



PROJECTE ÀMBIT DE CURA I PROMOCIÓ DE LA SALUT PROMOCIÓ DE L'AUTOCURA

1. JUSTIFICACIÓ DEL PROJECTE

A la zona de Primer de Maig (barri Sota Camí Ral) trobem dos grans col·lectius genèrics susceptibles d'ésser usuaris de l'equipament de l'Espai Actiu: d'una banda, el col·lectiu de gent més gran (de 70 a majors de 80), i per altra banda, persones d'edat adulta (a partir dels 55 anys)¹ que tenen interès en participar d'activitats grupals de proximitat, i/o on algunes de les quals comencen a veure afectada la seva mobilitat, a causa d'algun malestar físic puntual o crònic. Aquestes darreres entrarien al paraigua de les activitats d'envelliment actiu.

Des d'aquest equipament es detecta que, tot i estar contigu a la zona de Primer de maig, les persones usuàries que provenen d'aquest barri són limitades, en part també per la capacitat de l'equipament, ja que funciona a nivell ciutat i té més demanda que capacitat. Per aquest motiu, es troba interessant aprofitar el suport del projecte *Barris i Comunitats: motor de transformació social*, per a dotar d'un suport extra a les activitats de l'equipament, generant un grup o dos, focalitzats en població de Primer de Maig.

Pel que fa als grups de població als quals en dirigim, ens interessa:

- Generar un grup específic de dones, a determinar els criteris per professionals de Serveis Socials, per a realitzar gimnàstica suau.
- Generar un grup mixt, a determinar els criteris per professionals de Serveis Socials, per a realitzar gimnàstica suau.*
- Ampliar les sessions conduïdes per un fisioterapeuta al conjunt de perfils d'usuaris de l'Espai Actiu. **

*Per ambdós grups de gimnàstica suau ens interessen perfils vinculats a Serveis Socials, els quals encara no estiguin vinculats a cap activitat o equipament i tinguin una mínima capacitat de mobilitat, i que presentin un perfil vulnerable a l'aïllament social, i específicament, relacional, els quals hem vist com a factors de risc per a patir soledat no desitjada². Algun dels grup podria estar dirigit a persones que tenen alguna persona a càrrec, i per tant, tenen alguna càrrega de cures vinculades a algú que es trobi en situació de dependència. Degut a l'alta feminització de les tasques reproductives, és possible que quedi un grup també feminitzat o de dones exclusivament. La idea de la

1 Aquestes conclusions s'extreuen de la diagnosi del Pla Integral i de la prospecció i treball al territori dels equips d'intervenció.

2 En el mateix marc del Projecte Pla Integral Primer de Maig, s'està desenvolupant un projecte comunitari de prevenció de la Soledat no desitjada, a partir del qual s'ha realitzat una diagnosi participativa.



especificitat és per donar resposta de forma específica als malestars físics i psicològics que genera la sobrecàrrega en tasques de cures cap a altres persones.

**En moltes ocasions, la franja d'edat 70- >80 no està vinculada a cap activitat per dificultats derivades de l'aïllament social, a causa de la poca accessibilitat dels habitatges i els problemes de mobilitat. Davant d'aquesta problemàtica, volem complementar les accions d'aquest projecte amb les accions vinculades a la prevenció de soledat no desitjada. Tanmateix, seria idoni l'obtenció de material tecnològic per a que les persones que no poden sortir del domicili poguessin accedir als continguts de les sessions amb la fisioterapeuta i/o rebre alguna visita individualitzada a la llar.

2. OBJECTE

S'ha realitzat un projecte centrat en la promoció de la salut a través d'activitats de lleure de gimnàstica suau, combinades amb sessions informatives des d'una perspectiva professional de l'àmbit de la fisioteràpia, sobre pràctiques quotidianes d'autocura.

D'una banda, s'han generat dos grups segons grau de mobilitat, majoritàriament de Primer de Maig, vinculat a l'Espai Actiu per a realitzar gimnàstica suau. Aquesta ha anat orientada a persones d'edat adulta a partir de 50-55 anys, aproximadament. A través d'aquests grups es pretén treballar, d'una banda, la consciència corporal i la promoció de la salut a través del moviment, i d'altra banda, mecanismes per treballar i teixir noves relacions entre veïnes del barri. Aquesta activitat seria setmanal amb una durada de 1:30h., equiparant-la a la resta d'oferta de l'Espai Actiu.

