



PROYECTO:

INTERGENERACIONAL “AVANCEM JUNTS”

(AYUNTAMIENTO DE MONTAVERNER)

ÍNDIX

1. Introducció.....	2
2. Justificació.....	3
3. Beneficis del projecte	3
4. Objectius del projecte intergeneracional.....	5
5. Logotip del projecte	5
6. Cronologia del Projecte Intergeneracional	C
7. Memòria d'activitats	8
8. I Fira de la Salut Intergeneracional de Montaverner.....	15
9. Avaluació del programa intergeneracional	18
10. Conclusió	18
11. Promotors del projecte.....	18

1. Introducció

L'Ajuntament de Montaverner ha desenvolupat durant el 2023 i 2024 el Projecte Intergeneracional "Avancem Junts", amb l'objectiu de fomentar la interacció i col·laboració entre generacions.

Un projecte intergeneracional és una iniciativa dissenyada per a connectar a persones de diferents edats a través d'activitats conjuntes, promovent la transferència de coneixements, valors i experiències entre generacions. Aquests programes constitueixen una ferramenta fonamental per a estimular i millorar les relacions entre persones majors i les generacions més joves, al mateix temps que afavoreixen el seu desenvolupament personal, social i afectiu. Aquestes iniciatives busquen superar estereotips relacionats amb l'edat, fomentar el respecte mutu i reforçar el teixit social mitjançant l'aprenentatge col·laboratiu.

La intergeneracionalitat és la clau en una societat que aspira a ser inclusiva i resilient. En el cas de Avancem Junts, es van plantejar activitats que van abastar des de trobades recreatives fins a iniciatives educatives i solidàries, involucrant tant als xiquets i joves com a les persones majors de Montaverner. Aquest projecte no sols va millorar la qualitat de vida dels participants, sinó que també va enfortir els llaços comunitaris, promovent un entorn més unit i solidari.

L'enfocament del projecte es basa en tres pilars fonamentals:

- Enriquiment mutu: Cada generació té alguna cosa a ensenyar i alguna cosa a aprendre. Aquest intercanvi bidireccional és essencial per a construir relacions significatives.
- Construcció de comunitat: Crear espais compartits entre generacions contribueix a una major cohesió social.
- Foment del benestar: Les activitats intergeneracionals han demostrat beneficis psicològics, físics i emocionals per a totes les edats.

2. Justificació

Aquest projecte naix baix la necessitat de promoure la interrelació entre menuts i grans i propiciar noves possibilitats educatives que de forma creativa ens ajuden a avançar junts. El que volem arribar a aconseguir es proporcionar oportunitats de forma bidireccional, incrementant la curiositat i el descobriment, fomentant la variabilitat dels diferents papers per a aconseguir una inclusió social plena.

L'envelliment actiu, fa referència a una participació continua en les qüestions col·lectives de tota tipus, tractant així d'ampliar l'esperança de vida saludable i la qualitat de la mateixa per a totes les persones. El projecte que proposem pretén diversificar i millorar els models socials existents en l'actualitat sobre l'envelliment, així com reconèixer i incorporar a les persones majors com a transmissors de valors i coneixements essencials per a noves generacions. Es dirigeixen a crear espais i estratègies de trobada i convivència entre generacions, i d'aquesta manera contribuir a l'acostament, el respecte i la dignificació de les diferents etapes de la vida.

3. Beneficis del projecte

- Per a les persones majors:
 - Estímul cognitiu i emocional: Les activitats intergeneracionals proporcionen desafiaments mentals i noves experiències que contribueixen a mantenir la ment activa i prevenen la deterioració cognitiva. Compartir històries i coneixements també reforça la memòria i les habilitats comunicatives.
 - Enfortiment de l'autoestima: Ser escoltats i valorats per les generacions més joves reafirma el sentit de propòsit i la importància del seu rol en la societat.
 - Reducció de l'aïllament social: Moltes persones majors enfronten soledat, i aquest projecte els ofereix oportunitats per a interactuar i formar connexions significatives.

