
Activa't als parcs

Avaluació del Programa

20
21
—
20
22



Ajuntament
de Barcelona

CSB Consorci Sanitari
de Barcelona



Agència
de Salut Pública



Promoció de la salut

©2024 Agència de Salut Pública de Barcelona

Tots els drets reservats.

<https://www.aspb.cat/>

Edita: Agència de Salut Pública de Barcelona, 1 de setembre de 2024

Aquesta publicació està sota una llicència Creative Commons

Reconeixement – No Comercial – No Derivades (BY-NC-ND)

<https://creativecommons.org/>

Fotografia de la portada: [Óscar Giralt](#)



Activa't als Parcs. Avaluació del programa, 2021-2022

Presidenta de l'Agència de Salut Pública de Barcelona i regidora de Salut, persones amb discapacitat i estratègia contra la soledat

Marta Villanueva Cendán

Gerenta de l'Agència de Salut Pública de Barcelona

Carme Borrell i Thió

Responsables de l'Informe

Irene Garcá Subirats¹

Josep Maria Jansà¹

Marta Caballé¹

Sandra González¹

Silvia Martín¹

Cristina Rey¹

Nabila Sánchez¹

Col·laboradors/es

Núria Lozano²

Mercè Jofra²

Maite Carroggio³

Cita recomanada:

García-Subirats I, Caballé M, González S, Martín S, Rey C, Sánchez N, Jansà JM, Lozano N, Jofra M, Carroggio M.

Activa't als Parcs. Avaluació del programa, 2021-2022. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona; 2023

¹ Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB), Pl. Lesseps 1, 08023 Barcelona, Spain

² Institut Barcelona Sports, Avinguda de l'Estadi, 40, 08038 Barcelona, Spain

³ Associació Esportiva Sarrià-Sant Gervasi (AESSG), c./ Mare de Déu de Núria (cantonada c/Canet 37-43), 08017 Barcelona, Spain

Índex

Activa't als Parcs	4
Satisfacció general	6
Satisfacció segons parc.....	8
Conclusions.....	18

Activa't als Parcs

El programa *Activa't als parcs*, promogut per l'Institut Barcelona Esports, es va posar en marxa l'any 2008 amb l'objectiu de promoure el benestar de les persones majors de 40 anys. Ofereix la participació en dues sessions setmanals d'activitat física en espais verds urbans. Una de les sessions es dedica a fer pràctiques orientals com el tai-txi i el txi-kung i el segon dia es fa motricitat i memòria.

Objectiu

Conèixer la satisfacció de les persones usuàries en el programa *Activa't als Parcs* durant el curs 2021-2022

Mètodes

Els mesos de juny, juliol i setembre del 2022 es va recollir la valoració del programa en les persones participants a través d'un qüestionari en línia. El qüestionari recollia informació sociodemogràfica (gènere, lloc de naixement i edat), satisfacció global amb el programa, i sobre el monitoratge, el lloc, l'horari, la durada, la freqüència de les sessions (puntuació 0 – gens satisfet/a al 10 - molt satisfet/a), si havia deixat de participar en els darrers mesos i el motiu d'abandonament i com se sentia la persona usuària des de que participava en *Activa't als parcs*. També es van recollir suggeriments i comentaris de les persones participants a cada parc.

Resultats

Les taules següents mostren les característiques sociodemogràfiques i la satisfacció general segons parcs de les persones participants.

En l'enquesta de satisfacció van participar 331 persones de les 972 persones inscrites (34,1%). D'elles, el 87,9% dones. L'edat mitjana va ser de 68 anys amb un rang de 42 a 91 anys. Un 4,0% de persones eren nascudes a l'estranger.

Entre les persones que relaten no haver participat en l'activitat durant els mesos previs a l'enquesta de satisfacció, el motiu més referit va ser un problema de salut (32,2%), seguit de tenir cura d'algun familiar (12,6%). El 96,0% recomanarien el programa a una altra persona.

Amb la participació al programa, un 83,9% va declarar que es trobava millor o molt millor que abans. La satisfacció general va ser de 9 punts sobre 10, la dimensió millor valorada va ser el monitoratge amb 9,3 punts i la pitjor la freqüència de les sessions (volien més sessions) amb 6,5 punts.

