Vivienda

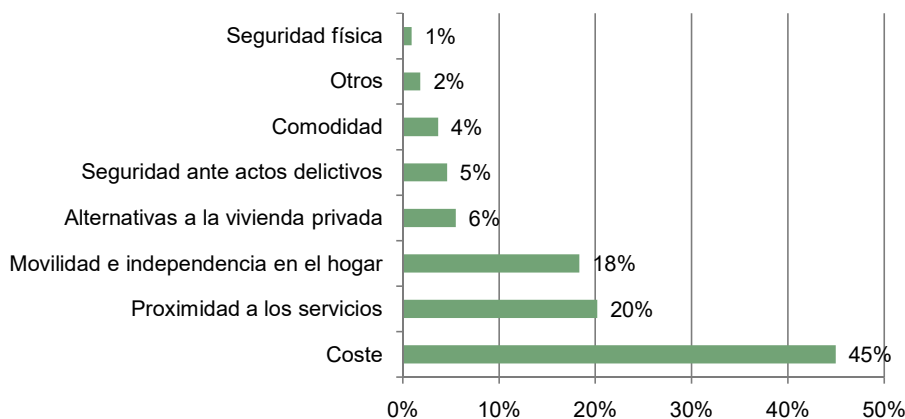
La vivienda es un elemento esencial para la seguridad y el bienestar de la ciudadanía. En el caso de las personas mayores, existe una relación directa entre el acceso a una vivienda adecuada, el acceso a los servicios sociales y comunitarios, y la independencia y la calidad de vida que les permite envejecer de forma cómoda y segura dentro de la comunidad a la que pertenecen. Por este motivo, para valorar la amigabilidad de las ciudades, hay que analizar la situación de la vivienda en la ciudad. Concretamente, y siguiendo los ítems identificados por el Protocolo de Vancouver, durante los talleres se han valorado el coste, la comodidad, la seguridad dentro de la vivienda y en el barrio, el acceso a los servicios esenciales, la movilidad y la independencia dentro del hogar y las alternativas a la vivienda privada.

Los aspectos clave entorno a la vivienda: el precio, la proximidad de los servicios y la independencia en el hogar

A pesar de la importancia de este aspecto para la calidad de vida en esta franja de edad, esta cuestión no figura entre las principales preocupaciones de las personas mayores encuestadas: tan solo el 4% de las propuestas para hacer de Mataró una ciudad más amigable para ellos y ellas tratan de la vivienda y su accesibilidad.

En cuanto a las propuestas concretas en relación con la vivienda y la oferta de servicios en los barrios, la principal preocupación es el coste, seguida de la proximidad a los servicios y de la movilidad e independencia en el hogar, con la mayoría de las propuestas relacionadas con dicha cuestión.

Ilustración 30. Propuestas en relación con la vivienda y la oferta de servicios en los barrios



Fuente: Encuesta a las personas mayores “Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores”, 2018

El coste de la vivienda: una preocupación generalizada

Igual que sucede con las encuestas, el elevado **coste** de la vivienda, tanto de propiedad como de alquiler, constituye la principal preocupación de las personas participantes en los talleres a la hora de valorar este ámbito. Todos los perfiles participantes en los talleres mencionan esta problemática, y consideran que el precio de la vivienda en la ciudad es excesivo y que hay que buscar alternativas para garantizar el acceso de las personas mayores a una vivienda en condiciones.

El informe del Observatorio Municipal de la Vivienda de enero de 2016 confirma esta visión. Según los datos recogidos en el informe, el acceso a la vivienda representa un esfuerzo importante para los hogares, al que dedican el 29% de sus ingresos en el caso de las viviendas de segunda mano en propiedad, el 36% para las viviendas nuevas de propiedad y el 39% para las viviendas de alquiler, lo que pone de manifiesto las presiones especulativas que sobre este último tipo de vivienda existen actualmente. Esta situación se ve agravada por el hecho de que, tras un descenso en el precio de la vivienda derivada de la situación de recesión económica, a partir de 2015 los precios han vuelto a subir.

Desde el punto de vista técnico, esta preocupación es muy patente. Con una media de 10 solicitantes por cada piso de protección oficial disponible, el parque de vivienda pública es insuficiente para cubrir la demanda de la ciudad. En el caso de las personas mayores, se detectan necesidades no cubiertas en relación con la vivienda que pueden acarrear situaciones graves de aislamiento o de vulnerabilidad que habrá que afrontar. Preocupa especialmente el elevado precio de los alquileres, ya que, teniendo en cuenta las pensiones, son inaccesibles para este colectivo. Esto hace que, cuando renuevan sus alquileres o cuando sus necesidades varían y se tienen que cambiar de casa (por ejemplo, por problemas de movilidad o de accesibilidad a los edificios), estas personas no sean capaces de acceder a una vivienda en condiciones, por lo que quedan “prisioneras” dentro de viviendas poco accesibles o

aisladas en barrios alejados y sin acceso a servicios de proximidad, como centros de salud o equipamientos cívicos.

Para dar respuesta a estas problemáticas, en el ámbito técnico se pone de manifiesto la necesidad de incidir en la política de vivienda, haciendo crecer el parque de vivienda pública, incidiendo en los precios de los alquileres, por medio de políticas públicas, e introduciendo nuevas fórmulas de vivienda para evitar la exclusión residencial (cooperativas de viviendas, viviendas compartidas, pisos tutelados, cohabitación, permutas, etc.). También se destaca que, además de adecuar los edificios a las personas mayores, es importante buscar fórmulas que faciliten el cambio de vivienda cuando sea necesario para adaptarse a nuevas circunstancias vitales.

Asimismo, las personas mayores también consideran que el precio de la vivienda es demasiado elevado y les preocupa que cuando sus necesidades cambien no tengan capacidad para acceder a un nuevo hogar. Así, observan que, con los cambios en su situación vital, las casas en las que viven son demasiado grandes y necesitan espacios más pequeños, o cuando empeoran sus condiciones físicas, se encuentran con problemas de accesibilidad a la vivienda (una parte muy importante del parque de viviendas de Mataró no tiene ascensor), y se ven obligadas a cambiar de casa. Pero, según dicen, esto puede ser especialmente difícil: debido a su edad, si quieren adquirir una nueva vivienda, ya no pueden acceder a una hipoteca, y para una persona mayor que vive de su pensión también es muy complicado acceder al alquiler, porque de entrada se les pide una nómina o un aval y se tienen que pagar tres meses de cuota por adelantado. Durante los talleres se observa que la carga de los gastos de comunidad puede llegar a ser muy elevada porque se computa por hogar, de forma que una persona sola paga lo mismo que una familia entera y, por tanto, no es proporcional. Y a todo esto se le añaden los gastos asociados a la vivienda como, por ejemplo, los gastos de comunidad o los impuestos, o los gastos vinculados a los servicios básicos, cosa que deja a muchas personas mayores en una situación de vulnerabilidad energética que puede llegar a comportar riesgos para su salud en momentos específicos, como durante las olas de frío o de calor.

Finalmente, también se recogen quejas sobre las ayudas a la vivienda, que se consideran excesivamente restrictivas. Muchas personas con dificultades económicas para llegar a final de mes quedan excluidas de las mismas porque los tramos para acceder a ellas son muy bajos.

En esta línea, el 45% de las propuestas recogidas en la encuesta también están relacionadas con el coste de la vivienda y plantean la necesidad de aumentar las ayudas a las personas mayores, crear más vivienda social, controlar los alquileres y bajar el IBI.

Tabla 14. Propuestas para hacer frente a los problemas derivados del coste de la vivienda

Políticas públicas de vivienda:

- Construir vivienda pública para personas mayores
- Explorar nuevas fórmulas de vivienda que permitan maximizar los servicios y minimizar los costes, como las viviendas compartidas, los pisos tutelados, etc.
- Regular los precios del alquiler para la gente mayor
- Facilitar el acceso a los pisos (alquiler social, cooperativas...)

Barreras y obstáculos en la vida autónoma de las personas mayores

Está claro que el diseño de las viviendas condiciona la capacidad de las personas mayores para vivir de forma autónoma en su casa. Con la edad, los problemas de accesibilidad y el riesgo de aislamiento social se incrementan, de forma que aspectos como disponer de un ascensor para acceder a pisos elevados, que las instalaciones del baño y la cocina sean adecuadas o que los portales, las puertas y los pasillos sean lo suficientemente anchos como para desplazarse con silla de ruedas se convierten en fundamentales para las personas mayores.

Durante los talleres, **la adaptación de los hogares** a las necesidades de nuestros mayores es lo que despierta más interés y constituye el principal tema de debate en este ámbito. En cuanto a la encuesta, un 4% de las aportaciones estaban relacionadas con la necesidad de ayudas para la restauración de viviendas en mal estado.

Tanto el personal técnico como las personas cuidadoras mencionan la existencia de un programa de apoyo a la vivienda para dar respuesta a las necesidades de accesibilidad, y se valoran positivamente los servicios proporcionados por la Oficina Local de Vivienda, que facilita servicios y asesoramiento para reformasen el hogar y ofrece ayudas de emergencia habitacional.

A pesar de ello, en los talleres participativos se pone de manifiesto la existencia de obstáculos importantes en la vida autónoma de las personas cuando envejecen, por culpa de un parque de viviendas que no siempre se adecúa a sus necesidades. En este sentido, se señala la existencia de muchos edificios en la ciudad que no están adaptados a dichas necesidades, sobre todo en las zonas más antiguas de la ciudad, porque los barrios más nuevos ya se han construido teniéndolas en cuenta.

Uno de los principales problemas es **la accesibilidad**. Muchas personas mayores viven en pisos altos con muchas escaleras y sin ascensor. Y aunque se haya instalado un ascensor, puede haber pequeños obstáculos como escalones o pasillos estrechos que dificultan igualmente el acceso a las viviendas. Las dificultades para desplazarse y salir a la calle provocan soledad y aislamiento, y son una barrera importante para el envejecimiento activo. Los y las participantes en los talleres lamentan que la decisión de instalar ascensores dependa del acuerdo de la comunidad de propietarios, ya que a veces las comunidades son poco previsoras o reticentes a la hora de asumir el gasto de la instalación de un ascensor, de forma que las personas mayores que viven en estos edificios se ven en el dilema de tener queirse de su piso o bien sufrir el aislamiento que comporta no poder salir de casa con normalidad.

También en las encuestas se recoge esta cuestión. Un 18% de las respuestas están relacionadas con los problemas de movilidad e independencia en el hogar. A las personas encuestadas les preocupa no poder acceder solas a sus viviendas, porque o no hay ascensor o las viviendas no están bien equipadas para hacerles la vida más cómoda.

Otro problema distinto es el que se da en las urbanizaciones. Las personas cuidadoras reconocen que en las urbanizaciones viven muchos mayores en aislamiento. Y lo mismo sucede en las masías, donde hay muchos problemas de accesibilidad, tanto para llegar a ellas como dentro de las mismas. No se pueden mover de casa, no tienen servicios de proximidad y dependen de sus hijos e hijas y de cuidadores para hacer la compra y para acceder a los servicios básicos. La previsión es que esta situación empeore aún más en el futuro, cuando las familias que se han ido a vivir a estas urbanizaciones envejecan y se queden solas.

Otro problema habitual, mencionado por los y las participantes en los talleres, es la falta de adaptación de las viviendas antiguas. Los edificios antiguos no están adaptados y presentan barreras que dificultan la autonomía de las personas mayores: baños con bañeras o duchas de difícil acceso, espacios estrechos que no permiten desplazarse con silla de ruedas dentro del hogar, instalaciones antiguas y en mal estado, suelos resbaladizos, etc. Conforme las personas que viven en estas viviendas van envejeciendo, tienen que hacer frente a gastos para adaptar sus hogares que pueden llegar a ser elevados y difíciles de asumir para quienes viven de su pensión.

El problema, afirma el personal técnico, es que no hay conciencia de la necesidad de adaptar las viviendas hasta que la necesidad es evidente. No hay una mentalidad de prevención en este sentido, y ello dificulta las actuaciones de reforma, dado que no solo se tiene que hacer frente a gastos importantes de golpe, sino que se tiene que soportar el ajetreo que comportan las obras en el hogar, lo que puede ser especialmente incómodo en el caso de la gente mayor.

Por otro lado, tanto las personas mayores como las cuidadoras señalan que existen ayudas de los servicios sociales, pero los baremos para acceder a ellas son muy bajos y solo cubren los casos extremos. También lamentan que, a la hora de conceder estas ayudas, se tengan en cuenta los ingresos de hijos e hijas, cosa que es percibida de forma "perversa", dado que la persona mayor no necesariamente ha de tener una buena relación con sus hijos e hijas, o puede que no quiera que sus descendientes la tengan que ayudar.

Otro de los problemas que afrontan muchas personas mayores es la soledad, en relación con el sentimiento de aislamiento y con la falta de **seguridad en el hogar** derivada de los peligros de sufrir accidentes domésticos. Ello hace que mucha gente mayor que vive sola se sienta poco segura dentro de casa por miedo a tener un accidente o algún problema.

Las personas mayores participantes en los talleres hacen referencia al servicio de teleasistencia, que les proporciona seguridad y que valoran muy positivamente. Los y las profesionales que se dedican a atender a personas mayores insisten mucho en la importancia de este programa para promover la autonomía y evitar la institucionalización, pero afirman que el acceso está muy limitado y opinan que tendría que ser un programa universal y gratuito. En esta cuestión hay que señalar que las condiciones

que mencionan los y las profesionales en los talleres no coinciden con las que se muestran en la página web del Ayuntamiento: en el taller se afirma que el servicio tiene un coste de 20€ mensuales y no se puede acceder a él hasta los 80 años, y que, si se quiere acceder antes, el coste es de 29€ al mes, mientras que en la web del Ayuntamiento se indica que es un servicio gratuito para personas mayores de 65 años o con un grado de dependencia física de más del 65% que viven solas o con otra persona de edad similar. En cualquier caso, es importante que el Ayuntamiento garantice el máximo acceso de nuestros mayores a este servicio, ya sea mejorando las condiciones de acceso o asegurando que tanto las personas mayores como las cuidadoras y profesionales de la salud estén informadas de la gratuidad del servicio.

Para acabar, uno de los elementos clave para facilitar la vida autónoma de la gente mayor es la proximidad de los servicios, una cuestión que también reflejan las encuestas: un 20% de las personas encuestadas manifiestan su preocupación por la poca proximidad a los servicios y tiendas de barrio. En este sentido, la situación varía mucho según el barrio. En general, según los y las participantes en los talleres, los barrios nuevos y los más céntricos de la ciudad están bien servidos, pero en cambio hay barrios muy dispersos y mal comunicados en los que el aislamiento de las personas mayores se acentúa.

En cuanto a los servicios, durante los talleres se hace referencia a la ausencia de suficientes farmacias de guardia en la ciudad. Concretamente, durante el taller realizado con personas de entre 60 y 69 años se observa que solo hay una farmacia de guardia para todo Mataró, y una farmacia 24 horas, ya que la otra farmacia 24 horas que había en el barrio de Rocafonda ha dejado de dar este servicio. Esto inquieta a los y las participantes en el taller, que manifiestan que si una persona mayor tiene una urgencia por la noche puede tener problemas para desplazarse hasta la farmacia de guardia, y piden un servicio para facilitar la provisión de productos sanitarios en estos casos.

Otro aspecto ampliamente debatido en los talleres son las alternativas a la vivienda privada para la gente mayor.

Se trata de un fenómeno nuevo, que preocupa sobre todo a las personas más jóvenes, muchas de las cuales afirman que se plantean nuevas fórmulas de vivienda a partir del momento en que cambian sus necesidades. Cuando el hogar empuja a la marcha de los hijos e hijas o por vejez, muchas personas ven que no tiene sentido mantener una vivienda grande para ellas solas, con todos los costes que ello comporta. A esto se le añade la aparición de nuevas necesidades, como la de adaptar los hogares, la dependencia de servicios de asistencia sanitaria (médicos, personal de enfermería, fisioterapeutas, etc.) y de apoyo a la vida autónoma (comedor, lavandería, etc.) y de espacios relacionales.

Para estas personas la idea de vivir en una residencia queda todavía lejos, porque la ven como una solución para cuando no se puedan valer por sí mismas, y se plantean otras soluciones en la vivienda que les permitan dar respuesta a las nuevas necesidades que irán teniendo conforme se vayan haciendo mayores. Varias personas a lo largo de los talleres expresan un interés creciente por las nuevas fórmulas de vivienda, desde las viviendas tuteladas hasta las cooperativas de vivienda social o las experiencias de cohabitación. Todas son fórmulas nuevas y desconocidas por una parte de la

población, pero cada vez suscitan mayor interés entre muchas de las personas que se acercan a la edad de jubilación. En las discusiones surgidas a lo largo de los talleres se apuntan algunos de los retos que todo esto comporta desde el punto de vista de las políticas públicas de vivienda. En primer lugar, por el peligro de que la oferta de este tipo de viviendas la lidere exclusivamente el sector privado, con la segmentación que ello implica. Y en segundo lugar, por la necesidad de encontrar estrategias que garanticen la convivencia y la relación entre personas diversas en el ámbito social pero también cultural, religioso o sexual.

Otras fórmulas que también surgen a lo largo de los debates son las permutas de pisos, que intentó promover el Ayuntamiento pero con baja respuesta, las residencias y centros de día especializados por perfiles (personas con Alzheimer, personas con buena situación física y mental que no quieren vivir solas, servicios de corta duración de recuperación de intervenciones hospitalarias, etc.) o el alquiler de una parte de su vivienda a jóvenes estudiantes por personas mayores.

Tabla 15. Propuestas para facilitar la autonomía en el hogar de las personas mayores

Acceso al hogar:

- Obligar a poner ascensores y parking en los edificios nuevos
- Otorgar ayudas a los propietarios de edificios antiguos para la instalación de ascensores
- Regular la construcción de ascensores para facilitar que se instalen en viviendas antiguas
- Mejorar el acceso físico a la vivienda de las personas mayores y especialmente con movilidad reducida o problemas físicos

Accesibilidad dentro del hogar:

- Dar subvenciones para reformar viviendas y comunidades
- Construir más viviendas adaptadas para personas mayores que sean accesibles (con ascensor, rampas, marcos de las puertas más anchos...)
- Explorar soluciones de domótica para adaptar los hogares a las necesidades de las personas con dependencia
- Diseñar programas para promover la autonomía de las personas que viven en su casa mediante el asesoramiento de un arquitecto/a y trabajador/a social
- Destinar más recursos a subvencionar reformas en interiores de viviendas (baños, cocinas, suelos...)
- Aumentar el umbral para poder acceder a ayudas para reformas en viviendas
- Desvincular las ayudas a la reforma de viviendas de los ingresos de hijos e hijas
- Ofrecer seguridad en el hogar
- Promover el acceso al servicio de teleasistencia a las personas mayores que viven solas (mejora de las condiciones de acceso o de la información)

Servicios de proximidad:

- Mejorar los servicios de proximidad en todos los barrios
- Poner en marcha un servicio público de farmacia a domicilio para casos de urgencia en los que la persona no se pueda desplazar hasta la farmacia de guardia

Alternativas a la vivienda privada:

- Explorar y promover nuevas fórmulas habitacionales (pisos tutelados, apartamentos con servicios compartidos, *cohousing*, residencias especializadas, etc.)

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

Los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor consideran que la resolución del problema de la vivienda es prioritario. La vivienda, se afirma, es una parte muy importante de la vida de las personas mayores. Probablemente, la más importante después de la salud. Para una persona mayor, el hecho de disponer de una vivienda en condiciones es sinónimo de tranquilidad y permite afrontar el futuro con una actitud muy diferente a si no se da esta circunstancia. Por dicho motivo, se considera que la vivienda debería ser una prioridad.

En el caso de Mataró, la accesibilidad al hogar se considera un problema para muchas personas mayores. Los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor muestran su preocupación por la existencia de muchos edificios antiguos sin ascensores y sin estar adaptados a las necesidades de este

colectivo. Adaptar las viviendas para que las personas mayores puedan seguir viviendo en ellas y evitar así situaciones de aislamiento derivadas del hecho de vivir en un piso elevado sin ascensor se considera una cuestión clave para la gente mayor de la ciudad. El Ayuntamiento ofrece varios programas de ayudas para esta cuestión, pero se considera que tendrían que ser más rápidos, estar mejor dotados económicamente y orientados a la prevención, es decir, que se actúe antes de que la persona se encuentre en una situación de necesidad.

También se opina que los servicios de proximidad son básicos para las personas mayores y, sobre todo, los servicios que les permiten mantener su autonomía y seguir viviendo en su casa cuando envejecen, como el SAD o las comidas a domicilio. La existencia de estos servicios permite que la gente mayor siga viviendo en su casa sin necesidad de ir a una residencia. Esto es positivo para las mismas personas mayores, que mantienen su independencia, pero también para el sistema, que ahorra recursos asistenciales y sociosanitarios.

Otro aspecto que preocupa a los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor es la falta de plazas en las residencias públicas, donde hay mucha lista de espera. Se observa que hay una planta cerrada en la residencia pública a consecuencia de los recortes que hubo durante la crisis económica, lo que es contradictorio con la elevada demanda de plazas que existe en el municipio.

Otro equipamiento que se considera prioritario son los centros de día. Constituyen un servicio clave para las personas mayores y se opina que habría que potenciarlos y reducir su precio, ya que, según el Consejo, es muy elevado.

Finalmente se habla de las nuevas fórmulas de vivienda, como los pisos tutelados o las iniciativas de cohabitación. En este ámbito, se considera que la iniciativa tiene que ser compartida y que el Ayuntamiento debería acompañar e impulsar más la iniciativa privada para promover estas fórmulas. Cada vez hay más grupos de personas que se plantean estas soluciones de manera preventiva para su jubilación y el Ayuntamiento tendría que facilitar y proporcionar herramientas para que estos proyectos se materialicen, porque son soluciones que tienen por objetivo evitar la institucionalización y contribuyen a reducir el gasto público.

4.2.5. Respeto e inclusión social

Los valores sociales y las normas de conducta se han transformado a lo largo del último siglo. La falta de contacto entre generaciones y la falta de información sobre el envejecimiento y las necesidades de las personas mayores llevan a veces a conflictos entre personas de diferentes edades, o hacen que algunas personas mayores no se sientan respetadas, reconocidas e incluidas en la comunidad o en la familia.

El respeto y la inclusión social son un elemento clave dentro de la evaluación de la amigabilidad de las ciudades respecto a sus mayores. Dentro de este ámbito se analizan aspectos como la actitud de la comunidad hacia las personas mayores, la respuesta a sus necesidades y su inclusión en la vida de la

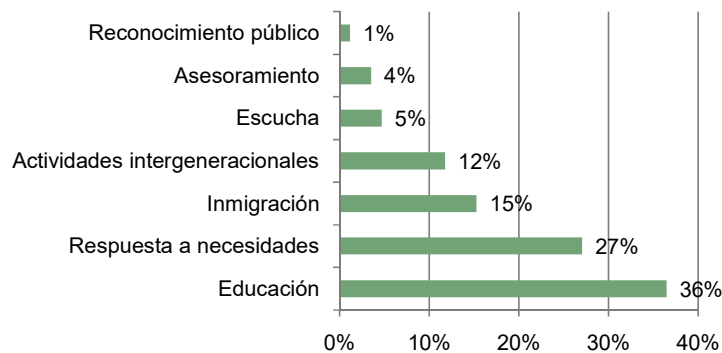
ciudad, el reconocimiento público de su contribución a la comunidad o las relaciones intergeneracionales.

