Beasaingo herritarren bizitza autonomia luzatzen

Argitaratua: Osteguna, 04 Otsaila 2021 12:17



Aldundiak bultzatutako Goiosasunlab proiektuan parte hartuz, Udalak zahartze osasuntsuaren inguruko kultura sustatzen dihardu

Lehen fase honetako esperientziaren ondoren, bigarren fasean herritar gehiagok parte hartzea da helburua

Adineko beasaindarren ongizatea oinarri hartuta, bizi kalitatea hobetu eta bizimodu osasungarria zabaltzea helburu duen Goiosasunlab proiektuko lehen fasean parte hartu du Beasaingo Udalak. Beasaingo Nagusilan elkartearekin elkarlanean, hogei beasaindar inguru izan dira lehen esperientzia honetan parte hartu dutenak eta bakoitzaren esperientziari erreparatuz hobekuntzak nabariak izan dira.

Hori horrela, zahartze osasuntsua bultzatuz Goiosasunlab proiektuaren xedea interbentzio prebentiboaren bidez etorkizunean adineko pertsonek baliabide garestiago batzuen erabilera gutxitzea da. Biztanleriaren zahartzea goruntz doa eta erronka hori erantzuna emateko Aldundiak Etorkizuna Eraikiz ekimenaren baitan Adinberri fundazioaren bidez Ubikare enpresarekin gauzatu du proiektu hau.

Osasunaren hobekuntza

Prozesuan eman diren urratsak hauek izan dira; lehenik talde eragilea sortu eta parte hartzaileak identifikatu ziren. Ondoren, diagnosi integrala egin zen pertsona bakoitzari modu indibidualean eta bakoitzarentzat zaintza plana definitu eta berau martxan jartzeko interbentzio prebentiboa. Amaitzeko parte hartzaileak ebaluatu dira berriro beraien hobekuntzak aztertzeko.

Phoca PDF

Diagnosian adierazgarriena parte hartzaileen osasuna eta beraien egoera fisikoa hobetzeko zeuden aukerak ziren eta interbentzio prebentiboak horretara zuzendu ziren.

Emaitza onuragarriak

Emaitza kuantitatiboak aktibitate fisikoan hartu dira eta parte hartzaile ia guztiek landu duten arloa izan da nahiz eta ariketa kognitiboak ere izan diren. Nahiz eta hiru hilabeteetan egon martxan hobekuntza nabarmenak lortu dira. Indarra, oreka, eta osasuna orokorrean neurtu ziren eta guztietan emaitzak bistakoak izan dira.

65 urtetik aurrera egiten den ariketa fisikoak osasunean, gaitasun funtzionalean edota autonomian eragin handia du. Aipatu, parte-hartzaile gehienak azkar egokitu zirela teknologia digitalen erabilerara osasun krisiak eraginda telefonoz edo whatsappez egin bait da jarriapena.

Hurrengo pausoak

Izandako arrakasta eta onura ikusita, pertsona gehiagorengana iristea da erronka. Beasainen parte hartzaile berriak topatzea da helburua proiektuaren emaitzen inpaktua handiagoa izan dadin. Herriko adineko guztietara iristeko familiakide edo lagunengana proiektu honen berri zabaltzea da asmoa eta parte hartzaile berriekin martxoan bigarren fasea hasiko da eta izenematea zabalik dago.

jQuery("#share390") . jsSocials({shareIn: "popup",shares: [{ share: "twitter", label: "Tweet", via: "", hashtags: "", text: "Beasaingo herritarren bizitza autonomia luzatzen", url: "https://beasain.eus/bestelakoak-albisteak/3575-beasaingo-herritarren-bizitza-autonomia-luzatzen"},{ share: "facebook", label: "Partekatu", url: "https://beasain.eus/bestelakoak-albisteak/3575-beasaingo-herritarren-bizitza-autonomia-luzatzen"},{ share: "linkedin", label: "Partekatu", url: "https://beasain.eus/bestelakoak-albisteak/3575-beasaingo-herritarren-bizitza-autonomia-luzatzen"},{ share: "whatsapp", label: "WhatsApp", shareIn: "self", text: "Beasaingo herritarren bizitza autonomia luzatzen", url: "https://beasain.eus/bestelakoak-albisteak/3575-beasaingo-herritarren-bizitza-autonomia-luzatzen"},{ share: "email", label: "E-mail", shareIn: "self", text: "Beasaingo herritarren bizitza autonomia luzatzen", url: "https://beasain.eus/bestelakoak-albisteak/3575-beasaingo-herritarren-bizitza-autonomia-luzatzen"},{ share: "telegram", label: "Telegram", shareIn: "self", text: "Beasaingo herritarren bizitza autonomia luzatzen", url: "https://beasain.eus/bestelakoak-albisteak/3575-beasaingo-herritarren-bizitza-autonomia-luzatzen"},]});

Phoca PDF