

---

# Activa't als parcs

## Avaluació del Programa

---

20  
23  
—  
20  
24



Ajuntament  
de Barcelona

CSB Consorci Sanitari  
de Barcelona



Agència  
de Salut Pública



Promoció de la salut

©2025 Agència de Salut Pública de Barcelona

Tots els drets reservats.

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

Edita: Agència de Salut Pública de Barcelona, 30 de gener de 2025

Aquesta publicació està sota una llicència Creative Commons

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

<https://creativecommons.org/>



*Activa't als Parcs. Avaluació del programa, 2023-2024*

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 Garcia-Subirats<sup>1</sup>, Marta Caballé<sup>1</sup>, Sandra González<sup>1</sup>, Silvia Martín<sup>1</sup>, Cristina Rey<sup>1</sup>, Nabila Sánchez<sup>1</sup>, Ferran Daban<sup>1</sup>

Col·laboradors/es

Núria Lozano<sup>2</sup>

Mercè Jofra<sup>2</sup>

Maite Carroggio<sup>3</sup>

Cita recomanada:

Garcia-Subirats I, Caballé M, González S, Martín S, Rey C, Sánchez N, Daban F, Lozano N, Jofra M, Carroggio M.

*Activa't als Parcs. Avaluació del programa, 2023-2024. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona; 2024*

---

<sup>1</sup> Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB), Pl. Lesseps 1, 08023 Barcelona, Spain

<sup>2</sup> Institut Barcelona Esports

<sup>3</sup> Associació Esportiva Sarrià Sant Gervasi

## Índex

Activa't als Parcs .....	4
Satisfacció general .....	6
Satisfacció segons parc.....	8
Conclusions.....	27

---

# 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 a través de diferents activitats esportives. 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 amb el programa *Activa't als Parcs* durant el curs 2023-2024.

## Mètodes

Durant els mesos de juliol, agost i setembre del 2024 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). Es preguntava per la satisfacció global amb el programa, monitoratge, el lloc, l'horari, la durada i la freqüència de les sessions (puntuació 0 - gens satisfet/a al 10 - molt satisfet/a) així com l'autopercepció de salut respecte abans de començar a participar en el programa *Activa't als parcs*. Si alguna persona participant ha deixat l'activitat es recollia el motiu d'abandonament. Per últim 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 410 persones de les 1.334 persones inscrites (30,8%). D'elles, el 79,5% són dones. L'edat mitjana va ser de 70 anys amb un rang de 34 a 91 anys. Un 5,6% de persones eren nascudes a l'estranger.

Entre les persones que responen no haver participat en algun moment durant l'any (n = 115), el motiu més referit va ser un problema de salut (32,1%), seguit de tenir cura d'algun familiar (18,3%). El 99,3% recomanarien el programa a una altra persona.

Respecte a la salut autopercebuda, després de la participació al programa, un 80,7% va declarar que es trobava millor o molt millor que abans. La satisfacció general va ser de 9,1 punts sobre 10, la dimensió millor valorada va ser el monitoratge amb 9,4 punts i la pitjor la freqüència de les sessions (volien més sessions) amb 6,9 punts.