La convivencia con los vecinos/as: tercera preocupación de nuestros mayores

La convivencia con la vecindad ocupa el cuarto lugar de las propuestas de las personas mayores para la mejora de la ciudad: un 7% de las propuestas sobre qué debe mejorar en Mataró para que se convierta en una ciudad amiga de la gente mayor están relacionadas con la convivencia y el civismo de los vecinos y vecinas de Mataró.

En cuanto a las propuestas específicas recogidas en este ámbito, la mayoría tienen que ver con la educación y con el hecho de tener más presentes las necesidades de las personas mayores, teniéndolas en cuenta en los programas, actividades y servicios de la ciudad.

Ilustración 31. Propuestas para mejorar la convivencia entre los distintos colectivos de la ciudad



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

El civismo es uno de los temas que más preocupa a las personas encuestadas, que consideran que se tiene que promover más con campañas, charlas y formación. También preocupan especialmente las situaciones de aislamiento y de soledad no deseada en estas edades y se pone de manifiesto la necesidad de tomar medidas para dar respuesta a estas problemáticas, cada vez más comunes en las ciudades.

La necesidad de trabajar por el respeto y el civismo en el trato a las personas mayores

Los problemas de civismo y de convivencia, la falta de respeto y los conflictos cobran importancia a la hora de hablar sobre el respeto hacia nuestros mayores.

Una parte importante de los y las participantes en los talleres considera que hay **poca sensibilidad y respeto para con la gente mayor**, y se exige más educación y más campañas de sensibilización. Se opina que se han perdido las normas de respeto y, por ejemplo, se dice que los jóvenes no están acostumbrados a ceder su sitio en el autobús o a dejar paso a las personas mayores. Curiosamente, esta percepción es más común entre profesionales (personal del Ayuntamiento, establecimientos comerciales, entidades o representantes de centros de gente mayor) que entre la gente mayor o las personas que les cuidan, que también expresan opiniones favorables afirmando que hay mucha gente que sí les ceden el asiento en el autobús o que les ayudan.

Esta necesidad la refleja también la encuesta: el 36% de la gente mayor de Mataró que ha respondido a la encuesta propone educar más en el civismo mediante charlas y formaciones. La educación se ve como el principal canal para revertir la situación, y se defiende que en las escuelas se tendrían que abordar más estas cuestiones con la infancia y la adolescencia.

En los talleres se hace patente que existen muchas **diferencias entre barrios**, sobre todo en algunos barrios periféricos, donde surgen conflictos y se da un choque cultural derivado de las diferentes pautas de convivencia de las personas recién llegadas: se comenta que ocupan la calle y los espacios públicos, que generan suciedad o que hacen ruido. Sin embargo, no todos comparten esta opinión, ya que algunos participantes consideran que ocurre lo contrario y que son precisamente las personas inmigrantes las que están más acostumbradas a ayudar y respetar a las mayores. Las aportaciones de la encuesta también reflejan esta cuestión, con un 4% de las propuestas relacionadas con la conflictividad entre el vecindario y la necesidad de potenciar grupos de mediación para tratar este tipo de conflictos.

A su vez, se percibe una tendencia hacia una **sociedad cada vez más individualizada**, que con el crecimiento de la ciudad y los cambios sociales ha perdido el espíritu de pueblo. El crecimiento de la ciudad ha comportado cambios importantes, con la construcción de bloques de pisos, el aumento de la población, la pérdida del comercio de proximidad, la aparición de franquicias y el traslado de los establecimientos a los centros comerciales. Esto ha hecho, según algunas de las personas participantes en los talleres, que se haya perdido el “calor de la gente” en la ciudad, y que hayan desaparecido los espacios relacionales que cohesionan el vecindario, lo que desemboca en aislamiento y soledad entre las personas mayores. Esta visión la comparten todos los participantes en los talleres. Son los de la franja entre los 60 y los 69 años los que tienen una concepción más negativa: hablan de la invisibilidad de las personas de más edad y del hecho de que, en general, todo el mundo va a la suya dejando de lado, e incluso ignorando, a la gente mayor. No obstante, esta percepción contrasta con la de las personas que forman parte de entidades, que afirman que en Mataró se vive muy bien y que en la mayoría de los barrios el vecindario es solidario y se ayudan los unos a los otros. Esta diferencia en la percepción puede tener mucho que ver con la implicación social de las personas que forman parte de las entidades, que les confiere una visión mucho más positiva de las relaciones sociales y de vecindad.

Las personas mayores también observan que se están produciendo **cambios en las relaciones generacionales**. Concretamente, en la franja entre 60 y 69 años se observa que en el ámbito familiar, y por la crisis, ha aumentado la solidaridad entre generaciones en el sentido de que las abuelas y las suegras se están implicando en el cuidado de nietos y nietas para ayudar a sus hijos e hijas. Por otro lado, las personas mayores ya no esperan que sus hijos e hijas les cuiden cuando entren en una fase de dependencia, y cada vez están más sensibilizadas sobre la necesidad de cuidarse a sí mismas para mantenerse independientes el máximo tiempo posible. Pero esta situación es muy frágil, y cuando la persona mayor muestra signos de dependencia para realizar las actividades de la vida diaria, ni ella misma ni sus hijos e hijas están preparados para afrontar la situación.

Para revertir esta tendencia fundamental la recuperación del tejido social y vecinal y promover el compromiso de los mataroneses y mataronesas con su ciudad, no solo en clave de personas mayores sino en general, fomentando las relaciones de proximidad y la red ciudadana. Por otro lado, la educación se considera esencial en toda esta cuestión. Se exige más educación en las escuelas, tanto en la infancia como en la adolescencia y en la juventud, y también campañas de sensibilización sobre la necesidad de respetar a nuestros mayores y cumplir con las normas básicas de convivencia.

En general, en todos los talleres se es consciente de que la contribución de la gente mayor a la sociedad no está lo bastante reconocida. En cambio, esta es una cuestión que surge poco en la encuesta, y solo un 1% de las aportaciones están relacionadas con el reconocimiento público de las contribuciones de las personas mayores.

Según los y las participantes en los talleres, las personas mayores están infravaloradas, y no se reconoce la tarea que hacen muchas de ellas en el ámbito social (a través, por ejemplo, del voluntariado) o familiar. Para dar respuesta a esta situación, los y las profesionales que trabajan con personas mayores proponen celebrar un acto de reconocimiento público a todas las que desarrollan tareas de voluntariado en la ciudad, con la máxima repercusión y difusión pública a través de televisión, radio y prensa. En cambio, los mayores de 70 años son más tajantes y proponen convocar una huelga para reivindicar la tarea anónima que llevan a cabo para que, de este modo, la sociedad se dé cuenta de su contribución.

Tabla 16. Propuestas para mejorar el trato a las personas mayores

Respeto:

- Trabajar por la mejora de la convivencia por medio de políticas públicas
- Desarrollar campañas de sensibilización de la ciudadanía sobre la necesidad de observar las normas cívicas y fomentar el respeto a las personas mayores
- Potenciar la mediación para resolver conflictos vecinales
- Estructuración de la comunidad y recuperación del tejido vecinal y social de los barrios
- Educación en valores y concienciación en las escuelas sobre la importancia del respeto y el civismo
- Campañas en los barrios sobre normas básicas de convivencia

Reconocimiento de la contribución de las personas mayores:

- Acto público de reconocimiento de la tarea voluntaria
- Poner en valor la contribución de las personas grandes en el ámbito social y familiar

Respuesta a las necesidades de las personas mayores

El aislamiento es uno de los aspectos que más preocupan en relación con las necesidades no cubiertas de la gente mayor. Cada vez hay más personas que están solas y que sufren situaciones de aislamiento social, por lo que en los grupos se habla de la necesidad de buscar nuevas soluciones que den respuesta a esta necesidad. En este sentido, se propone fomentar los grupos de voluntariado que visitan a las personas que viven solas y que sufren de soledad. También se habla de promover las relaciones sociales a través de actividades y programas que pongan en contacto a las personas y que ayuden a fortalecer el tejido social.

En relación con este aspecto, en el taller con personal directivo del Ayuntamiento surge un debate sobre el modelo de ciudad, en el que se observa que hay que reflexionar sobre el mismo para que la ciudad pueda dar respuesta a las nuevas realidades y necesidades de las personas mayores y evitar así los sentimientos de soledad, la baja autoestima y el aislamiento social. Se comenta que ello también implica replantearse el concepto de persona mayor, no solo como una persona receptora de servicios sino como una persona con capacidad para participar e implicarse y paradesarrollar acciones en beneficio de la comunidad y por el bien común.

Entre las soluciones propuestas en las encuestas se pide tener más en cuenta las necesidades de las personas mayores en los servicios y programas que se ofrecen, con especial atención a aquellas que viven solas. Un 27% de las propuestas giran en torno a esta idea y algunos de los posibles servicios que se proponen son, por ejemplo, que en los espacios asociativos o entidades se realice un seguimiento de las personas mayores que normalmente acuden a ellos. Se propone también facilitar más espacios donde la gente mayor pueda relacionarse, hacer actividades en los barrios entre vecinos y vecinas o fomentar los voluntariados.

Otro aspecto surgido en los talleres y que preocupa especialmente es el problema de las **enfermedades mentales**, cada vez más frecuentes entre toda la población y también entre la ciudadanía de más edad. Los comerciantes y profesionales de la salud y del ámbito social que trabajan

con personas mayores están especialmente preocupados por dicha cuestión, dado que observan un crecimiento exponencial de los factores de riesgo a corto y medio plazo (estrés, abuso de fármacos antidepressivos, alta exigencia de la vida, baja tolerancia a la frustración...) que, sumado al envejecimiento de la población, nos puede llevar a una situación compleja y difícil de gestionar.

Finalmente, no hay que olvidarse de las personas cuidadoras, y especialmente de aquellas que hacen del cuidado un “motivo de vida” y que se entregan completamente a la persona dependiente. La tarea que hacen las personas cuidadoras –tanto profesionales como no profesionales– es fundamental, por lo que debemos cuidar al cuidador, tanto mediante recursos y formación para que pueda desarrollar su tarea como a través de programas de apoyo para darle espacios de descanso, de relación y de autocuidado.

Tabla 17. Propuestas para dar respuesta a las necesidades de las personas mayores

Aislamiento:

- Programas de voluntariado que aborden la soledad no deseada
- Seguimiento de las personas mayores que acuden normalmente a espacios asociativos para identificar posibles problemas de salud o depresión
- Potenciar la relación entre las personas mayores a través de actividades, espacios de relación y programas de voluntariado
- Repensar el modelo de ciudad, fortaleciendo el tejido comunitario y promoviendo las relaciones sociales en los barrios
- Considerar que la gente mayores gente activa, capaz de aportar a la comunidad

Enfermedades mentales:

- Tener en cuenta el aumento de las enfermedades mentales en esta franja de edad y prever mecanismos para darles respuesta

Cuidadores/as:

- Formación y recursos para las personas cuidadoras
- Apoyo a las personas cuidadoras (espacios relacionales, de autocuidado y descanso)

Las relaciones de género

Las relaciones de género han salido mencionadas solo parcialmente durante la diagnosis, cuando se ha hablado de los centros de gente mayor y de la dificultad de romper barreras y estereotipos en la participación en determinadas actividades.

No obstante, el Grupo Motor ha querido remarcar la necesidad de abordar la problemática de las relaciones de género y de la existencia de estereotipos sexistas y de roles sexistas muy marcados en la franja de edad avanzada, un aspecto que ya se incorpora tanto en el Plan de Convivencia como en el Plan de Igualdad y que habría que tener en cuenta.

En relación con dicha cuestión, se propone introducir medidas para no discriminar y para la equiparación de derechos dentro del colectivo de más edad, a través de medidas que fomenten el

equilibrio entre hombres y mujeres; por ejemplo, ayudas para la equiparación de ingresos económicos, fomento del reparto de las actividades de cuidado de personas dependientes, soledad y maltrato de la gente mayor, que se dan de forma más acusada entre las mujeres mayores.

Actividades intergeneracionales

Un último aspecto analizado en relación con este ámbito son las actividades intergeneracionales.

Todos los colectivos participantes en los talleres valoran muy positivamente este tipo de actividades, y se mencionan varias experiencias: actividades conjuntas entre los centros de gente mayor y los jóvenes, y actividades entre los alumnos del instituto y las residencias de personas mayores. Todas estas actividades reciben muy buena valoración y generan mucha satisfacción en todos los y las participantes, dado que ayudan a superar los estereotipos negativos, a poner en valor a nuestros mayores y a potenciar las relaciones entre los diferentes colectivos.

Sin embargo, la relación entre las personas mayores y el resto de los grupos de edad es a menudo limitada. Se concibe el colectivo de gente mayor como un grupo aislado de la sociedad que solo realiza actividades entre ellos, a pesar de que en otras épocas esto no era así y había una relación mucho más fluida entre las personas de diferentes edades. De ahí que se proponga potenciar mucho más este tipo de experiencias, rompiendo con la idea de que las personas mayores son un colectivo aparte y abriendo la oferta de actividades a gente de todas las edades.

A modo de ejemplo, entidades como la Escuela de Música ya trabajan en una lógica inclusiva y proponen varios cursos y talleres abiertos a personas de diferentes edades, de forma que van más allá del clásico binomio de aprendizaje musical = infancia/juventud, reconociendo que se puede aprender a cualquier edad.

Las personas encuestadas también han pedido la programación de más actividades intergeneracionales. Un 12% de las aportaciones recogen propuestas como fomentar la comunicación mediante actividades, trabajar para mejorar la integración o hacer actividades para personas de diferentes edades.

Tabla 18. Propuestas para promover las actividades intergeneracionales

Actividades intergeneracionales

- Organizar más actividades abiertas a todas las edades, desde una perspectiva inclusiva
- Potenciar la relación entre niños/as, jóvenes y personas mayores, a través de la construcción de espacios de intercambio y de actividades conjuntas
- Promover actividades en las que nuestros mayores puedan compartir su saber y experiencia

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

La principal prioridad en este ámbito, según los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor, es la lucha contra el aislamiento. En este sentido, es necesario implantar programas de apoyo a las personas que sufren de aislamiento o de soledad no deseada. Se trata de un problema complejo, por lo que a la hora de diseñar actuaciones dirigidas a este colectivo, hay que tener muy en cuenta el estado psicológico en el que se encuentra la persona a fin de adoptar aquellas estrategias que le permitan superar las situaciones de depresión derivadas del aislamiento, o la desconfianza al abrir las puertas de su casa. También se insiste en que hay que superar el prejuicio de que la soledad es negativa y centrar los esfuerzos en acabar con las situaciones de soledad no deseada, pero teniendo en cuenta que hay personas que viven la soledad de forma muy satisfactoria.

Otro aspecto prioritario para los y las representantes del Consejo son las problemáticas asociadas a las enfermedades mentales. Se remarca que las enfermedades mentales son todavía muy invisibles y hasta que no se vive cerca, por la afectación de una persona conocida o de un ser querido, no se toma conciencia de todo lo que implican.

Otra cuestión importante para el Consejo es el reconocimiento de la contribución de las personas mayores a la sociedad, tanto desde su participación en actividades voluntarias y de carácter social como en el apoyo y ayuda a sus familias. La visión de los representantes del Consejo es que los actos públicos puntuales que se puedan hacer, como el Día de la Gente Mayor, están bien, pero tienen un impacto limitado. Por ello, se propone organizar una campaña dirigida a la juventud poniendo en valor todo lo que hacen las personas mayores.

4.2.6. Participación social

La participación en actividades comunitarias de ocio, sociales y culturales está estrechamente relacionada con la calidad de vida y con la salud a lo largo de todo el ciclo vital. Las personas mayores que mantienen una vida activa y vinculada con la comunidad mantienen relaciones de apoyo y cuidado y se sienten queridas y respetadas por su entorno.

La capacidad de participar en actividades sociales depende de muchos factores. En primer lugar, debe existir una oferta lo suficientemente amplia y variada como para satisfacer las necesidades y expectativas de todo el mundo, pero también son importantes otras cuestiones como la información sobre las actividades existentes, la accesibilidad, el precio o el horario. Todos estos aspectos han sido analizados a lo largo de los talleres participativos con los diferentes colectivos invitados a participar en la diagnosis sobre la situación de las personas mayores en Mataró.

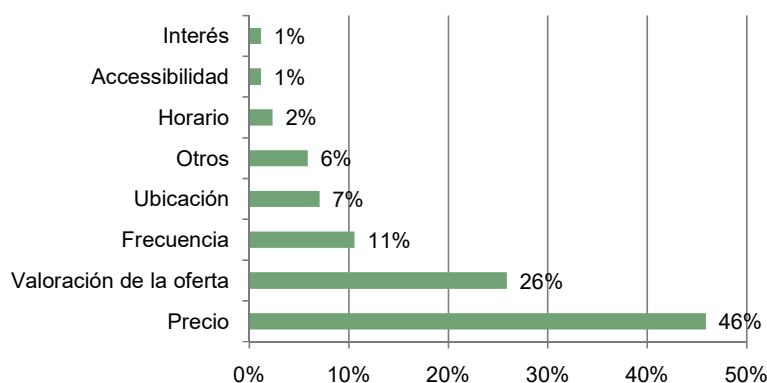
Valoración global de la oferta de actividades sociales, culturales y lúdicas de Mataró

Globalmente, se recogen pocas propuestas de mejora de la oferta de actividades sociales, culturales y lúdicas para hacer de Mataró una ciudad amiga de las personas mayores. Tan solo un 5% de las

propuestas recogidas tienen que ver con ello, y están relacionadas, mayoritariamente, con la necesidad de potenciar los espacios de ocio de la gente mayor.

Por otro lado, en el apartado de recogida de propuestas relacionadas con la oferta cultural y de ocio de la ciudad se habla, sobre todo, del precio y del tipo de oferta existente.

Ilustración 32. Propuestas sobre la oferta cultural y de ocio de la ciudad



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

La mayoría de las personas mayores de Mataró que han respondido a la encuesta consideran que el precio de la oferta cultural y lúdica de la ciudad es demasiado elevado –de hecho, esta es la principal fuente de preocupación de las personas que han contestado–, según la tipología de propuestas. También se han recogido iniciativas para mejorar la oferta de actividades de la ciudad, adecuándola a las necesidades e intereses de la ciudadanía de más edad, y potenciarla optimizando aspectos como la frecuencia, la ubicación, el horario o la accesibilidad.

La necesidad de replantear el modelo de centro de gente mayor

En general, se coincide en que estos centros (*casals*) ofrecen un amplio abanico de actividades de carácter lúdico, relacional, formativo y deportivo, pero se constata que el perfil de las personas que entran en la etapa de la jubilación está cambiando. Normalmente se trata de personas con un nivel cultural y de instrucción más elevado que el de generaciones anteriores. También han desarrollado empleos más técnicos y mecanizados que las generaciones que les han precedido y, por tanto, llegan a la edad de jubilación con un menor desgaste físico. A estos factores se les suman otros, como la mayor heterogeneidad de las personas mayores (por el origen, la cultura, la orientación o la identidad), o, desde el punto de vista socioeconómico, la mayor precariedad asociada al actual sistema de pensiones, que configuran un nuevo perfil de gente mayor. Todo ello hace que estas personas, cuando llega el momento de decidir qué hacer, cómo y con quién pasar su tiempo libre y de ocio, tengan planteamientos y necesidades diferentes a las de generaciones anteriores.

El modelo actual de centro para gente mayor ofrece una serie de actividades que están pensadas para hacerse en sus instalaciones y destinadas exclusivamente a los usuarios y usuarias de los mismos, por lo tanto, dirigidas a personas de 60 años o más. Generalmente las actividades responden a necesidades lúdicas, recreativas, relacionales y de promoción de la salud. Dichas actividades suelen responder a modas, de forma que durante un tiempo todos los equipamientos ofrecen baile en línea o talleres de memoria hasta que la actividad pasa de moda. Según los criterios de optimización de los recursos, suelen ser actividades grupales de 12 a 20 participantes.

De lo que se desprende de la diagnosis, se podría decir que los “nuevos” jubilados/as ponen en cuestión el modelo actual de centro porque:

1. Tienen una necesidad y deseo de relación intergeneracional: manifiestan que la convivencia y la colaboración con personas de otras edades les enriquece y rejuvenece.
2. Los espacios exclusivos para personas mayores se consideran obsoletos y edadistas. Prefieren utilizar espacios “de ciudad” pensados para toda la ciudadanía donde se puedan realizar actividades conjuntas con otras edades o adaptados a personas mayores (un ejemplo es la Escuela Municipal de Música).
3. Con las actividades programadas, se quieren cubrir otros tipos de necesidades además de la lúdica y recreativa, como la de actualizar conocimientos y recursos (culturales, tecnológicos, psicológicos y de autoconocimiento, relacionales, etc.).
4. Valoran muy positivamente que la oferta de actividades sea fruto de un proceso participativo en el que las personas destinatarias puedan manifestar sus necesidades reales y deseos. No aceptan que alguien (técnicos, la moda, etc.) decida por ellos sin contar con ellos.
5. Valoran la calidad relacional por encima de la cantidad de actividades. Prefieren hacer menos actividades pero que las que hacen les den la posibilidad de poder relacionarse satisfactoriamente los unos con los otros, de forma que rechazan las actividades masificadas.

Durante todos los talleres se ha abierto un debate en torno al **modelo de centro** para gente mayor y su adecuación a las necesidades actuales de este colectivo en la ciudad. Tanto el personal del Ayuntamiento como nuestros mayores, los y las profesionales y las personas cuidadoras se han referido a dicha cuestión, así como algunos de los y las representantes de los propios centros.

Las juntas de los centros observan que el modelo de centro como espacio participativo, en el que se busca forjar relaciones más allá de realizar actividades, no siempre funciona, y que hay muchas personas que acuden a ellos únicamente para “consumir” una actividad, pero sin implicarse más allá de las actividades concretas. Este hecho puede tener que ver con una cultura y valores sociales cada vez más individualistas y orientados al consumo, pero también es probable que lo fomente el propio modelo de centro y el funcionamiento de algunas juntas. En los grupos con personas de 50 a 59 años y de entre 60 y 69 años se hace referencia a ello, y se observa que las juntas de algunos centros son

poco permeables, hay poca rotación en los cargos directivos y existe cierta tendencia a ocupar el cargo por el estatus (soy el/la presidente/a de...) y no por una vocación de servicio. En este sentido, se habla de funcionamiento por inercia, de estancamiento e inmovilismo, de falta de interés por las actividades innovadoras e incluso de que las juntas pueden llegar a ser un freno para la evolución de los propios centros.