- Promoció d'un envelliment actiu: Activitats com la gimnàstica i la petanca promouen la mobilitat, la coordinació i el benestar físic, mentre que els tallers i reunions estimulen la ment i les emocions.
- Per als xiquets i joves:
 - Aprenentatge de valors: A través de la interacció amb els majors, els xiquets i joves aprenen sobre empatia, respecte, paciència i tolerància, valors essencials per a la convivència.
 - Desenvolupament d'habilitats socials: Interactuar amb persones de diferents edats millora la capacitat de comunicació, fomenta l'escolta activa i reforça la capacitat de col·laborar en equip.
 - Ampliació del coneixement: Els majors ofereixen perspectives úniques sobre la història, les tradicions i les experiències de vida, enriquint l'educació dels més joves.
 - Reforç del sentit de comunitat: Participar en activitats conjuntes fomenta el sentit de pertinença i l'orgull pel seu entorn.
- Per a la comunitat:
 - Enfortiment del teixit social: Aquest tipus de projectes creen llaços més estrets entre els diferents sectors de la població, promovent un sentit compartit de responsabilitat i suport mutu.
 - Sensibilització social: En participar en activitats solidàries i intergeneracionals, la comunitat adopta una actitud més inclusiva i solidària.
 - Creació d'espais compartits: Els esdeveniments i activitats del projecte generen llocs on les generacions poden interactuar i col·laborar, contribuint a una major cohesió i enteniment.

4. Objectius del projecte intergeneracional

- Fomentar la interrelació entre menuts i grans
- Fomentar el respecte
- Fomentar el desenvolupament personal, sociofamiliar i cultural
- Promoure l'autonomia i el benestar social
- Impulsar l'envelliment actiu de les persones majors i motivar la seua participació social
- Incrementar les iniciatives intergeneracional que permeten les relacions entre persones de diferents edats, amb la voluntat d'incrementar els seus vincles i el seu coneixement mutu.
- Promoure un espai de convivència, que possibilita l'intercanvi d'experiències.

5. Logotip del projecte



6. Cronologia del Projecte Intergeneracional

SETEMBRE		OCTUBRE		NOVEMBRE		DESEMBRE	
1	16	1	17	1	16	1	17
2	17	2	18	2	17	2	18
3	18	3	19	3	18	3	19
4	19	4	20	4	19	4	20
5	20	5	21	5	20	5	21
6	21	6	22	6	21	6	22
7	22	7	23	7	22	7	23
8	23	8	24	8	23	8	24
9	24	9	25	9	24	9	25
10	25	10	26	10	25	10	26
11	26	11	27	11	26	11	27
12	27	12	28	12	27	12	28
13	28	13	29	13	28	13	29
14	29	14	30	14	29	14	30
15	30	15	31	15	30	15	31
		16				16	

Reunió equip	Informació projecte
Activitat	Xarxes socials

PROJECTE INTERGENERACIONAL "AVANCEM JUNTS" - 2023

GENER		FEBRER		MARÇ		ABRIL		MAIG		JUNY		JULIOL		AGOST	
1	17	1	16	1	17	1	16	1	17	1	16	1	17	1	17
2	18	2	17	2	18	2	17	2	18	2	17	2	18	2	18
3	19	3	18	3	19	3	18	3	19	3	18	3	19	3	19
4	20	4	19	4	20	4	19	4	20	4	19	4	20	4	20
5	21	5	20	5	21	5	20	5	21	5	20	5	21	5	21
6	22	6	21	6	22	6	21	6	22	6	21	6	22	6	22
7	23	7	22	7	23	7	22	7	23	7	22	7	23	7	23
8	24	8	23	8	24	8	23	8	24	8	23	8	24	8	24
9	25	9	24	9	25	9	24	9	25	9	24	9	25	9	25
10	26	10	25	10	26	10	25	10	26	10	25	10	26	10	26
11	27	11	26	11	27	11	26	11	27	11	26	11	27	11	27
12	28	12	27	12	28	12	27	12	28	12	27	12	28	12	28
13	29	13	28	13	29	13	28	13	29	13	28	13	29	13	29
14	30	14	29	14	30	14	29	14	30	14	29	14	30	14	30
15	31	15		15	31	15	30	15	31	15	30	15	31	15	31
16				16				16				16		16	
Reunió equip		Infomació projecte		PROJECTE INTERGENERACIONAL “AVANCEM JUNTS” - 2024											
Activitat		Xarxes socials													

