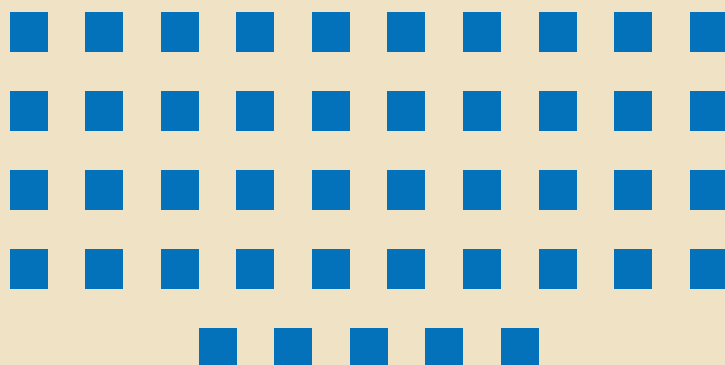


Llibre blanc de la gent gran activa

**El paper actiu de la gent gran
en la nova societat**

50 propostes de millora i 14 recomanacions



**Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social**

Biblioteca de Catalunya. Dades CIP:

Llibre blanc de la gent gran activa : el paper actiu de la gent gran en la nova societat : 50 propostes de millora i 14 recomanacions

Bibliografia

ISBN 84-393-5930-6

I. Catalunya. Departament de Benestar Social

1. Vells - Política governamental - Catalunya 2. Vells - Educació

(Educació permanent) - Catalunya 3. Vells - Treball - Catalunya

304-059.9(467.1)

© Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social
1a. edició: octubre de 2002
Tiratge: 3.000 exemplars
ISBN: 84-393-5930-6
Dipòsit legal: 39.078-02
Disseny i fotocomposició: gama, sl
Impressió: THAU, SL

Í N D E X

PRESENTACIÓ	5
EQUIP DE SEGUIMENT, EQUIP DE COORDINACIÓ I REDACCIÓ, COMITÈ D'EXPERTS, ALTRES COL·LABORADORS	9
INTRODUCCIÓ	11
Capítol I. La construcció social d'una vida activa	15
1. Conceptes al voltant de la gent gran activa	16
Constatacions	
Propostes	
2. Evolució demogràfica	23
Constatacions	
Propostes	
3. Salut	27
Constatacions	
Propostes	
4. Vida laboral	31
Constatacions	
Propostes	
5. Formació	37
Constatacions	
Propostes	
6. Cultura activa de l'oci	42
Constatacions	
Propostes	
7. Preparació a la jubilació laboral	45
Constatacions	
Propostes	
8. La participació social de la gent gran	51
Constatacions	
Propostes	
Capítol II. L'entorn de les persones grans actives	59
9. L'entorn econòmic	60
Constatacions	
Propostes	

10. L'entorn físic	69
Constatacions	
Propostes	
11. L'entorn tecnològic	75
Constatacions	
Propostes	
SÍNTESI DE RECOMANACIONS	79
BIBLIOGRAFIA	205

PRESENTACIÓ

Una de les principals fites que desitja assolir el Govern de la Generalitat de Catalunya és la de millorar el benestar integral de les persones i avançar cap a un model de societat incloent basat en la construcció d'un país pensat per a tothom, mitjançant la formulació de polítiques de promoció de la inclusió social.

En aquest marc, una de les línies prioritàries d'actuació és la promoció d'accions adreçades a la gent gran, tant en l'àmbit de l'atenció a les persones grans amb dependència com en l'àmbit del foment de la participació activa de la gent gran en la societat.

Per a dissenyar els eixos bàsics i les actuacions concretes d'aquesta política social, el Govern de la Generalitat té el convenciment que, a més de fonamentar-se en l'anàlisi de l'evolució de les dades demogràfiques, és imprescindible comptar amb les aportacions que les mateixes persones grans fan per contribuir a l'assoliment d'aquests objectius.

En primer lloc, i en relació amb l'evolució de les dades demogràfiques, cal tenir present que a Catalunya actualment hi ha 1.119.233 persones majors de 65 anys, les quals representen el 17,78% de la població total, un percentatge que duplica l'existent ara fa 50 anys. A més, les projeccions de població elaborades per l'Institut d'Estadística de Catalunya preveuen que, a l'any 2030, la població major de 65 anys representarà el 24,08% de la població total.

L'esperança de vida de la població catalana en néixer se situa en els 76 anys per als homes i en els 82,60 per a les dones, mentre que a començament de segle era de 36,34 anys per als homes i de 37,98 per a les dones. També cal dir que s'arriba a gran amb una millor qualitat de vida i és per això que, a la vegada que creix el nombre de persones grans com a resultat de la millora d'atencions específiques socio sanitàries, també creix el desig de les persones grans de continuar vivint de forma activa aquesta nova etapa de la vida.

En segon lloc, i amb l'objectiu de recollir el sentiment i les opinions de la gent gran i d'intercanviar experiències i avaluar les actuacions que s'han anat desenvolupant al llarg dels anys, des de l'any 1990 en el nostre país s'han realitzat congressos nacionals en els quals s'han tractat a fons diverses temàtiques, les quals han anat evolucionant al mateix ritme que ha evolucionat el conjunt de la nostra societat. En els darrers anys ha anat prenent molta força tot allò que està relacionat amb la participació activa de la gent gran en la societat, sense deixar de banda els temes relacionats amb les persones grans que requereixen una atenció especial per al desenvolupament de la seva vida quotidiana.

enguany s'ha celebrat el 4t Congrés Nacional de la Gent Gran i, entre d'altres, han destacat de manera especial alguns aspectes que perfilen la línia de treball que cal seguir per donar resposta a les necessitats de la gent gran d'avui i de demà:

- La gent gran de Catalunya ha definit un model de país per a tothom, basat en el respecte i la convivència, un país lliure i solidari, sostenible, respectuós amb el medi ambient, un país que avanci en benestar, que lluiti tant contra les causes que provoquen l'exclusió social com contra les que impedeixen la igualtat d'oportunitats. Un país de pau integrat a la Unió Europea i que compti amb la implicació de tothom per créixer especialment en civisme i en capital humà.
- La gent gran de Catalunya que desitja tenir aquest paper actiu, demana que es potenciïn totes les iniciatives que es promouen des de l'associacionisme i el voluntariat, la formació permanent, l'accés a la cultura i la participació activa i implicada en els diferents òrgans d'assessorament i consulta que depenen de les administracions públiques.

Partint d'aquestes premisses, el Departament de Benestar Social ha considerat important estudiar, des d'un vessant tècnic i amb la participació activa d'experts i professionals, quina és la situació actual de la gent gran en el nostre país i quins han de ser els principis en què s'han de fonamentar les futures polítiques d'atenció a

la gent gran promogudes pel Govern de la Generalitat. Amb aquesta finalitat s'han elaborat dos llibres blancs: un sobre la gent gran amb dependència i un altre sobre la gent gran activa.

El document que configura les pàgines següents a aquesta presentació és el *Llibre blanc de la gent gran activa* i, tenint en compte el seu contingut tant pel que fa a constatacions com a propostes, hem considerat que el títol més escaient podria ser «*El paper actiu de la gent gran en la nova societat*».

En el *Llibre blanc de la gent gran activa* es fa una anàlisi exhaustiva d'aspectes tan rellevants com els següents: l'increment progressiu de l'esperança de vida, i sobretot de l'esperança de vida lliure d'incapacitat; l'adopció del concepte de gent gran activa com a idea que reflecteix la capacitat per a assolir el màxim desenvolupament personal i social de les persones grans i com a resposta a la realitat d'una gent gran majoritàriament activa i autònoma; la rellevància de les aportacions que la gent gran fa a la societat i que no només tenen un caire de producció econòmica o laboral; l'existència d'una sèrie d'activitats preventives que s'han demostrat eficaces en la millora de la salut de les persones grans; la gran disponibilitat de temps lliure que suposa la jubilació i l'oportunitat que constitueix aquest fet per a l'oci actiu i productiu; la fase de gran desenvolupament en què es troba immersa la participació institucional de la gent gran a Catalunya; el gran potencial de participació existent a la nostra societat que es posa de manifest mitjançant el desenvolupament de l'associacionisme en l'àmbit de la gent gran; la importància del poder adquisitiu després de la jubilació; la necessitat de millorar l'accessibilitat dels habitatges i la necessitat d'afavorir que la gent gran s'adapti a les noves tecnologies.

De l'anàlisi i reflexió entorn de tots aquests aspectes se'n desprèn la importància de promoure una imatge positiva de la gent gran i de continuar treballant per la igualtat d'oportunitats, per la cultura de la solidaritat i la cultura de l'oci actiu, i també per l'exercici dels drets i deures de la gent gran. També cal destacar la importància de potenciar la participació cívica i activa, d'impulsar l'accés gradual flexible a la jubilació i la generalització de la preparació a la jubilació activa i la formació permanent, dedicant especial atenció a les noves tecnologies. Altres aspectes absolutament ineludibles són la necessitat d'avançar en la millora de la situació econòmica, especialment de les persones que perceben pensions insuficients, com és el cas de les pensions de viduïtat, i promoure una vida saludable entre les persones grans.

Del treball de reflexió, debat i consens realitzat se'n desprèn com a resultat final la importància de la construcció d'un país per a tothom com a objectiu irrenunciable de la societat catalana.

Crec, sincerament, que aquest llibre és un nou pas endavant que ens ajudarà a seguir construint el nostre país, com un país de qualitat on les persones grans continuïn sent ciutadans i ciutadanes plenament capaços de seguir impulsant iniciatives de tota mena, de contribuir a transmetre els valors que els acompanyen i d'ajudar els pobles a posar en pràctica la solidaritat, el civisme, la justícia i la llibertat. D'aquesta manera, es podrà assolir una gran fita: viure amb plenitud.

Finalment, vull agrair l'interès que han mostrat totes les persones i institucions que han participat en aquest treball i elogiar la qualitat de les seves aportacions, ja que sense la seva col·laboració no hauria estat possible l'elaboració d'aquest Llibre blanc.

Irene Rigau i Oliver
Consellera de Benestar Social

El *Llibre blanc de la gent gran activa* ha estat elaborat a partir de l'encàrrec efectuat per l'Hble. Sra. Irene Rigau, consellera de Benestar Social de la Generalitat de Catalunya, a 37 experts procedents de diferents institucions i de reconegut prestigi en aquesta matèria.

Els treballs per a la redacció del document s'han dut a terme entre els mesos d'octubre de 2001 i juny de 2002.