Otro aspecto que se menciona respecto del modelo de centro son las relaciones de género que se dan entre hombres y mujeres, muy desiguales y basadas en modelos de dominación. Hace ocho años, por ejemplo, el dominó era intocable, y era muy difícil organizar actividades diferentes. A pesar de que esto ha ido cambiando paulatinamente, y de que se ha hecho mucho trabajo técnico para romper con este modelo e introducir nuevas actividades y maneras de relacionarse, el factor género todavía sigue siendo importante, y se produce un sesgo en la participación en las actividades, algunas de las cuales están muy feminizadas y otras muy masculinizadas. Un buen ejemplo del trabajo que se está haciendo para romper con estas dinámicas es el proyecto "Totes Plegades" (Todas Juntas), de la vocalía de mujeres del barrio de Rocafonda, para fomentar la participación de las mismas en el diseño de actividades.

También se menciona la necesidad de abrir los centros a perfiles diferentes, como a personas de otras etnias y orígenes, además de la importancia de abrirlos a otras entidades de la ciudad, fomentando la coordinación y relación entre los distintos equipamientos y promoviendo las actividades en las que participen personas de diferentes edades. En relación con esta cuestión, durante el taller con personas de 50 a 59 años se observa que el centro para gente mayor no es el único lugar donde las personas mayores pueden hacer actividades, y que se tendrían que abrir todas las entidades de la ciudad (centros cívicos, centros deportivos, Escuela de Música, etc.) para que personas mayores realicen actividades con una visión más integradora y más intergeneracional, y con la organización de actividades dirigidas a personas de diferentes edades que puedan disfrutar conjuntamente de una oferta común.

Además de los centros de gente mayor, el Grupo Motor también destaca la necesidad de reflexionar sobre el modelo de participación en la ciudad, y de entender que la persona mayor no es solo receptora de actividades sino también ejecutora de iniciativas concretas. En este sentido, se comenta la necesidad de trabajar para promover dicha implicación y crear espacios a partir de la autogestión de las mismas personas mayores.

Una buena oferta de actividades, pero con posibilidades de mejora

Durante los talleres se han identificado los diferentes espacios y actividades que más gustan a los y las participantes en relación con la oferta social, cultural y lúdica.

Además de los centros para gente mayor, también se valoran muy positivamente otros **espacios y entidades de la ciudad** que ofrecen actividades para personas mayores, o bien para toda la población. En cuanto a los equipamientos, se hace referencia al Espacio Gatassa, las escuelas de adultos, la Escuela Municipal de Música, el Aula de Teatro o la Sala Cabanyes. Entre las asociaciones se

mencionan las culturales, la asociación Dret a morir dignament, la Fundació Hospital o las vinculadas a enfermedades como el Parkinson o el Alzheimer.

En cuanto a las **actividades**, se valora especialmente la oferta de las deportivas, a las que hacen mención tanto las personas mayores de diferentes edades como sus cuidadores y cuidadoras y los y las profesionales que trabajan para ellas. Durante los talleres con estos perfiles se comenta que en la ciudad existen muchos equipamientos donde practicar ejercicio físico, por lo que hay una muy buena oferta de actividades deportivas. Dentro del grupo de 60 a 69 años, también se habla muy bien de las nuevas rutas para visitar los fortines de la playa.

También se mencionan las actividades culturales y lúdicas que se ofrecen en la ciudad. Los y las representantes de los centros de gente mayor creen que hay una muy buena oferta de conferencias, y de hecho, las personas entre 50 y 59 años se refieren a los coros de canto coral de personas mayores, que describen como un espacio lúdico y de relación que funciona muy bien. En este sentido, en el taller con los directivos del Ayuntamiento se valora positivamente que la Escuela Municipal de Música empiece a ofrecer cursos específicos para mayores que quieran iniciarse en el aprendizaje musical. Así, ha empezado ofreciendo clases de ukelele y organizando un coro para gente mayor. Estas actividades, planteadas desde una perspectiva comunitaria, han tenido muy buena acogida y la idea de seguir trabajando en esta dirección en el futuro.

Otra de las actividades mencionadas durante los talleres, en este caso por cuidadores y cuidadoras, son las actividades de refuerzo que se organizan en parroquias, bibliotecas o espacios jóvenes con personas mayores voluntarias que ayudan a niños y niñas con dificultades en la escuela.

Sin embargo, durante los talleres también se apuntan **aspectos a mejorar** en la oferta actual de actividades sociales, culturales y lúdicas de la ciudad.

En primer lugar, se habla de la escasa variedad de las actividades ofrecidas. La oferta, se dice, pasa por modas y en todas partes se acaba ofreciendo lo mismo: informática, danza del vientre, encaje de bolillos, etc. Se trata de una oferta muy dirigida a un determinado público y que deja de lado a una parte importante de la población de mayor edad, que ahora busca otras cosas.

Ante la pregunta de qué propuestas tendría que incorporar la oferta cultural, social y lúdica de la ciudad, se plantean cinco grandes ámbitos a los que hay que prestar atención: el ejercicio físico, la expresión artística, la capacitación tecnológica, el cuidado de uno/a mismo/ay la participación social.

En el **ámbito cultural y artístico**, los y las representantes de los centros para gente mayor creen que habría que ampliar la oferta de talleres y actividades relacionadas con la fotografía, y en el grupo de 50 a 59 años se habla de organizar nuevas rutas guiadas por la ciudad y de ampliar la oferta de actividades que promuevan la relación y la construcción de vínculos interpersonales, como, por ejemplo, la música o el teatro.

En el **ámbito deportivo**, el grupo de personas de entre 50 y 59 años propone la realización de actividades de taichí en la playa o el acceso a un instructor o instructora que pueda asesorar y

aconsejar a las personas mayores en las actividades que les permitan mejorar su condición física a partir de la situación personal de cada uno/a. El personal directivo del Ayuntamiento también se refiere a la importancia de promover la actividad física y el deporte entre la ciudadanía de más edad como estrategia para un envejecimiento activo y para el cuidado de la salud. En este sentido, opinan que, además de aprovechar los equipamientos deportivos de la ciudad, que ofrecen actividades para todos los públicos y en todos los horarios, sería interesante promover actividades al aire libre, a través de las iniciativas que propone la Escuela de Vela, el senderismo o el ciclismo. Ponen de ejemplo un proyecto que se está llevando a cabo en Copenhague llamado “En bici sin edad”, cuyo objetivo es devolver la capacidad de ir en bicicleta a la gente mayor, teniendo en cuenta las dificultades de movilidad de este colectivo, usando *rickshaws* (bicicletas con conductor), que permiten a la persona desplazarse en bici y, al mismo tiempo, establecer una conexión intergeneracional entre el ciclista y el pasajero.

El personal directivo del Ayuntamiento, los comerciantes que atienden a nuestros mayores y las mismas personas mayores hacen referencia a la necesidad de ampliar la oferta de **talleres y actividades para minimizar la brecha digital**, a fin de que estas personas sean capaces de afrontar los cambios que se están produciendo en este campo y que afectan a su autonomía.

Un cuarto ámbito de trabajo sería el **cuidado de uno/a mismo/a**. Trabajar las habilidades personales e intelectuales, el cuidado de la mente y de la memoria, la capacidad de adaptación a los cambios en la línea del *mindfulness* o la información y educación en el ámbito de la salud son aspectos fundamentales para el bienestar de las personas mayores y para el fomento de un envejecimiento activo. La gestión emocional es otro campo poco trabajado y en el que hay que incidir, si bien, como se comenta en el grupo de personas mayores de 70 años, a veces es complicado, porque muchas de ellas son reticentes a hablar de cuestiones personales, ya sea por falta de costumbre o porque todavía hay muchas que son tabú.

Asimismo, tal como señalan las personas de entre 50 y 59 años, sus cuidadores y cuidadoras y los y las profesionales que atienden a gente mayor, habría que reforzar mucho más las **actividades que comportan una implicación social**. Más allá de la participación en actividades lúdicas o de ocio, la implicación con la comunidad y las actividades en las que la persona pueda aportar un valor son fundamentales para reforzar las relaciones sociales y la autoestima. Se trata, por lo tanto, de promover actividades con una repercusión positiva en los demás, que resuelvan una necesidad o que contribuyan al bienestar personal de otras personas. Dentro de este apartado se mencionan los voluntariados, la implicación en entidades o la participación en iniciativas como el banco del tiempo.

Finalmente, en la encuesta también se recogen varias propuestas para mejorar la oferta existente. Han surgido ideas como, por ejemplo, hacer más actividades en la montaña, construir un auditorio o sala polivalente, espacios donde hacer actividad física gratuita, bailes, clases de informática o cursos de interpretación teatral.

Tabla 19. Propuestas para mejorar la oferta de actividades sociales, culturales y lúdicas

Modelo de centro de gente mayor:

- Replantear el modelo de centro para dar cabida a los diferentes colectivos de la ciudad, con una oferta amplia y variada que permita atraer a nuevos perfiles de usuarios y usuarias
- Renovar las juntas de los centros incorporando a personas con nuevas visiones, en un proceso que vaya acompañado de apoyo técnico
- Promover la participación de las personas mayores en las actividades dirigidas a personas de todas las edades que se llevan a cabo en la ciudad

Oferta de actividades:

- Actividades culturales y artísticas: rutas guiadas por la ciudad, fotografía, teatro, música, baile...
- Actividades deportivas: actividades en los centros deportivos de la ciudad, vela, senderismo, ciclismo, espacios para la actividad física gratuita...
- Actividades relacionadas con las nuevas tecnologías: habilidades tecnológicas cotidianas (herramientas de comunicación interpersonal, banca digital, compra en línea, etc.)
- Actividades de cuidado personal: talleres de memoria, educación en salud y en el propio cuidado, gestión emocional, etc.
- Refuerzo de la participación e implicación social: voluntariado, implicación en entidades de la ciudad, banco del tiempo...

Características de la oferta cultural y lúdica

Además de la existencia de una oferta amplia y variada de posibilidades para participar e implicarse en la vida social, cultural y lúdica de la ciudad, es necesario que esta oferta sea accesible a todo el mundo, eliminando las barreras que dificultan el acceso a las personas mayores a estas actividades. Por dicho motivo, durante los talleres se han analizado diferentes aspectos de las actividades que se ofrecen en Mataró, como el precio, la ubicación y los horarios.

En cuanto al **precio**, se reconoce que la mayoría de actividades de los centros para gente mayor son gratuitas. En cambio, otras ofertas existentes en la ciudad, ya sean culturales o deportivas, comportan un coste, por lo que algunas de las personas mayores participantes en los talleres consideran que, para promover la participación y el envejecimiento activo, es importante que la oferta sea gratuita o con precios reducidos a partir de una determinada edad. Muchas personas mayores viven con pensiones muy reducidas y tienen dificultades para cubrir sus necesidades básicas, por lo que las actividades que son de pago constituyen una barrera para su acceso. Incluso algunas de estas personas señalan que, aunque la actividad sea gratuita, si tienen que pagarse el transporte no van. El precio es también el aspecto más mencionado en la encuesta, ya que un 46% de las propuestas están relacionadas con el hecho de ofrecer actividades gratuitas o bajar el precio.

Por otro lado, el personal técnico y los y las representantes de los centros de gente mayor ponen de manifiesto la contradicción existente entre el precio, la calidad de las actividades y las condiciones de

las personas que dinamizan estas actividades, y reconocen que cuando se quiere hacer una actividad que requiere de la dinamización de un profesional cualificado, esta se tiene que pagar, bien poniendo un precio a la actividad, bien cubriendo el Ayuntamiento el coste.

Otra cuestión son las actividades que ofrecen las entidades de la ciudad, que cada vez más dirigen su oferta a la ciudadanía de más edad, porque se trata de un segmento de consumidores con tiempo y una capacidad adquisitiva muy interesante para la iniciativa privada, y que probablemente irá cogiendo más peso en el futuro. Ello comporta el riesgo de que se construya una oferta privada diferenciada, accesible solo para aquellas personas que se lo puedan permitir, y que excluya a amplios colectivos de personas mayores con situaciones económicas más precarias. En este sentido, hay que prever mecanismos que permitan evitar esta segmentación en la oferta del municipio para nuestros mayores, ya sea a través del establecimiento de convenios con las entidades o de sistemas de ayudas.

También en relación con este aspecto se menciona que hay muchas actividades de recreo que se pueden hacer sin coste alguno, como salir a pasear, hacer pícnicos en parques, encontrarse en la playa, implicarse en actividades de voluntariado, etc., y que hay que promocionar también este tipo de ocio, sin la necesidad de que todo lo que se haga tenga que ser una actividad costosa.

En cuanto a la **ubicación y la accesibilidad**, se destaca la tendencia a la centralización de las actividades, con una concentración de la oferta en las zonas del centro de la ciudad, y se exige más intervención en los barrios. Un caso paradigmático es la fiesta mayor, en la que la mayoría de las actividades están focalizadas en el centro y los barrios quedan “desamparados”. También se hace mención al coste y a la cobertura del transporte, que para muchas personas mayores constituye una barrera para participar en las actividades lúdicas, sociales y culturales que se ofrecen en la ciudad. Y más concretamente, se considera que el cine es muy poco accesible porque está situado en los centros comerciales a las afueras de Mataró, por lo que, según a qué hora acabe el espectáculo, no se puede volver a casa en transporte público, cosa que encarece significativamente el coste total de la actividad. Esta percepción también se recoge en la encuesta, en la que un 8% de las propuestas están dirigidas a descentralizar la oferta cultural y de ocio y a ofrecer más actividades en los barrios.

Finalmente, en relación con los **horarios**, se hace referencia a la situación de los abuelos y abuelas que cuidan de sus nietos y nietas, impidiéndoles participar en muchas de las actividades que se organizan en la ciudad.

En cuanto a la encuesta, un 11% de las propuestas están relacionadas con la frecuencia de las actividades culturales y un 2% de propuestas versan sobre el horario, y se pide que se organicen más actividades diurnas porque ya hay muchas que son nocturnas. También se propone que las bibliotecas y los centros culturales abran más a menudo.

Tabla 20. Propuestas para mejorar la oferta de actividades sociales, culturales y lúdicas

Precio

- Garantizar la gratuidad o precios públicos de las actividades que se ofrecen
- Promover las actividades gratuitas, como las realizadas al aire libre (en la playa, en los parques, senderismo, el voluntariado, etc.)
- Buscar mecanismos y estrategias para evitar la segmentación en la oferta de actividades dirigidas a la ciudadanía de más edad (oferta privada o pública)

Ubicación

- Distribuir las actividades que se ofrecen en la ciudad, promoviendo las realizadas en los barrios
- Facilitar el acceso a las actividades revisando las condiciones de utilización del transporte público para las personas mayores

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

Para los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor, es prioritario replantearse el modelo de centro para gente mayor en la línea que se ha planteado en la diagnosis: con más actividades intergeneracionales, diversificando la oferta y rompiendo con la imagen de centro dirigido únicamente a personas mayores.

En cuanto a la oferta de actividades culturales y lúdicas de la ciudad, la principal preocupación expresada por los y las representantes del Consejo es el precio, que en algunas ocasiones puede constituir una barrera para el acceso a las mismas. Para superar estas barreras, los representantes proponen que un porcentaje fijo de la ocupación de todos los espectáculos y actividades de pago que se ofrecen en Mataró sean a precio reducido para aquellas personas mayores con rentas muy bajas.

4.2.7. Participación cívica y empleo

Las personas mayores también contribuyen a la vida social y económica de sus comunidades. Muchas de ellas llevan a cabo actividades de forma voluntaria y otras ayudan a sus familias en el cuidado de nietos y nietas y de personas dependientes. En ocasiones, nuestros mayores tienen que seguir trabajando después de su jubilación, bien para mantenerse intelectualmente activos, bien para poder mantener un nivel de ingresos suficientes para satisfacer sus necesidades.

Una ciudad amigable con las personas mayores debe poner en valor la importancia de estas contribuciones, facilitarlas y reconocerlas, ya sea a través de la implicación en actividades de voluntariado o mediante el fomento de los empleos remunerados en su caso.

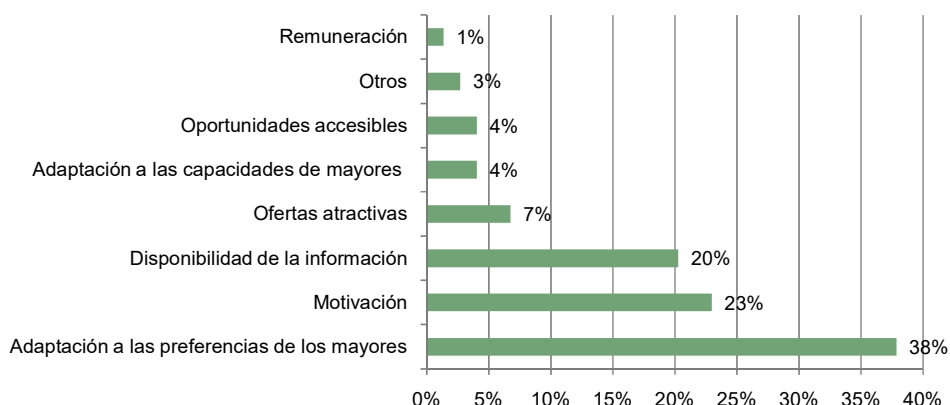
En este apartado se han analizado aspectos relacionados con la accesibilidad de las personas mayores a oportunidades de desarrollo de una contribución satisfactoria a su comunidad, tanto a partir del voluntariado como del apoyo a la familia y del empleo remunerado.

Escaso interés por la participación cívica de las personas mayores

La participación cívica preocupa poco a las personas mayores encuestadas. Tan solo un 1% de los encuestados hace referencia a dicha cuestión a la hora de identificar oportunidades de mejora para potenciar la amigabilidad de la ciudad. Es justo decir que este concepto resulta difícil de asociar a las personas mayores, ya que hoy en día en el imaginario social una persona mayor es una persona jubilada o inactiva, y la idea de que estas personas desarrollen un empleo remunerado es poco habitual. Por otro lado, si bien muchas personas mayores hacen una contribución importante a la sociedad, a través del trabajo voluntario o del apoyo a sus familias en el cuidado de niños y niñas y personas dependientes, a menudo esta contribución se da por supuesta y hay poca conciencia del valor y la importancia que tiene.

En respuesta a la pregunta específica sobre la participación cívica de las personas mayores, los aspectos más destacados han sido la adaptación a sus preferencias, su motivación para participar en la vida social y comunitaria y la disponibilidad de información.

Ilustración 33. Propuestas sobre la participación cívica



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

El empleo por cuenta ajena de las personas mayores

Un primer aspecto que llama la atención en los talleres es que, en general, el empleo por cuenta ajena de las personas mayores no forma parte del imaginario social. De hecho, durante los talleres, a algunas personas les ha sorprendido que se planteara la pregunta sobre el trabajo remunerado en esta franja de edad. La percepción de muchas de las personas mayores participantes en los talleres es que la gente mayor ya han trabajado suficiente a lo largo de su vida y que, por tanto, han pasado página de la etapa laboral, por lo que, a lo sumo, lo que les puede interesar es desarrollar tareas de voluntariado.

Aun así, y en clave de futuro, el personal directivo del Ayuntamiento señala que esta es una tendencia que se está instalando en otros países y no se puede obviar, por lo que habrá que tener en cuenta cómo evoluciona en el futuro para que la ciudad esté preparada para dar respuesta a las nuevas necesidades.

Oportunidades para el trabajo voluntario

La mayoría de las aportaciones en este ámbito durante los talleres tienen que ver con el voluntariado.

En general, se comenta que hay muchas **posibilidades y ofertas para hacer voluntariado** en la ciudad. Quien quiere, dicen los y las participantes, encuentra oportunidades para desarrollar actividades voluntarias.

Hay muchas personas mayores que se ofrecen como voluntarias y que ponen al servicio de los demás las competencias que han aprendido en la etapa profesional o adquirido a lo largo de su vida personal. En este sentido, el voluntariado actúa como aglutinador de posibilidades y ofrece información y asesoramiento a las personas que quieren implicarse en este tipo de actividades.

Durante los talleres se hace mención a algunos de estos espacios de participación y voluntariado. Quienes más referencia hacen a estos espacios son los y las profesionales que atienden a personas mayores, comerciantes, miembros de entidades o centros para gente mayor y personas entre 50 y 59 años. Entre los espacios a los que se hace mención destacan los centros para gente mayor, la Comisión de Calidad de Vida del Consejo Municipal de la Gente Mayor, la bolsa de voluntariado de la Fundación Hospital, el programa "Apadrina a un abuelo" de la Cruz Roja y de Cáritas, el Programa Paciente Experto, las asociaciones de enfermos, las actividades de voluntariado con jóvenes con dificultades escolares, el voluntariado en residencias, la Asociación Deportiva y de Ocio Cerdanyola de Mataró, la semana cultural, el banco del tiempo y los programas de ayuda mutua a personas inmigrantes.

Entre las propuestas para mejorar las oportunidades de las personas mayores que quieren hacer voluntariado, los y las representantes de los centros de gente mayor proponen facilitar más información sobre las posibilidades de las personas jubiladas para el voluntariado, hacer campañas para fomentar la captación de voluntarios y voluntarias, dirigidas sobre todo a "jóvenes jubilados", y la oferta de formación para personas voluntarias. También se comenta que la figura del técnico o técnica es fundamental para dinamizar y coordinar el trabajo de voluntariado.

Otro aspecto clave para promover el voluntariado tiene que ver con el reconocimiento de la tarea de estas personas. Se propone crear la figura de la persona mayor amiga de la ciudad, que se implica y lleva a cabo acciones en beneficio de la comunidad.

En cuanto a los ámbitos en los que habría que promover el voluntariado, se menciona el del acompañamiento a las personas mayores para dar respuesta al problema de la soledad no deseada. Otra propuesta tiene que ver con el carácter turístico de Mataró y la posibilidad de que las personas mayores puedan actuar como agentes de promoción turística de la ciudad, recibiendo y acompañando a nuestros visitantes. También se observa que hay que aprovechar el potencial de la

gente mayor en clave de memoria histórica o la organización de actividades de voluntariado intergeneracionales.

Para acabar, algunas personas creen que hay que facilitar el voluntariado económicamente y que, si bien la actividad tiene que ser no remunerada, los costes que comporta el voluntariado deberían estar cubiertos (desplazamientos, materiales, etc.).

Tabla 21. Propuestas para mejorar las oportunidades de voluntariado en la ciudad

Voluntariado:

- Ofrecer información a las personas mayores activas sobre las oportunidades de hacer voluntariados
- Organizar campañas de sensibilización sobre la importancia de hacer voluntariado y el valor de las acciones en beneficio de la comunidad
- Ofrecer formación a las personas voluntarias
- Organizar talleres y espacios de intercambio entre personas voluntarias
- Reconocer la tarea de las personas voluntarias: figura de la persona amiga de la ciudad
- Promover el voluntariado en el acompañamiento a personas mayores solas, promoción turística de la ciudad, recuperación de la memoria histórica, oficios, actividades intergeneracionales y de transferencia de conocimiento a niños y jóvenes
- Remunerar los costes asociados a la actividad voluntaria

La ayuda y el compromiso con la familia

Además del voluntariado en entidades de la ciudad, existen muchas iniciativas de participación de las personas mayores en el **ámbito familiar y vecinal** que quedan totalmente anónimas.