- El primer grup dirigit a persones (9) amb capacitat de mobilitat d'una intensitat baixa.
- El segon grup dirigit a persones (8) amb capacitat de mobilitat mitja.

D'altra banda, amb una mirada més àmplia a nivell generacional, per encabir la població més envellida del barri, i usuària de l'Espai Actiu, s'han realitzat 2 xerrades, impartides per un fisioterapeuta, per treballar idees i eines bàsiques per a les pràctiques d'autocura físiques vinculades a la quotidianitat de la comunitat. Aquestes sessions han sigut en un format obert a totes les persones vinculades a l'espai actiu.

El conjunt d'aquestes activitats es treballen des d'una perspectiva comunitària, i des d'on a través del grup iniciat es pugui treballar a través d'un fil temàtic o algun element significatiu per a si. Aquest treball grupal s'ha vinculat a un desenvolupament itinerant de les activitats per diferents espais comunitaris i equipaments del barri, com serien: l'espai públic del barri, els espais destinats a les activitats de Roca Umbert i el propi equipament de l'Espai Actiu. Aquesta proposta respon a l'objectiu de generar autonomia i lideratge dins el grup(s) a treballar i generar una resignificació dels espais i els equipaments, mostrant-los més accessibles i generant una nova quotidianitat al voltant d'ells.



Desenvolupament i calendarització del projecte

<p>Fase 0 Disseny del projecte i establiment d'acords entre els agents participants Maig-Juliol</p>	<ul style="list-style-type: none">• Validar el disseny del projecte pels agents implicats (activitats i calendarització)• Validar viabilitat tècnica i pressupostària• Validar els indicadors d'avaluació i concretar el sistema de recollida d'informació necessària• Primer cribratge de possibles participants. Anàlisi padró i informes serveis socials
<p>Fase 1 Difusió i consolidació dels grups Agost - Setembre</p>	<ul style="list-style-type: none">• Incorporació de la figura integradora – tallerista i vinculació al territori• Intervenció al barri: difusió i consolidació dels grups. Entrevistes porta a porta• Coordinació projecte amb la resta de programació Espai Actiu
<p>Fase 2 Desenvolupament de les activitats Octubre - Desembre</p>	<ul style="list-style-type: none">• Desenvolupament de les activitats<ul style="list-style-type: none">◦ Gimnàstica suau – treball grupal◦ Sessions fisioterapeuta (Xerrades, pràctiques i/o visites a activitats programades)• Seguiment de les persones vinculades als grups específics
<p>Fase 3 Tancament de l'activitat i avaluació participativa Desembre</p>	<ul style="list-style-type: none">• Tancament de l'activitat grupal i planificació del seguiment de les persones vinculades• Avaluació participativa de les activitats i del procés comunitari



3. METODOLOGIA

3.1 OBJECTIUS I INDICADORS D'AVUACIÓ

1. Apropar/ vincular a l'Espai Actiu persones de 1r de maig amb risc d'exclusió social i/o aïllament relacional
 - a. Detectar persones amb situació d'aïllament social i risc d'exclusió social del barri
 - b. Incrementar el número de persones en risc conegudes per l'espai Actiu
 - c. Augmentar la participació de persones en risc d'exclusió o aïllament en les activitats programades
 - d. Ampliar l'oferta d'activitats formatives i de lleure vinculada a l'Espai Actiu
2. Generar i/o enfortir vincles comunitaris entre persones usuàries de l'espai actiu o biomes del barri no habituals de l'equipament
 - a. Augmentar les relacions entre veïnes
 - b. Generar propostes comunitàries al barri
 - c. Incrementar el sentiment de pertinença o identificació amb el barri i la comunitat
3. Potenciar els espais i equipaments municipals del barri en el seu ús comunitari
 - a. Generar nous usos als equipaments municipals
 - b. Incrementar el treball en xarxa i la coordinació entre àrees i serveis municipals
 - c. Augmentar el coneixement de la població de Primer de maig envers els recursos i els equipaments.
4. Prevenir i reduir el malestar físic de les persones participants en el programa
 - a. Dotar de recursos pràctics per l'autocura de les persones participants
 - b. Augmentar el grau de coneixement del propi cos
 - c. Incrementar les pràctiques quotidianes de les persones participants
5. Visibilitzar i valoritzar el paper de les cures
 - a. Identificar i reconèixer, per part de les persones participants al programa, el seu paper en les cures i en l'autocura en l'àmbit de la salut personal
 - b. Generar propostes comunitàries en relació a les cures
 - c. Incentivar xarxes de suport informal
 - d. Dotar a les persones participants i membres de la comunitat, de recursos en l'àmbit de les cures, indicint en la prevenció orientada a les tasques de cures que puguin realitzar en la seva quotidianitat