Satisfacció general

Taula 1. Variables sociodemogràfiques segons gènere

	Dona % (n)	Home % (n)	No binària % (n)	Total (n=324)
Sexe	88,0 (285)	9,3 (30)	0 (0)	
Lloc de naixement				
Barcelona	56,1 (160)	63,3 (19)		48,4 (183)
Resta de Catalunya	10,5 (30)	13,3 (4)		11,1 (36)
Resta d'Espanya	27,7 (79)	16,7 (5)		25,9 (84)
Estranger	3,8 (11)	6,7 (2)		4,0 (13)
No contesta	1,8 (5)	0 (0)		
Edat				
Mitjana	68	68		68
Rang	42-91	48-84		42-91
Recomanaria el programa?				
Sí	96,8 (276)	96,7 (29)		96,0 (311)
Si ha deixat de participar, quin ha estat el principal motiu per deixar de participar-hi?*				
Està lluny de casa	3,1 (4)	7,1 (1)		3,5 (5)
Per un problema de salut	32,0 (41)	35,7 (5)		32,2 (46)
Per tenir cura d'alguna persona	11,7 (15)	21,4 (3)		12,6 (18)
L'activitat no m'agrada	2,3 (3)	0		2,1 (3)
L'horari no m'anava bé	4,7 (6)	0		4,2 (6)
Vaig començar a treballar	6,2 (8)	0		5,6 (8)
Altres motius	39,8 (51)	35,7 (5)		39,9 (57)
Participant en el programa Activa't se sentia...				
Millor o molt millor que abans	85,3 (243)	80,0 (24)		84,0 (272)
Igual o pitjor que abans	8,4 (24)	13,3 (4)		9,0 (29)
No contesta	6,3 (18)	6,7 (2)		

* percentatges calculats sobre el número de persones que responen la pregunta

Taula 2. Satisfacció amb el programa segons aspectes i gènere

Aspectes de la satisfacció (puntuació sobre 10)	Dona	Home	No binària	Total
Satisfacció general	9,0	8,8		9,0
Monitor/a	9,3	9,3		9,3
Espai	8,6	8,0		8,5
Freqüència	6,4	6,3		6,4
Durada	8,3	8,0		8,3

Satisfacció segons parc

Taula 3. Satisfacció Parc de la Ciutadella

Parc de la Ciutadella (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 131; mitjana assistents per dia: 17)		N=23
Satisfacció amb el programa		
Satisfacció general		8,7
Monitor/a		8,2
Espai		8,7
Freqüència		5,6
Durada		7,6
Participant en el programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		73,9 (17)
Igual o pitjor que abans		8,7 (2)
No contesta		17,4 (4)
Comentaris		N=7
Agraïments pel programa		
El monitor no agrada		
Ampliar dies i tipus d'activitats		

Taula 4. Satisfacció Parc Joan Miró

Parc Joan Miró (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 173; mitjana assistents per dia: 37)		N=49
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9,1
Monitor/a		9,4
Espai		8,6
Freqüència		6,8
Durada		8,7
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		77,6 (38)
Igual o pitjor que abans		16,3 (8)
No contesta		6,1 (3)
Comentaris		N=16
Agraïments amb el programa, monitor i monitora		
Ampliar el numero de dies, espais i franges horàries		
Descontent amb la monitora		
Ofereix espais alternatius (pluja, fred, sol, etc)		
Cada vegada hi ha més participants, es podria desdoblbar el grup		
Moltes mascotes al parc		

Taula 5. Satisfacció jardins de la Indústria

Jardins de la Indústria (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 141; mitjana assistents per dia: 29)		N=26
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		8,9
Monitor/a		9,2
Espai		8,1
Freqüència		6,4
Durada		8,9
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		88,5 (23)
Igual o pitjor que abans		7,7 (2)
No contesta		3,8 (1)
Comentaris		N=11
Agraïments amb el programa i les monitores		
Ampliar dies i activitats		

Taula 6. Satisfacció Parc del Mirador del Poble Sec

Parc del Mirador del Poble Sec (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 62; mitjana assistents per dia: 5)		N=4
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9,0
Monitor/a		9,2
Espai		8,0
Freqüència		7,0
Durada		7,2
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		75,0 (3)
Igual o pitjor que abans		25,0 (1)
Comentaris		N=1
Falta publicitat		

Taula 7. Satisfacció jardins dels Drets Humans

Jardins dels Drets Humans (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 188; mitjana assistents per dia: 39)		N=14
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9,0
Monitor/a		8,8
Espai		8,6
Freqüència		6,2
Durada		8,0
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		71,4 (10)
Igual o pitjor que abans		14,3 (2)
No contesta		14,3 (2)
Comentaris		N=7
Agraïments amb el programa i el monitor		
Ampliar dies, activitats (ioga) i durada		
Avançar l'horari		