Las personas de 50 a 59 años consideran que gran parte de la vida social se da de manera informal en el ámbito familiar, y que a las personas mayores les gusta sobre todo ayudar a los suyos. También los miembros de las entidades opinan así, y afirman que las relaciones familiares son, para la ciudadanía de más edad, una fuente de riqueza y de transmisión de valores muy importante, lo que hace que las relaciones familiares de ayuda a sus descendientes se prioricen ante otras posibilidades.

No obstante, se constata que el cambio de la estructura familiar (nuevos tipos de familia, roturas familiares, etc.) ha comportado que las personas mayores piensen que tienen que dar respuesta a las demandas de apoyo tanto por parte de sus hijos e hijas como de sus propios mayores, y en ciertas ocasiones también de su pareja (si se encuentra en situación de dependencia). Esta circunstancia de tener que responder a la solicitud de ayuda familiar, por componentes culturales basados en el hecho de dar prioridad al bienestar de los familiares por encima de las propias necesidades, sumada a los efectos de la crisis (paro, pérdida de poder adquisitivo de las familias, etc.), hace que un gran número de personas mayores sufran el llamado “síndrome de *burnout*”, cosa que perjudica a su propia salud y calidad de vida porque se sienten sin recursos para revertir la situación. Asimismo, esta implicación familiar puede llegar a constituir una limitación para su participación social y cívica. En relación con ello surge el concepto de “abuelas y abuelos esclavos”, que hace referencia al exceso de

responsabilidad familiar de algunos abuelos y abuelas en el cuidado de sus nietos y nietas, que les obliga a tener que renunciar a otras cosas que les gustaría hacer.

Así pues, cualquier política de apoyo a las familias, por ejemplo, las becas comedor, los servicios de atención domiciliaria, las estancias de respiro para cuidadores, los centros de día, etc., revierten directamente en la calidad de vida de las personas mayores, ya que alivian las tareas directas de apoyo familiar e incrementan sus posibilidades de participar en actividades de autocuidado, formación y disfrute personal (tiempo para uno/a mismo/a).

Tabla 22. Propuestas para mejorar la contribución de las personas mayores al cuidado de sus familias

Contribución de las personas mayores al cuidado de la familia

- Campañas de sensibilización sobre el problema de los abuelos y las abuelas esclavas
- Promover las becas comedor y ayudas familiares para liberar a las personas mayores de las tareas de cuidado de nietos y nietas

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

Los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor no creen que el empleo por cuenta ajena sea una cuestión relacionada con las necesidades de la ciudadanía de más edad. El imaginario dominante es que las personas mayores ya han trabajado toda la vida y que, por lo tanto, cuando se jubilan, pueden dedicar su tiempo a actividades voluntarias o a ayudar a sus familias, pero no a trabajar.

En relación con ello, la principal prioridad de los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor es facilitar recursos para el cuidado tanto de niños como de personas dependientes a fin de liberar a las personas mayores de la carga que a veces comportan el apoyo y el cuidado de sus familiares. También se habla del fenómeno de “abuelas y abuelos esclavos” y se pone sobre la mesa la necesidad de adoptar medidas que eviten estas situaciones.

Durante el taller también se abre un debate sobre el voluntariado. Según los y las representantes del Consejo, el voluntariado comporta grandes beneficios psicológicos y sociales para la persona, pero para que esta tarea sea gratificante hay que apoyarla. En este sentido, se considera fundamental que haya profesionales que desarrollen las tareas de apoyar, seguir y proponer adaptaciones de las actividades de voluntariado a medida que la persona voluntaria se hace mayor. Lo más negativo es que una persona voluntaria tenga que pasar del todo a la nada, es decir, que tenga que dejar el voluntariado sencillamente porque ya no puede seguir el ritmo y la intensidad de cuando era diez años más joven. También se insiste en la importancia de que los costes derivados del voluntariado estén cubiertos, y de que la persona voluntaria no tenga que poner dinero de su bolsillo para desarrollar la tarea de voluntariado.

4.2.8. Comunicación e información

El acceso a la información es un aspecto vital para el envejecimiento activo. Conviene que las personas mayores se puedan mantener conectadas con más personas de la comunidad, que estén al día de los eventos que tienen lugar en la ciudad y que reciban información oportuna y práctica para administrar su vida y atender sus necesidades personales.

En la sociedad de la información y el conocimiento, el miedo a perderse información y a quedarse fuera de lo que sucede en la comunidad es una angustia compartida por personas de todas las edades, pero, sobre todo, por las más mayores. Existen diversidad de medios y canales de comunicación, pero son pocos los medios que llegan a todo el mundo. Las tecnologías de la información y la comunicación son consideradas herramientas útiles y fundamentales para mantener el contacto con la sociedad, pero también son criticadas como instrumentos de exclusión social.

Todo ello hace que el acceso a la información y a la comunicación que permita a las personas mayores contar con información relevante rápidamente y de manera accesible se haya convertido en una cuestión fundamental para diseñar ciudades amigables para con ellas. Durante la diagnosis se han analizado distintos aspectos relacionados con la información y la comunicación en la ciudad y con cómo esta información llega a las personas mayores, poniendo especial atención en la accesibilidad de la información, la utilidad de la información que llega y la adecuación de los diferentes canales existentes para acceder a la misma.

Baja preocupación por el acceso a la información y la comunicación

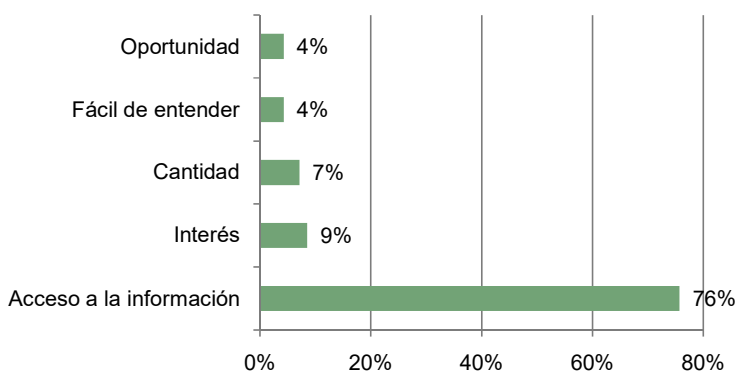
A juzgar por la compilación de propuestas generales recogidas en la encuesta sobre la amigabilidad de Mataró con las personas mayores, la información no es, a priori, algo que venga en mente de forma espontánea: tan solo un 1% de las propuestas recogidas en respuesta a la pregunta genérica sobre lo que hay que mejorar en la ciudad tiene que ver con esta cuestión. Probablemente esto tenga que ver con la existencia de otros aspectos relacionados con el espacio público, el transporte o los problemas de convivencia que preocupan mucho más a nuestros mayores.

Hay que decir que durante los talleres la cuestión de la información y la comunicación fue lo suficientemente discutida y que las preguntas concretas como la idoneidad y la utilidad de la información que se transmite o de los canales que se utilizan para hacer llegar la información a las personas mayores suscitaban reflexiones interesantes por parte de los y las participantes.

De las respuestas a la pregunta en la que se pedían propuestas para mejorar la información a las personas mayores se desprende que la principal preocupación de las personas encuestadas tiene que ver con cómo se hace llegar la información, con tres de cada cuatro de las propuestas recogidas relacionadas con el acceso a la información.

Otras valoraciones tienen que ver con el interés de la información, la cantidad de información, la claridad y la oportunidad de la información que se recibe.

Ilustración 34. Propuestas para mejorar la información sobre las actividades y los recursos que ofrece la ciudad



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Valoración de los canales de información de la ciudad de Mataró

Las personas mayores de la ciudad de Mataró tienen a su disposición varios canales para mantenerse informadas sobre las actividades que se llevan a cabo en la ciudad. A lo largo de los talleres se mencionan los diferentes canales existentes y se valoran sus pros y contras.

Un primer canal de información es el mismo **Ayuntamiento**. La Oficina de Atención Ciudadana informa de los recursos existentes en la ciudad y asesora sobre los diferentes trámites y gestiones para acceder a ellos. La valoración del servicio expresada por los y las participantes en los talleres es positiva, y se considera un buen canal de información para la ciudadanía. Sin embargo, en varios talleres participativos surge la propuesta de crear un punto de información único para la ciudadanía de más edad, en el que se centralice toda la información de interés para este colectivo: desde actividades lúdicas y culturales hasta subvenciones, gestiones y trámites, vivienda, transporte público, etc. Se trata de una propuesta compartida por los directivos del Ayuntamiento, el personal técnico, los representantes de los centros para gente mayor y las entidades. En cuanto a las personas mayores de los diferentes grupos de edad participantes en los talleres, no se menciona esta posibilidad, pero, en cambio, sí que se recogen propuestas en esta dirección en la encuesta sobre la amigabilidad de Mataró respecto a nuestros mayores.

El Ayuntamiento también dispone de diferentes canales para informar a la ciudadanía de los actos que se organizan en la ciudad a través de folletos, carteles y boletines temáticos como, por ejemplo, la agenda cultural o los folletos de los centros cívicos, todos ellos muy bien valorados por las personas mayores participantes en los talleres.

Otro punto clave para hacer llegar la información a la ciudadanía de más edad son los **centros para gente mayor**, ya que constituyen un buen punto de información y comunicación. El voluntariado de estos centros y los y las profesionales que los dinamizan ofrecen información a los usuarios y usuarias y los orientan. Aun así, durante el taller que se hizo con el personal técnico del Ayuntamiento que trabaja en los diferentes dispositivos dirigidos a las personas mayores, se señala que los informadores e informadoras de estos centros no siempre conocen todos los recursos de la ciudad, y se comenta que tendrían que tener más acceso a la información para poder hacer bien su tarea de informar. Los centros también reconocen que la información solo llega a los afiliados y afiliadas y que, por lo tanto, las personas mayores potencialmente interesadas en las actividades de los mismos no están informadas.

Gran parte de la información –tanto del Ayuntamiento como de otras fuentes– llega a través de las **nuevas tecnologías**, y cada vez más los canales utilizados requieren de acceso a aparatos electrónicos (ordenador, tableta o teléfono móvil) y conexión a Internet. Ello puede constituir una barrera para algunas personas mayores que, o bien no tienen acceso a estas tecnologías, o bien no dominan estas herramientas, con lo que se produce la llamada “brecha digital”, que excluye a las personas que no se han subido al carro de las nuevas tecnologías.

Este aspecto fue ampliamente debatido en todos los talleres, ya que es algo que preocupa tanto al personal técnico del Ayuntamiento como a los y las profesionales que tratan con personas mayores y a entidades, centros y a la propia gente mayor. Se valora que muchas personas mayores quedan excluidas de la información por dicho motivo, puesto que muchas de ellas a menudo se sienten angustiadas porque no saben cómo utilizar estas nuevas herramientas y ven que se quedan al margen de una parte importante de lo que sucede a su alrededor.

Para dar respuesta a esta problemática se habla de incidir en la formación de este colectivo en nuevas tecnologías, facilitar su acceso a los recursos tecnológicos con más equipos informáticos en centros para gente mayor, bibliotecas o centros cívicos, instalar un wifi abierto que dé servicio a toda la ciudad e implantar nuevos sistemas informáticos que hagan más accesible la información, con plataformas que sean fáciles para los usuarios y usuarias con pocos conocimientos, sistemas de voz, etc. También se propone que, a partir de determinada edad, la información relevante para las personas mayores llegue por carta directamente a su domicilio (bien de manera universal, bien a petición de las personas interesadas). Esta propuesta también se recoge en la encuesta sobre la amigabilidad de Mataró respecto a la ciudadanía de más edad, en la que se quejan de que la información no llega a las personas mayores y se propone que les llegue directamente a casa.

Las **revistas locales** son, según todos los y las participantes en los talleres, una buena forma de estar al día de lo que sucede en la ciudad. Tanto en los talleres como en la encuesta se hace referencia a las revistas *Capgròs* y *Tot Mataró*, dos medios de comunicación de la ciudad muy interiorizados por todos los mataroneses y mataronesas, quienes suelen leerlas. No obstante, se observa que la cobertura informativa de las actividades dirigidas a las personas mayores es muy reducida. Se tiene la impresión de que las personas mayores no interesan y están invisibilizadas, de forma que solo se conocen dentro del ámbito de dicho colectivo. Asimismo, también se señala que a menudo la información sale con

muy poco margen de tiempo, y muchos de los y las participantes en los talleres se enteran de la actividad una vez se ha realizado.

La **radio y la televisión locales** constituyen otro canal de comunicación de la ciudad. Se trata de un canal interesante, porque llega a muchas personas mayores que están acostumbradas a ver la televisión o a tener la radio encendida porque les hace compañía. Pero sucede lo mismo que con las revistas, la información sobre cuestiones de interés para la gente mayor es muy reducida. En el taller con entidades y representantes de los centros se habla de algunos programas de radio o televisión que se llevan a cabo con la participación de los centros de gente mayor, pero su incidencia es limitada porque se hacen solo un día a la semana, de ahí que se considere que podría haber más espacios de este tipo sobre cuestiones que interesen a la ciudadanía de más edad.

Finalmente, los comerciantes reconocen que sus establecimientos funcionan a menudo como canal de información en la ciudad, y se muestran dispuestos a reforzar esta tarea desde el comercio local.

Tabla 23. Propuestas para mejorar los canales de información para las personas mayores

Canales de información:

- Crear un punto único de información para las personas mayores
- Garantizar que los y las profesionales y personas voluntarias de los centros para gente mayor tengan acceso a información relevante para este colectivo
- Facilitar el acceso a las nuevas tecnologías de las personas mayores (formación y acceso a equipos)
- Hacer llegar la información relevante para la gente mayor a través de cartas enviadas a sus domicilios
- Incluir una sección de gente mayor en las revistas locales y editar una revista propia para difundir las actividades e informaciones de interés para este colectivo
- Reservar espacios para el Ayuntamiento en los medios de comunicación locales para informar sobre actividades y eventos que tengan lugar en la ciudad

Acceso a la información

Independientemente de la existencia de canales de información suficientes, hacen falta otros elementos para garantizar el acceso de las personas mayores a la información y comunicación sin exclusiones.

A lo largo de los talleres se hace mención en varias ocasiones a las dificultades de hacer llegar la información a aquellas personas que no participan en la vida social o comunitaria o que están aisladas.

La información, se dice, está disponible para todas aquellas personas que están activas y mantienen una actitud proactiva para estar al día de las cuestiones que les afectan, tanto en relación con las actividades que se hacen en la ciudad como con los servicios que se ofrecen y los trámites y gestiones necesarios en su día a día. No obstante, existe un colectivo de mayores que han perdido el interés o la capacidad de mantenerse conectados con el mundo social. Son personas que se han quedado solas, que sufren depresión y que viven situaciones de aislamiento. En estos casos, cuesta mucho hacer llegar la información, creándose un círculo vicioso muy difícil de romper que contribuye al aislamiento de

estas personas. Tanto los y las profesionales que atienden a personas mayores como los comerciantes que están en contacto con ellas afirman que ven casos de estos de forma habitual en su día a día, y se muestran muy preocupados por los mismos.

Otro problema mencionado durante los talleres es el del exceso de información. Los que plantean este problema son sobre todo el personal técnico y las personas mayores de los diferentes grupos de edad participantes. Muchos tienen la impresión de que se enteran de muchas cosas que no les interesan, pero, en cambio, hay información relevante que no les llega —especialmente sobre ayudas, recursos y servicios de la ciudad dirigidos a la ciudadanía de más edad. Ello causa una sensación de frustración y angustia entre las personas mayores, que a menudo tienen la sensación de que se están perdiendo algo.

A lo largo de los talleres se recogen varias propuestas para dar respuesta a los problemas que dificultan el acceso a la información.

En cuanto al conocimiento sobre los recursos y servicios de la ciudad, el personal directivo del Ayuntamiento cree que el consistorio tendría que actuar de forma mucho más proactiva, y ofrecer la información de oficio. Si por ejemplo se dispone de los datos para saber qué personas tienen derecho a un determinado servicio o ayuda, se tendría que contactar con la persona y la Administración tendría que iniciar los trámites para facilitarle el acceso a dicho derecho.

También se recogen varias propuestas para hacer llegar la información a las personas que sufren de aislamiento y soledad.

Se propone aprovechar los espacios habitualmente utilizados por las personas mayores para hacer llegar información de interés (bibliotecas, centros cívicos, residencias, asociaciones de vecinos, centros para gente mayor, ambulatorios, mercados, librerías, tiendas, estación de tren, etc.). Además de poner folletos y carteles en estos espacios, se observa que, en el caso de las personas que no participan de forma activa en la comunidad y que sufren problemas de aislamiento, no basta con hacerles llegar la información sino que es necesario que alguien de confianza se la explique. Para lograrlo hay que potenciar el papel de informadores de los y las profesionales que tratan de manera directa con personas mayores, para que pongan a su alcance información sobre recursos y servicios que puedan ser de su interés. También se propone realizar una campaña en todo tipo de tiendas de proximidad y profesionales de referencia (carnicería, frutería, farmacia, CAP...) para que sean conscientes de la importancia de su papel como informadores y generadores de vínculos con nuestros mayores. Asimismo, se considera importante que, además de dar información, se haga un seguimiento que garantice que la información se ha recibido y entendido.

Otra propuesta consiste en reforzar el sistema puerta a puerta para las personas que viven solas y aisladas, a fin de darles a conocer los recursos de la ciudad. Para llevar a cabo dicha tarea habría que recurrir a agentes cívicos, farmacias o profesionales que atienden a personas mayores.

Un último aspecto que se ha tratado en los talleres participativos es la **manera en que se facilita la información**.

En este sentido, se evalúan algunas de las barreras con las que se encuentran las personas mayores a la hora de acceder a la información: desde la complejidad del lenguaje administrativo hasta la utilización de formatos y diseños poco accesibles para ellas o los problemas de comprensión del catalán por una parte importante de la población. Para dar respuesta a estas situaciones, se propone revisar el lenguaje con el que la Administración se comunica con la ciudadanía, utilizar las pautas de lectura fácil del Colegio de Psicopedagogos en las comunicaciones del Ayuntamiento o emplear tipografías y letras fáciles de ver para personas con problemas de visión.

Esta percepción se recoge también en la encuesta, ya que un 4% de las personas encuestadas manifiestan que la información que les llega es difícil de entender.

Tabla 24. Propuestas para mejorar el acceso a la información de las personas mayores

Acceso a la información:

- Actuar de manera proactiva desde el Ayuntamiento, iniciando de oficio los trámites para dar servicios o ayudas a las personas mayores que tienen derecho a los mismos
- Implicar a los profesionales de los espacios habitualmente utilizados por las personas mayores (bibliotecas, centros cívicos, residencias, asociaciones de vecinos, centros de gente mayor, ambulatorios, mercados, librerías, tiendas, estación de tren, etc.) en la tarea de información
- Simplificar el lenguaje administrativo
- Utilizar formatos adaptados para personas con problemas de visión (letra grande, tipografía clara, colores poco estridentes...)

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

En general, se observa una polarización de opiniones entre los y las representantes del Consejo sobre la necesidad de crear canales de información específicos para las personas mayores. Para algunas personas esta especialización no solo es innecesaria, sino que lo que se consigue creando espacios diferenciados para mayores es separarles y excluirles. En cambio, otros consideran que las personas mayores tienen necesidades específicas, y se manifiestan a favor de crear espacios de información y canales propios para ellas.

En cambio, sí hay consenso sobre el hecho de que hay mucha información, aunque no siempre llega y no está adaptada a todo el mundo. Los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor coinciden en que existe un exceso de información, pero que no siempre llega, y a menudo las personas mayores pierden información relevante que les afecta. Una de las barreras con las que se encuentran muchas de ellas a la hora de acceder a la información es la brecha digital. Por eso, los y las representantes del Consejo consideran prioritaria la propuesta de hacer llegar toda información relevante para este colectivo a través del envío de cartas a domicilio.

4.2.9. Asistencia comunitaria y servicios sanitarios

Los servicios comunitarios y de salud son fundamentales para mantener la salud de las personas mayores, facilitar una vida independiente y promover el envejecimiento activo. Una ciudad amigable con sus mayores tiene que garantizar servicios de atención suficientes, de buena calidad y accesibles.

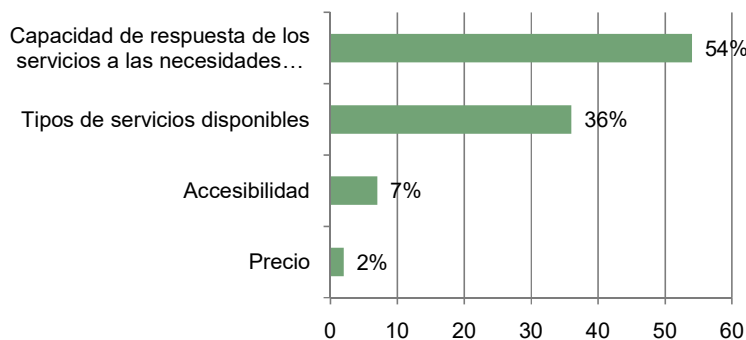
En este ámbito se han analizado los servicios disponibles en la ciudad para las personas mayores, su accesibilidad y su capacidad para dar respuesta a sus necesidades individuales.

Valoración global

La importancia de los servicios comunitarios para la ciudadanía queda reflejada en la encuesta. Con un 10% de las propuestas recogidas, esta es la tercera cuestión que genera más respuestas a la pregunta sobre qué habría que mejorar en Mataró. A un 7% de las personas encuestadas les preocupa el riesgo de vulnerabilidad de las personas mayores que viven en Mataró y proponen aumentar las ayudas económicas, los servicios sociales y la inclusión, mientras que un 3% de las propuestas tienen que ver con el sistema sanitario.

Específicamente, y dentro de este ámbito, se recogen propuestas relacionadas sobre todo con la capacidad de los servicios de la ciudad de dar respuesta a las necesidades individuales y con el tipo de servicios disponibles. El precio y la accesibilidad, en cambio, no reciben tanta atención en la encuesta.

Ilustración 35. Propuestas de los servicios comunitarios y de salud



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Valoración de los servicios disponibles en la ciudad para las personas mayores

A lo largo de los talleres participativos se ha hablado de los diferentes servicios disponibles en la ciudad dirigidos a las personas mayores.

Los **servicios sanitarios** preocupan, fundamentalmente, al personal directivo del Ayuntamiento y a los y las profesionales que atienden a nuestros mayores, tanto en el Ayuntamiento como en los servicios sanitarios, en las residencias y en los centros de día.

La valoración global de los servicios existentes en la ciudad es positiva. Mataró cuenta con centros de atención primaria distribuidos por la ciudad, que dan cobertura a todos los barrios, y el Hospital de Mataró, que da servicio a toda la comarca. Además, se ofrecen servicios especializados para las personas mayores, como el servicio de atención domiciliaria (AtDom) y el servicio de atención a la cronicidad (PADES), que ofrecen una atención constante e individualizada en cuanto a la salud física y al acompañamiento emocional. Según los y las profesionales del Ayuntamiento, ambos servicios están muy bien valorados, y las personas usuarias manifiestan que con estos servicios se sienten más acompañadas y más seguras, por lo que se reduce la sensación de vulnerabilidad y desamparo. También existe un servicio de acompañamiento con ambulancia para personas solas con problemas de accesibilidad a los servicios. Además, según se recoge en el Plan de Salud Pública elaborado durante 2017, la satisfacción con los servicios sanitarios de la ciudad es elevada y casi nueve de cada diez personas se declaran satisfechas con los servicios públicos utilizados.