# Satisfacció general

**Taula 1.** Variables sociodemogràfiques segons gènere

	Dona % (n)	Home % (n)	No binària % (n)	Total (n=383)
<b>Sexe<sup>1</sup></b>	79,5 (326)	9,3 (38)	1,2 (5)	410
<b>Lloc de naixement<sup>1</sup></b>				
Barcelona	53,4 (174)	44,7 (17)	60,0 (3)	47,3 (194)
Resta de Catalunya	11,0 (36)	26,3 (10)	20,0 (1)	11,5 (47)
Resta d'Espanya	28,8 (94)	23,7 (9)	20,0 (1)	25,6 (105)
Estranger	6,4 (21)	5,3 (2)		5,6 (23)
No contesta	0,3 (1)			
<b>Edat<sup>1</sup></b>				
Mitjana	70	69	70	70
Rang	41-90	34-91	40-82	34-91
<b>Recomanaria el programa?</b>				
Sí	99,1 (323)	97,4 (37)	100 (5)	98,8 (405)
<b>Si ha deixat de participar, quin ha estat el principal motiu per deixar de participar-hi?<sup>2</sup></b>				
Per un problema de salut / visites mèdiques	34,1 (31)	28,6 (2)	50,0 (1)	32,2 (37)
Per tenir cura d'un familiar	18,7 (17)	14,3 (1)		18,3 (21)
L'activitat no m'agrada / els canvis no m'han agradat	7,7 (7)	14,3 (1)		7,0 (8)
L'horari no m'anava bé	3,3 (3)	28,6 (2)	50,0 (1)	6,1 (7)
Vacances	6,6 (6)			5,2 (6)
Calor	4,4 (4)			3,5 (4)
Està lluny de casa	3,3 (3)			3,5 (4)
Motius laborals	3,3 (3)	14,3 (1)		3,5 (4)
Altres activitats	3,3 (3)			2,6 (3)
Altres motius	15,4 (14)			18,3 (21)

<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>				
Millor o molt millor que abans	90,8 (296)	79,0 (30)	100 (5)	80,7 (331)
Igual o pitjor que abans	7,1 (23)	21,1 (8)		7,8 (32)
No contesta	2,1 (7)			11,5 (47)

<sup>1</sup> hi ha 40 persones que no responen a les variables sociodemogràfiques (edat, lloc de naixement i gènere)

<sup>2</sup> percentatges calculats sobre el número de persones que responen la pregunta

**Taula 2.** Satisfacció amb el programa segons aspectes i gènere

<b>Aspectes de la satisfacció (puntuació sobre 10)</b>	<b>Dona</b>	<b>Home</b>	<b>No binària</b>	<b>Total</b>
Satisfacció general	9,1	8,9	10	9,1
Monitor/a	9,4	9,4	10	9,4
Espai	8,6	8,8	9,2	8,6
Freqüència	7,0	6,5	6,6	6,9
Durada	8,5	8,2	7,8	8,4



# Satisfacció segons parc

Parc de la Ciutadella (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 65; mitjana assistents per dia: 27)	2021/22 n = 23	2022/23 n = 25	2023/24 n = 21
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,7	8,5	8,5
Monitor/a	8,2	9,1	8,6
Espai	8,7	8,5	8,8
Freqüència	5,6	6,2	6,5
Durada activitat	7,6	8,1	7,6
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	73,9 (17)	80,0 (20)	71,4 (15)
Igual o pitjor que abans	8,7 (2)	16,0 (4)	14,3 (3)
No contesta	17,4 (4)	4,0 (1)	14,3 (3)
<b>Comentaris (n = 5)</b>			
Agraïments cap a la monitora (2)			
Agraïments envers el programa (2)			
Descontent amb l'activitat de memòria (1)			
Voldrien que les classes fossin en català (1)			

<b>Parc Joan Miró</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 152; mitjana assistents per dia: 75)	<b>2021/22</b> <b>N = 49</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 61</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 75</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9,1	9,2	9,2
Monitor/a	9,4	9,3	9,5
Espai	8,6	9,0	9,0
Freqüència	6,8	7,3	7,2
Durada activitat	8,7	8,8	8,8
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	77,6 (38)	77,1 (47)	78,7 (59)
Igual o pitjor que abans	16,3 (8)	8,2 (5)	8,0 (6)
No contesta	6,1 (3)	14,8 (9)	13,3 (10)
<b>Comentaris (n = 30)</b>			
Volen continuar a l'espai del Parc Miró, queixes sobre les obres i la tala d'arbres (11)			
Agraïments envers el programa (7)			
Més oferta de dies i horaris (5)			
Espai alternatiu per dies de pluja o mal temps (3)			
Agraïments cap a la monitora (3)			
Inconvenients amb el parc (brutícia, soroll) (2)			
Espai alternatiu pels dies de calor / posar un tendal per a fer ombra (1)			
Voldrien que les classes fossin en català (1)			
Descontent amb l'activitat de tai-txi (1)			
L'horari no va gaire bé (1)			