Taula 8. Satisfacció Jardins de la Maternitat

Jardins de la Maternitat (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 216; mitjana assistents per dia: 47)		N=51
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9,3
Monitor/a		9,8
Espai		9,0
Freqüència		6,5
Durada		9,1
Participant al programa Activa't se sentia...		%(n)
Millor o molt millor que abans		94,1 (48)
Igual o pitjor que abans		2,0 (1)
No contesta		3,9 (2)
Comentaris		N=16
Agraïments amb el programa, especialment la monitora		
Posar tarima per la monitora per tenir millor visibilitat		
Ofereix un dia a la tarda		
Posar límit d'aforament		
Incrementar dies d'activitat		

Taula 9. Satisfacció Jardins de Via Amèlia

Jardins de Via Amèlia (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 92; mitjana assistents per dia: 19)		N=13
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		8,3
Monitor/a		8,0
Espai		8,8
Freqüència		6,6
Durada		9,0
Participant al programa Activa't se sentia...		%(n)
Millor o molt millor que abans		84,6 (11)
Igual o pitjor que abans		7,7 (1)
No contesta		7,7 (1)
Comentaris		N=6
Incrementar un dia de caminades		
Canviar l'horari (avançar-lo)		
Descontent amb la monitora		

Taula 10. Satisfacció Jardins del Mestre Balcells

Jardins del Mestre Balcells (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 61; mitjana assistents per dia: 17)		N=6
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9,4
Monitor/a		9,8
Espai		8,5
Freqüència		6,9
Durada		8,0
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		87,50 (14)
Igual o pitjor que abans		6,3 (1)
No contesta		6,3 (1)
Comentaris		N=4
Agraïments amb el programa, especialment la monitora		

Taula 11. Satisfacció Jardins de Rosa de Luxemburg

Jardins de Rosa de Luxemburg (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 72; mitjana assistents per dia: 20)		N=14
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		8,4
Monitor/a		7,5
Espai		8,5
Freqüència		5,3
Durada		7,4
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		100(14)
Igual o pitjor que abans		0 (0)
Comentaris		N=6
Agraïments amb el programa		
L'horari d'estiu no soluciona el problema de la calor (només mitja hora de diferència)		
Disponibilitat de serveis als parcs		
Oferir més varietat en els exercicis proposats		

Taula 12. Satisfacció Jardins Joan Ponce

Jardins Joan Ponce	
(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 83; mitjana assistents per dia: 23)	
	N=4
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)	
Satisfacció general	9,0
Monitor/a	10
Espai	8,8
Freqüència	5,3
Durada	7,5
Participant al programa Activa't se sentia...	
Millor o molt millor que abans	% (n) 100 (4)
Igual o pitjor que abans	0 (0)
Comentaris	
	N=3
Agraïments amb el programa	
Oferir ioga	
Incrementar un punt Activa't al parc de la Creueta del Coll	

Taula 13. Satisfacció Parc de la Guineueta

Parc Guineueta	
(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 184; mitjana assistents per dia: 44)	
	N=19
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)	
Satisfacció general	8,9
Monitor/a	9,3
Espai	8,9
Freqüència	5,3
Durada	7,9
Participant al programa Activa't se sentia...	
Millor o molt millor que abans	% (n) 84,2 (16)
Igual o pitjor que abans	15,8 (3)
Comentaris	
	N = 5
Agraïments amb el programa	
Incrementar més dies	
Oferir un espai on no coincidir amb els nens i nenes de les escoles	

Taula 14. Satisfacció Plaça Aqüeducte

Plaça Aqüeducte (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 38; mitjana assistents per dia: 12)		N=1
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		10
Monitor/a		10
Espai		8
Freqüència		10
Durada		10
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		100 (1)
Igual o pitjor que abans		0 (0)
Comentaris		N=1
Oferir espai alternatiu pels dies de pluja		

Taula 15. Satisfacció Casa de l'Aigua

Casa de l'Aigua (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 74; mitjana assistents per dia: 12)		N=4
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		8,8
Monitor/a		9,5
Espai		8,3
Freqüència		6,7
Durada		5,0
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		75,0 (3)
Igual o pitjor que abans		0 (0)
No contesta		25,0 (1)
Comentaris		N=0