EQUIP DE SEGUIMENT:

Manuel Jovells	Secretari general del Departament de Benestar Social
Josep Lluís Cleries	Director general d'Acció Cívica del Departament de Benestar Social
Àngela Miquel	Directora general de Formació d'Adults del Departament de Benestar Social
Cristina Gené	Cap del Gabinet d'Estudis i Planificació del Departament de Benestar Social
Jordi Virgili	Cap de la Unitat de Gent Gran de la Direcció General d'Acció Cívica del Departament de Benestar Social

EQUIP DE COORDINACIÓ I REDACCIÓ:

Antares Consulting: Eduard Portella, Esteban Carrillo, Bernardo Ubago i Albert Roset

COMITÈ D'EXPERTS:

Ferran Ariño	President de FATEC
Carles Armengol	Pedagog, Universitat Ramon Llull –Fundació Pere Tarrés–
Antoni Bosch	President de Vida Creixent
Carles Campuzano	Diputat Congrés, Congrés dels Diputats
Pere Carbonell	President de l'Associació Promotora de l'Orientació del Consum de la Gent Gran
Eusebi Cima	President de CECOT
Marta Corachán	Presidenta de la Creu Roja de Catalunya
Joan Corbella	Metge psiquiatre
Conrad Ensenyat	President de la Federació d'Organitzacions Catalanes de Gent Gran
Lluís Fernández	Secretari de la Federació de Pensionistes i Jubilats de Comissions Obreres de Catalunya
Gabriel Ferraté	Rector de la Universitat Oberta de Catalunya
Maria Furriol	Vicepresidenta de Progran
Xavier Garcia-Milà	Arquitecte
Agustí Gómez	President de CONEX
Jaume Guindulain	President de la Unió d'Associacions de Gent Gran
Ciriaco Hidalgo	Secretari de Política Institucional de la UGT
Josep Laporte	President de la Fundació de Gestió de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau
Joan Majó	President de la Information Society Forum, Secretariat European Commission, Information Society Activity Centre
Miquel Matas	President d'AFOPA
Núria Mestres	Presidenta d'ACA (Associació Coordinadora Ancianitat)
Pilar Mora	Presidenta de l'Associació Ciutadana pels Drets de les Dones
Albert Oriol	Director de l'Institut d'Estudis de la Salut de la Generalitat de Catalunya
Montserrat Pastallé	Presidenta de l'Associació de Jubilats Forçosos
Isabel Peres	Presidenta de la Federació d'Entitats d'Assistència a la Tercera Edat sense Afany de Lucre

Mercè Pérez Salanova	Directora del Programa serveis de proximitat de la Diputació de Barcelona –Directora del Programa la universitat a l'abast, UAB
Joaquim Pi	President de l'Agrupació de Treballadors Jubilats de Catalunya
Higini Raventós	President d'Edad y Vida
Jordi Reyes	President de La Tercera Edat per al Tercer Món
Carles Rius	Membre de SECOT
Robert Rivera	Secretari de comunicació i imatge de la Unió Nacional de Jubilats i Pensionistes de Catalunya –UGT
Màrius Rodríguez	Secretari d'AFOPA –Vicepresident 2n del Consell de la Gent Gran de Catalunya
Joan Rossell	President de Foment del Treball
Sebastià Serrano	Catedràtic del Departament de Lingüística General de la Universitat de Barcelona
Llorenç Serrano	Secretari de Política Institucional de CC.OO. de Catalunya
Carles Vallbona	Professor del Departament de Medicina Familiar i Comunitària, Baylor College of Medicine
Joan Manel Velasco	President de la Coordinadora Nacional de Jubilats i Pensionistes
Joan Viñas	Membre de la Comissió de Política Social, Diputat del Parlament de Catalunya

ALTRES COL·LABORADORS:

Josep M. Bosh	Assessor Laboral de CECOT
Josep M. Canyelles	Gerent de l'INCAVOL, Departament de Benestar Social
Cristina Faciabén	Responsable de polítiques per la integració social i Responsable de pensions i previsió social de CC.OO. de Catalunya
Sergi Fernández	Assessor del Director general d'Acció Cívica del Departament de Benestar Social
Vicenç Gil	Vicepresident de la Coordinadora de Jubilats i Pensionistes de Catalunya
Montserrat Ginés	Directora de Serveis, Àrea de Producció d'Activitats i Formació de la Creu Roja de Catalunya
Carmina Gómez	Secretària de la Comissió Interdepartamental per a la Formació d'Adults
Eulàlia Roure	Especialista en Medicina de l'Esport. Departament de Sanitat i Seguretat Social
José Luís Salido	Director de Relacions Laborals i Assumptes Socials. Foment del Treball Nacional
Lluís Tarín	Director de Formació Contínua de la Universitat Oberta de Catalunya
Agustí Vilà	Cap del Servei de Promoció i Activitats de la Direcció General d'Acció Cívica del Departament de Benestar Social
Julià Vilar	Director de Programes de Projectes Especials de la Universitat Oberta de Catalunya
Carme Vinadé	Secretària de la Junta Directiva de la Federació d'Organitzacions Catalanes de Gent Gran

Volem agrair també la col·laboració de tots els membres del Consell de la Gent Gran de Catalunya.

INTRODUCCIÓ

La transició demogràfica ha invertit la piràmide poblacional, convertint la gent gran en el col·lectiu de població més nombrós de la nostra societat

El gran èxit de la nostra societat ha estat obtenir l'allargament de la vida per sobre d'edats que eren excepcionals a principis del segle XX.

L'increment progressiu de l'esperança de vida, reflex de l'èxit obtingut per la nostra societat en la millora de la salut, genera un creixent volum de població per sobre dels 65 anys:

- L'esperança de vida un cop arribats als 70 anys, és de 13,1 anys per als homes i de 16,2 anys per a les dones.
- L'esperança de vida per a les persones que arriben als 80 anys oscil·la encara entre els 7,4 anys per als homes i 8,9 per a les dones.

Les impressionants millores del segle XX, tant en l'esperança de vida (afegir anys a la vida) com en l'esperança de vida lliure d'incapacitat (afegir vida als anys), ens porta a pensar que l'actual divisió de trams d'edat no reflecteix correctament la realitat de les societats desenvolupades.

Citar alguns indicadors extrems, ens proporciona una perspectiva de l'impacte que l'allargament de la vida planteja a la nostra societat actual i futura:

- La meitat de la generació nascuda al període 1956-60 sobreviurà fins a prop dels 90 anys, mentre que la meitat de la cohort de la generació nascuda als 1856-60 no arribava a l'edat dels 20 anys.
- La presència de persones majors de 90 i 100 anys, un fet absolutament excepcional fa mig segle, actualment es planteja amb nombres significatius i es presentarà com a fenomen important en unes dècades.

De fet, és evident que el que és nou no és la gent gran, sinó el nombre proporcional i absolut de persones grans que constitueixen la societat actual i, encara més, la futura.

«...avui dia a Catalunya hi ha més gent gran que no pas jove. Avui dia a Catalunya hi ha més d'un milió d'habitants que té 65 anys o més, i aquest és un canvi extraordinari, ja ho sabeu, tant quantitatiu com qualitatiu...

...Ara, pel que fa a la gent gran, no solament s'ha incrementat el seu nombre, sinó que s'han incrementat també, no n'hi ha cap dubte, les seves capacitats.

Font: Laporte J. Parlament del president del congrés l'Hble. Sr. Josep Laporte. *3r Congrés Nacional de la Gent Gran*. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 1998.

El canvi també és qualitatiu respecte al nivell de plenitud de facultats i capacitat per a la participació de la gent gran

El fet que aquest grup de població sigui cada vegada més significatiu quantitativament, i que al mateix temps disposi d'una millor situació personal, tant pel què fa a la plenitud de facultats físiques i mentals com a la capacitat econòmica, xoca frontalment amb la permanència d'estereotips que encara situen la persona gran en un rol de caire passiu i d'inactivitat. En aquest sentit, la realitat desmenteix frontalment cada dia l'estereotip.

Així, doncs, abordem aquest tema perquè la construcció d'un «país per a tothom» és un objectiu irrenunciable de la societat catalana. Abordar en positiu la construcció d'un país també per a la gent gran, és una obligació que ens ve donada per tal que aquest grup pugui desenvolupar al màxim les seves possibilitats de participació social.

En l'àmbit individual, el procés de fer-se gran constitueix un canvi vital de gran impacte personal.

El procés personal a l'envelliment està marcat, per la majoria de persones, per la pròpia jubilació o la de la parella. Aquest pas constitueix, sens dubte, un canvi tan rellevant en la biografia vital com el pas de la infància a l'adolescència o de la joventut a la maduresa.

Afrontar aquest canvi satisfactòriament, constitueix la resposta a les oportunitats que ens ofereix la prolongació de la vida.

Per a un ampli volum de persones grans, els canvis en la vida diària es produeixen en tres components fonamentals:

- Increment de la disponibilitat de temps, conseqüència de la jubilació.
- Pèrdua de poder adquisitiu conseqüència directa d'aquesta.
- Canvi de rol en el conjunt de relacions socials com a conseqüència indirecta de la pèrdua del lloc laboral.

La transició amb èxit és, en aquests casos, aquella que aconsegueix valorar les noves circumstàncies de «qualitat de vida» envers les anteriors de «nivell de vida», caracteritzades normalment per uns ingressos més elevats.

- Reconèixer la importància d'aquest canvi de forma individual, és bàsic per tal de facilitar els mecanismes que afavoreixin aquesta transició.
- Cal viure el canvi com una oportunitat.

«...Quan un home o una dona es retiren als 65 anys, segons les estadístiques, tenen al davant tretze, dinou, vint anys...., depèn, però, en tot cas, un munt d'anys per viure en molt bones condicions. I em sembla que per a aquells que ho sàpiguen aprofitar, que sàpiguen trobar la nova manera d'instal·lar-se en aquesta nova etapa, aquests anys poden ser els de més qualitat de vida.»

Font: Pujol, J. Parlament del President de la Generalitat el M. Hble. Sr. Jordi Pujol. *3r Congrés Nacional de la Gent Gran*. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 1998.

En aquest terreny, l'Administració ja està desenvolupant un paper molt important lluny del paternalisme i «l'assistencialisme»

L'Administració és un agent social important, i com a responsable nat de la política social del país, n'esperem que assumeixi el lideratge, la facilitació i la promoció de les recomanacions que es recullen en aquest document. No obstant això, també cal que la societat civil, començant per les mateixes persones grans, s'impliqui en les recomanacions contingudes en aquest document.

En molts dels camps, ens adreçem a l'Administració com a agent facilitador del canvi, però no hem d'oblidar que la gran majoria dels canvis necessaris per adaptar-se a l'actual situació demogràfica, els ha de realitzar el conjunt de la societat.

Som conscients que actualment vivim en una societat en què la gent gran envellaix amb una bona salut tant física com mental, i que el nombre de persones d'aquest col·lectiu s'ha incrementat. No obstant això, la major part de sectors i organitzacions encara no han desenvolupat la seva adaptació a la composició i les característiques d'aquests membres de la societat.

Seria clau, avui, que cada institució o sector social explicités la seva reflexió de com ha d'adaptar-se la seva activitat a una societat tan gran. En institucions que han fet aquesta reflexió, hem pogut observar com obtenen resultats positius que mai no haurien imaginat.

CAPÍTOL I

LA CONSTRUCCIÓ SOCIAL D'UNA VIDA ACTIVA

Adoptem el concepte de gent gran activa com a idea que reflecteix la capacitat per assolir el màxim desenvolupament personal i social de les persones grans

Parlem de gent gran activa, precisament per desenvolupar d'una manera positiva i joiosa, tot el potencial que la gent gran té per enriquir-se i enriquir la nostra societat.

Parlem de gent gran activa, per tal que la societat en conjunt afavoreixi les possibilitats i oportunitats dels ciutadans, per gaudir del trànsit a un envelliment que respecti al màxim els drets al desenvolupament personal.

El concepte de gent gran activa constitueix una forma de reforçar el que és actualment la realitat, enfront d'alguns estereotips que tendeixen a relacionar la gent gran amb malaltia i actitud passiva. La jubilació és un fet que marca la vida de les persones, i a la paraula «jubilat» se li atribueix sovint un sentit pejoratiu. Cal remarcar, però, que la jubilació només és laboral, no és una jubilació de la vida.

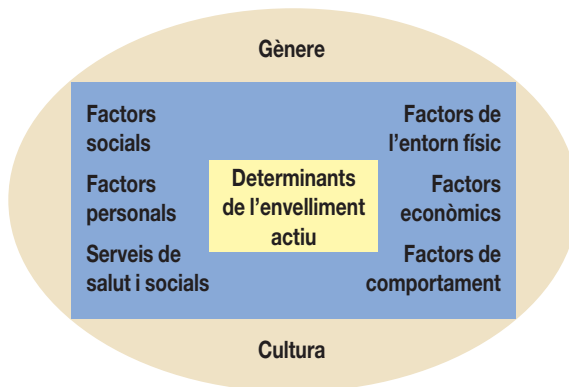
El concepte de «construcció social d'un envelliment actiu», el prenem aquí com l'elaboració formalitzada d'iniciatives, per garantir el dret al màxim desenvolupament personal sense limitacions d'edat.

«Envelliment actiu és el procés d'optimitzar oportunitats per al benestar físic, psíquic i mental a tot el decurs de la vida, per tal d'estendre l'expectativa de vida, la productivitat i la qualitat de vida en l'edat avançada.