<b>Parc de la Indústria</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 79; mitjana assistents per dia: 42)	<b>2021/22</b> <b>N = 26</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 23</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 26</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,9	9,2	8,2
Monitor/a	9,2	8,5	7,7
Espai	8,1	8,2	7,4
Freqüència	6,4	7,0	7,2
Durada activitat	8,9	8,9	8,1
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	88,5 (23)	73,9 (17)	84,6 (22)
Igual o pitjor que abans	7,7 (2)	8,7 (2)	11,5 (3)
No contesta	3,8 (1)	17,4 (4)	3,8 (1)
<b>Comentaris (n = 14)</b>			
Massa rotació monitores (5)			
Agraïments envers el programa (4)			
Descontent amb l'activitat (exercicis repetitius, el programa ha canviat) (3)			
Agraïments cap a les monitores (2)			
Refereix benestar gràcies al programa (2)			
Voldria més varietat en els exercicis (1)			
Voldrien que les classes fossin en català (1)			
Suggeriment de rotació de monitores per no fer-ho monòton (1)			

<b>Jardins dels Drets humans</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 128; mitjana assistents per dia: 67)	<b>2021/22</b> <b>N = 14</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 23</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 24</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9,0	9,2	9,0
Monitor/a	8,8	9,3	9,2
Espai	8,6	9,1	8,8
Freqüència	6,2	7,3	6,0
Durada activitat	8,0	8,5	8,4
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	71,4 (10)	69,6 (16)	76,0 (19)
Igual o pitjor que abans	14,3 (2)	21,7 (5)	0 (0)
No contesta	14,3 (2)	8,7 (2)	6,0 (24)
<b>Comentaris (n = 8)</b>			
Agraïments envers el programa (3)			
Refereix benestar gràcies al programa (2)			
Més oferta de dies i horaris (2)			
Agraïments cap a la monitora (2)			
Descontent amb l'activitat (1)			

<b>Plaça Falset</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 17;</b> <b>mitjana assistents per dia: 9)</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 2</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 1</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>		
Satisfacció general	9	8
Monitor/a	10	9
Espai	8,5	7
Freqüència	5,5	5
Durada activitat	8,5	5
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	100 (2)	100 (1)
Igual o pitjor que abans	0 (0)	0 (0)
No contesta	0 (0)	0 (0)
<b>Comentaris (n = 0)</b>		

<b>Jardins de la Maternitat</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 119; mitjana assistents per dia: 53)	<b>2021/22</b> <b>N = 51</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 46</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 46</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9,3	9,3	9,5
Monitor/a	9,8	9,8	9,8
Espai	9,0	8,9	9,2
Freqüència	6,5	5,5	7,0
Durada activitat	9,1	9,0	9,2
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	94,1 (48)	78,3 (36)	84,8 (39)
Igual o pitjor que abans	2,0 (1)	8,7 (4)	0 (0)
No contesta	3,9 (2)	13,0 (6)	15,2 (7)
<b>Comentaris (n = 18)</b>			
Agraïments envers el programa (9)			
Més oferta de dies i horaris (4)			
Refereix benestar gràcies al programa (2)			
Agraïments cap a la monitora (2)			
Fer-ho a més parcs del districte i de Barcelona			
Tot està bé (1)			
L'activitat està massificada (1)			

