

## El projecte Radars contribueix al benestar de les persones de més de 75 anys que viuen soles



A partir d'aquesta tardor s'implanta a Granollers un projecte que aporta qualitat a la ciutadania, concretament a les persones més grans de 75 anys que viuen soles o acompanyades de persones més grans de 65 anys perquè puguin seguir amb la seva quotidianitat, amb la complicitat del seu entorn.

L'objectiu principal del projecte Radars per a la gent gran es basa en enfortir les xarxes socials per donar resposta conjunta a les necessitats socials del territori. És un projecte preventiu i d'acció comunitària que promou el bon veïnatge i la col·laboració entre persones que viuen en un mateix barri, de manera que es fomenta el sentiment de comunitat. Aquest projecte funciona des de l'any 2008 a Barcelona i a Granollers es desenvolupa a través de l'Ajuntament amb la col·laboració de Creu Roja.

### Qui pot ser radar?

Actualment a la ciutat hi ha 4.912 persones majors de 75 anys, el que representa un 9 % de la població. Moltes persones han escollit continuar vivint a casa seva, soles o acompanyades, per l'alt sentiment de pertinença a l'entorn. Qualsevol persona que vulgui pot ser radar: veïns, veïnes, comerciants, persones voluntàries, entitats... L'objectiu és facilitar i ajudar que les persones grans puguin seguir vivint a casa seva, tot garantint el seu benestar. L'únic requisit és ser respectuós amb la privacitat de les persones. Ser radar no suposarà cap esforç, només cal estar atent a la dinàmica diària de les persones grans. Si es detecta un canvi en la seva rutina diària, en el comportament o en el seu aspecte, pot ser un indicatiu que necessiten algun tipus d'ajuda. En aquest cas cal comunicar-ho a Serveis Socials de l'Ajuntament de Granollers (93 842 66 65) o escriure un correu electrònic: [radars@ajuntament.granollers.cat](mailto:radars@ajuntament.granollers.cat). De moment el programa es porta a terme al barri de Can Bassa i poc a poc s'estendrà per tota la ciutat. Radars és una mirada sensible i respectuosa a la gent gran.

## Ens agrada menjar!, projecte per millorar la salut amb l'alimentació i l'activitat física

Granollers és una de les set ciutats europees que participa en un projecte per millorar la salut a través de l'alimentació i l'activitat física que s'inicia aquest setembre i es desenvoluparà al llarg d'un any. Els nens i les nenes, els joves, les dones gestants i la gent gran són els grups en què es fixarà especialment aquesta campanya que porta per lema *We love eating!* (ens agrada menjar!).

El tret de sortida d'aquest projecte serà una festa que es farà a la plaça de la Porxada dimecres 17 de setembre, a la tarda, que comptarà, entre d'altres, amb la participació d'AGEVO, una taula de llevadores...

La Comunitat Europea patrocina aquest projecte, anomenat *Healthy Diets Pilot Project*, que inclou diverses activitats i sis recomanacions molt bàsiques i importants: gaudir comprant menjar saludable; gaudir cuinant; gaudir menjant junts amb la família; gaudir bevent aigua; gaudir menjant una dieta amb fruita i vegetals, plena de color i gaudir fent exercici físic.

Al llarg de l'any s'aniran fent diverses activitats, entre les quals tallers en escoles, conferències en el marc de l'Aula de la Salut, etc..

L'Ajuntament de Granollers, l'Hospital General de Granollers, l'Institut Català de la Salut, l'Agència de Salut Pública del Vallès Oriental i el Servei d'Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR) del Vallès Oriental formen part del grup promotor d'aquest projecte.