...utilitzen el terme envelliment actiu, primàriament per expressar la idea de la participació continua en activitats socialment productives i treball útil. El mot «actiu» es refereix doncs a la participació continuada en assumptes socials, econòmics, espirituals i cívics, no només la capacitat d'estar físicament actiu.»

Font: World Health Organization. Health and Ageing. A discussion paper. World Health Organization. Department of Health Promotion. Non-Communicable Disease Prevention and Surveillance. Geneva 2001.

Determinants de l'envelliment actiu



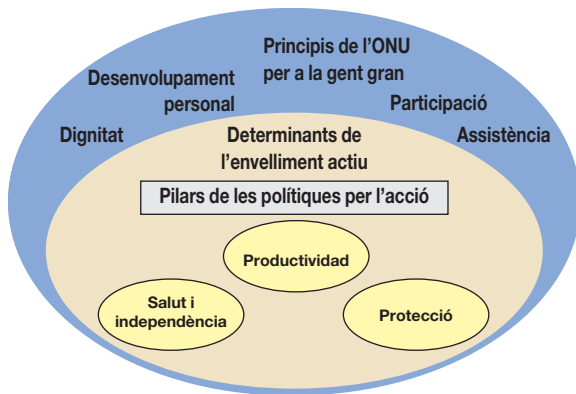
Font: World Health Organization. Health and Ageing. A discussion paper. World Health Organization. Department of Health Promotion. Non-Communicable Disease Prevention and Surveillance. Geneva 2001.

El concepte positiu de gent gran activa, respon a la realitat d'una gent gran majoritàriament activa i autònoma

«Viure més anys és a la vegada un èxit i un desafiament perpetu. El desafiament per una millor qualitat crida a les persones grans a gaudir de la seva independència, tenir relacions socials, participar en la vida comunitària i tenir accés als serveis de salut. Es deu percebre l'envelliment no com a una catàstrofe però sí com a un procés natural».

Font: Organización Mundial de la Salud. *El abrazo Mundial*. Ginebra 2001. http://www.who.int/ageing/global_movement.

Un marc per a les polítiques d'envelliment actiu



Font: World Health Organization. *Health and Ageing. A discussion paper*. World Health Organization. Department of Health Promotion. Non-Communicable Disease Prevention and Surveillance. Geneva 2001.

Al llarg de l'elaboració d'aquest llibre hem sentit un conjunt d'expressions que reflecteixen àmpliament el contingut del terme:

- «Donar continuïtat a la vida en un context nou, que posa tot el temps a disposició de la persona».
- El «goig de viure, voler viure i fer viure els altres».
- «Aprendre cada dia que encara queden forces per poder oferir coses als altres».
- «Créixer amb els que tenim al costat».
- «Anar endavant i fer anar als altres».
- «Capacitat d'aprendre coses noves».

«El concepte de gent gran activa no és alternatiu al de «gent gran dependent», ja que aquesta última pot tenir una elevada participació personal i social. El fet que la gent gran dependent sigui també gent gran activa és una responsabilitat dels que dissenyen les diverses activitats. Si aquestes es dissenyen per facilitar la participació, les persones dependents seran també gent gran activa, dins del marc que els imposen les seves limitacions.»

El concepte pretén recollir les grans aportacions que la gent gran realitza a la societat i que no només tenen un caire de producció econòmica o laboral

En el conjunt de la gent gran activa, la societat sol fer una clara distinció:

- Els que estan *actius professionalment*.
- Els que tenen una *vida activa*, però no professionalment, perquè ja estan jubilats.

En el primer dels casos, normalment les persones tenen la mateixa consideració social que una persona jove. En el segon cas, en canvi, la jubilació sovint comporta una modificació en la consideració social de les persones.

D'altra banda, en la literatura s'utilitzen una sèrie de conceptes al voltant de l'envelliment actiu, que en gran mesura reflecteixen el seu origen nord-americà:

- El concepte «d'envelliment productiu» ha estat força utilitzat. En aquest concepte el terme «productiu» no es refereix necessàriament a producció amb valor econòmic, però tot i així, en el nostre medi té unes connotacions laborals que dificulten la seva utilització.
- El concepte «d'envelliment amb èxit» és força més ampli, però tot i així, reflecteix uns valors (l'èxit social com a valor predominant) molt propis de la cultura nord-americana.
- En certa manera, el concepte de gent gran activa és una perspectiva molt més àmplia del «d'envelliment productiu»; així mateix el «d'envelliment satisfactori» recull molt més alguns valors europeus que el «d'envelliment amb èxit».

Per a l' Organització Mundial de la Salut, fer-se gran de forma activa és el procés d'aprofitar al màxim les oportunitats per tenir un benestar físic, psíquic i social durant tota la vida. L'objectiu és estendre la qualitat i l'esperança de vida a edats avançades.

Perspectives de l'envelliment productiu

L'envelliment productiu hauria de ser considerat des de diverses perspectives. D'acord amb el Diccionari Oxford, la paraula «productiu» es refereix a «generar productes de valor intercanviable». A primera vista voldria dir només activitats econòmiques perquè aquest és l'aspecte més obvi en què es produeixen guanys monetaris. Però, amb una consideració major, veiem que hi ha moltes activitats que són de naturalesa no econòmica que tenen també valor d'intercanvi. L'envelliment productiu hauria d'adquirir un significat d'implicació, quan un es fa gran, en activitats diverses, siguin socials o econòmiques.

Font: Tan Poo Chang. *Productive Ageing. A: Added years of life in Asia: Current situation and future Challenges*. UN. Population Programme Publications. Asian Population Studies Series N° 141.

- «La gent gran té habilitats, experiència i coneixements per contribuir a la societat.
- La productivitat continuada en l'edat gran té beneficis per a l'individu, la comunitat i l'Estat.
- El canvi d'actituds sobre l'envelliment i la gent gran és el primer pas per promoure l'envelliment positiu i productiu.
- Les activitats intergeneracionals proporcionen oportunitats per desfer els mites sobre l'envelliment i la gent gran.
- La participació de les persones grans en la societat és una àrea clau de treball del Departament de Benestar Social.
- ...»

Font: www.executive.govt.nz/96-99/minister/mcdonald/briefing/paper7.htm

El concepte de gent gran activa té una doble perspectiva: d'enriquiment personal i de participació activa en la societat

«... Si la societat controla les oportunitats de què disposen les persones grans per a sentir-se «productives» o «no productives» (per exemple, dependents i innecessàries), també defineix el significat de ser vell.

...

La clau per trobar i crear noves formes de vellesa productiva que suposin una contribució a la societat i que al mateix temps proporcionin a la gent gran una sensació de control personal i significat, és trobar aquelles posicions en la societat en què les persones grans no competeixen de manera directa amb les més joves en el mercat de l'ocupació remunerada. El nostre objectiu últim hauria de ser fer de l'edat una oportunitat més que un problema per a les persones grans».

Font: Glanz D, Neikrug S. *Como dar sentido a la vejez*. Rev. Gerontol. 1994;3:207-209.

«En plantejar-nos els diversos tipus de participació és interessant considerar les dues dimensions, la personal i la col·lectiva, de la participació. Quan parlem de participació en relació amb les persones grans, acostumem a abordar la dimensió col·lectiva. Aquesta és la dimensió habitualment reconeguda, mentre que la dimensió personal sol ésser menys observada».

Font: Pérez, M. *El papel de los profesionales en los procesos de participación de los mayores*. Ponència de la Sra. Mercè Pérez Salanova. 1er Congreso de personas mayores de Asturias. 2000.

«...Un país necessita totes les seves generacions, totes. Certament un país és responsable, i les seves institucions són responsables davant de tots els ciutadans... Perquè fer un país és anar sumant aportacions de cada generació, i si hi ha ruptura entre generacions, si una generació deixa a mig fer o destrueix el que ha fet l'anterior, llavors el país entra en una crisi profunda.»

Font: Pujol J. *Parlament del President de la Generalitat el M. Hble. Sr. Jordi Pujol*. 3r Congrés Nacional de la Gent Gran. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 1998.

En aquest tema es planteja un dilema que constitueix el nus gordià de la construcció social de l'envelliment actiu:

- La definició de quin és el rol que la societat vol atorgar, o espera, de la gent gran.
- La decisió de quin és el rol que la gent gran (individual o col·lectivament) vol assolir.

Hem d'esmentar aquí, tal com es va constatar en el 3r Congrés de la Gent Gran, que la persona gran, primer és persona, i com a element secundari és gran. Aquesta constatació constitueix la base per a un esforç sostingut per trencar les barreres de qualsevol tipus, que limitin el seu desenvolupament personal i social. Això implica un seguit de components:

- Des d'una perspectiva individual, el dret a assolir el màxim desplegament de les capacitats i interessos personals.
- Des d'una perspectiva social, el dret i deure a la participació cívica per a millorar la societat.
- Des d'una perspectiva històrica (transcendència generacional) el dret i el deure de participar en la construcció del patrimoni de la millor societat que hauran d'heretar les generacions futures.

El concepte de gent gran activa, respon a una realitat que xoca cada dia amb els estereotips negatius existents sobre la gent gran, ...

Així mateix, s'ha de constatar que les persones grans constitueixen un ampli ventall de situacions i gaudeixen d'una gran riquesa de variabilitat entre si.

Actualment el que tan fàcilment anomenem «gent gran», inclou entre tres i quatre generacions amb perfils de biografia força variats, com a conseqüència de les diferents èpoques en què han realitzat el seu periple vital.

La tendència a la generalització, en un col·lectiu tan ampli, és el primer dels estereotips que hem d'evitar.

Els mitjans de comunicació juguen un rol fonamental en la formació dels estereotips sobre la gent gran. Es constaten tres tendències usuals en l'elaboració de la imatge pública de la gent gran:

- L'estereotip, cada vegada més allunyat de la realitat quotidiana, de la gent gran com a persones passives, al final de la seva vida, dependents, a qui s'atorga com a únic rol social el del lleure.
- Un nou estereotip, molt lligat amb l'èxit obtingut pel turisme social, que relaciona la gent gran amb el turisme, donant-li com a única activitat la d'estar de viatge.
- Un estereotip, que prové del món del màrqueting, que relaciona les persones grans amb la qualitat i la solidesa de les formes velles (artesans) de fer les coses.

Hauríem de considerar que cada tram d'edat legal no és internament homogènia. ...Alguns aspectes d'heterogeneïtat a tenir en compte són:

- Gènere
- Estat civil
- Classe social
- País d'origen, nacionalitat, i raça
- Territori rural o urbà....

..... No podem articular les oportunitats de l'allargament de la vida en un sistema sociopolític articular sobre el concepte d'edat, sinó sobre la base conceptual en la qual intervenen una gran diversitat de factors, és a dir, des d'una perspectiva multifactorial. Hem de fer un esment especial a la diversitat entre l'àmbit rural i l'urbà, fet que ens demana pensar que la realitat no és uniforme i, per tant, descentralitzar i adaptar les polítiques a la peculiaritat de cada territori.

Font: Mañós de Balanzó Q. *Les oportunitats que ens ofereix la prolongació de la vida*. II Jornades Catalunya Demà.

«... Moltes vegades la resta de la població tenim una imatge que convé trencar urgentment, que els vells o som gent malalta o impedida, o bé ens passem tot el dia ballant i viatjant. Cal lluitar contra aquest reduccionisme de la realitat que genera una imatge que no és bona per a la societat i no és bona per a nosaltres. La gent gran som i volem ser gent normal.»

Font: Laporte J *Parlament del president del congrés l'Hble. Sr. Josep Laporte. 3r Congrés Nacional de la Gent Gran*. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 1998.

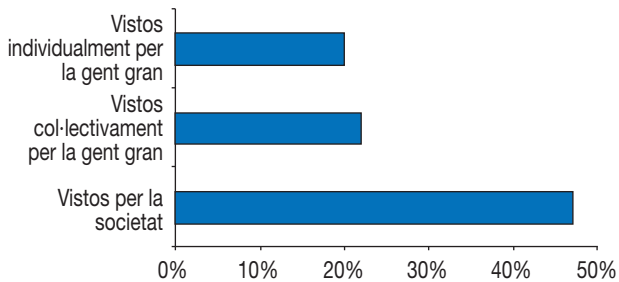
... fet que comporta la necessitat de revisar els conceptes tradicionals que actualment relacionem amb la gent gran.

