

## **PROGRAMA ACTIVA TU BARRIO**

### **-AYUNTAMIENTO VITORIA-GASTEIZ-**

En el Ayuntamiento de Vitoria llevábamos muchos años dándoles vueltas a cómo poder llegar a las personas mayores que están en una situación de soledad para poder ayudarles. Y con esta idea nace en 2016 el programa activa tu barrio. Al principio funcionaba en tres barrios y en la actualidad está presente en cinco. Son barrios con un porcentaje alto de población mayor.

Queremos dar a conocer una iniciativa que promueve el cuidado. Mejora las condiciones de vida de las personas mayores haciendo que los barrios sean más acogedores, generando un clima de cuidados y tejiendo una red de colaboraciones. Hace que mejore la cohesión social de los barrios.

La difusión en el barrio es clave: cartas a vecinos y vecinas y reuniones informativas y encuentros a pie de calle con asociaciones, comerciantes...En los meses de confinamiento se hicieron más de 11.000 llamadas a personas de más de 70 años. La mayoría se encontraban bien pero unas 1.500 personas estaban solas, con escasos apoyos familiares y agobiadas por la situación. Se les llamaba casi a diario. A partir del 15 de junio varias personas acuden a los grupos de activa tu barrio que están funcionando en los barrios desde esa fecha. Esta ha sido otra vía de captación.

Las personas mayores son los protagonistas, no solo porque participan sino porque diseñan las acciones que les interesan. En cada barrio las personas mayores se reúnen un día a la semana y tratan temas que les interesan: de salud, servicios sociales, temas de actualidad. Son fundamentales para hacer difusión del programa, el boca-oreja funciona muy bien. Conocen a otras personas a las que invitan a participar.

Una de las acciones que realizan es el itinerario seguro del barrio que identifica y conecta los lugares significativos para ellas. Les permite continuar saliendo de casa para hacer sus actividades, comprar, ir al médico, relacionarse y seguir paseando por las calles con más facilidad. La inauguración del itinerario en cada barrio es un momento importante, es un reconocimiento del trabajo y un momento de disfrute, de pasarlo bien. Se organizan paseos por el itinerario, que les permite pasear juntas.

Los vecinos y vecinas de estos barrios son claves. Muchos de ellos también mayores. Se conocen y relacionan. Saben si hay personas que llevan tiempo sin ver, que pueden estar en una mala situación. Animan a las personas que pueden estar solas a participar e informan sobre personas que les preocupa

Las personas siguen viviendo en sus casas y comprando en los establecimientos del barrio. Los comerciantes de la zona reciben una formación sobre las características de las personas mayores. Les permite hacer de sus comercios lugares más accesibles. Colocan una pegatina en sus escaparates que les identifica como establecimiento amigable. Las personas saben que en caso de necesitarlo les ayudarán. Ya son casi 60 los que están implicados.

Es una nueva forma de trabajar que teje una red de colaboración a pie de calle, entre entidades, asociaciones y servicios públicos. Todos tenemos un papel, que permite acompañar a una persona mayor a vencer su situación de soledad. Nos ha permitido

hablar y abordar la soledad desde otras perspectivas, ya que no solo afecta a las personas mayores. Afecta a todas las personas en cualquier etapa de la vida.

Algunos datos, en 2019 participaron 180 personas. Muchas llegan nuevas y otras salen. Conocen otros recursos, actividades y comienzan a estar en otras cosas.

El 80% son mujeres, de 80 años, y el 67% viven solas con escasas relaciones familiares o sociales. Son grupos abiertos, también participan otras personas que no tienen este perfil.

Los grupos han dado un paso más, quieren ayudar a otros. Acuden al colegio de Santa María para apoyar en la lectura a niños y niñas de 5º y 6º de primaria. Es un claro ejemplo de empoderamiento, y fuerza del grupo ayudando a otros con dificultades académicas.

Más información

[www.vitoria-gasteiz.org/centrossocioculturalesdemayores](http://www.vitoria-gasteiz.org/centrossocioculturalesdemayores)

Persona de contacto: Maite Ruiz de Sabando Madina [mruizdesabando@vitoria-gasteiz.org](mailto:mruizdesabando@vitoria-gasteiz.org)



Escanea con tu móvil el código QR

by muxotepotolobat



## ACTIVA TU BARRIO CORONACIÓN

Queremos contribuir a que nuestro barrio sea más acogedor. Que todas las personas puedan hacer sus actividades diarias, relacionándose y paseando por sus calles con más facilidad.