<b>Jardins de Via Amèlia</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 61;</b> <b>mitjana assistents per dia: 27)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 13</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 23</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 24</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,3	8,9	8,5
Monitor/a	8,0	8,9	9,5
Espai	8,8	9,1	8,8
Freqüència	6,6	7,2	7,2
Durada activitat	9,0	8	7,9
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	84,6 (11)	73,9 (17)	91,7 (22)
Igual o pitjor que abans	7,7 (1)	0 (0)	0 (0)
No contesta	7,7 (1)	26,1 (6)	8,3 (2)
<b>Comentaris (n = 10)</b>			
Refereix benestar gràcies al programa (3)			
Descontent amb l'activitat (3)			
Agraïments cap a la monitora (1)			
Agraïments envers el programa (1)			
Proposa que hi hagi música mentre fan l'activitat (1)			

<b>Jardins del Mestre Balcells</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 40;</b> <b>mitjana assistents per dia: 21)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 6</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 19</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 17</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9,4	9,7	9,4
Monitor/a	9,8	9,6	9,8
Espai	8,5	8,4	8,8
Freqüència	6,9	7,6	7,1
Durada activitat	8,0	9,3	8,8
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	87,5 (14)	78,9 (15)	77,8 (14)
Igual o pitjor que abans	6,3 (1)	5,3 (1)	11,1 (2)
No contesta	6,3 (1)	15,8 (3)	11,1 (2)
<b>Comentaris (n = 3)</b>			
Agraïments envers el programa (2)			
Espai alternatiu pels dies de pluja o calor (1)			
Voldria que les classes fossin en català (1)			



<b>Jardins de Rosa de Luxemburg</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 67; mitjana assistents per dia: 36)	<b>2021/22</b> <b>N = 14</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 9</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 14</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,4	7,9	9,1
Monitor/a	7,5	7,0	8,8
Espai	8,5	8,0	8,9
Freqüència	5,3	7,6	6,8
Durada activitat	7,4	7,9	8,2
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	100 (14)	100 (9)	85,7 (12)
Igual o pitjor que abans	0 (0)	0 (0)	7,1 (1)
No contesta	8,4	0 (0)	7,1 (1)
<b>Comentaris (n = 5)</b>			
Espai alternatiu pels dies de pluja o calor (1)			
Més oferta de dies i horaris (1)			
Descontent amb l'activitat de motricitat i memòria (1)			
Activitats més fortes i no tant gimnàstica suau (1)			
Oferir WC (1)			

<b>Jardins Joan Ponce</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 57;</b> <b>mitjana assistents per dia: 29)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 4</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 7</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 4</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9,0	9,4	9,5
Monitor/a	10	8,9	9,8
Espai	8,8	6,7	9,0
Freqüència	5,3	7,1	5,5
Durada activitat	7,5	8,9	7,5
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	100 (4)	57,1 (4)	75,0 (3)
Igual o pitjor que abans	0 (0)	28,6 (2)	25,0 (1)
No contesta	9,0	14,3 (1)	0 (0)
<b>Comentaris (n = 0)</b>			

<b>Parc Guineueta</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 102; mitjana assistents per dia: 55)	<b>2021/22</b> <b>N = 19</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 15</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 15</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,9	8,7	8,8
Monitor/a	9,3	9,1	9,4
Espai	8,9	8,7	8,8
Freqüència	5,3	6,1	5,9
Durada activitat	7,9	8,5	8,2
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	84,2 (16)	93,3 (14)	70,6 (12)
Igual o pitjor que abans	15,8 (3)	6,7 (1)	23,5 (4)
No contesta	8,9	0 (0)	5,9 (1)
<b>Comentaris (n = 5)</b>			
Agraïments envers el programa (3)			
Agraïments cap a la monitora (1)			
Refereix benestar gràcies al programa (1)			
Hauria de millorar la comunicació entre els monitors i la organització (1)			

<b>Plaça Aqüeducte</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 35; mitjana assistents per dia: 18)	<b>2021/22</b> N = 1	<b>2022/23</b> N= 0	<b>2023/24</b> N = 3
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	10		9,3
Monitor/a	10		9,0
Espai	8		8,3
Freqüència	10		9,3
Durada activitat	10		8,3
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	100 (1)		100 (3)
Igual o pitjor que abans	0 (0)		0 (0)
No contesta	0 (0)		0 (0)
<b>Comentaris (n = 0)</b>			