Els estereotips negatius associats amb la vellesa comencen a desaparèixer quan les persones grans continuen sent actives. Això és essencial per crear una comunitat harmoniosa i intergeneracional en la qual les persones grans puguin contribuir plenament en la societat.

Font: Organització Mundial de la Salut. *L'abraçada mundial*. «001. [Http://www.who.int/ageing/global_movement](http://www.who.int/ageing/global_movement).

La comunicació i la difusió pública de l'ampli ventall d'opcions de vida i activitats lligades o desenvolupades per la gent gran, ha de col·laborar en la ruptura dels estereotips més negatius, i conformar una imatge pública dels diversos col·lectius que formen la gent gran.

Imatge de les persones grans com a persones inactives des de diverses perspectives

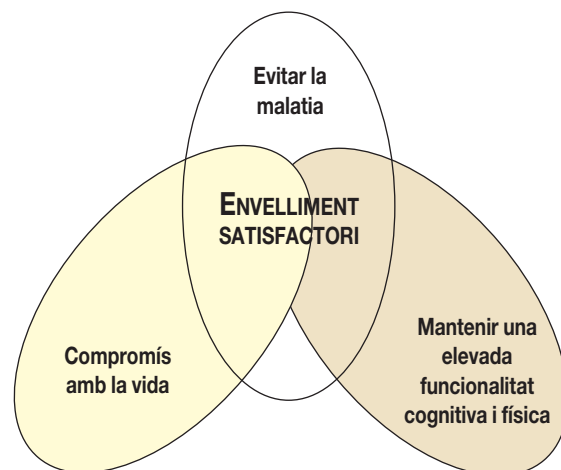


Font: CIS. *La soledad de las personas mayores*, Estudi n° 2.279, febrer de 1998.

Propostes

1. La societat actual té pendent adaptar els seus conceptes a les expectatives actuals de vida en bona salut. Una tasca que s'haurà d'abordar, és la de revisar els conceptes de trams d'edat en funció de l'actual situació demogràfica, de salut i capacitat.
2. A curt termini, l'Administració pot abordar, com a tasca molt més concreta, la revisió en profunditat dels criteris d'edat encara presents en la legislació i diferents reglamentacions, suprimint aquells elements que generen discriminació per raó d'edat.
3. Cal fomentar la comunicació i la difusió pública de la riquesa d'activitats i participació de les persones grans, de manera que es pugui combatre, des de la realitat, els estereotips més negatius presents a la societat.
4. En l'abordatge del tema, s'ha de demanar a la societat que defugui qualsevol tipus de generalització sobre el concepte de «gent gran». La gent gran és tan diversa com la gent que conforma qualsevol altre tram d'edat.

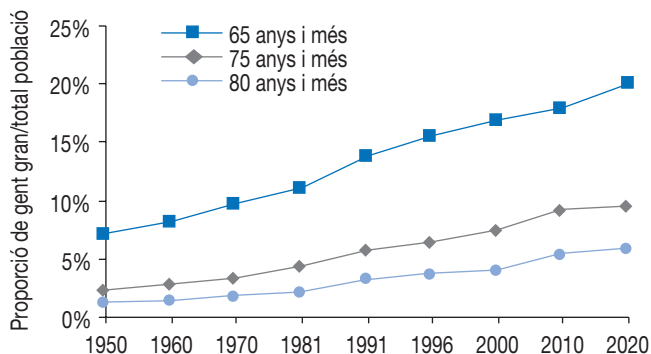
L'estructura de l'envelliment satisfactori



Font: Rowe JW, Kahn RI. *Successful aging*. «The Gerontologist» 1997; 37:433-440

Catalunya experimentarà en els pròxims anys, com també ho faran Espanya i Europa, un increment significatiu del nombre de persones grans

Evolució de la proporció de gent gran a Espanya en relació amb el total de població 1950-2020



Font: Las personas mayores en España. Informe 2000. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Esperança de vida a les diferents edats. Catalunya. 1998 (en anys)

Edats	Homes	Dones
10 anys	66,4	73
30 anys	47,2	53,4
50 anys	28,8	34,1
70 anys	13,1	16,2
80 anys	7,4	8,9

Font: IMSERSO (2000). Las personas mayores en España. Informe 2000. Madrid.

Població segons gènere i grups d'edat a partir dels 65 anys. Catalunya. 1996

Edat	Total	Dones	Homes
Total	989.229	581.114	408.123
De 65 a 69 anys	315.700	170.270	145.433
De 70 a 74 anys	268.546	150.510	118.037
De 75 a 79 anys	183.163	111.894	71.268
De 80 a 84 anys	126.171	81.326	44.845
De 85 a 89 anys	68.010	46.741	21.269
De 90 a 94 anys	23.043	16.885	6.162
De 95 anys i més	4.596	3.488	1.109

INE (1998). Proyecciones de población de Catalunya. 2010-2030. Generalitat de Catalunya. Barcelona.

El gran èxit de la nostra societat ha estat obtenir l'allargament de la vida per sobre d'edats que eren gairebé excepcionals a principis del segle XX.

L'increment progressiu de l'esperança de vida genera, doncs, un creixent volum de població per sobre dels 65 anys que se situa a Catalunya al voltant d'1.074.500 persones:

- L'esperança de vida un cop arribats als 70 anys, és de 13,1 anys per als homes i de 16,2 anys per a les dones.
- L'esperança de vida per a les persones que arriben als 80 anys oscil·la encara entre els 7,4 anys per als homes, i 8,9 per a les dones.

A Catalunya, els més grans de 64 anys, arriben al voltant d'un milió, amb gairebé 400.000 persones per sobre dels 74 anys.

- El 2006, a Catalunya, la població major de 64 anys oscil·larà entre 1,129 i 1,159 milions de persones.
- El 2020 aquesta xifra ascendirà als 1,340 i 1,285 milions respectivament.
- L'any 2030 s'estima que aquest grup poblacional sumará entre 1,503 i 1,604 milions de persones.

Aquesta evolució situa la nostra societat en una perspectiva molt diferent de les de les societats de principis del segle XX: la d'una societat on la gent gran constituirà una proporció majoritària dels adults.

No obstant això, també augmenta el nombre de persones grans sense dependència

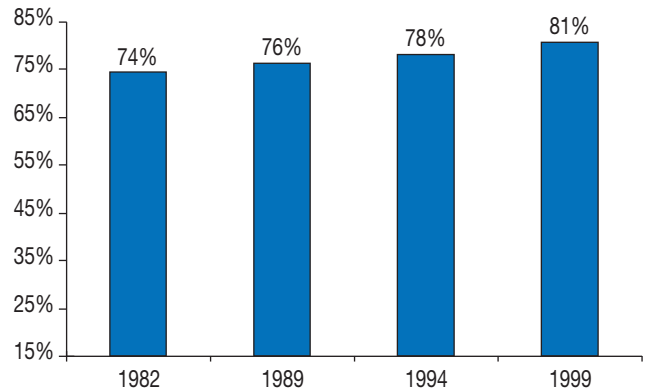
Les tendències que s'observen en altres països mostren que les persones grans cada vegada són més autònomes.

- De 1982 a 1999 es va passar d'un 74% a un 81% de persones grans no dependents als EUA.

De la seva banda, a Catalunya s'observa un creixement constant de l'esperança de vida, però l'esperança de vida en bona salut no segueix la mateixa tendència.

- Es detecta que després d'un creixement de l'esperança de vida en bona salut entre el 1987 i el 1995, aquesta torna a disminuir el 1997.

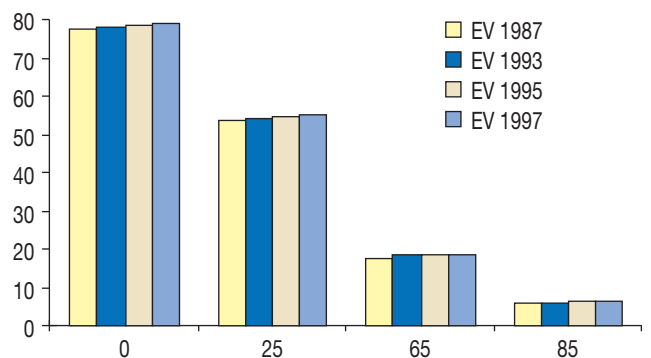
% de persones majors de 65 anys sense dependència des de 1982 fins al 1999 als Estats Units



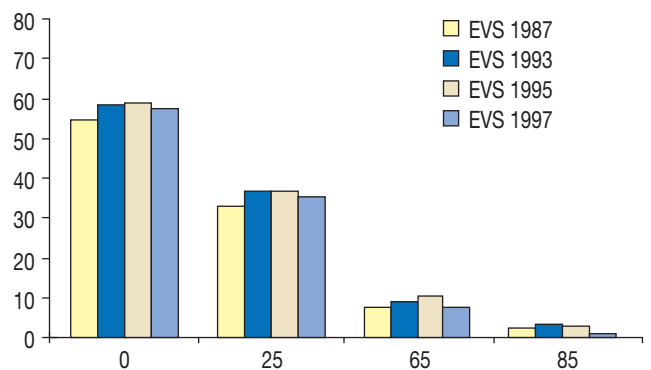
Font: *Changes in the prevalence of chronic disability in the United States black and nonblack population above age 65 from 1982 to 1999*. 2001.

Kenneth G. Manton and Xiliang Gu. *Center of Demographic Studies, Duke University*.

Esperança de vida per edats



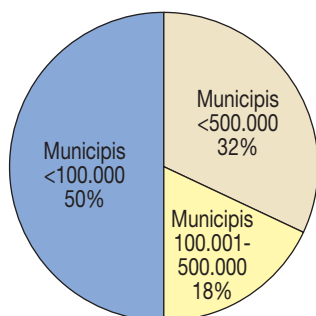
Esperança de vida en bona salut per edats



Font: Generalitat de Catalunya. Departament de Sanitat i Seguretat Social. «Butlletí Epidemiològic de Catalunya». Volum XXII. Novembre 2001, número 11.

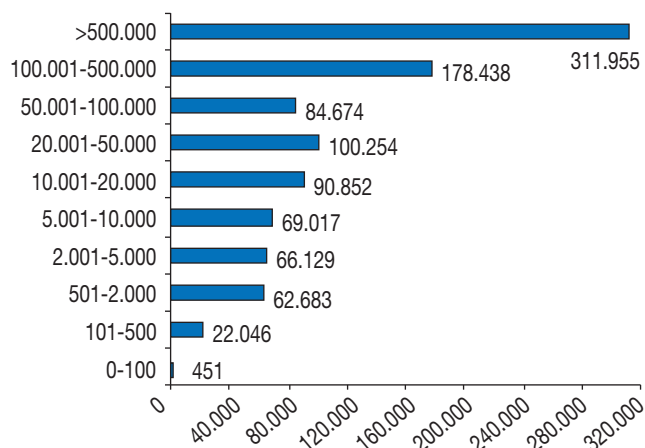
L'envelliment en l'àmbit rural és un dels reptes més importants

Percentatges de població de 65 anys i més segons la grandària municipal. Catalunya. 1996+-



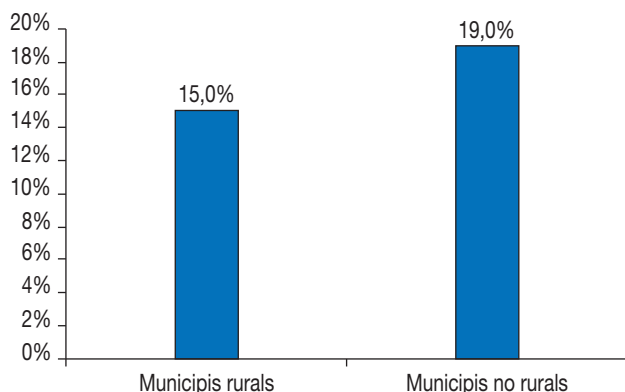
Font: Las personas mayores en España. Informe 2000. (2000): IMSERSO.

