

BERTAN

1 **Definición:**

BERTAN, Estrategia de Envejecimiento Activo y Saludable de Sakana.

2 **Contexto:**

Según la OMS el envejecimiento activo “permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados”.

Cada vez son más las administraciones públicas locales a nivel europeo e internacional que apuestan por estrategias de envejecimiento activo poniendo en marcha actuaciones encaminadas a ofrecer calidad de vida a este segmento de población en el territorio.

En la comarca de Sakana (situada al Noroeste de Navarra en la frontera con Álava y Gipuzkoa) residen 25.650 personas de las cuales 5.229 son mayores de 65 años, lo que representa un 20,38% de la población total. En línea con la Estrategia de envejecimiento activo y saludable de Gobierno de Navarra, desde 2016 Sakana Garapen Agentzia y las tres Mancomunidades de Servicios Sociales de la zona desarrollan proyectos para promover la calidad de vida de las personas mayores en la comarca.

3 **Objetivo General:**

Diseño e implementación de medidas para favorecer el envejecimiento activo y saludable en una comarca rural con población dispersa. Mejorar y desarrollar nuevos servicios de transporte, vivienda, participación social, atención sanitaria asistencial, vida sana y saludable a disposición de las personas mayores que aseguren la calidad de vida en su territorio a través de actuaciones conjuntas entre los diversos agentes comarcales y de zonas limítrofes.

4 **Objetivos Específicos de las líneas de acción y participantes:**

Eje 1: Proyectos de vida activa y saludable.

1.1 Mejora de oferta de ejercicio físico: **BERTAN Mugi**

1.1.1 Planificación, marcado y prescripción de paseos saludables.

1.1.2 Sistema de ejercicio físico.

- Ayuntamientos, Mancomunidad de Sakana, Centros de Salud, Instituto de Salud Pública, Empresas...

1.2 Consejos y hábitos saludables para mayores: **BERTAN Zaindu**

Consejos y hábitos saludables a través de dinamización de técnicos, formación, eventos, iniciativas, encuentros, etc. para mayores.

- Instituto de Salud Pública, Servicios Sociales, Hogares de Jubilados, Centros de Salud, Ayuntamientos...

1.3 Menús saludables y catering-s adaptados: **BERTAN Elikatu**

Mejora y adaptación de la alimentación de los mayores. Posibilidad de promover empresas de catering personalizado.

- Xalok, Kale Txiki, Centro de Salud, Servicios Sociales, Ayuntamientos, Empresas...

Eje 2: Entorno y desarrollo regional.

2.1 Diseño de espacios viviendas adaptadas: **BERTAN Bizi**

2.1.1 Desarrollo de viviendas adaptadas para personas mayores y espacio polivalente para implantar actuaciones piloto.

2.1.2 Estrategia comarcal de adaptación de viviendas o grupos de viviendas (movilidad, accesibilidad, domótica...)

2.1.3 Adaptación de espacios públicos.

- Mancomunidad de Sakana, Ayuntamientos, Servicios Sociales, Empresas...

2.2 Oferta de nuevos servicios de cuidado y rehabilitación: **BERTAN Gaitu**

Sensibilización y oferta de nuevas terapias innovando en servicios de cuidado y rehabilitación.

- Servicios sociales, Centros de Salud, Empresas...

2.2 Formación para el envejecimiento activo: **BERTAN Formatu**

2.1.3 Grado Medio de "Atención a personas en situación de dependencia".

2.1.4 Certificado de Profesionalidad.

- Servicio Navarro de Empleo, Servicios Sociales, CIP Sakana...

2.3 Transporte adaptado: **BERTAN Bertaratu**

Desarrollo de sistema comarcal de servicio de transporte adaptado para los mayores

- Mancomunidad de Sakana, Servicios Sociales, Empresas...