OBJECTIU 1: APROPAR/VINCULAR A L'ESPAI ACTIU, PERSONES DE 1R DE MAIG AMB RISC D'EXCLUSIÓ SOCIAL I/O AÏLLAMENT RELACIONAL

Objectius específics	Objectius operatius	Indicadors	Mecanismes de recollida d'informació	Persona responsable de recollida	Període
1.1. Detectar persones amb situació d'aïllament social i risc d'exclusió social del barri	Detectar 15 usuaris nous en total. ??	Número de persones detectades Canal de detecció (SS, dinamitzadora, etc) Distribució de perfils (edat, origen, ingressos, composició familiar, etc)	Buidatge informació- Model Fitxa accés/derivació tècnics/es	Referent dependència Referent Amics de la Gent Gran Dinamitzadora comunitària	Setembre – octubre 2022
1.2. Incrementar el número de persones en risc conegudes per l'espai Actiu	Incrementar en un 10% les persones en risc conegudes per l'espai Actiu	Número de persones en risc conegudes per l'espai Actiu Número de noves persones en risc detectades. Increment percentual	Registre- persones associades/participants Espai Actiu	Dinamitzadora Espai Actiu	Setembre – desembre 2022
1.3. Augmentar la participació de persones en risc d'exclusió social o aïllament en les activitats programades	Incrementar en 10 persones la participació de persones en risc en les activitats programades	Número de persones detectades que han participat en les activitats % de participació d'aquest col·lectiu en les activitats del programa	Registre- llistes assistència	Integradora social	Setembre 2022- ??
1.4. Ampliar l'oferta d'activitats	Crear dues activitats específiques vinculades	Número d'activitats programades	Registre- programació, llista assistència	Integradora social Dinamitzadora	Octubre 2022-?



formatives i de lleure vinculada a l'Espai Actiu	en l'espai actiu	Número de persones participants Mitjana d'assistència a les sessions Grau de satisfacció amb les activitats programades	Qüestionari final	comunitària	
--	------------------	---	-------------------	-------------	--

OBJECTIU 2: GENERAR I ENFORTIR VINCLES COMUNITARIS ENTRE PERSONES USUÀRIES DE L'ESPAI ACTIU I PERSONES DEL BARRI NO HABITUALS DE L'EQUIPAMENT.

Objectius específics	Objectius operatius	Indicadors	Mecanismes de recollida d'informació	Persona responsable de recollida	Període
2.1. Augmentar les relacions entre veïnes	Incrementar i enfortir, en un 25%, el vincles de la xarxa relacional dins els grups d'activitat generats.	% d'increment dels vincles (anàlisi pre-post) % enfortiment vincles	Qüestionari (anàlisi de xarxes)- pre i post	Integradora social	Inici – finalització projecte
2.2. Generar propostes comunitàries al barri	Generar 2 propostes comunitàries anuals	Número de propostes generades Índex de participació en la generació de propostes / perfil Número d'accions realitzades Grau de satisfacció amb les accions realitzades	Registre- planificació i implementació- Reunions de seguiment. Observació directe	Dinamitzadora comunitària	Octubre 2022-?



