

## **Sis de cada deu persones més grans de 65 anys assegura que el sexe no desapareix amb l'edat**

***La sexualitat en la gent gran i el futur de les pensions, eixos temàtic d'algunes de les 450 activitats gratuïtes de FiraGran 2018***

***El Saló de la Gent Gran de Catalunya obre les portes del 23 al 26 de maig a Barcelona amb activitats per a persones grans***

Barcelona, 10 de maig de 2018.- El 65,9% de persones grans assegura que el sexe no desapareix amb l'edat i una de cada tres persones més grans de 65 anys d'edat ha practicat sexe en el darrer mes, segons xifres facilitades per l'Associació SIENA que treballa per a l'envelliment actiu, coincidint amb la celebració de FiraGran 2018, el Saló de la Gent Gran de Catalunya, que s'inicia el proper 23 de maig a les Drassanes Reials de Barcelona.

Contràriament al que molts poden pensar la sexualitat en la vellesa no deixa d'existir. Així ho asseguren el 65,9% de les persones grans, mentre un 26,7% creu que és quelcom que amb l'edat s'acaba abandonant. En el cas dels homes, la freqüència és més elevada: un de cada dos homes han tingut sexe en el darrer mes, mentre que les dones és només una de cada quatre.

Practicar sexe comporta certs beneficis com la reducció del dolor, la disminució de la pressió i les possibilitats de tenir un atac de cor, així com el reforç del sistema immunitari i la reducció de la incontinència i de l'insomni. A banda de l'impacte psicològic que té –reduïx l'estrès, augmenta l'autoestima i millora la relació de la parella-, els experts també apunten que ajuda a augmentar les capacitats cognitives de la gent gran, especialment aquelles capacitats vinculades amb la memòria.

### **Tallers sobre sexualitat, xarxes socials i per promoure la salut**

El sexe i l'afectivitat en la tercera edat serà precisament un dels eixos temàtics de la 20ena edició de FiraGran, que del 23 al 26 de maig tindrà lloc a les Drassanes Reials de Barcelona. En el marc d'aquest saló, el **dimecres 23 de maig** a la tarda es celebrarà a la Casa del Mar una jornada adreçada per a professionals en la que s'abordarà aquesta qüestió, que encara segueix sent un tabú social.

La jornada està organitzada per la Fundació FiraGran, el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, l'Ajuntament de Barcelona i la Diputació de Barcelona, amb el patrocini de Grup Mémora.

Promoure hàbits de vida saludables entre les persones grans és un dels objectius de FiraGran, que pretén sensibilitzar els seus visitants també sobre la importància de seguir actius més enllà dels 65 anys d'edat. És per aquest motiu que del 23 al 26 de

maig, en el marc del saló s'organitzaran més de 450 activitats gratuïtes, com tallers de sexualitat, gimnàstica, ús de les xarxes socials, manualitats, i conferències per promoure l'envelliment actiu.

Una de les activitats centrals, promoguda pel Departament de Salut i patrocinada pel Grup Mémora, serà la caminada que tindrà lloc el **divendres 25 de maig** i que recorrerà el Port Vell de Barcelona, on es farà una classe multitudinària de Tai-txi i txi-cun. L'any passat, aquesta activitat va aplegar més de 600 inscrits majors de 60 anys.

### **Debat sobre el futur de les pensions**

El futur de les pensions en la gent gran serà un dels altres temes que es tractaran en el marc de FiraGran amb la celebració d'un debat, el **dissabte 26 de maig** al matí amb la participació de la diputada socialista del Pacto de Toledo, Mercè Perea, el secretari general de Treball, Afers Socials i Famílies de la Generalitat de Catalunya, Josep Ginesta, i la catedràtica de la UB Mercedes Ayuso. Al debat també hi participaran entitats de gent gran.

Amb FiraGran, les Drassanes Reials de Barcelona es converteixen en un punt de trobada per a la gent gran que porta una vida activa i també en un aparador per les entitats, empreses i institucions que durant l'any ofereixen activitats i serveis per aquest col·lectiu. Enguany es preveu que visitin la fira unes 35.000 persones.

### **El saló de la gent gran activa i participativa**

Els visitants podran participar a les més de 450 activitats gratuïtes que s'ofereixen, entre les que destaquen, a banda de la caminada, una gran ballada de sardanes de colles veteranes i el festival de corals, que reunirà 30 formacions de tota Catalunya. Com a novetat, a FiraGran es celebraran també activitats intergeneracionals, per promoure les relacions de persones de diverses edats. El **dissabte 26 de maig** al matí s'hi celebrarà un *Ball zumba family*, adreçat a tota la família, tallers de manualitats per a totes les edats i una gran festa de cloenda amb actuacions i berenar per a petits i grans.

FiraGran és també una oportunitat perquè les persones grans puguin conèixer els programes, serveis, solucions tecnològiques i productes que ofereixen més de 80 empreses, entitats, organitzacions i institucions per millorar la seva qualitat de vida.

**FiraGran 2018, 20ena edició del Saló de la Gent Gran de Catalunya**

**Del 23 al 26 de maig de 2018 - Horari: de 10h a 20h**

**Entrada i activitats gratuïtes**

**Drassanes Reials de Barcelona - Sala Marquès de Comillas**

---

Per a més informació, entrevistes i declaracions:

Departament de premsa de FiraGran 2018

Gemma Bruna 627 51 35 79 · [premsa@firagran.com](mailto:premsa@firagran.com) · [www.firagran.com](http://www.firagran.com)