Nombre de persones grans segons la grandària del municipi a Catalunya



Font: Las personas mayores en España. Informe 2000. (2000): IMSERSO.

Proporció de persones que viuen soles en l'àmbit rural i l'urbà



Font: Las personas mayores en España. Informe 2000. (2000): IMSERSO.

A Catalunya, tant el volum global actual de persones grans com el de les projeccions demogràfiques, es concentra en els nuclis urbans.

- Més del 80% dels catalans grans viuen en municipis de més de 100.000 habitants

No obstant això, l'envelliment en territoris de baixa densitat, es presenta avui com un dels reptes més importants, per la dispersió d'aquesta població.

- A Catalunya viuen 87.332 persones grans en els territoris de baixa densitat, fet que representa el 8,8% del total de persones grans.
- Aquestes persones viuen en 660 municipis de baixa densitat, que representen el 69,9% del total de municipis de Catalunya.
- A més a més, el 56% dels municipis de baixa densitat tenen menys de 500 habitants, que és un clar indicador de la dispersió del fenomen rural en el territori.

L'envelliment en territoris de baixa densitat és un fenomen plural, és a dir, que afecta tota la comunitat.

- L'índex d'envelliment en els municipis de baixa densitat és molt més elevat que en l'àmbit urbà.
- La proporció de persones que viuen soles és menor que en l'àmbit urbà.
- L'accés a qualsevol tipus de servei és força més difícil que a l'àmbit urbà.

Propostes

1. En l'anàlisi de les projeccions demogràfiques cal defugir tant el catastrofisme com les interpretacions simplistes. La societat s'ha d'adaptar a la nova realitat social aprofitant les oportunitats que atorga l'increment de l'esperança de vida i de l'esperança de vida en bona salut.
2. El canvi en les proporcions dels grups d'edat, requereix que totes les institucions replantegin la seva missió i manera de treballar per a adaptar-se a una societat «gran». Això implica, tant la posició de cada organització envers els seus clients/usuaris, com envers els seus propis treballadors (polítiques de recursos humans adaptades a l'edat de la pròpia plantilla).
3. Per tal de poder promoure les iniciatives més adequades, és important que en les anàlisis i projeccions demogràfiques, s'incideixi en l'estudi sobre subgrups de població gran amb característiques i problemàtiques molt específiques, com ara:
 - Les persones grans al medi rural.
 - Les dones vídues amb situacions econòmiques desfavorables.
 - Els més grans dintre la gent gran.
 - Les persones grans amb dependència.
 - Etc.

Existeixen una sèrie d'activitats preventives que s'han demostrat eficaces en la millora de la salut de les persones grans

«Considereu que:

- L'activitat física, moderada i regular redueix el risc de mortalitat cardíaca entre un 20 i un 25% entre persones amb malaltia del cor establerta (Merz and Forrester, 1997). Pot reduir substancialment la severitat de les discapacitats associades amb la malaltia cardíaca i altres malalties cròniques (US Preventive Task Force, 1996).
- Amb l'edat avançada, certs nutrients no són absorbits tan bé i els requeriments d'energia es redueixen degut a la disminució del metabolisme basal. Per tant, és especialment important per a la gent gran menjar una varietat d'aliments rics en nutrients que són acceptables culturalment i estan disponibles regionalment a preus assequibles.
- Els estudis han demostrat que el control del tabac és altament cost-efectiu en països de baix i mitjans ingressos...»

Font: World Health Organization. *Health and Ageing. A discussion paper.* World Health Organization. Department of Health Promotion. Non-Communicable Disease Prevention and Surveillance. Geneva 2001.

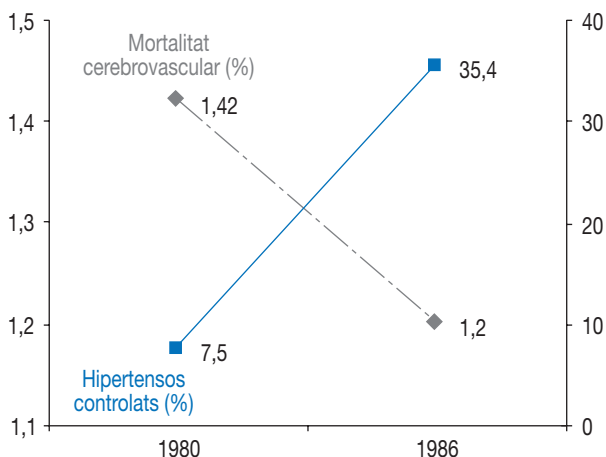
L'increment de l'esperança de vida en bona salut ha fet que una sèrie d'activitats preventives que es recomanaven en l'edat adulta, hagin passat també a ser recomanades per a la gent gran.

Tant els organismes internacionals com la Conselleria de Sanitat van revisar l'evidència de l'eficàcia de les diverses activitats preventives. Aquest treball va ser publicat com a «Llibre blanc: activitats preventives per a la gent gran».

El document «Consells de salut per a la gent gran» recull aquelles activitats preventives que s'han demostrat eficaces:

- Alimentació equilibrada
- Prevenció d'accidents
- Activitat física
- Salut bucodental
- Agudeses visual
- Prevenció dels trastorns auditius
- Vacunacions de l'edat adulta
- Abandonar l'ús del tabac
- Control de l'excés de pes
- Prevenció de la desnutrició
- Control del colesterol
- Control de la hipertensió arterial
- Prevenció dels trastorns de l'estat d'ànim
- Ús racional dels medicaments
- Prevenció del càncer

Evolució de les taxes de control de la hipertensió arterial i de la mortalitat cerebrovascular a l'Hospitalet de Llobregat



Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Llibre Blanc: Activitats preventives per a la gent gran.* 1999.

La realització d'exercici físic, regular i sistemàtic, és una de les activitats preventives més assequibles i beneficioses

En aquest camp es poden considerar tres nivells d'activitat ben diferenciats:

- Activitat física.
- Exercici físic, consistent en l'activitat física programada i estructurada amb l'objectiu de millorar la salut.
- Esport, en què tècnicament ja es dona un caire competitiu a l'exercici físic.

La recomanació que fan els professionals és la realització d'exercici físic programat, no obstant això, la realització de l'esport amb un caire competitiu no és negatiu, sempre que es faci segons les capacitats de les persones.

Els beneficis notables amb l'exercici físic, s'obtenen amb un mínim de 30 minuts diaris d'exercici moderat (del tipus de caminar lleuger), però sempre que es faci:

- De forma programada i continuada (al menys cinc dies a la setmana).
- De forma explícita per al benefici de la salut (és molt important la realització de l'exercici amb aquesta consciència de benefici).

L'exercici físic es pot començar a fer en qualsevol moment de la vida (mai no és tard per començar) i s'ha de mantenir sempre (fins i tot en períodes de malaltia, adaptant el tipus d'activitat).

Per a les persones amb discapacitats de mobilitat, les activitats d'exercici físic s'han d'adaptar a les necessitats i capacitats de cada persona.

Cal destacar també, que l'activitat física practicada de forma grupal afavoreix les relacions socials, millora l'autoestima i per tant, la qualitat de vida.

Tipus d'activitat física global

	Homes (%)	Dones (%)	Total (%)
Molt actius	0,28	0,39	0,35
Moderadament actius	0,43	0,83	0,66
Lleugerament actius	60,16	43,01	50,04
Mínimament actius	7,42	15,47	12,17
Sedentaris	31,45	40,29	36,67
NS/NC	0,26	0,00	0,11
Total	100	100	100

Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Llibre Blanc: Activitats preventives per a la gent gran*. 1999.

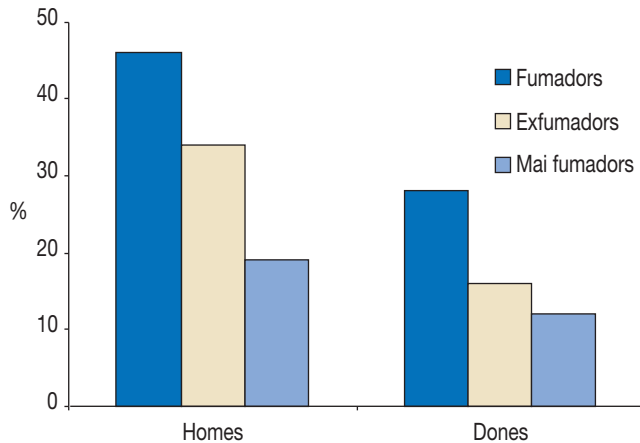
Beneficis de l'activitat física:

- Beneficis físics. L'augment del nivell de d'activitat física ajuda a:
 - Reduir el risc de malaltia coronària i embòlia.
 - Prevenir i controlar la hipertensió arterial.
 - Prevenir l'osteoporosi.
 - Millorar la mobilitat articular i la força muscular.
 - Controlar el pes.
 - Prevenir les caigudes.
 - Millorar la funció i la forma cardiovascular.
 - Reduir el risc de diabetis mellitus no dependent d'insulina.
 - Reduir el risc de càncer de còlon.
- Beneficis psicosocials. La pràctica d'activitat física ajuda a:
 - Millorar l'autoestima i la seguretat en un mateix.
 - Augmentar la socialització i reduir l'aïllament i la solitud.
 - Augmentar la capacitat de romandre independent i autònom.
 - Reforçar el sentiment de vàlua de la gent gran.
 - Augmentar la creativitat.
- Beneficis per a la societat. L'activitat física ajuda a:
 - Reduir la demanda de serveis tant social com de salut.
 - Donar una imatge més positiva de la gent gran i de la seva importància per a la societat.
 - Augmentar la contribució de la gent gran a la societat i a l'economia.

Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Llibre Blanc: Activitats preventives per a la gent gran*. 1999.

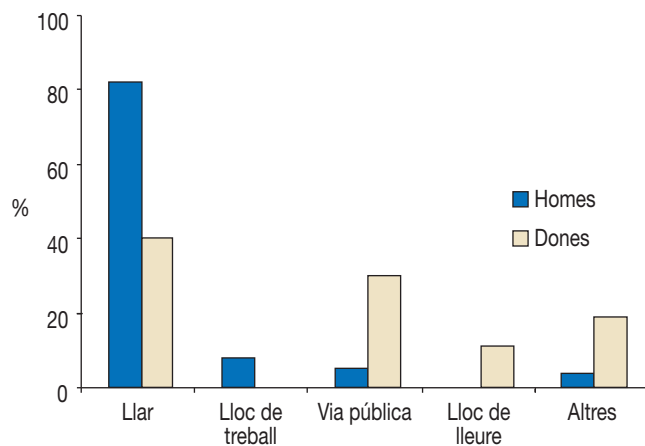
Convertir aquestes activitats en una pràctica regular requereix la col·laboració de diversos agents socials

Probabilitat estimada de morir en el següent interval de 15 anys per als que abandonen l'hàbit tabàquic entre els 55 i 59 anys en comparació amb els que segueixen fumant i amb els que mai no van fumar



Font: US Department of Health and Human Services, utilitzat per Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Llibre Blanc: Activitats preventives per a la gent gran*. 1999.

Distribució dels lesionats, majors de 64 anys, per lloc de l'accident i sexe



Font: Servei Català de la Salut, Enquesta de Salut de Catalunya, 1994, utilitzat per Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Llibre blanc: activitats preventives per a la gent gran*. 1999.

En primer lloc cal considerar les persones grans. Seria força adient que, durant la preparació a la jubilació (si no s'ha fet abans), totes les persones grans fessin un balanç de salut per tal d'ajustar els seus hàbits a l'objectiu de l'envelliment satisfactori.

Els serveis sanitaris, especialment els d'atenció primària, han incorporat les intervencions preventives sistematitzades, sobretot pel que fa al control dels factors de risc (hipertensió arterial, colesterol, sedentarisme...). Reforçar aquest tipus d'intervenció constitueix un objectiu bàsic del sistema sanitari.