En el Ayuntamiento preocupa que no exista un programa específico de promoción de la salud y prevención para personas mayores. La Sección de Salud está llevando a cabo una reflexión sobre cómo se tiene que promocionar la salud en la ciudad. Hasta ahora, las actuaciones se habían centrado en las intervenciones con la infancia y la adolescencia a través del programa Salud y Escuela, y las actuaciones en el ámbito de la salud mental y de las drogodependencias. Actualmente, la Sección de Salud se está planteando reconducir sus esfuerzos para abrir nuevas líneas de actuación como, por ejemplo, sobre entorno y salud, habilitación de espacios urbanos, mejora de la alimentación o vulnerabilidad.

También preocupa la falta de personal especializado en geriatría en las áreas de salud, y se piden más recursos para que se pueda trabajar más a fondo en la prevención y el seguimiento de las personas mayores de la ciudad.

Entre las propuestas recogidas en este ámbito se plantea trabajar con las áreas básicas de salud para promover la prescripción social a personas mayores, fomentando que las consultas sanitarias receten, además de medicamentos, actividades físicas saludables como ir a andar, participar en actividades sociales, etc. Otra de las propuestas recogidas es potenciar los centros de salud como espacios de referencia para la ciudadanía de más edad, con la organización de charlas y actividades relacionadas con cuestiones de salud y calidad de vida.

Finalmente, entre las propuestas recogidas en la encuesta para la mejora de los servicios sanitarios de la ciudad, está la atención domiciliaria y el aumento de médicos especializados. También se considera

esencial el servicio de visitas domiciliarias, y se propone ampliar dicho servicio con más profesionales que puedan visitar a domicilio a las personas mayores que lo necesiten.

En todos los talleres se habla de los **servicios sociales**, y se recogen numerosas valoraciones y propuestas para la mejora de la atención a la gente mayor. Algunos servicios como la teleasistencia están muy bien valorados por nuestros mayores, puesto que da seguridad a las personas que viven solas, a pesar de que se recogen algunas quejas sobre la accesibilidad del servicio (requisitos para acceder al mismo, copago del servicio o necesidad de instalar un nuevo teléfono) que hacen que personas que quizás necesitarían el servicio no lo contraten. Las personas mayores participantes en los talleres también hacen referencia a programas como el comedor social y el servicio de atención domiciliaria (SAD), cuya existencia se valora muy positivamente, y se propone que se amplíen. Las personas mayores también piden mejorar la coordinación entre los servicios sanitarios y los servicios sociales, en la línea de ofrecer una atención integral a la persona.

A las personas participantes en la encuesta les preocupa, sobre todo, el seguimiento de la gente mayor en situación de soledad o vulnerabilidad, y proponen un programa de acompañamiento de Bienestar Social, con controles telefónicos y seguimiento presencial. También se propone ofrecer un teléfono centralizado de atención a las personas mayores y ampliar las ayudas a aquellas que estén en situación de vulnerabilidad.

El aislamiento social también es una preocupación surgida de forma recurrente en los talleres. Como buena práctica en este sentido, se hace mención al proyecto Radares, actualmente en fase piloto en el barrio de La Llàntia y que está previsto implantar de forma gradual en toda la ciudad. Este proyecto tiene como objetivo reducir el riesgo de aislamiento y de exclusión social de las personas mayores e incrementar sus vínculos con el barrio. Para conseguirlo, se articula una red de prevención y de acción comunitaria en la que participan vecinos y vecinas, comerciantes, personas voluntarias y profesionales de entidades y servicios, que hacen un seguimiento de las personas mayores que viven solas.

Otra preocupación, expresada en este caso por los y las profesionales del Ayuntamiento que trabajan para la gente mayor, es la imagen social de los servicios sociales. A pesar de que con la Ley de la Dependencia se consiguió abrir el alcance de los servicios sociales a toda la ciudadanía, estos servicios continúan siendo percibidos como dirigidos, fundamentalmente, a personas vulnerables. El estigma de los servicios sociales hace que muchas personas mayores que podrían necesitar la atención de estos profesionales no se dirijan a ellos, además de que se desconocen muchas de las ayudas y prestaciones disponibles de bienestar social para este colectivo. Los y las profesionales insisten en focalizar la visión en la prevención más que en la reacción, ampliando la atención a las personas antes de que lleguen a situaciones de vulnerabilidad y promoviendo el trabajo comunitario. En todo caso, mejoras que requieren un replanteamiento del Sistema de Bienestar Social y una mayor dotación de recursos y profesionales.

Los cuidadores y cuidadoras profesionales, así como las entidades, expresan también preocupación por los servicios de apoyo a cuidadores y cuidadoras no profesionales. Concretamente, se echan en falta programas que consistan en “cuidar a la persona cuidadora”, servicios de respiro y recursos para dar respuesta a este colectivo en casos de emergencia.

Tabla 25. Propuestas para mejorar la oferta de servicios de salud y comunitarios disponibles en la ciudad

Salud:

- Ampliar los recursos en salud, incidiendo en la prevención y la promoción de la salud y reforzando el seguimiento a las personas mayores de la ciudad
- Reforzar los servicios especializados
- Potenciar el servicio PADES
- Ampliar la atención domiciliaria
- Promover la prescripción social entre las personas mayores
- Potenciar los centros de salud como espacios de referencia para la ciudadanía de más edad, organizando charlas y actividades relacionadas con la salud y la calidad de vida

Servicios sociales:

- Reflexionar sobre el Sistema de Bienestar Social promoviendo la prevención y el trabajo comunitario, dotándolo de más recursos y profesionales
- Mejorar la coordinación entre los servicios sociales y sanidad
- Reforzar el servicio de atención domiciliaria
- Garantizar el acceso universal y gratuito al servicio de teleasistencia
- Reforzar los programas de apoyo a cuidadores (respiro, cuidar al cuidador, apoyo en situación de emergencia...)

Capacidad de respuesta a las necesidades de las personas mayores

Otro aspecto ampliamente debatido durante los talleres es la respuesta que dan los servicios de salud y los servicios comunitarios a las necesidades de nuestros mayores.

La visión de las personas participantes en los talleres es que los **servicios de salud** están colapsados, tanto la atención primaria como la atención urgente y de especialistas, y que faltan recursos para dar una respuesta adecuada a las necesidades de la ciudadanía, y también de las personas mayores. Los recortes en este ámbito derivados de las políticas aplicadas durante los años de recesión económica han afectado la capacidad de dar respuesta a las necesidades de la ciudadanía, y esta percepción se recoge claramente en los talleres participativos realizados para la diagnosis de la amigabilidad de la ciudad de Mataró.

Las listas de espera, el colapso del servicio de urgencias con tiempos de espera muy elevados y el retraso en la atención de los especialistas o para la realización de pruebas se identifican como los principales problemas en la atención sanitaria, tanto en los talleres como en la encuesta a las personas mayores de la ciudad.

Entre las propuestas recogidas se menciona la creación de un servicio de consulta en caso de necesidad o urgencia, un teléfono único para acceder a los servicios, un sistema de acompañamiento en la consulta del médico para aquellas personas mayores que por el motivo que sea se encuentran solas, una persona de referencia para las personas mayores a la que le puedan hacer consultas y la mejora de su difusión a fin de que las mismas sepan a quién dirigirse según sus necesidades.

En cuanto a los servicios comunitarios, preocupa el hecho de que, a pesar de que existe mucha oferta de servicios para gente mayor (tanto personas activas como personas con dependencia), no está claro que esta oferta dé respuesta a las necesidades reales del colectivo, ni que esté preparada para dar respuesta a las necesidades emergentes que surgirán de aquí a unos años.

Entre los problemas que más preocupan está la preparación de los servicios de la ciudad para promover el envejecimiento activo y la vida autónoma de las personas mayores y dar respuesta a las situaciones de soledad y aislamiento. Los servicios de atención a domicilio son clave para garantizar que las personas puedan seguir viviendo en su casa cuando envejecen. El SAD, aunque está muy bien valorado, cubre solo los casos de las personas más vulnerables, de forma que una parte importante de la población de más edad que quiere vivir autónomamente en su domicilio tiene que pedir ayuda a la familia o, si dispone de recursos, contratar servicios privados. Esto lleva a muchas personas mayores a solicitar una plaza en una residencia o a ampliar el tiempo de estancia en el hospital, no porque necesiten el servicio, sino porque no disponen de los servicios necesarios para estar solas en casa.

También se echan de menos comedores sociales y servicios de comida a domicilio. El problema de la alimentación es común en muchas personas mayores que viven solas, que ya no tienen la capacidad de preparar sus comidas por problemas físicos (dificultades para hacer la compra), deterioro mental o porque no saben cocinar. A menudo, estas personas descuidan su alimentación, con el consecuente deterioro de su salud. Los servicios de comida a domicilio solucionan esta problemática, y los comedores comunitarios también son una buena solución, ya que además de resolver las necesidades alimentarias, dan respuesta a la problemática de la soledad.

Otro colectivo con necesidades no atendidas es el de las personas cuidadoras. Durante los talleres se considera que las personas cuidadoras están muy poco cuidadas psicológicamente. También se detectan carencias en la capacitación y formación de las mismas.

Finalmente, entre las propuestas recogidas en la encuesta sobre la amigabilidad de Mataró a la hora de dar respuesta a las necesidades de las personas mayores, se plantea agilizar el sistema de solicitud de servicios para evitar la burocracia, dar hora más rápidamente y poner más personas al servicio de la gente mayor con movilidad reducida.

Tabla 26. Propuestas para mejorar la respuesta a las necesidades de las personas mayores

Salud:

- Reducir el tiempo de espera en las urgencias
- Cambiar los sistemas de triaje tanto en las urgencias como en los ambulatorios para dar una respuesta rápida a los casos más graves
- Reducir las listas de espera
- Ampliar los recursos para ofrecer una atención más ágil, tanto en la atención primaria como en la especializada
- Facilitar espacios de información y consulta telefónica o presencial a las personas mayores

Servicios comunitarios:

- Reforzar y ampliar los servicios de atención a domicilio
- Crear un servicio de comedor social específico para personas mayores
- Mejorar la atención a cuidadores
- Agilizar el sistema de solicitud de servicios y evitar la burocracia
- Ampliar las ayudas a las personas con movilidad reducida

Accesibilidad a los servicios

Un último aspecto analizado para valorar la adecuación de los servicios tanto de asistencia comunitaria como sanitarios es la accesibilidad que tienen.

Las personas entre 60 y 69 años proponen la implantación de un servicio de transporte puerta a puerta para personas con movilidad reducida a fin de que puedan ir al médico o al hospital.

En cuanto al coste de los servicios, se habla fundamentalmente de la falta de plazas en las residencias públicas y del elevado coste de las privadas, así como del déficit en las ayudas para la dependencia. Además, se propone la municipalización de los servicios funerarios para hacerlos más asequibles.

Entre las propuestas recogidas en la encuesta se plantea ofrecer más ayudas a las personas mayores en situación de riesgo o vulnerabilidad, invertir más en servicios sociales, garantizar el servicio de teleasistencia gratuito y ofrecer residencias más económicas. En cuanto a los servicios sanitarios, se pide que los medicamentos sean gratuitos y que se aumenten los recursos de la sanidad pública.

Tabla 27. Propuestas para mejorar la accesibilidad a los servicios comunitarios y de salud

Accesibilidad a los servicios

- Mejorar el acceso al hospital en transporte público y habilitar un aparcamiento público gratuito
- Implantar un servicio de transporte puerta a puerta para acompañar a personas con movilidad reducida al médico o al hospital.
- Ampliar las plazas de las residencias públicas
- Reforzar las ayudas a la dependencia
- Municipalizar los servicios funerarios
- Garantizar el servicio de teleasistencia gratuito
- Garantizar la gratuidad de los medicamentos

Las prioridades del Consejo de la Gente Mayor

Los y las representantes del Consejo coinciden en que todas las propuestas de salud son importantes y se considera prioritario ampliar los recursos destinados a la salud de nuestros mayores, tanto para la promoción y prevención de la salud como para la optimización de recursos especializados, servicios de urgencias y atención domiciliaria.

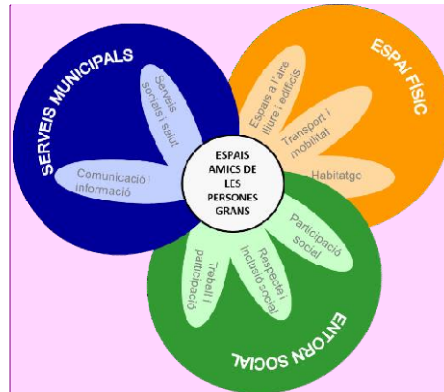
Otro aspecto que preocupa a los y las representantes del Consejo de la Gente Mayor es la falta de plazas en las residencias públicas. En este sentido, se subraya la necesidad de ampliar las plazas públicas existentes y de reducir los condicionantes económicos para poder acceder a las mismas.

En cuanto a los servicios sociales, se considera especialmente importante reforzar el servicio de atención domiciliaria. Estos servicios son todos ellos muy necesarios para las personas mayores, porque evitan la institucionalización y les permiten disfrutar de una vida autónoma en su casa. Otro servicio especialmente útil para este colectivo es el de la teleasistencia, que según los miembros del Consejo tendría que ser gratuito, y se tendría que facilitar el acceso al mismo a todas las personas mayores que lo puedan necesitar. También se observa que habría que dar mucha más importancia al personal voluntario que lleva a cabo la atención domiciliaria de personas mayores, reforzando estos servicios y valorando la contribución del voluntariado. También se señala que, en general, hay una falta de apoyo y seguimiento a las personas cuidadoras y que habría que implantar programas para facilitar asesoramiento, recursos y espacios relacionales a este colectivo. Finalmente, se prioriza la necesidad de agilizar el acceso a estos servicios y de evitar la burocracia, y también de facilitar su acceso a las personas mayores.

4.3. Conclusiones de la diagnosis

Tanto las conclusiones como la Agenda de los retos de ciudad se han validado y enriquecido con las aportaciones de los miembros del Grupo Motor.

Para la diagnosis se ha seguido el modelo propuesto por el Protocolo de Vancouver, que analiza la amigabilidad de las ciudades en torno a tres grandes ámbitos: el espacio físico, el entorno social y los servicios municipales. En cada uno de estos tres ámbitos se han analizado diferentes dimensiones, identificando los aspectos positivos y negativos de la ciudad y recogiendo propuestas de actuación.



Comentario [S4]:
[IMATGE]

ESPACIOS AMIGOS DE LAS PERSONAS MAYORES

SERVICIOS MUNICIPALES
Servicios sociales y de salud
Comunicación e información

ESPACIO FÍSICO
Espacios al aire libre y edificios
Transporte y movilidad
Vivienda

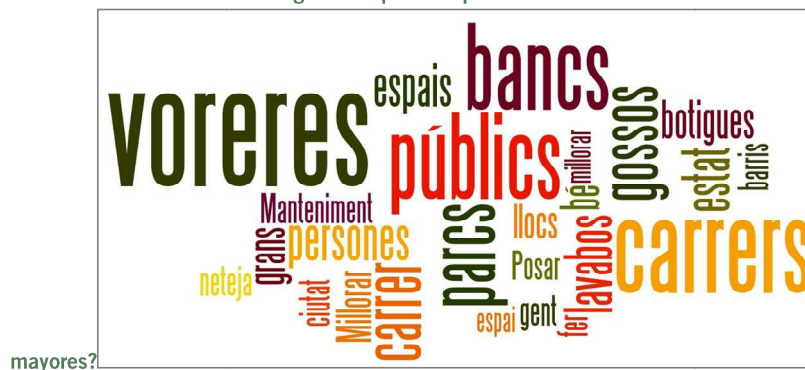
ENTORNO SOCIAL
Participación social
Respeto e inclusión social
Empleo y participación

Espacio físico

El primer ámbito de análisis ha sido el espacio físico. Dentro de este ámbito se evalúan tres dimensiones: los espacios al aire libre, el transporte y la vivienda.

Espacios al aire libre

Ilustración 36. ¿Qué actuaciones propones para que el espacio público de Mataró sea más agradable para las personas



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

La manera en la que se diseña y construye el espacio público es clave para conseguir una ciudad que sea realmente integradora, que promueva la convivencia de las personas que habitan en ella y que sea un lugar agradable donde vivir. El entorno tiene un impacto importante sobre la independencia y la calidad de vida de las personas mayores, y afecta a su capacidad de llevar una vida activa y autónoma.

El aspecto que más preocupa a las personas mayores que han participado en la diagnosis en relación con los espacios al aire libre es el mantenimiento de las calles de la ciudad. Tanto en las encuestas como en los talleres se insiste en la necesidad de reparar las aceras deterioradas, los socavones y los obstáculos en medio de la vía que dificultan la movilidad de estas personas o que comportan riesgos de caídas y accidentes. Otras demandas recogidas durante el proceso participativo están relacionadas con mejorar la limpieza de la ciudad, poner más bancos y áreas de descanso en las calles, instalar lavabos y mejorar la accesibilidad de personas con movilidad reducida. Durante los talleres también se ha señalado la necesidad de replantear la manera de recoger muebles viejos, porque cuando se depositan en medio de la calle obstaculizan el paso de las personas mayores con problemas de movilidad.

El frente marítimo y los espacios verdes se encuentran entre los aspectos que más valoran de la ciudad las personas mayores que han participado en la diagnosis, tanto en los talleres participativos como en la encuesta. No obstante, se piden más espacios verdes, zonas con sombra y equipamientos para hacer deporte al aire libre distribuidos por toda la ciudad. En cuanto a la playa, se valoran muy positivamente las actuaciones para facilitar la accesibilidad a la misma, como las pasarelas y el punto de asistencia al baño adaptado, pero se considera que el servicio de salvamento no se adapta a los horarios de las personas mayores, que se van a casa precisamente cuando empieza dicho horario de salvamento. Otro espacio a repensar, según las personas que han intervenido en el proceso participativo, es el frente marítimo, una zona con mucho potencial pero que actualmente está poco cuidada y que habría que mejorar y promocionar.

Mataró se percibe como una ciudad segura y tranquila. Aun así, durante el proceso participativo, se debaten algunos aspectos relacionados con la seguridad que habría que trabajar, tanto en cuanto a la seguridad en la vía pública como a la seguridad personal para hacer frente a robos y estafas. En este sentido, se propone seguir trabajando para mejorar la accesibilidad de las calles de la ciudad y eliminar obstáculos de la vía pública, regular y controlar el uso de las bicicletas y los patinetes eléctricos y mejorar la iluminación de las calles. También se observa que, a pesar de ser una ciudad segura, son relativamente frecuentes los robos sin violencia y las estafas a personas mayores, un colectivo especialmente vulnerable al que hay que proteger.

Ilustración 37. ¿Qué actuaciones propones para mejorar el transporte y la movilidad en la



Fuente: Encuesta a las personas mayores “Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores”, 2018

El transporte y la accesibilidad a los diferentes espacios de la ciudad constituyen un factor clave para el envejecimiento activo. La habilidad para trasladarse por la ciudad es determinante para la integración y la calidad de vida de las personas mayores, puesto que incide directamente en el acceso a los establecimientos comerciales y a los servicios de la ciudad, a los servicios comunitarios y de salud y a la participación social y cívica.

Mataró es una ciudad relativamente pequeña, en la que los desplazamientos se hacen mayoritariamente a pie. Sin embargo, la orografía de la ciudad hace que haya trayectos con subidas muy pronunciadas, motivo por el que con la edad se tienden a combinar los desplazamientos a pie con el uso del transporte público o privado.

En cuanto al transporte público, la principal queja recogida tanto en las encuestas como en los talleres está relacionada con el precio, que se considera muy elevado, y con un Carnet Azul cuyos criterios son excesivamente restrictivos, que permite acceder al transporte a precios reducidos pero que presenta limitaciones para las personas mayores en situación de vulnerabilidad. Partiendo de la base de que el acceso al transporte público facilita que las personas mayores se muevan, salgan de casa y realicen actividades, se considera que se tendría que facilitar mucho más su acceso al transporte público, con transporte gratuito o descuentos en el precio de los billetes a partir de una determinada edad. También se recogen quejas sobre la frecuencia de paso de los autobuses, sobre todo en fin de semana, en barrios de la ciudad donde el servicio es inexistente o muy limitado.

En cuanto a la movilidad en transporte privado, las quejas por las dificultades en el aparcamiento han sido una constante en todos los talleres participativos, y también ha sido el aspecto que ha recibido más atención en la encuesta. A pesar de que se entiende que la dificultad de aparcar puede ser una estrategia favorable para restringir el tráfico dentro de la ciudad y avanzar hacia una ciudad más amigable para la ciudadanía, se considera que hay que tener en cuenta a las personas con dificultades

de movilidad de modo que esta estrategia no las penalice. Por ello, se propone facilitar un carnet de accesibilidad tanto para las personas mayores como para sus cuidadores o cuidadoras, a fin de que se puedan mover en vehículo privado por la ciudad con las mismas facilidades que las personas con discapacidad.

Vivienda

Ilustración 38. ¿Qué actuaciones propones en relación con la vivienda y la oferta de servicios en los barrios?



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

La vivienda es un elemento esencial para el bienestar de la ciudadanía. En el caso de las personas mayores, existe una relación directa entre el acceso a una vivienda adecuada y su capacidad de disfrutar de una vida autónoma y de envejecer de forma cómoda y segura dentro de la comunidad a la que pertenecen.

El elevado coste de la vivienda, tanto de propiedad como de alquiler, es la principal preocupación manifestada durante la diagnosis. Se trata de un problema que afecta a todo el mundo, pero que es especialmente grave en el caso de las personas mayores con pensiones muy bajas que no pueden hacer frente al coste del alquiler ni asumir los costes de mantenimiento de la vivienda de propiedad o que viven en pisos que no están adaptados a sus necesidades y no se pueden permitir cambiar de vivienda.

El diseño de las viviendas condiciona la capacidad de las personas mayores de vivir de forma autónoma en su casa. Con la edad, aumentan los problemas de accesibilidad y el riesgo de aislamiento social, de forma que aspectos como disponer de un ascensor para acceder a pisos elevados, que las instalaciones del baño y la cocina sean adecuadas o que los portales, puertas y pasillos sean lo bastante anchos como para desplazarse en silla de ruedas determinan las posibilidades de vivir autónomamente. Los

programas de la Oficina de Vivienda que ofrecen ayudas y asesoramiento a las personas mayores de la ciudad para arreglos en el hogar están muy bien valorados, pero se comenta que falta una mentalidad de prevención que permita anticiparse a este problema antes de que sea demasiado tarde. En consecuencia, muchas personas mayores sufren de aislamiento por los problemas de accesibilidad de sus viviendas.