Taula 16. Satisfacció Plaça de les Basses de la Peira

Plaça de les Basses de la Peira (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 105; mitjana assistents per dia: 24)		N=19
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		8,8
Monitor/a		9,4
Espai		7,6
Freqüència		6,7
Durada		8,4
Participant al programa Activa't se sentia...		
		% (n)
Millor o molt millor que abans		84,2 (16)
Igual o pitjor que abans		10,5 (2)
No contesta		5,3 (1)
Comentaris		N=7
Agraïments amb el programa, especialment la monitora		
Oferir espai alternatiu pels dies de pluja o fred		

Taula 17. Satisfacció Parc Pegaso

Parc Pegaso (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 224; mitjana assistents per dia: 46)		N=39
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9,1
Monitor/a		9,7
Espai		8,5
Freqüència		6,7
Durada		7,4
Participant al programa Activa't se sentia...		
		% (n)
Millor o molt millor que abans		87,2 (34)
Igual o pitjor que abans		10,3 (4)
No contesta		2,6 (1)
Comentaris		N= 13
Agraïments amb el programa, especialment la monitora		
Ampliar l'espai o desdoblar el grup		
Incrementar un dia l'activitat		
Canviar l'horari a l'estiu		
Que els monitors i monitores puguin rotar per diferents punts Activa't		
Oferir espai alternatiu pels dies de pluja		

Taula 18. Satisfacció Plaça Baró de Viver

Plaça Baró de Viver (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 16; mitjana assistents per dia: 6)		N=1
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9
Monitor/a		9
Espai		8
Freqüència		2
Durada		8
Participant al programa Activa't se sentia...		
Millor o molt millor que abans		0 (0)
Igual o pitjor que abans		0 (0)
No contesta		100 (1)
Comentaris		N=0

Taula 19. Satisfacció Plaça Ferran Reyes

Plaça Ferran Reyes (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 81; mitjana assistents per dia: 21)		N=16
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		9,0
Monitor/a		9,4
Espai		8,1
Freqüència		7,7
Durada		8,3
Participant al programa Activa't se sentia...		
Millor o molt millor que abans		87,5 (14)
Igual o pitjor que abans		12,5 (2)
Comentaris		N=1
Agraïments amb la monitora		

Taula 20. Satisfacció Parc del Clot

Parc del Clot (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 77; mitjana assistents per dia: 18)		N=18
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		8,5
Monitor/a		9,0
Espai		8,3
Freqüència		5,7
Durada		8,3
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		88,9 (16)
Igual o pitjor que abans		11,1 (2)
Comentaris		N = 9
Millorar la neteja de l'espai		
Incrementar dies d'activitat i altres punts Activa't		
L'espai no és adequat perquè és petit i insuficient per les persones que ho fan		
No fer qüestions administratives en l'hora de l'activitat		

Taula 21. Satisfacció Rambla Prim

Rambla Prim (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 43; mitjana assistents per dia: 10)		N=3
Satisfacció amb el programa (puntuació sobre 10)		
Satisfacció general		10
Monitor/a		10
Espai		8,3
Freqüència		9,3
Durada		10
Participant al programa Activa't se sentia...		% (n)
Millor o molt millor que abans		1000 (3)
Igual o pitjor que abans		0 (0)
Comentaris		N=3
Agraïments amb el programa i la monitora		
Millorar la neteja de l'espai		

Conclusions

Per valorar les respostes, cal tenir present que l'enquesta es va fer dos mesos després d'haver finalitzar el programa, el que pot haver reduït la participació i ocasionat algun biaix de memòria.

La majoria de les persones que van participar eren dones. La mitjana d'edat va ser de 68 anys. Un 4,0% de les persones participants era d'origen estranger.

La satisfacció general amb el programa va ser molt elevada. La dimensió més valorada va ser el monitoratge i la pitjor la freqüència de sessions, ja que en desitjaven més. La major part de les persones participants se sentien millor o molt millor en participar en el programa. I pràcticament tothom el recomanaria a una altra persona.

En general, les persones usuàries estaven molt agraïdes i contentes amb el programa, especialment amb les monitores i monitors que dirigeixen les activitats i moltes van expressar el seu desig de seguir participant. Les principals propostes de millora recollides estan relacionades amb augmentar l'oferta del programa, o bé augmentant les activitats, o bé la freqüència i/o la durada de les sessions.

C S B Consorci Sanitari
de Barcelona



Promoció de la salut

Connectem
f t o in

www.aspb.cat