Les farmàcies constitueixen també un excel·lent punt d'informació i promoció com a lloc de consulta habitual de les persones grans. El rol dels farmacèutics en les activitats preventives s'hauria de reforçar pel seu elevat impacte potencial.

Els mitjans de comunicació juguen també un paper clau. La seva funció de promoure «models» de persones grans és clau per conformar la consciència col·lectiva. Les administracions poden ajudar en la tasca d'apropar els mitjans de comunicació a la promoció d'hàbits saludables.

Actualment, els portals d'Internet han assolit una gran importància com a mitjans d'accés a la informació sobre la salut.

Les associacions de gent gran i els centres esportius constitueixen també punts importants per a la promoció dels hàbits saludables.

Propostes

1. El material existent sobre pràctiques preventives, hauria de ser maximitzat per la seva difusió al conjunt de la societat, mitjançant iniciatives del tipus següent:
 - Millorar la difusió del contingut dels consells de salut per a la gent gran.
 - Elaborar fitxes amb guies per als diversos professionals que tracten amb persones grans, explicitant les possibilitats d'intervenció que els afecten per a cada tipus de recomanació preventiva.
2. Des de l'Administració i els agents implicats en el món laboral, s'ha d'impulsar i afavorir el compromís actiu de les empreses envers la salut dels seus treballadors abans de la jubilació:
 - Afavorir (incloent-hi incentius econòmics en les quotes de la seguretat social, p. exemple) els programes de medicina preventiva orientats al conjunt de la plantilla.
 - Afavorir la inclusió dels temes de salut en les activitats de preparació per a la jubilació.
 - Donar un premi anual a l'empresa que s'ha distingit més en aquesta iniciativa.
3. Pel que fa als professionals:
 - Els programes de formació dels professionals més relacionats amb la gent gran (especialment els de l'àmbit sanitari i els serveis personals), haurien d'estar dissenyats de manera que els cursos continguessin una part del temari relacionat amb temes específics de la gent gran.
 - Seria recomanable que es fessin campanyes de conscienciació entre els professionals de la salut, ja que són els primers que haurien de donar un bon exemple d'estil de vida saludable, evitant factors de risc que es poden prevenir.
4. Seria bo establir algun tipus d'acreditatiu (tipus «logotip» de certificació), per a productes i serveis adaptats a les necessitats de salut específiques de la gent gran.

El paradigma que lliga les edats grans amb una etapa de descans i oci, ha entrat en qüestió per la mateixa evolució a la societat del coneixement

L'informe *The Final Report of the Americans Over 55 at Work Program*, sumaria les seves conclusions en:

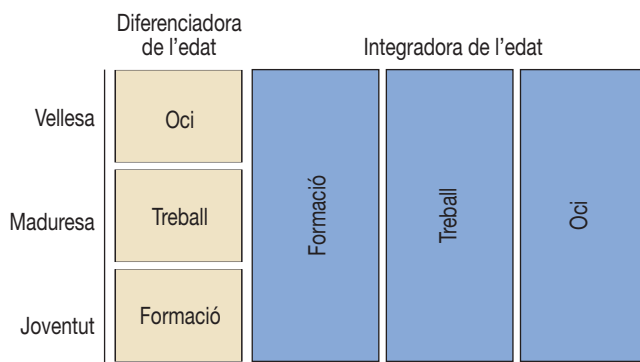
- Més de 14 milions de treballadors grans constitueixen una part vital de la població activa.
- Contractar treballadors grans és rendible.
- Tres de cada quatre americans grans (prop de 38 milions de persones productives) participen activament efectuant aportacions a la societat a través del treball, el voluntariat o la prestació de serveis assistencials.
- Gran part de l'aportació de les persones grans a la societat no es reconeix.

Font: *The Commonwealth Fund. The untapped Resource: The Final Report of the Americans Over 55 at Work Program*. New York.: «The Commonwealth Fund», 1993. Citat a: Glanz D, Neikrug S. *Como dar sentido a la vejez*. Rev. «Gerontol». 1994;3:207-209.

«Però, que la valoració social de les persones es faci d'acord amb la productivitat econòmica és inexacte, i a més és un criteri que aviat deixarà de ser operatiu.»

Font: Bazo Royo MT. *La vejez como construcción cultural*. Rev «Gerontol»; 1992 4: 237-242

Estructures socials integradores i no integradores de l'edat



Font: Riley y Riley. *Hacia una sociedad integradora de la edad*. 1994.

Les societats avançades han produït un paradigma que tendeix fortament a lligar els grans trams d'edat amb uns determinats rols socials:

- Les edats infantils i juvenils, amb una etapa de formació i aprenentatge. Aquesta etapa ha esdevingut cada vegada més perllongada per la combinació de les necessitats de qualificació de l'actual món laboral, però també per les dificultats d'accés a un mercat laboral cada vegada més selectiu.
- La maduresa, amb la vida laboral predominant. Aquesta etapa es considerava com un tram d'edat de «producció» quasi exclusiu, quan els requeriments de capacitació laboral eren relativament estables.
- La vellesa, amb el descans i l'oci.

Les necessitats de l'actual «societat del coneixement» en consolidació, han posat en crisi la rigidesa amb què s'havien arribat a plasmar aquests rols:

- Les necessitats d'orientar l'educació cap al món real, tendeixen a afavorir les fórmules mixtes de formació en llocs laborals o quasi-laborals (pràctiques de formació, formació en servei...).
- En l'edat adulta, els guanys en temps lliure d'una banda, i la integració i l'interès en la formació d'altra, tendeixen a trencar l'estereotip d'aquesta etapa com una etapa purament «productiva» en el sentit més restrictiu del terme.
- Actualment, els ràpids canvis en l'entorn professional comporten uns elevats requeriments de formació i reorientació professional, que han arribat a integrar-se com a part de l'activitat laboral.
- Les edats més grans de la vida, han estat potser fins ara els àmbits en què la reducció al rol «d'oci» ha estat més rígida. El mateix concepte de «jubilació obligatòria», marca clarament aquesta com una etapa en què l'entorn social «no permet» altra activitat que l'oci.

Aquesta evolució ha posat en qüestió la rigidesa de l'obligatorietat de la jubilació...

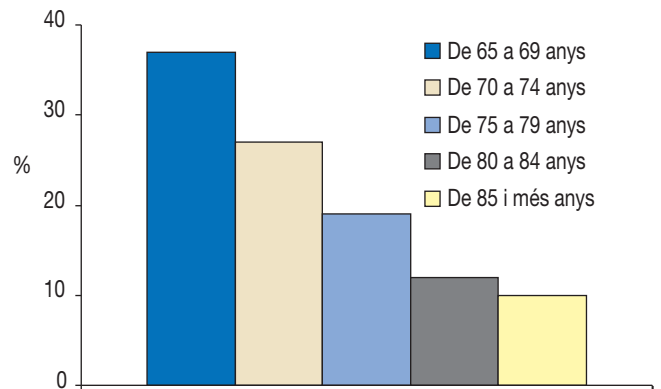
Però també aquí la rigidesa comença a revisar-se:

- Els impressionants guanys en esperança de vida lliure d'incapacitat han creat una gran «massa crítica» de ciutadans jubilats amb excel·lents estats físics i psíquics.
- La «societat del coneixement», entesa aquí de manera global i no en relació amb les noves tecnologies, afavoreix la necessitat que el capital acumulat de formació i experiència que representen les persones grans sigui aprofitat al màxim. Un concepte força repetit en la literatura sobre l'envelliment actiu, és el del malbaratament de recursos que suposa condemnar a la completa inactivitat laboral a tot un conjunt de treballadors que han acumulat el major volum de formació i experiència, i que es troben amb condicions i voluntat per transmetre el seus coneixements.
- Aquesta necessitat és encara poc visible en molts sectors del nostre país, atès el baix nivell de qualificació de la majoria de les professions que ha exercit l'actual gent gran. Però considerar l'exemple d'entorns com l'universitari, els col·legis professionals, o el paper de les figures senior de SECOT, ens pot donar una idea del valor que pot representar conservar l'aportació de la gent gran en una societat en què el coneixement es converteix en l'avantatge competitiu clau.
- Les generacions de gent més gran han estat laboralment en inferioritat de condicions enfront dels joves, perquè no han estat formades en les noves tecnologies, no obstant això, les noves generacions de gent gran sí que comptaran amb una formació en aquest sentit i, per tant, es trobaran en una major igualtat de condicions.

«En realitat, és la discriminació per raons d'edat i el fet que estiguin en condicions desfavorables respecte a l'educació i la capacitació, el que fa que les persones grans no tinguin treballs remunerats. Però contribueixen considerablement amb treballs no remunerats i les economies de molts països del món depenen d'aquestes contribucions.»

Font: Organización Mundial de la Salud. *El abrazo Mundial*. Ginebra 2001. http://www.who.int/ageing/global_movement.

Persones grans que es consideren capaces de transmetre coneixements professionals



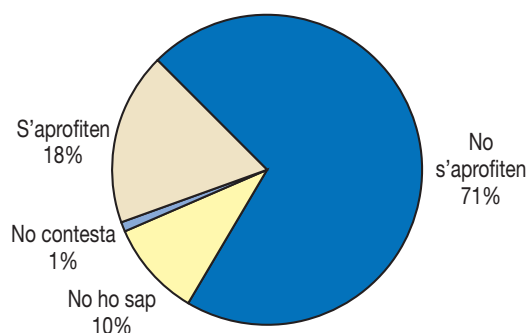
Font: Riley y Riley. *Hacia una sociedad integradora de la edad*. 1994.

«El nostre paradigma alternatiu hauria de ser, doncs, insistir en la importància de treure el màxim profit d'aquestes avantatges naturals que comporta la vellesa, com són l'acumulació de coneixements temprats per l'experiència.»

Font: Sicker M. *La paradoja del concepto de vejez productiva*. Rev Gerontol. 1994;3:199-201.

...que coincideix amb importants proporcions de persones jubilades que desitgen i poden realitzar aportacions laborals a la societat...

Opinió de les persones de 65 anys i més sobre l'aprofitament que fa la societat de l'experiència de les persones grans



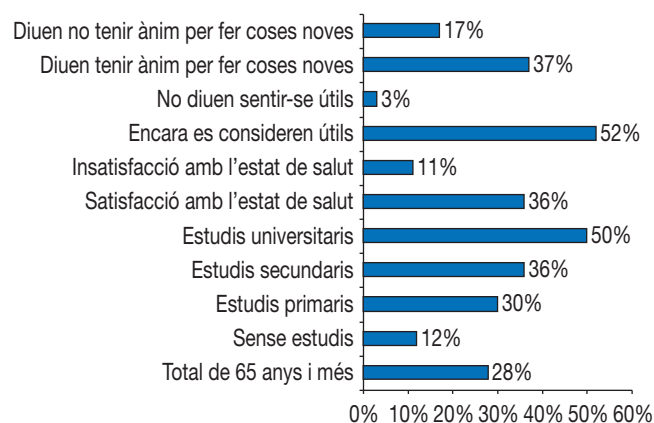
Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Estudi sobre la gent gran*, juliol 2002.

El 28% de les persones de 65 anys i més, es consideren capacitades per continuar treballant amb un perfil de persona:

- Amb estudis universitaris
- Satisfeta amb el seu estat de salut
- Que es considera «útil» a la societat
- Amb ànim de fer coses noves

Font: *Las personas mayores en España. Informe 2000*.
Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Característiques de les persones de 65 anys i més que encara es consideren capacitades per continuar treballant (2000)



Font: *Las personas mayores en España. Informe 2000*.
Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Constatem com la jubilació ha constituït una de les més importants limitacions per al desenvolupament de tot el potencial dels ciutadans:

- El pas de la jubilació ha suposat històricament per a grans capes de la població en situacions de dificultats econòmiques, no poder ser compensades mitjançant el treball a temps parcial.
- La incompatibilitat de qualsevol tipus d'ingressos amb la percepció de les pensions, ha constituït una incoherència en la societat, que s'intenta resoldre amb la llei aprovada a la fi de l'any 2001 (Reial decret-Llei 16/2001, de 27 de desembre, de mesures per a l'establiment d'un sistema de jubilació gradual i flexible). Com a exemple més evident d'aquesta incoherència que ha existit, es pot destacar la incompatibilitat que existia amb la percepció d'honoraris per a la realització d'activitats relacionades amb l'ensenyament.