### Hay varias maneras de participar

#### Si eres una persona mayor



Puedes venir al centro sociocultural de mayores:

- Nos reunimos los **lunes a las 5:30** y los **miércoles a las 12:15** un grupo para charlar y pasar un buen rato.



Nos adaptamos a tu ritmo. Hemos diseñado un **Itinerario Seguro**.

Estará señalado con este símbolo:



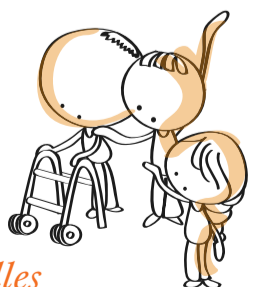
No hace falta inscribirse, no hay límite de plazas, es gratis y puedes ir cuando quieras. Anímate a probar. ¡No te quedes en casa!

#### Si eres vecino/a

- Y crees que esta iniciativa puede ser útil para las personas mayores, ¡corre la voz!
- Tu colaboración y tu opinión nos interesan.

#### Si eres un comercio, asociación o servicio del barrio

- En tu día a día puedes prestar atención a las personas mayores para ver cómo mejorar su seguridad y bienestar. Te podemos ayudar.
- Puedes obtener el **sello de amigabilidad** (Euskadi Lagunkoia). Pregúntanos.



Si quieres que te lo expliquemos mejor, dar ideas, participar... no lo dudes, pregunta por nosotros/as:

**Centro sociocultural de mayores de Coronación**  
C/ Portal de Arriaga nº 14

Llama al **945 161 420**



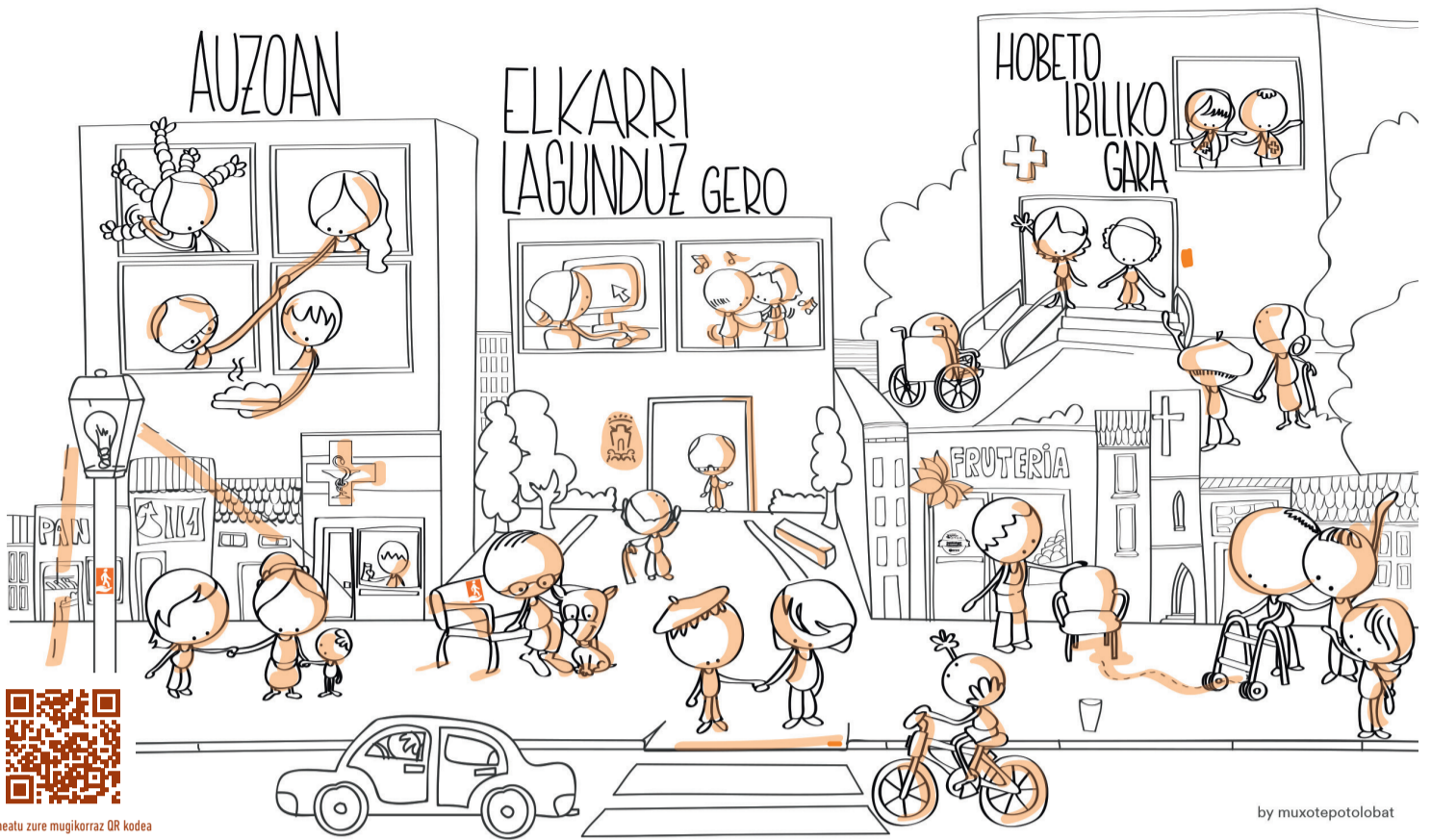
Irati



Asier

*“La confianza en las calles de una ciudad se construye a lo largo del tiempo a través de muchos, muchos pequeños contactos públicos en las aceras”.*

Jane Jacobs



Eskaneatu zure mugikorraz QR kodea

by muxotepotolobat

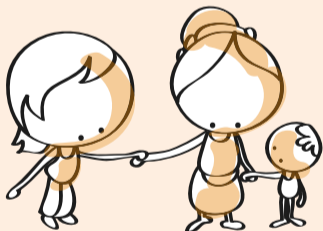


## PIZTU ZURE AUZOA KOROATZEA

Auzo atseginagoa egiten lagundu nahi dugu, guztiak eguneroko jarduerak bestekin harremanetan eta lasai paseatzen egitea.

### Parte hartzeko hainbat modu dago

#### Adinekoa bazara



Adinekoentzako zentro soziokulturalera etor zaitezke:

- **Asteleheneretan, 5:30ean, eta asteazkenetan, 12:15 ean,** talde bat elkartuko gara hitz egiteko eta une atsegina pasatzeko.



Zure erritmorra egokitzen gara. **Ibilbide seguru bat** diseinatu dugu eta sinbolo hau izango du.



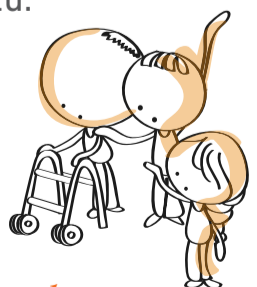
Ez dago izena eman beharrik, ez dago leku mugarik. Doakoa da eta nahi duzunean joan zaitezke. Proba ezazu. Ez zaitez etxean geratu!

#### Auzokoa bazara

- Eta ekimena adinekoentzat interesgarria izan daitekeela uste baduzu, zabal ezazu.
- Zure laguntza eta iritzia ondo datozkigu.

#### Auzoko denda, elkarte edo zerbitzua bazara

- Adinekoengan arreta jarri ahal duzu eguneroko lanean, bere segurtasuna eta ongizatea nola hobetu aztertzeko. Lagun diezazukegu.
- **Euskadi Lagunkoia zigilua** lor dezakezu. Galde diezazukuzu.



Azalpen gehiago behar baduzu edo parte hartu edo ideiak eman nahi badituzu... ez izan zalantzarik:

**Koroatze adinekoentzako zentro soziokulturean** galdetu (Arriagako atea, 14)

edo **945 161 420** telefonora deitu



Irati



Asier

“Denboran zehar lortzen da hiriko kaleekiko konfiantza, espaloietako harreman publiko txiki asko tarteko”.

Jane Jacobs