Otro aspecto que ha sido ampliamente debatido a lo largo de la diagnosis son las alternativas a la vivienda privada, como, por ejemplo, los pisos tutelados, las cooperativas de viviendas o las experiencias de cohabitación. Se trata de una cuestión que preocupa sobre todo a las personas más jóvenes, que se plantean la necesidad de buscar soluciones a las nuevas necesidades que les irán surgiendo a medida que vayan envejeciendo. Durante las discusiones generadas a lo largo de los talleres se identifican algunos de los retos que todo ello comporta desde el punto de vista de las políticas públicas de vivienda. En primer lugar, por el peligro de que la oferta de este tipo de viviendas esté liderada exclusivamente por el sector privado, con la segmentación que ello comporta. Y en segundo lugar, por la necesidad de encontrar estrategias que garanticen la convivencia y la relación entre personas diversas en el ámbito social pero también cultural, religioso o sexual.

Entornosocial

Un segundo ámbito de análisis ha sido el del entorno social. Dentro de este ámbito se han analizado cuestiones relacionadas con el respeto a las personas mayores, la participación de las mismas en actividades lúdicas, sociales y culturales y la participación cívica y el voluntariado.

Respeto e inclusión social

Ilustración 39. ¿Qué actuaciones propones para mejorar la convivencia entre los diferentes colectivos de la ciudad?



Fuente: Encuesta a las personas mayores “Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores”, 2018

A lo largo de la diagnosis se han recogido quejas por la falta de sensibilidad y respeto hacia las personas mayores y por los problemas de civismo y convivencia en algunos barrios de la ciudad. También se es consciente de que la contribución de las personas mayores, a través por ejemplo del voluntariado o del apoyo a sus familias, no está lo bastante reconocida y que estas personas están infravaloradas.

No obstante, la principal problemática dentro de este ámbito, y lo que más preocupa a todas las personas participantes en la diagnosis, son las situaciones de aislamiento no deseado de las personas mayores. Se constata que cada vez hay más personas que viven solas y que sufren soledad, depresión y baja autoestima. El crecimiento de la ciudad ha comportado cambios importantes: la construcción de bloques de pisos, el aumento de la población, la pérdida del comercio de proximidad, la aparición de franquicias y el traslado de los establecimientos a los centros comerciales. Esto ha hecho, según algunas de las personas participantes en los talleres, que se haya perdido la calidez de la ciudad y que hayan desaparecido espacios relacionales que cohesionan el vecindario, cosa que genera graves problemas de aislamiento y soledad entre las personas mayores. Para revertir esta tendencia se considera clave la recuperación del tejido social y vecinal, fomentando las relaciones de proximidad y la red ciudadana. Se considera también que hace falta más educación en las escuelas, tanto a niños como a adolescentes y jóvenes, la organización de más actividades intergeneracionales y también la puesta en marcha de campañas de sensibilización sobre la necesidad de respetar a nuestros mayores y cumplir con las normas básicas de convivencia.

Participación social

Ilustración 40. ¿Qué actuaciones propones para mejorar la oferta cultural, deportiva y de ocio de la ciudad?



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

La participación en actividades lúdicas, sociales y culturales está estrechamente relacionada con la calidad de vida y con la salud a lo largo de todo el ciclo vital. La capacidad para participar en

actividades sociales depende de muchos factores. Por un lado, tiene que haber una oferta suficiente amplia y variada para satisfacer las necesidades y expectativas de todo el mundo, pero también son importantes otros aspectos como la información sobre las actividades existentes y su accesibilidad, precio u horario.

Uno de los aspectos que se ha analizado durante la diagnosis ha sido la oferta de los centros para la gente mayor de la ciudad. En general, se coincide en que estos centros (*casals*) ofrecen un amplio abanico de actividades de carácter lúdico, relacional, formativo y deportivo. No obstante, se constata que el perfil de las personas que entran en la etapa de jubilación está cambiando, con nuevas necesidades que llevan a cuestionarse el modelo de centro. Un debate que afecta a cuestiones como la imagen del propio centro, su organización interna, el modelo de participación o el tipo de actividades que programa.

Además de los centros de gente mayor, también se ha debatido cuál debe ser el modelo de participación, tanto para el apoderamiento de las personas y de la autogestión de los proyectos y servicios dirigidos a la ciudadanía de más edad como para su participación activa en las políticas de la ciudad en general.

En cuanto a la oferta de actividades de la ciudad para las personas mayores, en general la valoración es positiva, si bien durante la diagnosis se han recogido propuestas para diversificar y ampliar dicha oferta, tanto en el ámbito cultural y artístico como en el deportivo, de actividades relacionadas con la tecnología o de cuidado de uno/a mismo/a.

Pero, sobre todo, se ha destacado que, además de la existencia de una oferta amplia y variada de posibilidades para participar e implicarse en la vida social, cultural y lúdica de la ciudad, es necesario que esta oferta sea accesible para todo el mundo, eliminando las barreras que dificultan el acceso de las personas mayores a estas actividades. En este sentido preocupa que las personas mayores se hayan convertido en un segmento atractivo para la iniciativa privada, con el peligro que conlleva que se cree una oferta diferenciada que provoque la segmentación de la oferta dirigida a este colectivo en función de su capacidad adquisitiva.

Participación cívica y empleo

Ilustración 41. ¿Qué actuaciones propones para mejorar la participación de las personas mayores en los asuntos de la ciudad?



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

Las personas mayores también contribuyen a la vida social y económica de sus comunidades. Muchas de ellas realizan actividades de manera voluntaria y otras ayudan a sus familias con el cuidado de nietos y nietas y de las personas dependientes. En ocasiones, las personas mayores tienen que seguir trabajando después de su jubilación, bien para mantenerse intelectualmente activas, bien para mantener un nivel de ingresos suficiente para satisfacer sus necesidades. Una ciudad amigable con sus mayores tiene que tener en cuenta la importancia de estas contribuciones, facilitarlas y reconocerlas.

Un primer aspecto que se extrae de la diagnosis es que, a día de hoy, el empleo por cuenta ajena de las personas mayores no forma parte del imaginario social. La percepción dominante es que las personas mayores ya han trabajado bastante, que ya han pasado página de la etapa laboral y que, a lo sumo, están interesadas en hacer voluntariado. Aun así, se trata de una tendencia que se está instalando en otros países y que no se puede obviar, por lo que habrá que tener en cuenta esta evolución en el futuro para que la ciudad esté preparada para dar respuesta a las nuevas necesidades.

La mayoría de las aportaciones en este ámbito tienen que ver con el voluntariado y con la ayuda a la familia.

Hay muchas personas mayores que se ofrecen como voluntarias y que ponen al servicio de los demás las competencias aprendidas en la etapa profesional o adquiridas en su vida personal. Una tarea que, según las personas participantes en los talleres, habría que facilitar mucho más y que no siempre cuenta con el reconocimiento que se merece.

Pero la principal contribución de las personas mayores se da en el ámbito familiar. El cambio en la estructura familiar (nuevos tipos de familia, roturas familiares, etc.) ha comportado que nuestros

mayores se encuentren que tienen que dar respuesta a demandas de apoyo, tanto de sus hijos e hijas como de sus padres mayores y en ciertas ocasiones también de su pareja (si se encuentra en situación de dependencia). Esta circunstancia de tener que responder a la solicitud de ayuda familiar, basada en una cultura que prioriza el bienestar de los familiares por encima de las necesidades propias, sumada a los efectos de la crisis (paro, pérdida de poder adquisitivo de las familias, etc.), han llevado a un gran número de personas mayores a sufrir el denominado “síndrome de *burnout*”, cosa que perjudica su propia salud y calidad de vida y hace que se sientan sin recursos para revertir la situación. Asimismo, esta implicación en la familia puede llegar a limitar su participación social y cívica. En relación con ello surge la cuestión de los llamados “abuelos esclavos”, que hace referencia al exceso de responsabilidad familiar de algunos abuelos y abuelas en el cuidado de nietos y nietas, que les obliga a tener que renunciar a otras cosas que les gustaría hacer.

En este contexto las políticas de apoyo a las familias como, por ejemplo, las becas comedor, los servicios de atención domiciliaria, las estancias de respiro para cuidadores, los centros de día, etc., repercuten en la calidad de vida de las personas mayores, ya que las alivia de las tareas directas de apoyo familiar e incrementa sus posibilidades de participar en actividades de autocuidado, formación y disfrute personal.

Servicios municipales

Finalmente, se ha analizado el funcionamiento de los servicios municipales y su capacidad para dar respuesta a las necesidades de las personas mayores de la ciudad, tanto en cuanto a la comunicación y la información como a los servicios sociales y de apoyo comunitario y de salud.

Comunicación e información

Ilustración 42. ¿Qué actuaciones propones para mejorar la manera en la que se hace llegar la información sobre las actividades y los recursos que ofrece la ciudad?



Fuente: Encuesta a las personas mayores "Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores", 2018

El acceso a la información es vital para el envejecimiento activo. Es necesario que las personas mayores se puedan mantener conectadas con otras personas de la comunidad, que estén al día de los eventos que tienen lugar en la ciudad y que reciban información oportuna y práctica para que puedan gestionar su vida y atender sus necesidades personales.

Actualmente, la información –tanto del Ayuntamiento como de otras fuentes– llega mayoritariamente a través de las nuevas tecnologías, y cada vez más los canales utilizados requieren de acceso a aparatos electrónicos (ordenador, tableta o teléfono móvil) y conexión a Internet. Ello puede suponer una barrera para algunas personas mayores que, o bien no tienen acceso a estas tecnologías, o bien no dominan estas herramientas, con lo que se produce la llamada "brecha digital", que excluye a las personas que no se han subido al carro de las nuevas tecnologías y las deja aisladas de una parte importante de lo que sucede a su alrededor.

Otro problema comentado durante los talleres en relación con el acceso a la información es el círculo vicioso que se produce en los casos de aislamiento y soledad. La información está disponible para todas aquellas personas que están activas y mantienen una actitud proactiva para enterarse de las cuestiones que les afectan, tanto en relación con las actividades que se llevan a cabo en la ciudad como con los servicios que se ofrecen y los trámites y gestiones del día a día. Pero preocupa el hecho de que hay un colectivo de personas mayores que han perdido el interés o la capacidad de mantenerse conectadas en el mundo social. Son personas que se han quedado solas, que sufren depresión y que viven situaciones de aislamiento. En estos casos cuesta mucho hacer llegar la información, creándose un círculo vicioso que retroalimenta el propio aislamiento. Para romper este círculo, no basta con enviar la información, sino que es necesario hacer un acompañamiento personalizado basado en la confianza y en el seguimiento individualizado para conseguir que estas personas encuentren la motivación para salir de su situación de aislamiento.

Finalmente, cabe destacar un último aspecto que está relacionado con la manera en la que se facilita la información y que también puede suponer una barrera para las personas mayores: desde la complejidad del lenguaje administrativo hasta la utilización de formatos y diseños poco accesibles o los problemas de comprensión del catalán por una parte importante de la población.

Asistència comunitària i serveis sanitaris

Il·lustració 43. ¿Qué actuaciones propones en relación con el cuidado de la salud y la protección de las personas mayores en situación de riesgo o vulnerabilidad?



Fuente: Encuesta a las personas mayores “Mataró. Ciudad amiga de las personas mayores”, 2018

Los servicios comunitarios y de salud son fundamentales para mantener la calidad de vida de las personas mayores, facilitar una vida independiente y promover el envejecimiento activo. Por eso, una ciudad amigable con sus mayores tiene que garantizar servicios de cuidado suficientes, de buena calidad y accesibles.

La valoración global de los servicios existentes en la ciudad es positiva. No obstante, preocupan las listas de espera en la sanidad, la saturación de los servicios de urgencia o la falta de personal especializado en geriatría en las áreas de salud. También se piden más recursos para la mejora de la atención domiciliaria y para que se pueda trabajar más a fondo en la prevención y el seguimiento de la gente mayor de la ciudad.

Los servicios que facilitan la vida autónoma de las personas mayores, como el servicio de teleasistencia, los servicios de atención domiciliaria o el proyecto Radares, están muy bien valorados, ya que aportan seguridad a las personas que viven solas, y tanto en los talleres como en las encuestas se propone ampliarlos para que más personas puedan beneficiarse de ellos.

Otra preocupación, expresada en este caso por los y las profesionales del Ayuntamiento que atienden a personas mayores, es la imagen de los servicios sociales. A pesar de que con la Ley de Dependencia se consiguió abrir el alcance de los servicios sociales a toda la ciudadanía, dichos servicios siguen siendo percibidos como dirigidos fundamentalmente a las personas vulnerables. Este estigma hace que muchas personas mayores que podrían necesitar la atención de estos profesionales no se dirijan a ellos, además de que se desconocen muchas de las ayudas y prestaciones disponibles de bienestar social para este colectivo. Por otro lado, los y las profesionales insisten en focalizar la visión en la prevención más que en la reacción, ampliando la atención a las personas antes de que lleguen a situaciones de vulnerabilidad y promoviendo el trabajo comunitario. En todo caso, mejoras que requieren un replanteamiento del Sistema de Bienestar Social y una mayor dotación de recursos y profesionales.

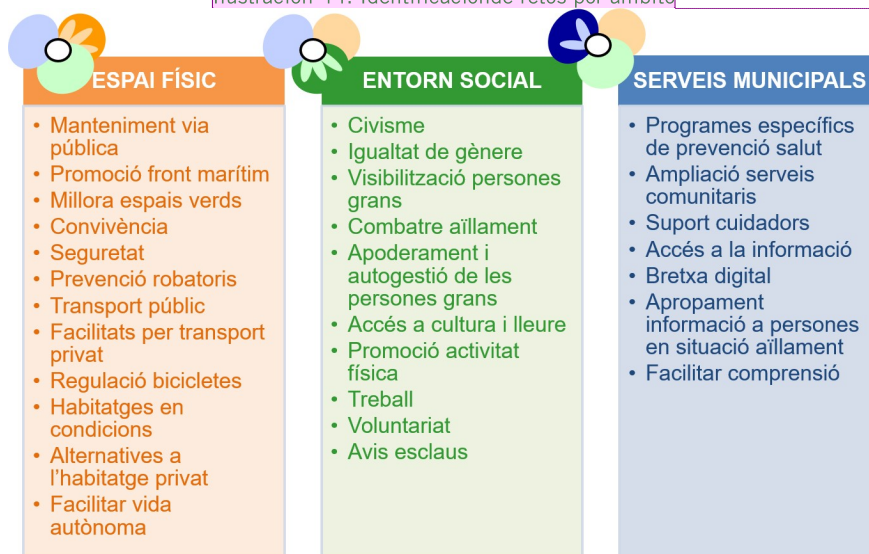
Finalmente, los cuidadores y cuidadoras profesionales, así como las entidades, expresan también preocupación por los servicios de apoyo a cuidadores y cuidadoras no profesionales. Concretamente, se echan en falta programas que consistan en cuidar a la persona cuidadora, servicios de respiro y recursos para dar respuesta a este colectivo en casos de emergencia.

5. Estrategia para una ciudad amiga de las personas mayores

5.1. Retos de ciudad

A continuación se presentan los 28 retos de ciudad identificados, clasificados según las mismas ocho dimensiones del Protocolo de Vancouver. Hablamos de cuestiones de ciudad porque su responsabilidad no recae exclusivamente en la administración local, sino que también pueden requerir la implicación de otras administraciones y entidades, del sector privado o de la misma ciudadanía.

Ilustración 44. Identificación de retos por ámbito



Fuente: elaboración propia

**Comentario [S5]:
[IMATGES]**

ESPACIO FÍSICO
 Mantenimiento vía pública
 Promoción frente marítimo
 Mejora espacios verdes
 Convivencia
 Seguridad
 Prevención robos
 Transporte público
 Facilidades para transporte privado
 Regulación bicicletas
 Viviendas en condiciones
 Alternativas a la vivienda privada
 Facilitar la vida autónoma

ENTORNO SOCIAL
 Civismo
 Igualdad de género
 Visibilización personas mayores
 Combatir aislamiento
 Apoderamiento y autogestión de las personas mayores
 Acceso a cultura y ocio
 Promoción actividad física
 Empleo
 Voluntariado
 Abuelos/as esclavos

SERVICIOS MUNICIPALES
 Programas específicos prevención salud
 Ampliación servicios comunitarios
 Apoyo a cuidadores/as
 Acceso a la información
 Brecha digital
 Acercamiento de información a personas en situación de aislamiento
 Facilitar comprensión

5.1.1. Espacio público

Mejorar el espacio público de la ciudad y hacerlo más amable para las personas mayores.

Durante la diagnosis se han recogido varias propuestas para el mantenimiento y la mejora de los espacios públicos, como la colocación de bancos y áreas de descanso, la adecuación de los lavabos públicos, la adaptación de las calles para las personas con movilidad reducida o la limpieza de las calles y espacios de la ciudad. Son actuaciones que ya se llevan a cabo y que hay que seguir realizando, poniendo especial atención en hacer del espacio público un lugar agradable tanto para nuestros mayores como para el resto de la ciudadanía.

Hacer del frentemarítimo un espacio de ocio al aire libre para las personas mayores

La playa es un espacio muy bien valorado por las personas mayores de Mataró que hay que seguir manteniendo y promocionando, facilitando su accesibilidad, mejorando los accesos, ampliando los espacios de sombra y de descanso o adaptando el horario de socorrismo. El puerto marítimo constituye otra zona con muchas posibilidades, pero que habría que mejorar y remodelar para convertirlo en un espacio atractivo para la gente mayor de la ciudad y para toda la ciudadanía.

Seguir ampliando y mejorando los espacios verdes de la ciudad, diseñando espacios de convivencia que respondan a las necesidades de las personas mayores.

Las personas mayores hacen un gran uso de los espacios verdes de la ciudad y los valoran muy positivamente. A lo largo de la diagnosis se han recogido demandas para que se sigan ampliando los espacios verdes de Mataró, sobre todo en los barrios. También se piden más zonas de paseo y la instalación de equipamientos para hacer ejercicio al aire libre que promuevan la socialización (tenis mesa, circuitos de deportes al aire libre, huertos urbanos, petanca...).

Regular la convivencia en el espacio público

En el diseño de los espacios públicos hay que tener en cuenta las visiones y necesidades de sus usuarios y usuarias para evitar conflictos entre distintos usos que puedan ser excluyentes. Hay que seguir trabajando para resolver dichos conflictos a través de la mediación e insistir en el civismo y en el respeto por medio de campañas de sensibilización y vigilancia.

Mejorar la seguridad de las personas mayores en la vía pública

Las personas mayores se preocupan especialmente por su seguridad y piden que se mejore la iluminación en la vía pública, se refuerce el mantenimiento de las calles (socavones, aceras deterioradas...), se continúen haciendo mejoras en la accesibilidad de las calles (barandillas, rampas, obstáculos en la calzada...) y se aplique la ordenanza sobre bicicletas y patinetes eléctricos.

Prevenir los robos a personas mayores

Hay que prevenir los robos y las estafas a personas mayores tanto a través de vigilancia policial como de acciones de prevención y sensibilización, como, por ejemplo, la organización de campañas informativas, la concienciación de la gente mayor sobre el peligro de robos y estafas o el refuerzo de las redes vecinales de apoyo a nuestros mayores.

5.1.2. Transporte

Mejorar el transporte público, promoviendo su uso entre las personas mayores

Promocionar el transporte público es una estrategia efectiva para facilitar la vida activa de las personas mayores. Esto pasa por aplicar medidas como la reducción del precio del transporte público mediante la aplicación de sistemas tarifarios escalonados, el aumento de la frecuencia de paso de los autobuses en fin de semana, la adaptación de las paradas a personas con movilidad reducida, la ampliación de la red de transporte público en los barrios o la búsqueda de alternativas de transporte para las zonas aisladas como las urbanizaciones y áreas aisladas de la ciudad.

Priorizar al peatón y reducir el uso del vehículo privado en la ciudad

Una ciudad amiga de las personas es una ciudad pensada para el peatón, con espacios para pasear y en la que los desplazamientos de corta distancia se puedan hacer andando, de forma segura y agradable. Por eso, hay que continuar con las actuaciones para promover los desplazamientos a pie en la ciudad, teniendo en cuenta las necesidades de las personas mayores: instalando escaleras eléctricas y ascensores para acceder a los barrios del sector montaña, colocando indicadores de tiempos en los semáforos u ofreciendo servicios para facilitar que nuestros mayores hagan sus compras a pie (p. ej. entrega a domicilio).

Facilitar los desplazamientos en vehículo privado de las personas mayores con movilidad reducida y personas cuidadoras.

La diagnosis ha revelado las dificultades que tienen muchas personas mayores y sus cuidadores y cuidadoras para desplazarse en coche por la ciudad. Restringir el uso del vehículo privado no puede ir en detrimento de las personas que no pueden desplazarse de otro modo, como es el caso de las personas con discapacidad, las de más edad y las que cuidan de las demás. De ahí que este colectivo proponga la creación de un “carnet de accesibilidad” para facilitar el acceso a zonas restringidas y el aparcamiento a las personas mayores y a sus cuidadores y cuidadoras.

5.1.3. Vivienda

Garantizar a las personas mayores el acceso a una vivienda en condiciones

El acceso a una vivienda en condiciones es clave para garantizar la autonomía y la calidad de vida de las personas mayores. La diagnosis muestra que existen barreras importantes en la ciudad para acceder a la vivienda y que hay que aplicar políticas públicas dirigidas al aumento del parque de vivienda pública, a la regulación de los precios de los alquileres, al mantenimiento y ampliación de las ayudas para la reforma y la adaptación de las viviendas y al incremento de las ayudas para cubrir los costes asociados a las mismas (impuestos, servicios...).

Promover fórmulas de vivienda alternativas para dar respuesta a las necesidades de las personas mayores y evitar la exclusión residencial

Durante la diagnosis se han recogido las inquietudes de las personas más jóvenes sobre la necesidad de disponer de una vivienda adaptada a sus necesidades y con acceso a servicios para cuando se hagan mayores. Se requiere el apoyo de la Administración en la búsqueda de nuevas fórmulas para promover alternativas a la vivienda privada, como las residencias especializadas, la cohabitación, los pisos tutelados o las cooperativas de viviendas.

Facilitar la vida autónoma de las personas mayores en su propio hogar

Los servicios que facilitan la vida autónoma de las personas mayores y les permiten seguir vinculadas a la comunidad se consideran básicos, tanto para mejorar su calidad de vida como para usar más eficientemente los recursos públicos. Promocionar estos servicios implica la mejora de las condiciones de uso y acceso a los servicios de teleasistencia, la ampliación de los servicios de asistencia a domicilio, la promoción de los centros de día o la implantación de servicios que faciliten la vida autónoma de las personas mayores, como, por ejemplo, la entrega de compras a domicilio o de farmacia de guardia a domicilio.

5.1.4. Respeto e inclusión social

Promover el civismo y la convivencia entre los diferentes colectivos de la ciudad

Durante la diagnosis se han recogido quejas por la falta de sensibilidad y respeto hacia las personas mayores y por los problemas de civismo y convivencia. Para dar respuesta a estas situaciones se proponen distintas actuaciones, como, por ejemplo, las campañas de sensibilización, campañas antirrumores, educación en valores en las escuelas, promoción de la mediación para resolver conflictos de vecindad u organización de actividades intergeneracionales.