Al llarg de l'elaboració d'aquest document, hem escoltat com es posen en qüestió aspectes com la jubilació obligatòria des del punt de vista dels drets bàsics (¿es pot considerar legítima una discriminació per l'única raó de l'edat, per a tenir accés a un dret constitucional com el treball?).

Mantenir esquemes rígids de jubilació obligatòria implica el malbaratament d'un jaciment de recursos de coneixement i experiència, vitals per a la «societat del coneixement».

L'evolució social tendeix cap a la incorporació progressiva del concepte de «gradualitat» en les transicions entre un tram d'edat i el següent. Aquesta gradualitat convé tant al propi desenvolupament personal com al millor aprofitament del recurs humà per la societat i el món laboral.

És evident que la reducció forçosa de la persona gran a les activitats d'oci i de vida familiar i social, pot contribuir significativament a la disminució de l'autoestima. Aquesta necessitat personal de conservar parcialment un paper actiu en el món laboral comença a coincidir també amb les necessitats socials de conservar el capital d'experiència dels treballadors grans.

Les previsions de balanç de força laboral al nostre país, preveuen que les sortides de persones en edat activa serà major que les entrades.

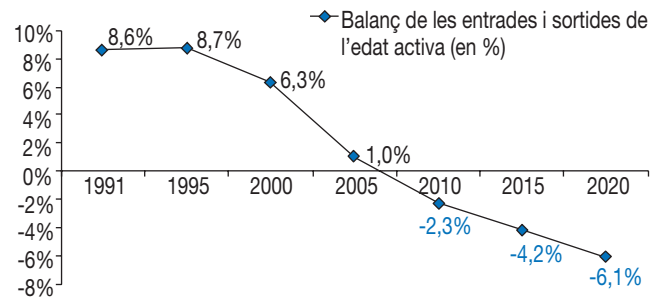
Actualment, a partir dels 60 anys, la taxa d'activitat laboral és baixa.

- Entre els 60 i els 64 anys, el 41% de la població masculina i el 14,5% de la femenina en edat de treballar, treballa o busca feina (el 27,8% de la població que es troba en aquest tram d'edat).
- Aquesta diferència entre gèneres és deguda a la major participació de les dones en les tasques de manteniment de la llar i l'entorn familiar. Cal esmentar, però, que en les noves generacions l'índex d'ocupació laboral es va igualant entre sexes.

El context econòmic en què es mou la nostra societat actual i, encara més la futura, recomana una política enfocada a afavorir l'increment de la massa de població activa. Això s'operativitza en dues línies:

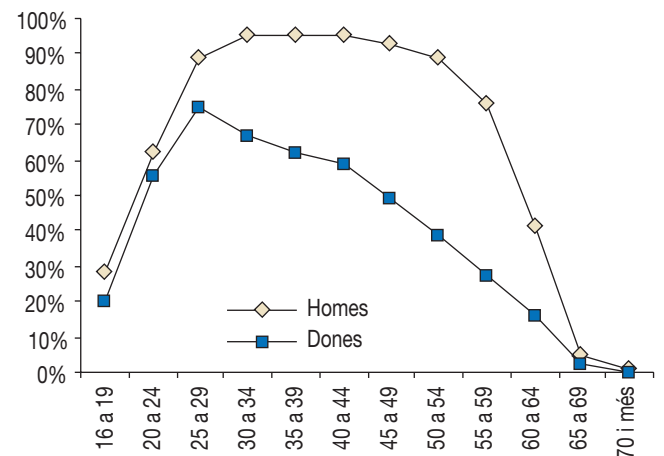
- L'opció d'estimular el manteniment de les persones en l'activitat laboral, a través de:

Projecció del balanç d'entrades i sortides de l'edat activa (1991-2020)



Font: *Las personas mayores en España. Informe 2000*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Taxa d'activitat laboral per gènere i grup d'edat (1998)



Font: *Las personas mayores en España. Informe 2000*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Aquestes tendències requereixen una adaptació dels mercats laborals

«... Consegüentment, amb l'objectiu d'aconseguir una major permanència en l'activitat, el Govern ha quedat compromès per aquest Acord a introduir les modificacions legals necessàries que possibilitaran l'adopció de les mesures següents.

En primer terme, la reforma de la regulació de la jubilació parcial, de manera que possibiliti la compatibilitat entre la percepció d'una pensió de jubilació i el desenvolupament d'activitats laborals des del moment en el qual es comenci a percebre una pensió d'aquesta naturalesa a càrrec del sistema de la Seguretat Social.

En segon lloc, l'exoneració del pagament de cotitzacions socials, per contingències comunes, ..., corresponents als treballadors de seixanta-cinc anys o més, que acreditin 35 anys efectius de cotització i que decideixin voluntàriament la continuació o la reiniciació de la seva activitat laboral.»

Font: Exposició de motiu. Reial decret-llei 16/2001, de 27 de desembre, de mesures per l'establiment d'un sistema de jubilació gradual i flexible.

- La desincentivació de les jubilacions anticipades, tal com marca la tendència de les polítiques actuals. Aquestes polítiques apareixen com a vitals per al sosteniment dels sistemes de pensions. Tot i així, aquestes recomanacions s'han de considerar amb especial atenció pel que fa a sectors professionals específics (crisi per necessitats de reconversió tecnològica) o situacions personals de treballadors (limitacions de capacitat física).
- L'increment del nombre de treballadors, mitjançant la reducció de la jornada i els horaris flexibles.

● L'opció de mantenir les persones amb una activitat laboral parcial amb posterioritat a la jubilació. Aquesta opció requereix dos components: d'una banda, la flexibilització de les limitacions legals, i d'una altra, l'incrementiu a les formes de treball a temps parcial (cotitzacions, fiscals...) tal com es preveu en la nova llei citada amb anterioritat.

El disseny d'aquests aspectes en la nova societat del benestar, s'ha de fer pensant més en la gent actual, però sobretot en les noves generacions de gent gran.

Per part de les empreses, es requereix la creació de figures laborals relacionades amb els «seniors». Aquestes figures només existeixen avui en alguns sectors de la funció pública, com ara la judicatura.

Per aconseguir que aquestes fórmules siguin àmpliament utilitzades per les companyies, és necessària una correcta difusió de les noves normatives, com també dels beneficis econòmics als quals poden acollir-se les empreses.

Propostes

1. L'actual societat ha de reconsiderar la composició dels rols (formació/treball/lleure) lligats als tres grans trams d'edats. Tots tres aspectes han de ser considerats com a part necessària per a la plena realització de la persona de qualsevol edat. Es proposa moltes vegades la revisió dels «límits d'edat» entre etapes de la vida. Més aviat considerem que les barreres que caldria trencar són les que fixen un determinat rol amb aquests límits.
2. Aquesta proposta implica, doncs, la flexibilització al màxim de les rigideses que actualment limiten la incorporació de qualsevol aspecte en qualsevol tram d'edat.
3. A títol pràctic, les administracions i les grans organitzacions haurien d'emprendre la revisió de tota la reglamentació que limiti l'accés a qualsevol servei per raons d'edat.
4. L'actual sistema de jubilació, hauria de tendir (mantenint el dret a la jubilació voluntària) a un sistema basat en la capacitat. El que ha d'obligar a la jubilació no és l'edat, sinó la capacitat.
5. Cal establir mecanismes de seguiment de les mesures establertes per la nova llei (Reial decret-lei 16/2001, de 27 de desembre, de mesures per a l'establiment d'un sistema de jubilació gradual i flexible), per tal de conèixer les seves implicacions a la pràctica i establir les mesures correctores apropiades, com també eliminar els incentius a les jubilacions anticipades.

L'allargament de la vida ha canviat radicalment la perspectiva del rol de la formació per a la gent gran

«LES BARRERES A SUPERAR A TRAVÉS DEL ROL ACTIU DE LES PERSONES GRANS

En les nostres ciutats existeixen diversos tipus de barreres que impedeixen a les persones grans participar activament en la societat... Els aspectes més significatius es poden sintetitzar en relació amb:

- a) La situació cultural:
 - Les persones grans es consideren subjectes passius...
 - les persones grans com a persones amb baixos nivells d'escolarització...
- b) El concepte de comunitat solidària:
 - carència de relacions socialitzadores....
 - debilitació de les relacions intergeneracionals....
 - Lent desenvolupament de la solidaritat entre les persones grans
- c) L'evolució de la societat:
 - ...societat encara estructurada en tres temps: temps de l'estudi, del treball i del descans, quan les demandes ja no són separables.
 - Ràpida evolució i àmplia difusió de les noves tecnologies...
 - la societat de la informació no ofereix les indicacions suficients per a l'accés als serveis i les informacions existents.
- d) Els instruments:
 - no existeixen espais institucionals suficients per a les activitats d'educació d'adults...
 - carència de legislació nacional d'educació permanent i contínua d'adults... »

Font: Extret de: Ivonne Poppi. Citat a: *Personas Mayores: Personas-Recursos para la Educación de Adultos*. Comisión of the European Communities y Generalitat de Catalunya. Asociación Europea para la Educación de Adultos. Barcelona 1997.

És evident que la perspectiva d'anys per viure, dona a la formació de les persones grans una perspectiva nova: ja no consisteix en un «entreteniment» d'oci intel·lectual. Constitueix un dret d'accés a un instrument que permet fomentar la seva autonomia i valorar el seu rol com a recursos actius de la societat. Hem de parlar, per tant, de formació permanent.

L'educació juga, doncs, un paper clau per fer-se gran d'una manera activa:

- Afavoreix la utilització de la memòria i per tant evita la seva pèrdua.
- Contribueix al manteniment de l'autoestima.
- Si es fa en grup, facilita les relacions socials.

Front l'estereotip que la capacitat d'aprendre es perd amb l'edat, l'evidència mostra que la major part de la població gran manté la capacitat d'aprenentatge, no obstant això, aquesta capacitat pot veure's transformada, ja que el ritme d'aprenentatge acostuma a ser més ràpid fins als 40 anys.

Per mantenir la capacitat d'aprenentatge cal tenir en compte alguns factors:

- Mantenir un bon estat de salut.
- Exercitar la memòria recent, ja que aquesta tendeix a disminuir amb l'edat.
- Buscar temes d'interès i centrar-s'hi, i evitar activitats rutinàries.

L'oferta formativa ha d'ésser prou àmplia perquè hi tinguin accés totes les persones, intentant, al mateix temps, la integració de les generacions

També és recomanable la utilització de determinades tècniques, amb l'objectiu d'adequar la formació a les possibilitats i capacitats de les persones:

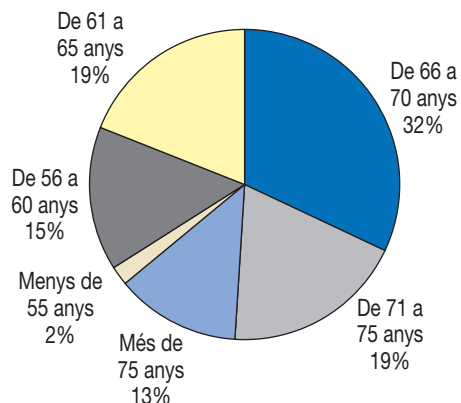
- La detecció dels focus d'interès de les persones i la seva utilització en els processos d'aprenentatge.
- Afavoriment d'un clima emocional positiu en els processos en què participin.
- Suport perquè les persones siguin capaces de desenvolupar processos d'aprenentatge actitudinals i d'interrelació grupal.
- Adaptació a les possibilitats reals en el temps necessari per a l'aprenentatge.