OBJECTIU 3: POTENCIAR ELS ESPAIS I EQUIPAMENTS MUNICIPALS DEL BARRI EN EL SEU ÚS COMUNITARI

Objectius específics	Objectius operatius	Indicadors	Mecanismes de recollida d'informació	Persona responsable de recollida	Període
3.1. Generar nous usos als equipaments municipal	Generar 2 usos o accions noves a equipaments municipals vinculats Pla integral 1r de maig	Número d'accions o activitats comunitàries realitzades/equipament vinculades pla integral 1r maig	Registre/ documentació Programació Memòria activitats	Tècnics equipaments Tècnica Acció comunitària Dinamitzadora comunitària	Desembre 2022-?
3.2. Incrementar el treball en xarxa i la coordinació entre àrees i serveis municipals	Realitzar una reunió trimestral pel projecte Acomplir en un 75% els acords presos	Número de reunions entre professionals Grau d'acompliment dels acords presos Número i tipologia de professional implicat	Registre- Actes de les reunions	Tècnica Acció comunitària	Setembre 2022-?
3.3. Augmentar el coneixement de la població de 1r de maig envers els equipaments públics	Incrementar, en un 25% el grau de coneixement dels equipaments públics	Increment % del grau de coneixement dels equipaments públics (pre-post)	Qüestionari (pre i post)	Integrador/a social Dinamitzadora comunitària	Octubre 2022- ?



OBJECTIU 4: PREVENIR I REDUIR EL MALESTAR FÍSIC DE LES PERSONES PARTICIPANTS EN EL PROGRAMA

Objectius específics	Objectius operatius	Indicadors	Mecanismes de recollida d'informació	Persona responsable de recollida	Període
4.1. Dotar de recursos pràctics per l'autocura de les persones participants	Identificar 4 recursos pràctics per l'autocura de les persones participants	Número de recursos facilitats Tipologia de recursos facilitats Grau d'usabilitat/ posada en pràctica dels recursos	Registre- documentació sessions amb el fisioterapeuta Qüestionari final	Fisioterapeuta Integrador/a social	Final projecte (?)
4.2. Augmentar el grau de coneixement del propi cos	<i>Pendent fisio</i>				
4.3. Incrementar les pràctiques quotidianes de les persones participants	Augmentar 2 punts la mitjana de pràctiques quotidianes Incrementar l'estat físic mitjana de les persones participants	Hores setmanals de pràctica esportiva (caminar, classes ...) Hores setmanals de relacions socials (compartides amb altres persones). Hores de son diàries Grau de millora de l'estat físic	Qüestionari (pre-post) Grup debat	Integrador/a social Dinamitzadora comunitària	Octubre 2022-?



OBJECTIU 5: VISIBILITZAR I VALORITZAR EL CONEIXEMENT DE LES CURES

Objectius específics	Objectius operatius	Indicadors	Mecanismes de recollida d'informació	Persona responsable de recollida	Període
5.1. Identificar i reconèixer, per part de les persones participants al programa, el seu paper en les cures i en l'autocura en l'àmbit de la salut personal.	Incrementar el grau mig de reconeixement en els diferents ítems Definir els elements de cura i autocura Detectar necessitats	Grau de reconeixement del paper com a persones cuidadores Grau de reconeixement en l'autocura Tipus d'elements de cura i autocura reconeguts Tipus de necessitats detectades	Grup de debat qüestionari Observació directe	Integrador/a social Dinamitzadora comunitària	Octubre 2022-?
5.2. Generar propostes comunitàries en relació a les cures	Generar 1 iniciativa comunitària anual en relació a les cures	Número d'iniciatives generades (grup- 1r maig) Número de persones participants i implicades en les iniciatives Entitats vinculades a les propostes	Observació directe Reunions de seguiment	Tècnica Acció Comunitària Dinamitzadora comunitària	Desembre 2022-?
5.3. Incentivar xarxes de suport informal	Detectar possibles xarxes de suport informal Incrementar la participació de les persones participants en xarxes o accions de suport	Número i tipologia de xarxes Número de persones participants en les xarxes	Observació directe Qüestionari (pre-post) Grup debat	Integrador/a social Dinamitzadora comunitària Tècnica Acció Comunitària	Octubre 2022- ?
5.4. Dotar a les persones	Dotar d'un mínim	Número i tipologia de recursos	Documentació sobre el	Fisioterapeuta	Octubre



participants i membres de la comunitat, de recursos en l'àmbit de les cures , incidint en la prevenció orientada a les tasques de cures que puguin realitzar en la seva quotidianitat	de - 2 recursos en àmbit comunitari - 4 recursos en l'àmbit personal	d'àmbit comunitari Número i tipologia d'àmbit personal Grau de consciència dels recursos existents Valoració dels recursos adquirits i viabilitat d'ús	taller/xerrades fisioterapeuta Altres xerrades i informacions vinculades a les cures facilitades als participants. Aportacions i intercanvi informacions persones participants. Qüestionari avaluació	Integrador/a social	2022-?
---	--	---	---	---------------------	--------