Avanzar hacia la igualdad de género entre las personas mayores

Se propone trabajar las relaciones de género entre el colectivo de personas mayores, luchando contra los estereotipos sexistas en esta franja de edad, aplicando medidas que fomenten el equilibrio entre hombres y mujeres (en las ayudas económicas, en el reparto de actividades de cuidado, etc.) y desarrollando actuaciones para proteger a las mujeres mayores que sufren situaciones de maltrato o violencia.

Poner en valor la contribución de las personas mayores en el ámbito social y familiar

Las personas mayores que han participado en la diagnosis han manifestado la falta de reconocimiento de su contribución a la sociedad y a la familia, y proponen actuaciones que permitan poner en valor dicha contribución, por ejemplo, la organización de un acto de reconocimiento público del voluntariado.

Combatir el aislamiento entre la ciudadanía de más edad

La diagnosis muestra que el aislamiento social de muchas personas mayores y las situaciones de soledad no deseada constituyen uno de los problemas que más preocupan. Es primordial dar respuesta a esta problemática a través de proyectos comunitarios para recuperar el tejido social y de vecindad, la promoción del voluntariado para acompañar a las personas mayores en situación de aislamiento social, la organización de proyectos y actividades para promover la relación entre la gente mayor, el impulso de programas de seguimiento y detección de situaciones de aislamiento como el proyecto Radares y las actuaciones para promover la implicación y participación activa de las personas mayores en la comunidad.

5.1.5. Participación social

Promover espacios de participación y autogestión de los proyectos y los servicios dirigidos a personas mayores

El modelo de centro para gente mayor ha sido ampliamente analizado durante la diagnosis, que ha puesto de manifiesto la necesidad de transformar la imagen de los mismos, introducir nuevas actividades, promover la renovación de sus juntas y potenciar la implicación activa y la participación de las personas usuarias. Y además de los centros, hay que trabajar para promover la implicación de la ciudadanía de más edad en la creación de espacios y proyectos a partir de la autogestión de las mismas personas mayores.

Romper las barreras para acceder a la cultura y al ocio

Fomentar la vida activa de las personas mayores pasa por potenciar su acceso a las actividades culturales y lúdicas que se ofrecen en la ciudad, promoviendo la gratuidad o tarificación escalonada de

las mismas, firmando convenios con entidades privadas, haciendo llegar información sobre eventos gratuitos o sin coste, descentralizando las actividades culturales e incrementando la oferta en los barrios y adaptando los horarios de las actividades y equipamientos municipales a las necesidades de nuestros mayores.

Promover la actividad física entre la ciudadanía de más edad

La actividad física durante todas las edades, pero sobre todo entre las personas mayores, está claramente relacionada con la salud y el bienestar. Por eso es muy importante promover la práctica deportiva y la actividad física saludable con la organización de actividades físicas en equipamientos y espacios al aire libre de la ciudad, rompiendo las barreras de acceso a equipamientos deportivos con una política de precios que se corresponda con los ingresos de las personas mayores.

5.1.6. Empleo y participación cívica

Anticiparse a los cambios en el mercado laboral derivados de los cambios demográficos y de las nuevas realidades socioeconómicas

A pesar de que durante la diagnosis se ha comprobado que el trabajo remunerado de las personas mayores no forma parte del imaginario social, hay que prever acciones futuras para dar respuesta a sus necesidades en este ámbito. Estas acciones tienen que prever tanto el apoyo a aquellas personas mayores que quieren mantenerse activas como la protección de sus derechos laborales.

Promover el voluntariado entre las personas mayores

La participación en actividades de voluntariado hace que las personas mayores establezcan vínculos con su entorno, se sientan útiles y disfruten de beneficios tanto social como personalmente. Potenciar el voluntariado constituye, además, una estrategia para prevenir el aislamiento. Por eso hay que seguir trabajando para ofrecer información a nuestros mayores sobre las posibilidades del voluntariado en la ciudad, proporcionar formación a las personas voluntarias y garantizar el reconocimiento de esta tarea. Otros aspectos muy importantes en el ámbito del voluntariado son la adaptación de las tareas voluntarias a las capacidades de la persona mayor, facilitar el transporte y garantizar la cobertura de los costes derivados del voluntariado.

Combatir la problemática de “los abuelos y las abuelas esclavas”

La diagnosis muestra que la ayuda a las familias y el cuidado de personas dependientes puede constituir una carga para muchas personas mayores, hasta el punto de que puede llegar a perjudicar su propia salud y calidad de vida y limitar sus posibilidades de participación social y cívica. Para luchar contra esta problemática se propone reforzar las ayudas a las familias para reducir su dependencia de los abuelos, así como desarrollar campañas de sensibilización y actuaciones para el apoderamiento de las personas mayores.

5.1.7. Comunicación e información

Facilitar el acceso de las personas mayores a la información sobre los aspectos de la ciudad de su interés

Poder acceder a la información es clave para que las personas mayores puedan mantener una vida activa y participar en la comunidad. Durante la diagnosis se ha propuesto seguir trabajando para mejorar la difusión de la oferta de actividades existente en la ciudad dirigidas a las personas mayores, tanto a ellas mismas como a los y las profesionales que las atienden.

Seguir trabajando para reducir las barreras del acceso a la información derivadas de la “brecha digital”

Gran parte de la información se transmite actualmente a través de las nuevas tecnologías, lo que a su vez puede provocar una brecha digital que hace que algunas personas mayores queden excluidas de según qué informaciones. Además, la transición a la administración electrónica supone un reto para este colectivo, que tiene que aprender a relacionarse con la Administración y llevar a cabo sus trámites y gestiones a través de plataformas informáticas. Para superar este problema se propone potenciar la formación en nuevas tecnologías, facilitar el acceso a ordenadores y a Internet en los equipamientos públicos de la ciudad y mantener la utilización de canales no digitales para hacer llegar informaciones importantes a las personas de más edad.

Hacer llegar información a las personas en situación o riesgo de aislamiento social de forma proactiva

Una de las problemáticas recogidas durante la diagnosis es el círculo vicioso en el que se encuentran las personas mayores que sufren situaciones de soledad no deseada, quienes, debido al aislamiento que sufren, no pueden acceder a la información sobre las posibilidades que les ofrece su ciudad. Por ello se propone potenciar el papel de informadores de los y las profesionales y agentes de la comunidad o poner en marcha campañas informativas puerta a puerta para llegar a aquellas personas que viven solas y aisladas.

Facilitar la comprensión de la información

Para algunas personas mayores la manera en que se presenta la información puede suponer una barrera en sí misma, de aquí que se proponga revisar el lenguaje y los formatos utilizados en la información que pueda ser de interés para este colectivo.

5.1.8. Asistenciasanitariay servicios comunitarios

Reforzar los programas de prevención y promoción de la salud dirigidos a personas mayores

Una de las preocupaciones recogidas durante la diagnosis es la falta de un programa específico de promoción de la salud de personas mayores que permita poner en marcha acciones para reconducir los esfuerzos del área de salud con la apertura de nuevas líneas de actuación para la promoción de los hábitos y estilos de vida saludable entre este colectivo, el fomento de la prescripción social, la habilitación de espacios urbanos o la mejora de la alimentación.

Ampliar los servicios comunitarios dirigidos a personas mayores

Los servicios sociales gestionan varios servicios para promover la vida autónoma de las personas mayores que se propone mantener y ampliar, como, por ejemplo, la teleasistencia, el Servicio de Atención Domiciliaria (SAD), los servicios de acompañamiento al médico, los servicios de consulta y atención telefónica en caso de urgencia, el seguimiento de mayores en situación de vulnerabilidad o de aislamiento social y las ayudas destinadas a este colectivo.

Ofrecer servicios de apoyo a las personas cuidadoras

Las personas cuidadoras presentan necesidades específicas que hay que tener en cuenta. La diagnosis muestra que es este un colectivo con una gran necesidad de atención, tanto de apoyo psicológico como desoporte en el cuidado, yde capacitación y formación. También se pone de manifiesto la necesidad de garantizar a estas personas espacios de respiro y de relación y socialización.

5.2.Ejes y líneas estratégicas

MATARÓ. CIUDAD AMIGA DE LAS PERSONAS MAYORES

EJES Y LÍNEAS ESTRATÉGICAS

EJE 1: ESPACIO FÍSICO AMIGABLE CON LAS PERSONAS MAYORES

LE 1	<u>LAS PERSONAS MAYORES Y EL ESPACIO PÚBLICO DE LA CIUDAD</u>
O1	Mejorar el espacio público de la ciudad y hacerlo más amable para las personas mayores
O2	Seguir ampliando y mejorando los espacios verdes de la ciudad, diseñando zonas de convivencia que respondan a las necesidades de las personas mayores
O3	Hacer del frente marítimo un espacio de ocio al aire libre para las personas mayores
O4	Garantizar la seguridad de las personas mayores en la vía pública
LE 2	<u>LA MOVILIDAD DE LAS PERSONAS MAYORES EN LA CIUDAD</u>
O5	Mejorar el transporte público, promoviendo su uso entre las personas mayores
O6	Priorizar al peatón y reducir el uso del vehículo privado en la ciudad
LE 3	<u>EL ACCESO A LA VIVIENDA Y LA PROMOCIÓN DE LA VIDA AUTÓNOMA DE LAS PERSONAS MAYORES</u>
O7	Garantizar a las personas mayores el acceso a una vivienda en condiciones
O8	Promover la vida autónoma de las personas mayores en su propio hogar

EJE 2: ENTORNO SOCIAL, PARTICIPACIÓN Y CULTURA



LE 4	<u>EL RESPETO Y EL TRATO INCLUSIVO A LAS PERSONAS MAYORES</u>
O9	Promover el civismo y la convivencia entre los diferentes colectivos de la ciudad
O10	Avanzar hacia la igualdad entre las personas mayores
O11	Combatir el aislamiento entre las personas mayores
LE 5	<u>LA PARTICIPACIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS MAYORES Y LA PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO</u>
O12	Promover espacios de participación y autogestión de los proyectos y los servicios dirigidos a las personas mayores
O13	Promover el envejecimiento activo de las personas mayores potenciando el acceso a actividades culturales y de ocio
LE 6	<u>LA PARTICIPACIÓN CÍVICA DE LAS PERSONAS MAYORES</u>
O14	Promover el voluntariado entre las personas mayores
O15	Poner en valor la contribución de las personas mayores en el ámbito social y familiar

EJE 3. SERVICIOS MUNICIPALES

LE 7	<u>EL AYUNTAMIENTO, AL SERVICIO DE LAS PERSONAS MAYORES</u>
O16	Trabajar por la prevención y la promoción de la salud de las personas mayores
O17	Dar respuesta a las necesidades de las personas mayores y a sus cuidadores y cuidadoras desde los servicios municipales
LE 8	<u>INFORMACIÓN COMPRENSIBLE Y ACCESIBLE PARA LAS PERSONAS MAYORES</u>
O18	Facilitar el acceso de las personas mayores a la información sobre los aspectos de la ciudad que son de su interés
O19	Eliminar las barreras de acceso a la información

LÍNIA ESTRATÈGICA 1



LES PERSONES GRANS I L'ESPAI PÚBLIC DE LA CIUTAT

Núm.	Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Tipus	Accions
1	<p>Millorar l'espai públic de la ciutat i fer-lo més amable per a les persones grans</p> 	<p>Mantenir la via pública en bon estat tenint en compte les necessitats de les persones grans</p>	1	A	Identificar, amb la participació de persones grans, elements de la via pública que dificulten la mobilitat (voreres fetes malbé, desperfectes al paviment, esvorancs, obstacles, rajoles que rellisquen...) i executar les reparacions pertinents
			2	C	Millorar la neteja a tota la ciutat (posar més papereres, continuar instal·lant contenidors accessibles, intensificar la vigilància de conductes incíviques...)
			3	N	Engagar una campanya per conscienciar i sensibilitzar la ciutadania per tenir cura de l'espai públic (neteja, recollida dels excrements dels gossos, cura del mobiliari urbà...)
			4	N	Difondre el servei " Mataró Neta ", que permet a la ciutadania comunicar les incidències a la via pública a través d'una aplicació per a dispositius mòbils
			5	N	Repensar el sistema de recollida de mobles i trastos vells per evitar que envaeixin la via pública i dificultin la mobilitat de les persones grans
		<p>Habilitar zones de descans a la via pública adequades a les necessitats de les persones grans</p>	6	A	Incrementar les zones de descans (posar més bancs i zones de descans als carrers; sobretot al Centre, als carrers comercials i als carrers llargs)
			7	N	Revisar el model de mobiliari urbà tenint en compte les necessitats de les persones grans (p. ex. dissenyar bancs perquè les persones grans puguin seure i aixecar-se sense dificultat...)
		<p>Facilitar l'accés als lavabos públics al carrer per a les persones grans, en el marc del programa "No em puc esperar"</p>	8	A	Millorar la senyalització dels lavabos públics ja existents
			9	N	Instal·lar nous lavabos al carrer adaptats a les necessitats de les persones grans (espaiosos, nets i adaptats)
			10	N	Facilitar l'accés de les persones grans als lavabos dels establiments de la ciutat , mitjançant acords amb el gremi d'hosteleria perquè les persones grans puguin utilitzar els lavabos de bars i restaurants de la ciutat (p. ex. a través d'un talonari per ús, remunerat posteriorment per l'Ajuntament)
			11	N	Difondre la informació sobre el programa "No em puc esperar", fent-la arribar a les persones grans de la ciutat
2	<p>Continuar ampliant i millorant els espais verds de la ciutat, dissenyant espais de convivència que responguin a les necessitats de les persones grans</p> 	<p>Ampliar els espais verds de la ciutat, promovent un entorn segur, tranquil i confortable per a les persones grans i per a tothom</p>	12	A	Ampliar els espais verds de la ciutat (places i parcs)
			13	C	Dissenyar els espais verds de la ciutat tenint en compte les necessitats de les persones grans : zones verdes, ombra, bancs que no estiguin aïllats i facilitin la relació entre les persones, sense desnivells ni esglaons...
		<p>Promoure les activitats a l'aire lliure als parcs i espais verds de la ciutat</p>	14	N	Equipar els espais verds i places de la ciutat amb serveis i equipaments que promoguin la relació i les activitats a l'aire lliure (taules de ping-pong, pistes de petanca, aparells per fer rehabilitació, parcs de salut, horts urbans...)
			15	N	Dinamitzar activitats esportives a l'aire lliure dins els parcs, amb freqüència regular i gratuïtament (organització d'activitats dinamitzades, accés a material de préstec per a determinades activitats...)

<p>3 Fer del front marítim un espai de lleure a l'aire lliure per a les persones grans</p> 	<p>Executar actuacions a la zona de la platja i el passeig marítim perquè les persones grans en puguin gaudir durant tot l'any</p>	16	A	Executar millores a la platja i al passeig marítim, tenint en compte les necessitats de les persones (instal·lació de més bancs i rampes, zones d'ombra, noves passerres i línies de vida...)	
		17	A	Adaptar l'horari del servei de socorrisme i del bany assistit a les necessitats de les persones grans	
		18	N	Ampliar el passeig marítim connectant-lo amb els municipis adjacents a Mataró	
		<p>Promocionar el port marítim com a espai obert a tota la ciutat, tenint en compte les necessitats de les persones grans</p>	19	N	Habilitar zones i espais de lleure que permetin a les persones grans gaudir del port marítim
			20	N	Dinamitzar activitats al port marítim, per promoure l'ús d'aquest espai per a les persones grans
			<p>4 Garantir la seguretat de les persones grans a la via pública</p> 	<p>Garantir la seguretat física de les persones grans al carrer</p>	21
22	C	Continuar la millora de l' accessibilitat a tots els edificis públics , així com els llocs d'ús habitual de les persones grans			
23	C	Continuar les intervencions de la Guàrdia Urbana per garantir la seguretat a l'espai públic i evitar conductes incíviques que posin en perill la integritat de les persones grans al carrer (gossos sense lligar, ús de bicicletes i patinets, ocupació indeguda de la via pública per bastides, mobles vells, etc.)			
<p>Garantir la integritat de les persones grans i prevenir furt i estafes</p>	24	C		Mantenir la vigilància policial per tal de minimitzar els furts i robatoris al carrer i garantir la seguretat i la tranquil·litat al carrer de les persones grans	
	25	C		Mantenir les xerrades i actuacions de la Guàrdia Urbana als casals i espais de la ciutat freqüentats per persones grans per sensibilitzar sobre aspectes relacionats amb la mobilitat segura i la seguretat a la via pública	
	26	N		Organitzar campanyes informatives adreçades a persones grans per prevenir estafes i robatoris	

LÍNIA ESTRATÈGICA 2

LA MOBILITAT DE LES PERSONES GRANS A LA CIUTAT




Núm.	Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Tipus	Accions
5	Millorar el transport públic, promovent-ne l'ús entre les persones grans 	Millorar l' accessibilitat al transport públic adaptant-lo a les necessitats de les persones grans amb problemes de mobilitat	27	C	Continuar renovant la flota d'autobusos urbans i millorant l'accessibilitat per a les persones grans i amb mobilitat reduïda (seients adaptats, plataformes per entrar i sortir de l'autobús...)
			28	C	Continuar millorant els espais d'espera a les parades dels autobusos (protecció del sol i la pluja, bancs, informació sobre horaris, neteja...)
		Revisar els preus del transport públic per a les persones grans	29	N	Crear una nova targeta de transport T-Rosa com a títol de transports per a jubilats, pensionistes i majors de 60 anys, discapacitats iguals o superiors al 33%...
			30	A	Controlar l' ús indegut del carnet blau (criteris d'accés, traspàs indegut del carnet...)
		Millorar la cobertura del transport públic	31	N	Estudiar mecanismes per millorar la cobertura del transport públic respecte de recorreguts (cobertura de barris perifèrics, urbanitzacions, residències i equipaments de persones grans, hospital...)
			32	N	Augmentar la frequència del transport públic durant les nits i els caps de setmana
			33	N	Ampliar el nombre de parades dels autobusos interurbans a Barcelona, Granollers i Argentona
			34	N	Posar informació als panells de les parades d'autobús (recorreguts, temps d'espera...)
		Millorar la informació sobre la xarxa de transport públic	35	N	Crear una app per consultar el temps d'espera fins al pròxim autobús
				36	N
6	Prioritzar el vianant i reduir l'ús del vehicle privat a la ciutat 	Executar adaptacions i millores a la via pública adreçades a facilitar els desplaçaments a peu de les persones grans	37	N	Revisar el temps dels semàfors per assegurar que les persones grans poden travessar el carrer amb tranquil·litat, posar indicadors dels segons que queden perquè el semàfor es posi en vermell...
			38	N	Instal·lar progressivament escales elèctriques o ascensors per facilitar l'accés als barris amb pendents pronunciades
		Promoure la mobilitat sostenible a la ciutat, des d'una perspectiva de respecte als vianants	39	N	Instal·lar més carrils bici amb una xarxa suficient per desplaçar-se per la ciutat sense necessitat d'envair les zones de vianants
			40	N	Sensibilitzar la població que utilitza mitjans de transport sostenible per potenciar un ús cívic d'aquests vehicles
			41	N	Modificar l' ordenança de mobilitat per regular la circulació de bicis, patinets, segways, etc.
			42	N	Promoure la creació de punts de recollida de la compra en línia en diferents espais de la ciutat
		Promoure sistemes de lliurament de la compra a domicili	43	N	Donar facilitats als comerços locals per accedir als carrers per fer repartiments a domicili
			44	N	Difondre els sistemes de compra en línia i de repartiment a domicili entre les persones grans
		Mantenir les actuacions per facilitar la mobilitat amb transport privat de les persones amb mobilitat reduïda i persones cuidadores	45	A	Ampliar les places d'aparcament reservades per a persones amb mobilitat reduïda
			46	A	Ampliar les zones d'acotxament per facilitar el transport de les persones amb mobilitat reduïda per part dels seus cuidadors/es

LÍNIA ESTRATÈGICA 3

L'ACCÉS A L'HABITATGE I LA PROMOCIÓ DE LA VIDA AUTÒNOMA DE LES PERSONES GRANS


Núm.	Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Tipus	Accions
7	Garantir a les persones grans l'accés a un habitatge en condicions 	Promoure polítiques públiques per facilitar l'accés a l'habitatge de lloguer a les persones grans	47	A	Valorar la viabilitat d'implantació d'un projecte pilot d'habitatge inclusiu per a la gent gran
			48	C	Mantenir els ajuts per facilitar l'accés a l'habitatge per a les persones en situació de vulnerabilitat (ajuts al lloguer, rebaixes de l'IBI, rebaixes de la taxa d'escombraries...)
			49	C	Continuar promovent la borsa de lloguer de l'Ajuntament per tal d'intervenir en la regulació dels preus del lloguer a la ciutat i a la mobilització del lloguer asequible
			50	C	Continuar oferint serveis de mediació i assessorament a les persones amb risc de perdre el seu habitatge de lloguer
		Promoure noves fórmules d'habitatge donant suport a la creació de nous models d'habitatge	51	N	Donar suport a projectes experimentals de construcció d'habitatge cooperatiu (p. ex. oferint assessorament, facilitant el contacte amb d'altres experiències, cedint sòl públic per impulsar projectes experimentals...)
			52	C	Impulsar permutes de pisos per donar resposta a les noves necessitats derivades dels canvis en el cicle de vida (p. ex. permutes de pisos espaiosos per a famílies a canvi de pisos amb ascensor per a persones grans)
8	Promoure la vida autònoma de les persones grans a la seva pròpia llar 	Millorar l' accés a la llar , promovent la instal·lació d'ascensors i elements que garanteixin l'accessibilitat	53	C	Mantenir els ajuts als propietaris d'edificis antics per a la instal·lació d'ascensors
			54	C	Mantenir l'assessorament del programa de suport a comunitats de veïns per a la instal·lació d'ascensors als barris de Cerdanyola i Rocafonda
		Promoure mesures d' adaptació de la llar a les necessitats de les persones grans	55	C	Estudiar la continuïtat del programa d'arranjament d'edificis per adaptar els habitatges a les necessitats de les persones grans (banys, dutxes, terres...)
			56	C	Mantenir els suports tècnics del programa d'arranjament d'edificis per a les situacions de vulnerabilitat
		Impulsar mesures per garantir la seguretat de les persones grans a la seva llar	57	N	Garantir la seguretat de les instal·lacions a la llar mitjançant revisions periòdiques de cablejat, instal·lacions de gas i butà, estalvi energètic a les llars de persones grans...
			58	N	Impulsar una campanya de sensibilització i prevenció de riscos a la llar adreçada a les persones grans
		Impulsar serveis de suport a les persones grans que els permetin viure de manera autònoma a la seva llar	59	A	Mantenir els serveis d'atenció domiciliària (SAD) per facilitar la vida autònoma de les persones grans
			60	A	Ampliar el programa de teleassistència , incorporant solucions de control a distància a la llar (detectors de fum i gasos, detectors de caigudes...)
			61	N	Donar suport a les iniciatives per facilitar l'accés a solucions domòtiques que promoguin la vida autònoma de les persones grans

