

Regió7, 18/03/26

APTITUDE-PROXI, un projecte europeu per promoure un envelliment saludable a la Cerdanya

Una iniciativa transfronterera entre Andorra, França i Catalunya aplica l'estratègia ICOPE per promoure la salut i l'activitat a la tercera edat



Avis de la Residència Sociosanitària de Puigcerdà / FHP

APTITUDE-PROXI és una iniciativa transfronterera que connecta Andorra, França i Espanya amb l'objectiu d'aplicar estratègies innovadores per a **envellir millor**. Iniciat el 2024 i previst fins a finals

de 2026, el projecte segueix l'estratègia ICOPE (Integrated Care for Older People) de l'**Organització Mundial de la Salut (OMS)**, que promou un envelliment saludable a través de l'avaluació i seguiment de la **capacitat intrínseca** de les persones grans. Aquesta capacitat inclou aspectes físics i mentals com la mobilitat, la funció cognitiva, la salut psicològica, la visió, l'audició i la vitalitat general.

A la Cerdanya, l'**Àrea Bàsica de Salut de la Cerdanya** de la Fundació Hospital de Puigcerdà lidera la implementació, juntament amb el GCS Pôle Sanitaire Cerdan i el Contrat Local de Santé Montagnes Catalanes. La col·laboració transfronterera i la implicació dels equips sanitaris permeten adaptar el projecte a les necessitats locals i desplegar un model preventiu i de promoció de la salut dins del marc del programa europeu **Interreg POCTEFA**.

El projecte inclou avaluacions individualitzades i el seguiment de la salut integral dels participants, amb un enfocament que afavoreix l'envelliment actiu i la prevenció de la dependència. Així, es promou la **coordinació entre professionals sanitaris** i comunitaris, tot reforçant la qualitat assistencial i l'atenció centrada en la persona.

L'acte de presentació a la Cerdanya tindrà lloc dilluns, 23 de març de 2026, a les 10.30 h a la sala d'actes del **Museu de Llivia**. Durant la jornada es presentaran els equips professionals que porten a terme el projecte a la Cerdanya francesa i catalana, així com els objectius i les actuacions previstes en aquesta fase inicial. La **Dra. Pilar Lladser Gonzalo**, especialista en medicina del son, oferirà la conferència "Envellir bé? Comença per dormir millor", aprofundint en la relació entre el descans nocturn i la salut integral.

L'acte inaugural és obert a tota la comunitat a partir de 60 anys i constitueix una oportunitat per conèixer de primera mà un model innovador de prevenció i promoció de la salut. Les persones interessades poden posar-se en contacte amb l'organització a través del correu **abscerdanya@fhp.cat** o del telèfon **972 880 150 ext. 5182**.

Notícies relacionades

APTITUDE-PROXI inicia així oficialment el seu desplegament a la Cerdanya, reforçant la coordinació transfronterera i posant la salut i el benestar de la població gran al centre de la seva acció.