

Què en sabem dels 4 temes de la pluja de idees?

CUIDAR LA GENT GRAN



Residències i Centres de Dia a Olot

RESIDÈNCIA DE L'HOSPITAL SANT JAUME

RESIDÈNCIA SANTA MARIA DEL TURA

RESIDÈNCIA MONTSACOPA i Centre de Dia

RESIDÈNCIA EDAT 3 i Centre de Dia

LA CARITAT (centre de dia)

EDIFICI PARC NOU Edifici tutelat

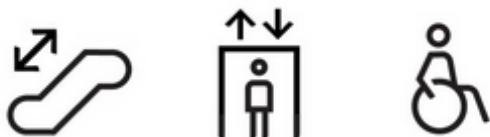
RESIDÈNCIA LA TARDOR

PISOS ASSISTITS:

LA CAIXA

BALMES

CIUTAT, MOBILIARI URBÀ, MOBILITAT



- Rampes i ascensors als supermercats: Mercadona al Mercat d'Olot
- Ascensors als pàrquings d'Olot (Plaça Mercat, El Firalet)
- Rampes a alguns passos de zebra
- Semàfors que fan soroll per a persones cegues (Plaça Clarà)
- Autobusos TPO amb escala adaptada que baixa (Línia A i Línia B)

CULTURA I LLEURE



Associacions de gent gran:

Associació Gent Gran d'Olot

c/Bisbe Lorenza, 2

<https://www.aagentgranolot.com/ca/>

Fan lectura, tenen una coral de la gent gran, fan ball els diumenges, tenen un espai de joc, hi poden dinar. Tenen un casal, un espai.

Esplai d'Olot. Associació de Pensionistes i Jubilats.

Plaça Catalunya, 4

www.esplaidolot.cat

Activitats que fomenten un envelliment actiu i saludable. Tenen un casal, un espai.

Aules de Difusió Cultural de la Garrotxa (ACUGA)

Passatge Caliu, 1

acugablog.wordpress.com

Organitzar conferències de temàtica diversa i activitats, visites i sortides lligades a l'art i la cultura (assistència a representacions teatrals, concerts, visites a museus, sortides de natura...).

Activitats esportives

ENFORMA'T.

Enforma't: un taller d'activitat física per a la gent gran La Creu Roja juntament amb l'Escola Pia . És un taller totalment gratuït i va destinat a persones majors de 65 anys, que vulguin millorar la seva forma física o prevenir el deteriorament associat a l'edat. El taller està conduït per alumnes del Cicle formatiu d'Activitats Físiques i Esportives de l'Escola Pia i es té molt en compte aquelles malalties o situacions que, condicionen les persones grans (artrosi, hipertensió, insuficiència cardíaca, mobilitat reduïda.).

ACTIVITATS ESPORTIVES PER LA GENT GRAN de l'IMELLO (Institut Municipal d'Esports i Lleure d'Olot)

- Ioga suau
- Gimnàstica manteniment
- Gimnàstica pisos assistits de la Caixa i Balmes.
- Natació
- Gimnàstica aquàtica

Activitats culturals

Activitats artístiques de l'Escola Municipal d'Expressió (EME)

- Scrapbooking
- Pintura
- Escultura
- Patchwork
- Fotografia
- ceràmica

Activitats musicals (Escola Municipal de Música)

- Escoltem música

Club de lectura (Biblioteca Marian Vayreda)

NATURALESIA I MEDI AMBIENT



Itineraris Belluga't

15 itineraris de salut a la ciutat d'Olot. Més informació al link que trobareu a l'apartat Tema 2020-2021.

Amb el confinament l'àrea d'esports ha obert un canal Youtube amb exercicis per fer des de casa: Canal Youtube Belluga't a Olot.

Parcs de Salut

El parcs de salut són equipaments emplaçats a l'aire lliure, a l'espai públic, i disposen d'un conjunt d'aparells que conformen un circuit dissenyat per realitzar exercici físic moderat.

Per promoure i facilitar l'activitat física i reduir el sedentarisme de la població Dipsalut (organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona) ha cedit 181 parcs urbans de salut als ajuntaments de la demarcació de Girona, entre els quals es troba Olot.

A Olot hi ha 4 parcs Saludables:

- Parc de salut Bisaroques (12 x 10 m de gespa natural)
- Parc de salut Les Móres (11 x 7 m de gespa artificial)
- Parc de salut Sant Miquel (24 x 8 m de gespa natural)
- Parc de salut Sant Roc (12 x 12 m de gespa natural)

Clicant sobre la imatge es pot consultar la ubicació a Olot dels parcs de salut existents.



Horts urbans

Podeu consultar el mapa d'Olot a on hi ha localitzats els horts urbans. A alguns hi van la gent gran.