LÍNIA ESTRATÈGICA 4
EL RESPECTE I EL TRACTE INCLUSIU A LES PERSONES GRANS

Núm.	Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Típus	Accions
9	Promoure el civisme i la convivència entre els diferents col·lectius de la ciutat 	Mantenir i reforçar les activitats adreçades a promoure el bon tracte vers les persones grans	62	A	Engagar una campanya de sensibilització a la ciutadania sobre la necessitat de respectar les normes cíviques i el respecte a les persones grans (a l'escola, a l'institut, amb les famílies, al barri...)
			63	C	Mantenir les campanyes i actuacions per promoure el bon tracte vers les persones grans (campanya "tracta'm bé", "relats amb tracte", "dia del bon tracte a les persones grans"...)
			64	C	Organitzar lectures de contes dramatitzats sobre maltractaments a les persones grans a diferents espais de la ciutat (casals de gent gran, residències, escoles, centres cívics, biblioteca...)
			65	C	Organitzar tallers de teatre per treballar la resolució dels conflictes a través de la mediació als casals de persones grans, dinamitzats pel servei de mediació comunitària
		Impulsar les activitats intergeneracionals per fomentar la relació entre infants i joves i persones grans	66	A	Organitzar activitats intergeneracionals a les escoles com ara conferències, activitats musicals, de ball, lectures de contes, projectes d'aprenentatge servei amb residències de gent gran i activitats conjuntes entre casals i instituts
			67	A	Mantenir i ampliar les activitats intergeneracionals fora de l'escola (activitats del Club de Vela per a famílies, activitats de reforç escolar per a persones grans voluntàries, programa LECXIT, clubs de lectura...)
			68	N	Promoure noves activitats intergeneracionals (curses d'orientació, petanca, activitats culturals, xerrades sobre oficis...)
			69	A	Promoure activitats en què les persones grans puguin compartir el seu saber i la seva experiència (ruta guiada als fortins i llocs emblemàtics de la ciutat, ruta guiada sobre drets cívics, xerrades vinculades a la memòria històrica...)
			70	A	Introduir la perspectiva de gènere en les dinàmiques de funcionament de les associacions de gent gran de la ciutat
10	Avançar cap a la igualtat entre les persones grans 	Promoure la participació de les dones grans	71	C	Implicar les dones grans de la ciutat en l'organització d'activitats en el marc del Dia Internacional de la Dona
			72	A	Introduir la perspectiva de gènere en la programació i disseny de les activitats del casal
		Dissenyar els programes i polítiques públiques adreçades a les persones grans responen a la diversitat cultural, religiosa i de gènere	73	N	Introduir la perspectiva interseccional en la programació i disseny de les activitats del casal
			74	N	Adaptar els espais i serveis que s'ofereixen al final de la vida , incorporant les pràctiques, rituals i tradicions de les diferents cultures presents a la ciutat
11	Combatre l'aïllament entre les persones grans 	Impulsar projectes adreçats a abordar les situacions de soledat no volguda i d'aïllament social de les persones grans	75	A	Consolidar el projecte Radars i ampliar-lo al barri de Peramàs i, progressivament, a tots els barris de la ciutat
			76	N	Fer un seguiment de les persones grans que van normalment a espais associatius per identificar possibles problemes de salut o depressió i derivar-les als professionals de Serveis Socials o d'altres serveis municipals si és necessari
			77	N	Promoure programes de voluntariat i acompanyament a la gent gran que abordin la qüestió de la soledat no volguda



LÍNIA ESTRATÈGICA 5

LA PARTICIPACIÓ SOCIAL DE LES PERSONES GRANS I LA PROMOCIÓ DE L'ENVELLIMENT ACTIU


Núm.	Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Típus	Accions	
12	<p>Promoure espais de participació i autogestió dels projectes i els serveis adreçats a les persones grans</p> 	Fomentar la participació de les persones grans als casals de gent gran i espais associatius existents a la ciutat	78	A	Repensar el model de casals per donar cabuda als diferents col·lectius de la ciutat i atreure nous perfils d'usuaris i usuàries	
			79	N	Implantar un nou model de gestió de la participació als casals de gent gran a través de comissions per àmbits	
			80	A	Estructurar l' acollida de les noves persones participants dels casals de gent gran a través d'un servei d'acompanyament i d'acollida seguint el model implantat en alguns dels casals de la ciutat	
			81	C	Crear un punt d'informació per orientar i assessorar les persones grans sobre les oportunitats de participació existents a la ciutat: casals de gent gran, associacions, banc del temps, espais participatius...	
			82	A	Fomentar la participació de les persones que formen part de les juntes dels casals de gent gran en les formacions que ofereix l'Ajuntament sobre aspectes relatius a la gestió associativa (subvencions, fiscalitat...)	
			83	C	Continuar amb el treball del Consell de la Gent Gran i les comissions de treball , en projectes i accions per a la millora de l'entorn, la memòria històrica, la cultura i la comunicació	
			Mantenir i consolidar el Consell de la Gent Gran com a espai de participació formal de les persones grans	84	C	Donar visibilitat a les actuacions del Consell de la Gent Gran
			Promoure el treball en xarxa entre les entitats de gent gran	85	A	Organitzar actuacions específiques per fomentar el coneixement i la creació de xarxes entre les entitats de gent gran del municipi (trobades, intercanvis d'experiències, reunions trimestrals...) a través del conveni de dinamització dels espais associatius amb la Fundació Pere Tarrés
		86		N	Promoure intercanvis entre casals de gent gran d'altres ciutats amigues de les persones grans	

<p>Promoure l'envelliment actiu de les persones grans potenciant l'accés a activitats culturals i de lleure</p> 	<p>Dissenyar les activitats adreçades a les persones grans a partir de les seves propostes i recollint l'opinió dels potencials destinataris/es</p>	87	N	Impulsar un procés de codisseny d'activitats per a gent gran per adaptar les activitats a les demandes i interessos de les persones grans	
	<p>Organitzar activitats culturals i de lleure adreçades a fomentar l'envelliment actiu entre les persones grans</p>		88	A	Mantenir les activitats adreçades a les persones grans que es duen a terme en diferents equipaments i serveis de la ciutat : casals de gent gran, centres cívics, biblioteques...
			89	A	Mantenir i ampliar les activitats adreçades a la gent gran organitzades per l' escola de música (coral de gent gran, grup de gòspel, curs d'ukelele...)
			90	C	Redefinir el projecte Cantagran , en què participen alternativament persones de Mataró majors de 58 anys i les corals de gent gran de la ciutat
			91	C	Mantenir les rutes guiades sobre memòria històrica (ruta dels fortins i ruta dels llocs emblemàtics de la Guerra Civil)
			92	C	Mantenir el cicle de conferències formatives sobre salut, hidratació, seguretat, vida personal... que es fan cada any, adreçades a tota la població
			93	A	Ampliar l'oferta d'activitats culturals i artístiques adreçades a les persones grans (fotografia, teatre, música, ball...)
			94	A	Ampliar l'oferta d'activitats de cura d'un mateix (tallers de memòria, educació en salut i en la pròpia cura, gestió emocional, <i>mindfulness</i> ...)
	<p>Promoure l'activitat física saludable entre les persones grans</p>		95	C	Mantenir les activitats adreçades a les persones grans que organitza el servei d'esports (programa d'activitat física, Casal d'Estiu de Gent Gran...)
			96	A	Ampliar l'oferta d'activitats esportives adreçades a les persones grans (activitats als centres esportius de la ciutat, vela, senderisme, ciclisme, espais per a l'activitat física gratuïta, activitats de tai-txi a la platja, assessorament personalitzat per a la millora de la condició física...)
			97	C	Garantir la qualitat de l'oferta esportiva que s'ofereix als casals de gent gran, assegurant que estan adaptades a les necessitats de les persones grans (assegurança, formació als talleristes...)
	<p>Donar a conèixer les d'activitats que s'ofereixen a la ciutat adreçades a les persones grans</p>		98	N	Reforçar la difusió de l'oferta d'activitats adreçades a persones grans (tríptics, difusió a la web, difusió als espais informatius de la ciutat...)
			99	N	Organitzar els tallers als espais on les persones grans s'adrecen de manera espontània (biblioteques, centres esportius...) per captar participants que no s'adrecen habitualment als casals de gent gran
	<p>Eliminar barreres econòmiques a l'accés a les activitats físiques saludables i les activitats de lleure adreçades a les persones grans</p>		100	N	Revisar els criteris de bonificació vigents, incorporant criteris de progressivitat per tenir-hi accés (ajudes per trams de renda)
		101	N	Crear un únic carnet per accedir a totes les bonificacions, que es tramiti de manera fàcil i doni dret a bonificacions i descomptes en l'accés a activitats físiques saludables i de lleure per a les persones grans	

LÍNIA ESTRATÈGICA 6
LA PARTICIPACIÓ CÍVICA DE LES PERSONES GRANS



Núm.	Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Tipus	Accions
14	Promoure el voluntariat entre les persones grans 	Donar a conèixer a les persones grans les oportunitats de voluntariat existents a la ciutat	102	A	Donar a conèixer el Punt del Voluntariat a les persones grans, en què s'ofereix informació a les persones grans actives sobre les oportunitats de fer voluntariats
			103	N	Organitzar campanyes de sensibilització sobre la importància de fer voluntariat i el valor de desenvolupar accions en benefici de la comunitat
			104	N	Vincular les accions de voluntariat amb bonificacions per accedir a serveis o activitats públiques municipals (equipaments esportius, activitats culturals i de lleure...)
			105	N	Donar valor a les aportacions que poden fer les persones grans a les escoles
		Organitzar activitats i campanyes per conscienciar la ciutadania sobre la problemàtica dels "avis i les àvies esclaves"	106	N	Organitzar tallers d'assertivitat i xerrades als casals de gent gran i a les escoles , sobre la problemàtica dels "avis i les àvies esclaves"
			107	N	Identificar i difondre bones pràctiques per organitzar la cura dels infants entre les famílies
			108	C	Mantenir l'organització d'un acte anual de reconeixement a les persones grans, en el marc del Dia Internacional de la Gent Gran
15	Reivindicar la contribució de les persones grans en l'àmbit social i familiar 	Organitzar activitats per donar a conèixer a la ciutadania la contribució de les persones grans a la vida social del municipi	109	C	Mantenir l'organització de la festa del voluntariat per agrair la tasca de totes les persones voluntàries de la ciutat
			110	C	Mantenir i reforçar les activitats adreçades a reconèixer públicament la contribució de les persones grans a la societat (Setmana de la Gent Gran, Dia Mundial de la Gent Gran...)
			111	C	Repensar el format del Festival Artístic de la gent gran i del Certamen de les arts , per dotar-los de més qualitat i augmentar l'impacte que tenen a la ciutat

LÍNIA ESTRATÈGICA 7
L'AJUNTAMENT, AL SERVEI DE LES PERSONES GRANS

Núm.	Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Tipus	Accions
16	Treballar per la prevenció i la promoció de la salut de les persones grans 	Impulsar programes per a la promoció de la salut de les persones grans	112	A	Continuar organitzant xerrades i activitats de promoció de la salut als casals de gent gran
			113	N	Organitzar noves actuacions en l'àmbit de la protecció de la salut
			114	N	Difondre les activitats i tallers sobre salut que es duen a terme a la ciutat a través de la plataforma web "Aula de Salut"
		Fomentar els espais i activitats físiques a l'aire lliure com a espais de relació i de salut	115	A	Pensar els espais públics perquè possibilitin l'activitat física a l'aire lliure
			116	C	Continuar organitzant, des del servei d'esports, cursos de gimnàstica a preu reduït per a les persones grans
			117	N	Dinamitzar activitats a l'aire lliure per promoure l'activitat física entre les persones grans de la ciutat
			118	N	Organitzar sortides conjuntes amb els centres excursionistes i grups de muntanya del municipi en què puguin participar les persones grans de la ciutat
			119	N	Difondre els itineraris "A peu fem salut" entre els professionals que atenen persones grans (ambuladors, referents PADES, farmàcies, casals de gent gran...)
			120	N	Informar sobre els beneficis de l'activitat física per a les persones grans
			121	N	Ensenyar a utilitzar els parcs de salut amb maquinària esportiva i sensibilitzar les persones grans per tal de promoure'n l'ús
			122	N	Formar els professionals que atenen persones grans en la utilització dels parcs de salut de la ciutat (ambulatori, casals de gent gran...)
			123	N	Elaborar materials amb indicacions per a la utilització dels parcs de la salut (indicacions, precaucions...)
			Impulsar projectes adreçats a la cura i la protecció de les persones grans	124	A
		125		C	Implantar les accions definides al Pla de Salut Mental adreçades a la prevenció i la protecció en l'àmbit de la salut mental entre les persones grans
126	N	Donar a conèixer la iniciativa Fons social de medicaments , adreçada a organitzar un recapte de diners per recollir els medicaments de les persones amb malalties cròniques			
127	N	Coordinar amb les altres administracions i serveis municipals el programa " Dret a morir dignament " per donar a conèixer els drets de la ciutadania al final de la vida i el benefici del document de voluntats anticipades			

17	<p>Donar resposta a les necessitats de les persones grans i les persones cuidadores des dels serveis municipals</p> 	Atendre les queixes i demandes de consum , apropant els serveis municipals a les persones grans i promoure el consum responsable entre les persones grans	128	N	Desplaçar el servei de l'OMIC un cop al mes als casals de gent gran per atendre les queixes i demandes de les persones grans
			129	N	Aconseguir que les persones grans que van als menjadors dels casals puguin emportar-se el menjar excedent que no es pot aprofitar i s'acaba llençant
			130	C	Organitzar xerrades sobre consum responsable als casals de gent gran
		Donar resposta a les necessitats de les persones des de la cartera de serveis socials	131	C	Continuar gestionant els serveis socials bàsics adreçats a cobrir les necessitats de les persones grans del municipi (SAD, teleassistència, ajuts de la llei de la dependència...)
			132	C	Continuar treballant des dels Serveis Socials per garantir la cobertura de les necessitats bàsiques de les persones grans en situació de vulnerabilitat (SAD social, pobresa energètica, gestió d'ajuts, gestió de places a residències i centres de dia...)
			133	N	Simplificar els processos de sol·licitud de serveis i ajuts municipals
		Impulsar activitats i projectes de suport a les persones cuidadores	134	A	Organitzar tallers a l' aula de salut per a persones cuidadores (benestar emocional...)
			135	C	Donar a conèixer els tallers i activitats que s'ofereixen a persones cuidadores informant els professionals que es relacionen habitualment amb aquests col·lectius (personal assistència primària, farmàcies, casals de gent gran...)
			136	A	Reforçar els programes de suport a les persones cuidadores (respir, cuidar el cuidador, suport en situació d'emergència...)

ESTRATÈGICA 8
MACIÓ COMPRESIBLE I ACCESSIBLE PER A LES PERSONES GRANS

Objectius generals	Objectius específics	Núm.	Tipus	Accions		
<p>Facilitar l'accés de les persones grans a la informació sobre els aspectes de la ciutat del seu interès</p> 	<p>Donar a conèixer les activitats adreçades a les persones grans que es desenvolupen a la ciutat</p>	137	A	Difondre el punt únic d'informació per a les persones grans gestionat per les tècniques de gent gran, per mitjà del qual es doni informació sobre com i on es pot participar en activitats per a persones grans		
		138	C	Mantenir actualitzada la informació disponible a la web de l'Ajuntament sobre els equipaments i les activitats adreçades a les persones grans de la ciutat		
		139	C	Distribuir la informació sobre l'oferta d'activitats a les persones grans de la ciutat perquè arribi a les persones grans (distribuir díptics informatius pels equipaments de la ciutat, a través dels professionals que tracten amb persones grans, difusió per la web...)		
		140	N	Difondre la memòria anual de gent gran per donar a conèixer el que es fa dins de l'Ajuntament i fora (penjar-la a la web, enviar-la com a presentació dels programes de gent gran...)		
		141	N	Reservar espais per a l'Ajuntament als mitjans de comunicació locals per informar sobre les activitats i esdeveniments adreçats a persones grans que tenen lloc a la ciutat		
		142	C	Mantenir el programa de ràdio setmanal de Mataró Ràdio "L'hora de la gent gran", gestionat per la comissió de comunicació, en què es parla sobre qüestions d'interès per a les persones grans de la ciutat		
		143	N	Aconseguir utilitzar les xarxes socials (Twitter, Instagram) per a la difusió de les activitats per a la gent gran de forma exclusiva per a aquest col·lectiu i les qüestions que s'hi relacionen		
		144	C	Mantenir la informació i documentació sobre memòria històrica a través de la web de la comissió		
		145	N	Facilitar als i les professionals i persones voluntàries dels casals tota la informació rellevant sobre les activitats, serveis i projectes adreçats a les persones grans de la ciutat		
		<p>Facilitar la comprensió de la informació generada, adaptant els formats i el llenguatge utilitzat en les comunicacions de l'administració pública</p>	146	N	Utilitzar formats gràfics adaptats per a persones amb dificultats de visió (lletra gran, tipografia clara, colors poc estridents, icones...)	
			147	N	Promoure la lectura fàcil de tots documents que elabora i difon l'Ajuntament	
			148	N	Garantir que en la comunicació de l'Ajuntament s'utilitza un llenguatge no sexista , integrador, que respecta les diferències culturals i manté un llenguatge respectuós envers les persones grans (evitant paraules poc respectuoses o que tenen un component pejoratiu com ara <i>anciana</i> , <i>avis-àvies</i> si ens referim a totes les persones de + de 65 anys, <i>vellesa</i> , <i>tercera edat</i> ...)	
		<p>Eliminar les barreres d'accés a la informació</p> 	<p>Reduir les barreres en l'accés a la informació derivades de la "bretxa digital" facilitant l'accés a les noves tecnologies a les persones grans</p>	149	A	Mantenir els cursos de formació a les entitats de persones grans sobre informàtica i correu electrònic, en què es formen les juntes de persones grans a través de tallers i tècniques de <i>coaching</i>
				150	A	Ampliar l'oferta d'activitats de formació en habilitats tecnològiques quotidianes (eines de comunicació interpersonal, banca en línia, compra en línia, etc.) per trencar la bretxa digital que afecta una part del col·lectiu de persones grans de la ciutat
151	A			Facilitar l'accés a les persones grans a ordinadors amb connexió a internet als equipaments de la ciutat		
152	N			Donar suport al pas a l'administració electrònica , facilitant l'accés als nous canals de relació amb l'administració a les persones grans (orientació, assessorament...)		
<p>Fer arribar informació a les persones en situació o risc d'aïllament social de manera proactiva</p>	153		N	Fer arribar la informació rellevant per a les persones grans per correu postal als domicilis		
	154		N	Actuar de manera proactiva des de l'ajuntament, iniciant d'ofici els tràmits per donar serveis o ajuts a les persones grans que hi tenen dret		
	155	A	Implicar els professionals dels espais habitualment utilitzats per les persones grans (biblioteca, centres cívics, residències, associacions de veïns, casals de gent gran, ambulatori, mercat, llibreries, botigues, estació de tren, etc.) en la informació a les persones grans			

7. Implantación, seguimiento y evaluación

Como se ha explicado al inicio del documento, el proyecto de Ciudades Amigas con la Gente Mayor tiene cuatro etapas establecidas por el Protocolo de Vancouver, que quedan definidas de la siguiente manera:

Etapa 1: Planificación (2018-2020)

En esta etapa había que conseguir la participación de las personas mayores, elaborar el plan de acción e identificar los indicadores de seguimiento.

Se llevó a cabo en el periodo 2018-2020, posteriormente a la adhesión formal del Ayuntamiento de Mataró a la Red de Ciudades Amigas de la Gente Mayor en agosto de 2017.

Durante este periodo de dos años, se estableció un Grupo Motor, se escogió la imagen del proyecto a través de un concurso entre el alumnado del bachillerato artístico de los institutos de Mataró, se elaboró la diagnosis participada y se redactó el plan de acciones con los indicadores de seguimiento pertinentes.

La redacción de este plan de acciones ha tenido en cuenta también la prioridad del resto de planes estratégicos vigentes en Mataró, y en especial el Plan Estratégico Mataró 2022, así como el trabajo continuo que se realiza para el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Etapa 2: Ejecución (2020-2022)

En esta etapa se tiene que ejecutar el Plan de acción y el seguimiento de los indicadores. La duración prevista de esta etapa es de dos años, pero a raíz de la situación provocada por la pandemia de COVID-19, esta se alargará hasta el año 2022.

En este marco, y más allá de los contenidos del presente documento, es imprescindible garantizar la implantación del Plan, mediante un modelo de gobernanza que asegure la calidad, la eficacia y la adaptación constante a los nuevos retos y necesidades emergentes en la ciudad.

En este sentido, se prevén espacios diversos de seguimiento del Plan, como es ahora el Grupo Motor constituido al inicio de la diagnosis, así como las diferentes comisiones de trabajo vinculadas al Consejo Municipal de la Gente Mayor y al equipo técnico del Servicio de Igualdad y Diversidad Ciudadana.

Comentario [S6]:
A l'índex, que ja he paginat de nou seguint la versió castellana (una mica més extensa), no hi surt aquest punt 7.
De fet, tampoc està ben ordenat dins del text, perquè a continuació d'aquest punt hi ha el 6è, que sí que apareix a l'índex.
Entenc que podria ser un error d'ordenació que caldria esmenar.

Etapa 3: Evaluación

La evaluación se entiende como un proceso que va más allá de la evaluación continuada, en la que a partir de indicadores concretos se valoran los resultados del plan en relación con sus principios y objetivos.

La evaluación nos tiene que permitir una mejora continua, además de la implicación permanente no solo de la gente mayor sino también de toda la ciudadanía comprometida con su entorno.

Se prevé un primer momento de evaluación participada durante el segundo semestre de 2022, cuyo objetivo será redefinir las necesidades y los retos para el periodo 2023-2028.

6. Fuentes consultadas

Ayuntamiento de Mataró (2020) Estudio de la población. Mataró, a 1 de enero de 2020.

Ayuntamiento de Mataró (2017) Observatorio del Mercado Laboral de Mataró. Abril 2017.

Ayuntamiento de Mataró (2017) Plan de Salud Pública de Mataró 2017-2020.

Ayuntamiento de Mataró (2017) Plan de Seguridad Local de Mataró 2016-2019.

Ayuntamiento de Mataró (2017) Plan de Acción 2017. Versión definitiva Pleno 16 de febrero de 2017.

Ayuntamiento de Mataró (2016) Observatorio Municipal de la Vivienda 2016.

Ayuntamiento de Mataró (2016) Pacto por la Movilidad.

Ayuntamiento de Mataró (2015) Libro Blanco de la Cultura. Fase 1. Diagnósis. Ayuntamiento de Mataró (2017) Mataró 2022. Reflexión y planificación estratégica.

Diputación de Barcelona (2016) Programa Hermes. Información estadística local. Síntesis municipal. Mataró y Maresme.

Generalitat de Catalunya (2019) IDESCAT. Padrón municipal de habitantes.

Generalitat de Catalunya (2016) IDESCAT. Censo de población y viviendas.

Organización Mundial de la Salud (2017) Ciudades Globales Amigables con los Mayores: una Guía.

Mesa de Promoción Social (2017) Consejo de Bienestar Social. Plan Local de Inclusión Social de Mataró 2018-2020.

Anexo. Fichas de las acciones