7. Memòria d'activitats

- 18 de setembre: Primera Reunió Projecte Intergeneracional “Avancem Junts”
- 22 de setembre: Els usuaris del Centre Jove elaboren 240 xapes per a recaptar diners per a l'Associació Contra el Càncer i van dissenyar un cartell sobre el Projecte Intergeneracional per a fer-lo públic a la VIII Matinal Esportiva Solidària Contra el Càncer.
- 24 de setembre: VIII Matinal Esportiva Solidària Contra el Càncer, on es va montar un Stand informatiu sobre el Projecte Intergeneracional.
- 4 d'octubre: Publicació a les xarxes socials del “Projecte Intergeneracional – Avancem Junts”.
- 24 d'octubre: Presentació del Projecte Intergeneracional a la llar dels Jubilats
- 24 d'octubre: Visita de l'alumnat de primària d'extraescolars a la llar del Jubilat, coincidint dins de la setmana dels majors. Primer contacte entre diferents generacions.
- 14 de novembre: Reunió equip promotor Projecte Intergeneracional
- 28 de desembre: Visita de l'alumnat de l'Escola de Nadal al Centre de Dia, a l'Ajuntament i a l'Escoleta “Tunets i Tunetes” a Cantar Nadales.
- 28, 29 de desembre i 4 de gener: Contacontes a càrrec de Pepita Ferri a l'Escola de Nadal
- 2 de gener: Gimnàstica Intergeneracional al Centre de Dia
- 3 de gener: Petanca Intergeneracional, organitzat junt al Centre Jove
- 12 de gener: Volem saber dels nostres majors organitzat junt al Centre Jove. Visita de l'Alcalde Jorge i el veí Vicent, on varen poder contar als més joves del poble coses sobre la seua vida, els seus treballs, les seues aficcions...
- 29 de febrer: Reunió equip promotor Projecte Intergeneracional
- 21 de març: Reunió Informativa a les associacions de “I Cursa Solidària Intergeneracional de Montaverner. Finalment es va optar per realitzar la I Fira de la Salut Intergeneracional.

- 23 d'abril: Reunió equip promotor per a planficar la I Fira de la Salut Intergeneracional
- 26 d'abril: Confirmació data per a la "I Fira de la Salut Intergeneracional" (23 de juny)
- 28 de maig: Preparació i organització I Fira de la Salut Intergeneracional
- 7 de juny: Presentació del Cartell de la I Fira de la Salut Intergeneracional a les xarxes socials
- 14 de juny: Penjada dels cartells de la I Fira de la Salut Intergeneracional a edificis municipals, establiments locals...
- 17 de juny: Última reunió previa a la I Fira de la Salut Intergeneracional
- 18-19-20-21 de juny: Publicació de vídeos-spot publicitaris a les xarxes socials
- 22 de juny: Muntatge de la I Fira de la Salut Intergeneracional a la Granaïna
- 23 de juny: **I FIRA DE LA SALUT INTERGENERACIONAL DE MONTAVERNER**
- 13-14 i 16 d'agost: Torneig de Petanca Intergeneracional

24/09/2023



24/10/2023



24/10/2023



28/12/2023



28-29/12/2023 i 04/01/2024



02/01/2024



03/01/2024



12/01/2024



21/03/2024



23/06/2024 – I Fira de la Salut Intergeneracional



8. I Fira de la Salut Intergeneracional de Montaverner

I FIRA DE LA SALUT INTERGENERACIONAL

**DIUMENGE
23 DE JUNY**

MONTAVERNER

**Espai Polivalent
"La Granaïna"
9:00h - 14:00h**

I FIRA DE LA SALUT

INTERGENERACIONAL

DIUMENGE 23 DE JUNY **MONTAVERNER**

9:00h : **Inaguració** "I Fira de la Salut Intergeneracional"

9:30h : **"Gimnàstica de manteniment"** - Laura (*Parking Granaïna*)

10:00h : **"Zumba Kids"** - Loli (*Parking Granaïna*)

Activitat per a xiquets i xiquetes.

10:30h - 12:30h : **Taller RCP per a xiquets i xiquetes.** *Suma't amb el teu peluix o ninot favorit. Activitat per a realitzar en família.*

"Taller SVB i Simulacre" - CardioVital Casanova
amb la col·laboració de la Creu Roja.