<b>Casa de l'Aigua</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 45;</b> <b>mitjana assistents per dia: 22)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 4</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 5</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 13</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,8	9,2	9,6
Monitor/a	9,5	9,2	9,8
Espai	8,3	9,2	9,7
Freqüència	6,7	8	5,4
Durada activitat	5,0	7,8	6,2
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	75,0 (3)	80,0 (4)	76,9 (10)
Igual o pitjor que abans	0 (0)	20,0 (1)	0 (0)
No contesta	25,0 (1)	0 (0)	23,1 (3)
<b>Comentaris (n = 1)</b>			
Agraïments cap a la monitora (1)			
Voldria que les classes fossin en català (1)			

<b>Plaça de les Basses de la Peira</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 83;</b> <b>mitjana assistents per dia: 40)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 19</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 28</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 23</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,8	9,6	9,3
Monitor/a	9,4	9,9	9,7
Espai	7,6	7,9	7,2
Freqüència	6,7	6,4	7,4
Durada activitat	8,4	8,2	8,4
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	84,2 (16)	96,4 (27)	100 (23)
Igual o pitjor que abans	10,5 (2)	3,6 (1)	0 (0)
No contesta	5,3 (1)	0 (0)	0 (0)
<b>Comentaris (n = 14)</b>			
Agraïments envers el programa (8)			
Agraïments cap a la monitora (7)			
Refereix benestar gràcies al programa (2)			
Espai alternatiu per dies de pluja o mal temps (1)			
L'horari no va gaire bé (1)			

<b>Parc de la Pegaso</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 121; mitjana assistents per dia: 65)	<b>2021/22</b> N = 39	<b>2022/23</b> N= 48	<b>2023/24</b> N = 42
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9,1	9,5	9,1
Monitor/a	9,7	9,7	9,3
Espai	8,5	8,9	8,4
Freqüència	6,7	7,8	7,3
Durada activitat	7,4	8,7	8,7
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	87,2 (34)	77,1 (37)	72,7 (32)
Igual o pitjor que abans	10,3 (4)	6,3 (3)	15,9 (7)
No contesta	2,6 (1)	16,7 (8)	11,4 (5)
<b>Comentaris (n = 19)</b>			
Agraïments envers el programa (8)			
Refereix benestar gràcies al programa (3)			
Agraïments cap a la monitora (2)			
Espai alternatiu per dies de pluja, mal temps o calor (1)			
Espai alternatiu per la calor (1)			
Més oferta de dies i horaris (1)			
Inconvenients amb el parc (brutícia, soroll) (1)			
Adequar la senyalització de l'espai on es fa l'activitat (1)			
L'horari no va gaire bé (1)			
L'activitat està massificada (1)			
Han fet amigues (1)			
Ofereix WC			
Els hi agradaria tenir material per fer a casa (1)			

<b>Plaça Baró de Viver</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 17;</b> <b>mitjana assistents per dia: 10)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 1</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 2</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 3</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9	9	9,7
Monitor/a	9	9,5	10
Espai	8	9	9,3
Freqüència	2	8	5
Durada activitat	8	9	10
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	0 (0)	100 (2)	100 (3)
Igual o pitjor que abans	0 (0)	0 (0)	0 (0)
No contesta	100 (1)	0 (0)	0 (0)
<b>Comentaris (n = 2)</b>			
Agraïments programa (1)			
Més oferta de dies i horaris (1)			
Que hi hagi altres tipus d'activitat (estimulació sòl pelvià, postura, meditació, ...) (1)			