Documentació a dissenyar – mecanismes recollida d'informació

1. Fitxa derivació/ inscripció
2. Qüestionari inicial
3. Qüestionari final
4. Fitxa Observació directa. Fitxa que ha de permetre captar informació qualitativa mitjançant l'observació directa.
 - Caldrà acordar la tipologia segons el cas i les necessitats (Semidirigida (semiestructurada)/ No dirigida, oberta/tancada, participant/no participant. Inclou:
 - Preparació: preguntes avaluació/ selecció indrets observació/ definir característiques observació
 - Recollida d'informació: Accedir als entorns d'observació, recollida dades rellevants (diari camp, memos analítiques, entrevistes individuals)
 - Anàlisi de dades: Formulació de recomanacions, Redacció de conclusions, Anàlisi de dades.
5. Fitxa grup debat (entorn cures): Aquesta fitxa anirà orientada a dinamitzar i recollir la informació substancial entorn el grup de debat que es realitzarà amb les persones participants sobre la temàtica de les cures. Caldrà que inclogui:
 - Objectius de la sessió
 - Metodologia
 - Temes a tractar (propostes de preguntes, temes a posar sobre la taula)
 - Elements d'observació, que aniran vinculats als objectius marcats per a la sessió
6. Llista assistència: Document de les persones inscrites en les activitats del projecte. Permet fer el seguiment de l'assistència de les persones participants en les diferents sessions programades. La llista la custòdia i la gestiona la figura d'Integrador/a social.



3.2 METODOLOGIA D'INTERVENCIÓ

- Coneixement del **territori**: prospeccions i porta a porta: Juliol-Octubre
- **Acompanyament** individualitzat i seguiment dels casos: Octubre-Desembre
- **Treball en xarxa** amb altres projectes i equipaments: Octubre-Desembre
- Seguiment del grup de treball tècnic **interdisciplinari**
- **Treball grupal i comunitari** amb les persones participants: Octubre-Desembre





4. RESULTATS DE LA INTERVENCIÓ

4.1 O1: Apropar/vincular a l'Espai Actiu, persones de Primer de Maig amb risc d'exclusió social i/o aïllament relacional ³

- **Objectiu Específic: Detectar persones amb situació d'aïllament social i risc d'exclusió social del barri**
 - **Objectiu Operatiu: Detectar 15 usuaris nous en total**

S'han vinculat un total de 17 persones a l'Espai Actiu, de les quals 10 tenen expedient actiu a Serveis Socials. D'aquestes 17 persones, al finalitzar el programa, 11 segueixen vinculades a l'equipament.

- **Objectiu Específic: Augmentar la participació de persones en risc d'exclusió social o aïllament en les activitats programades**
 - **Objectiu Operatiu: Incrementar en 10 persones la participació de persones en risc en les activitats programades**

Dels 17 participants, 10 persones tenen un expedient actiu a serveis socials.

- **Objectiu Específic: Ampliar l'oferta d'activitats formatives i de lleure vinculades a l'Espai Actiu**
 - **Objectiu Operatiu: Crear dues activitats específiques vinculades en l'Espai Actiu**

S'ha ampliat la oferta d'activitats a l'Espai Actiu amb dos tallers de Gimnàstica Suau, relacionat amb l'activitat física i la interacció social, dirigit a un col·lectiu de gent gran i persones que comencen a veure afectada la seva mobilitat. S'han creat els grups segons grau de mobilitat.

4.2 O2: Generar i enfortir vincles comunitaris entre persones usuàries de l'Espai Actiu i persones del barri no habituals de l'equipament.

- **Objectiu Específic: Augmentar les relacions entre veïnes**
 - **Objectiu Operatiu: Incrementar i enfortir, en un 25%, els vincles de la xarxa relacional dins els grups d'activitat generats.**

³ Aquest objectius s'han avaluat a través de diferents mecanismes de recollida d'informació: Buidatge de la informació a través del padró municipal, derivació per part de Serveis Socials i Tècnic referent d'Amics de la Gent Gran i de l'Espai Actiu, Registres de persones associades a l'Espai Actiu, llistes d'assistència, i qüestionari inicial i final.