12:30h : **"Taller de Risoterapia"** - Igualtat

Estands:

- AECC: Venda d'aigua, suc i tostades. Prevenció.
- Juanlu Tormo: Entrenament Funcional
- Blanca Pastor: Podologia
- Maria Requena: Fisioteràpia
- Sanitaris: Tensió arterial i diabetes
(amb la col·laboració de Jorge López)
- Nadia Garcia: Dietètica i Nutrició
- Majo Navalón: Estimulació cognitiva
- CardioVital Casanova:
 - Simulacre RCP i pràctica RCP (amb la col·laboració de Creu Roja)
 - Taller llavat de mans (amb la col·laboració dels Juniors)
- Creu Roja: Voluntariat
- Vera "Siempre a tu lado": Centres de dia virtuals i presencials
- AMPA:
 - APP GVASalut.
 - Venda de polseres per a un desfibril·lador per al col·legi
- Isabel i Lidia: Hidratació
- Mesa Intersectorial de Salut
- Festers de Sant Blai: Rifa Saludable
- Biblioteca: Lectura Saludable
- DJ Santa: Discomòbil



Ajuntament de Montaverner
Regidoria de Sanitat

La "I Fira de la Salut Intergeneracional de Montaverner" es va celebrar el 23 de juny a l'espai polivalent "La Granaïna". L'esdeveniment va començar a les 9:00h fins les 14:00h. L'objectiu era reconèixer a les entitats, associacions, col·lectius i persones que treballen per la salut i donar a conèixer el seu treball i activitats.

Hi havia estands informatius on s'exposaven diferents accions però també vam contar amb tallers i activitats de caràcter lúdic i esportiu per a totes les edats relacionades amb la promoció de la salut i la participació.

La fira s'inagurava a les 9:00h, a les 9:30h vam tenir gimnàstica de manteniment amb Laura i a les 10:00h zumba amb Loli. A les 10:30 un taller de RCP per a xiquets i xiquetes i també per a adults. A les 12:30h seguirem amb un taller de risoteràpia. Vam viure de primera mà un simulacre i vam poder veure per dins una ambulància.

Vam contar amb diferents estands de salut:

- Associació contra el càncer: paradeta amb sucs naturals, tostades i aigua per a poder esmorzar.
- Juanlu Tormo: entrenament Funcional i salut corporal.
- Blanca Pastor: podologia
- María Requena: fisioteràpia.
- Jorge López i sanitaris: tensió arterial i diabetis.
- Nadia García: dietètica i nutrició.
- Majo Navalón: estimulació cognitiva.
- Cardio vital Casanova: simulacre i practica RPC (Amb Creu Roja i Juniors).
- Voluntariat de Creu Roja
- Vera "Siempre a tu lado" (Centre de Dia)
- AMPA Doctor Esplugues: APP GVA Salut i venda de polseres per al desfibril·lador.
- Isabel i Lidia: hidratació.
- Mesa intersectorial de salut.
- Biblioteca: lectura saludables
- Festers de Sant Blai: rifa saludables (dues sessions de salut)
- Animació musical de DJ Santa

9. Avaluació del programa intergeneracional

L'avaluació es fa de manera continua, mitjançant l'observació de les interaccions en les diferents activitats. Sobre la base del que s'ha observat, es realitzen els ajustos oportuns.

La proposta per a seguir amb la segona edició del Projecte Intergeneracional "Avancem Junts", així com noves propostes d'activitats durant el 2025 i una nova edició de la Fira de la Salut Intergeneracional, ha sigut portada a terme amb un innovador cronograma d'activitats, amb la resolució d'errors i amb la millora de les carències. Tot açò farà una nova i innovadora segona edició del projecte, que afavorirà al compliment d'objectius.

10. Conclusió

El projecte intergeneracional "Avancem Junts" ha sigut una experiència transformadora per a Montaverner, demostrant el poder de la col·laboració entre generacions. Cada activitat organitzada ha deixat un impacte positiu, enfortint el benestar individual i col·lectiu. L'èxit d'aquesta iniciativa no sols radica en els beneficis immediats, sinó en les bases que senta per a futures interaccions i projectes que continuaran promovent una societat més unida, inclusiva i solidària.

La segona edició del Projecte Intergeneracional "Avancem Junts", serà una nova experiència i aprenentatge per a totes les persones de Montaverner, que contarà amb un gran ventall d'activitats cognitives, esportives, lúdiques i socials.

11. Promotors del projecte

Soriano Gil, Gloria. Regidora de Joventut, Sanitat, Serveis Socials, Majors i Participació Ciutadana de l'Ajuntament de Montaverner.

Tormo Ramirez, Juan Luis. Treballador de l'Ajuntament de Montaverner.

Navalón Penadés, María José. Treballadora de l'Ajuntament de Montaverner.