<b>Plaça Ferran Reyes</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 64;</b> <b>mitjana assistents per dia: 32)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 16</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 18</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 25</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	9,0	9,3	9,3
Monitor/a	9,4	9,7	9,8
Espai	8,1	8,4	8,4
Freqüència	7,7	6,6	7,4
Durada activitat	8,3	7,7	8,3
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	87,5 (14)	77,8 (14)	80,0 (20)
Igual o pitjor que abans	12,5 (2)	11,1 (2)	4,0 (1)
No contesta	0 (0)	11,1 (2)	16,0 (4)
<b>Comentaris (n = 7)</b>			
Agraïments cap a la monitora (4)			
Més oferta de dies i horaris (2)			
Agraïments envers el programa (1)			
Refereix benestar gràcies al programa (1)			

<b>Parc del Clot</b> (persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 59; mitjana assistents per dia: 30)	<b>2021/22</b> <b>N = 18</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 19</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 22</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	8,5	9,1	9
Monitor/a	9,0	9	9,3
Espai	8,3	8,9	8,6
Freqüència	5,7	7,2	6,8
Durada activitat	8,3	8,9	8,8
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	88,9 (16)	84,2 (16)	77,3 (17)
Igual o pitjor que abans	11,1 (2)	5,3 (1)	18,2 (4)
No contesta	0 (0)	10,5 (2)	4,6 (1)
<b>Comentaris (n = 18)</b>			
Agraïments cap a la monitora (2)			
Agraïments envers el programa (2)			
Refereix benestar gràcies al programa (1)			
Més oferta de dies i horaris (1)			
Ampliar a altres parcs del districte / Barcelona (1)			
Que hi hagi més varietat (txi-kung, taitxí, ioga, ball, etc.) (1)			
Descontent amb l'activitat (1)			
Inconvenients amb el parc (brutícia, soroll) (1)			
Adequar la senyalització de l'espai on es fa l'activitat (1)			

<b>Rambla Prim</b> <b>(persones que han passat almenys un cop per l'activitat: 24;</b> <b>mitjana assistents per dia: 12)</b>	<b>2021/22</b> <b>N = 3</b>	<b>2022/23</b> <b>N= 6</b>	<b>2023/24</b> <b>N = 6</b>
<b>Satisfacció amb el programa</b>			
Satisfacció general	10	9,7	9,5
Monitor/a	10	10	9,8
Espai	8,3	6,8	7,3
Freqüència	9,3	6,3	6,3
Durada activitat	10	6,3	8,8
<b>Participant en el programa Activa't se sentia...</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>	<b>% (n)</b>
Millor o molt millor que abans	1000 (3)	83,3 (5)	83,3 (5)
Igual o pitjor que abans	0 (0)	16,7 (1)	0 (0)
No contesta	0 (0)	0 (0)	16,7 (1)
<b>Comentaris (n = 2)</b>			
Agraïments envers el programa (1)			
Més oferta de dies i horaris (1)			
Adequar la senyalització de l'espai on es fa l'activitat (1)			

---

# Conclusions

---

Per valorar les respostes, cal tenir present que l'enquesta es va fer online després d'haver finalitzat el programa, el que pot haver reduït la participació ja que no totes les participants tenen correu electrònic. Tot i així, la participació ha estat prou elevada, sent un 30% del total de persones inscrites a l'activitat.

La satisfacció general amb el programa és, com cada any, molt elevada. De la mateixa manera, 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 que participen del programa estan contentes i mostren el seu agraïment envers el programa i especialment amb les monitores i monitors que dirigeixen les activitats. Tot i així, en alguns dels parcs hi ha cert descontent amb l'activitat que té a veure amb la necessitat de proposar més varietat en els exercicis i de donar-li una volta al dia reservat per motricitat i memòria. Altres de les principals propostes de millora recollides estan relacionades amb augmentar l'oferta del programa, ja que molts dels grups són força nombrosos i també augmentar el número de dies que s'ofereix el programa. També és fa palesa la necessitat de canviar els horaris quan comença l'època de calor o bé tenir llocs amb ombres o posar tendals.

**C S B** Consorci Sanitari  
de Barcelona



Promoció de la salut

Connectem  
f t o in

[www.aspb.cat](http://www.aspb.cat)