*A l'inici de l'activitat el 94 % dels participants afirmava haver conegut gent a través del taller.
Al finalitzar l'activitat el 58 % havia establert vincles de suport amb veïnes.*

4.3 O3: Potenciar els espais i equipaments municipals del barri en el seu ús comunitari

- **Objectiu Específic: Augmentar el coneixement de la població de Primer de Maig envers els equipaments públics**
 - **Objectiu Operatiu: Incrementar, en un 25% el grau de coneixement dels equipaments públics**

S'han establert col·laboracions amb altres equipaments, tant els grups de gimnàstica suau com els usuaris/es de l'Espai Actiu han visitat Roca Umbert Fàbrica de les Arts i la biblioteca Roca Umbert, i han fet activitats. També s'han establert noves línies de col·laboració entre l'Espai Actiu i Roca Umbert, potenciant els espais i el coneixement de la població envers els equipaments.

Els resultats obtinguts es resumeixen a la taula següent, on podem veure el percentatge de coneixement i ús dels equipaments, a l'inici i al final de l'activitat:

Equipament	Coneixement	Ús
Espai Actiu	64% → 100%	53% → 100%
RU - Fàbrica Arts	94% → 100%	17% → 100%
RU - Biblioteca	82% → 100%	12% → 100%

4.4 O4: Prevenir i reduir el malestar físic de les persones participants en el programa



- **OE: Incrementar les pràctiques quotidianes de les persones participants**
 - **Objectiu Operatiu: Augmentar 2 punts la mitjana de pràctiques quotidianes**
 - **Objectiu Operatiu: Incrementar l'estat físic mitjana de les persones participants**

A la taula següent es detalla el canvi en les pràctiques quotidianes d'exercici físic dels participants a l'inici i al final de l'activitat:

Inici de l'activitat	Final de l'activitat
41% → 0 a 1h setmanal	58% → 1-5 hores setmanals
	42% → 5-10 hores setmanals

4.5 O5: Visibilitzar i valoritzar el coneixement de les cures⁴

- **Objectiu Específic: Identificar i reconèixer, per part de les persones participants al programa, el seu paper en les cures i en l'autocura en l'àmbit de la salut personal**
 - **Objectiu Operatiu: Incrementar el grau mig de reconeixement en els diferents ítems.**
 - **Objectiu Operatiu: Definir els elements de cura i autocura**
 - **Objectiu Operatiu: Detectar necessitats**

Reconeixement de les **persones com a cuidadores**

- Les persones es reconeixen a si mateixes com a persones cuidadores, principalment pel que fa l'àmbit familiar (parella, fills/es, pares...).

Reconeixement de l'**autocura**:

⁴ Aquest objectius s'ha avaluat a través d'un grup focal.



- Es reconeix un component de procés per a al reconeixement de la importància de l'autocura: a mesura que els participants, la majoria a través del taller, experimenten unes mínimes hores destinades a l'autocura, aquesta adquireix importància pel benestar que comporta cap a les persones participants.
- Importància del **temps i espai propi** per a poder reconèixer el valor de l'autocura, alhora com un mínim grau d'autonomia per a poder escollir com distribuir el seu temps propi. Algunes de les participants reconeixen que la manca de temps propi per a l'autocura ve donada per la cura a altres persones, la qual cosa dona indicis d'una possible sobrecàrrega de tasques de cures.
- Importància dels **vincles relacionals** com a motivació per a l'autocura.

“mi padre está ingresado y está bastante mal, mi madre se vale todavía sola y mi hermana tiene una minusvalía, entonces yo los llevo a los tres y tengo muy poco tiempo para mi [...] A mi me hace sentir triste el no poder escoger.”



4. Conclusions, reptes i línies d'intervenció

- *Objectius i continuïtat*
 - *Acompliment objectius establerts*
 - *Necessitat de consolidar i donar continuïtat al projecte*
- *Treball comunitari i transversal*
- *Detecció de necessitats, oportunitats i reptes:*
 - *Àmbit de les cures*
 - *Nova col·laboració amb RBEC*
 - *Nova línia de treball en l'àmbit de les cures (SAD...)*
 - *Iniciatives conjuntes AC-CIRD*
- *Reptes:*
 - *Generar dinàmiques de cohesió intercultural davant la detecció de discursos racistes*
 - *Generar equipaments inclusius per a la diversitat cultural en la vellesa*