Les experiències de formació en noves tecnologies són un bon exemple de la viabilitat de l'aprenentatge de les persones grans, un àmbit tan llunyà per a molts. En aquest àmbit és especialment important centrar els temes d'interès de les persones així com adaptar-los al ritme d'aprenentatge. També es constata la conveniència de la interrelació entre els mateixos alumnes per a facilitar l'aprenentatge.

Tal com s'ha argumentat, hi ha una forta evidència de les capacitats de la gent gran per a l'aprenentatge. D'altra banda, encara que no hi hagi una evidència definitiva sobre la conveniència que aquest aprenentatge s'hagi de fer dintre de programes estàndards per a altres grups d'edat, o amb activitats específiques per a persones grans, considerem que l'enfocament que cal desenvolupar no ha d'anar centrat en l'edat, sinó en les capacitats i els coneixements comuns de les persones que participen en la formació d'adults. L'edat no ha d'ésser un element que generi grups excloents en l'oferta formativa.

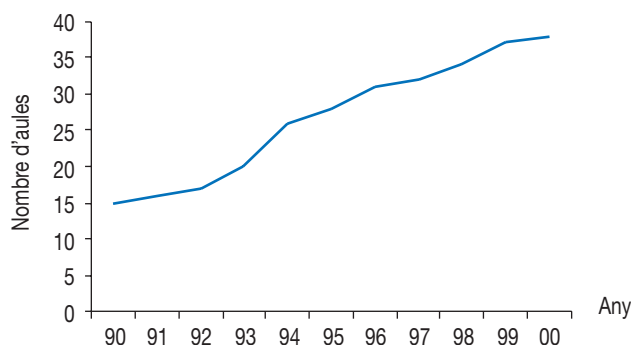
Cal destacar que existeix una creixent demanda de formació entre la gent gran

Distribució de l'edat dels alumnes d'AFOPA



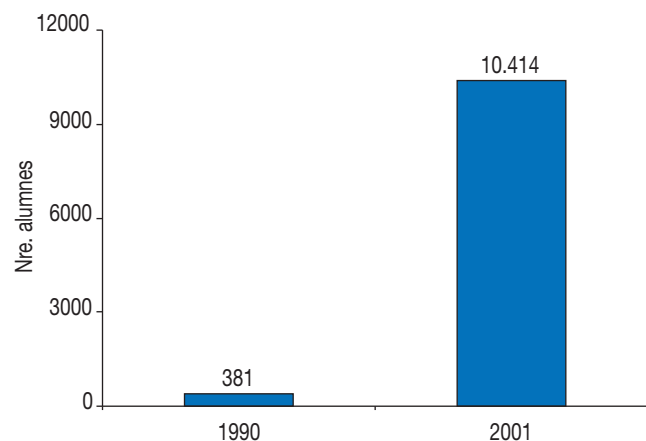
Font: AFOPA, 1999.

Evolució del nombre d'aules de formació d'AFOPA a Catalunya



Font: AFOPA, 1999.

Nombre de participants de 65 o més anys en les aules de formació d'adults del Departament de Benestar Social



Font: Direcció General de Formació d'Adults. Departament de Benestar Social de la Generalitat de Catalunya.

Algunes institucions, com ara la Direcció General d'Adults de la Generalitat de Catalunya, han obtingut bons resultats organitzant els programes de formació no en funció de l'edat, sinó en funció dels coneixements i les capacitats de les persones, de manera que diversos grups d'edats comparteixen els mateixos programes.

Entre altres iniciatives innovadores, podem citar, de forma il·lustrativa, el programa «La Universitat a l'abast – L'Autònoma i la Gent Gran» iniciat durant el curs 2000-2001, de la Universitat Autònoma de Barcelona, el qual consta de tres línies d'activitat:

- **Aprenent en el campus de Bellaterra:** Destinat a persones majors de 55 anys.
- **«Aprenent en la teva ciutat»:** cursos que es fan en diverses localitats d'acord amb ajuntaments i associacions.
- **«Entre Generacions»:** destinat a afavorir la relació entre associacions de gent gran i altres associacions.

En l'actualitat s'observa un interès creixent en la demanda de formació entre les persones grans, tant de caire global com específic d'una matèria determinada. Aquest interès es fa patent tant en el nombre de persones grans entre els participants en cursos de formació d'adults com en la demanda de creació d'aules de formació.

- En l'actualitat, AFOPA (Agrupació d'Aules de Formació Permanent d'Adults) compta amb 38 aules de formació i 16.000 participants anuals a tot Catalunya.
- El 7,6% dels participants de les aules de formació d'adults del Departament de Benestar Social són majors de 65 anys, mentre que a l'any 1990 només representaven el 2%.

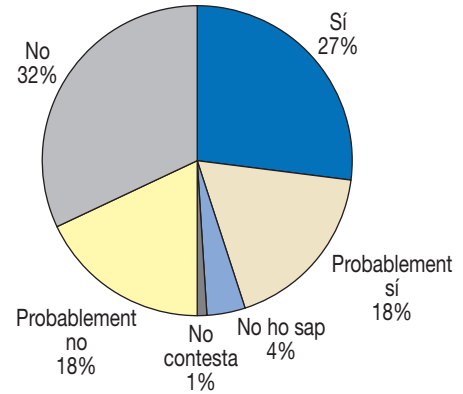
La formació permanent també té en la vida associativa un camp important de creixement des del vessant més informal

La formació permanent també té en la vida associativa un camp important de creixement des del vessant més informal. La participació en organitzacions i l'assumpció de responsabilitats des del voluntariat i el treball en equip suposa un esforç de formació permanent, a partir de l'adquisició de noves habilitats i el desenvolupament de moltes habilitats socials.

- El Pla de formació del voluntariat de Catalunya (Institut Català del Voluntariat) promou la formació entre els voluntaris i aquelles persones que s'hi volen iniciar.
- D'altra banda, moltes entitats disposen de plans de formació propis o maneres de desenvolupar la millora de la capacitat dels seus col·laboradors.

Finalment, hem de considerar el paper invers, ja que l'experiència de les persones grans pot jugar un paper important en la formació de les persones més joves.

Disposició de la les persones de 65 anys i més per impartir formació a altres persones



Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Estudi sobre la gent gran*, juliol 2002.

Propostes

1. Des de l'Administració pública i les institucions educatives s'ha de fer un esforç especialment actiu per tal que la gent gran no quedi al marge del procés de formació i aprenentatge en què la societat està immersa de forma generalitzada.
2. Cal donar a conèixer l'oferta de formació per a adults existent en l'actualitat.
3. S'ha d'afavorir la utilització dels actuals equipaments i programes de formació (universitat, col·legis...), per a la incorporació de noves activitats formatives destinades a persones de totes les edats.
4. Cal que les diverses institucions docents amplïïn la seva oferta, adaptant les activitats al ritme d'aprenentatge i els coneixements previs de les persones. Es tracta d'oferir un ensenyament en el qual les persones adultes puguin sentir-se còmodes independentment de la seva edat.
5. Per últim, s'hauria de pensar a aprofitar les noves tecnologies per ampliar les ofertes de formació a distància ja existents, que poden fer accessible la formació a persones amb dificultats de desplaçament.
6. Estudiar o aprofundir en el coneixement de les característiques específiques de l'aprenentatge de les persones grans, i en cas d'haver-hi diferències, utilitzar-les en el disseny de l'oferta formativa, per tal de donar les mateixes oportunitats a totes les persones.

La jubilació suposa habitualment una gran disponibilitat de temps lliure. Això constitueix una oportunitat per a un oci actiu i productiu

Sens dubte, el canvi positiu més important consegüent a la jubilació és la disponibilitat de temps lliure. Aquesta disponibilitat constitueix una excel·lent oportunitat per compensar els inconvenients de la jubilació amb una major qualitat de vida. No obstant això, alguns estudis mostren com la disponibilitat de temps real per a l'oci no és tan gran com sembla.

En el tipus d'activitat a la qual la gent gran dedica el seu temps d'oci, hi ha una gran proporció d'activitats de caire passiu (TV, lectura...), però és evident que s'incorporen un gran nombre d'activitats de tipus actiu.

L'estereotip situa la persona gran en situació de «viure de records», o «esperar que arribi el final de la vida». Però l'experiència real demostra que les actuals persones grans tenen molts interessos i que la jubilació és un bon moment per practicar-los.

En les persones amb experiència en l'organització d'activitats amb la gent gran, ressalten diversos tipus d'àrees d'interès, com ara:

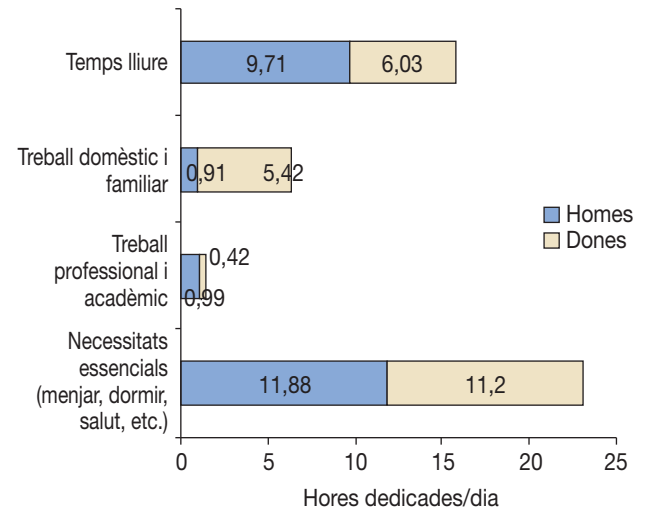
- *Interès per compartir les experiències, emocionalment viscudes, amb els altres.* Per la seva experiència, les persones grans són més madures des del punt de vista de la intel·ligència emocional i prefereixen les experiències a les presentacions teòriques.
- *Interès pels viatges.* L'excursionisme i el turisme constitueix, sens dubte, una de les primeres preferències d'oci actiu. L'interès inclou tant el viatge en si mateix com el procés de preparació. L'organització de viatges constitueix un dels millors exercicis per mantenir les capacitats i promoure la vida activa.

Activitats d'oci realitzades per la gent gran durant l'última setmana (1998)



Font: *Las personas mayores en España. Informe 2000.* Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

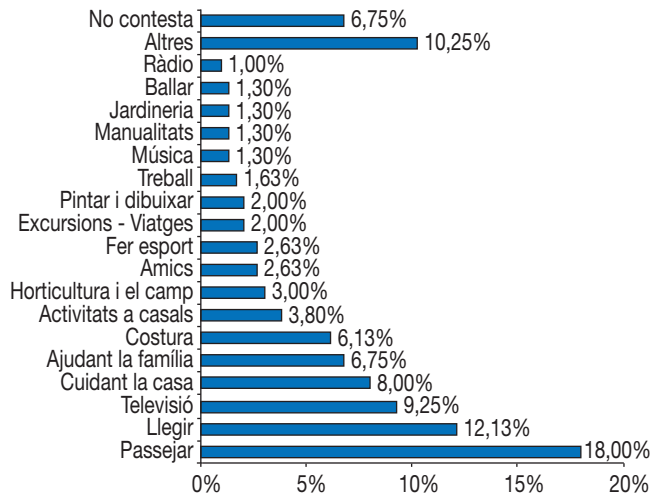
Temps mitjà diari dedicat per les persones grans a les diferents activitats per gènere (2000)



Font: *Las personas mayores en España. Informe 2000.* Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Per gaudir d'una bona jubilació s'ha d'aprendre a gaudir del temps lliure que un té abans de la jubilació

Principals maneres de distracció de la gent gran



Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Estudi sobre la gent gran*, juliol 2002.

Nova activitat iniciada després de la jubilació (1993)



Font: *Las personas mayores en España. Informe 2000*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

«Com a conseqüència d'aquesta tendència, que ja està començant a consolidar-se en molts països industrialitzats, es crearà un important excedent de capacitat productiva humana per la qual no hi ha mercats econòmics. El repte que això suposa per a la societat, un repte que s'ignora de forma gairebé universal, és trobar fórmules per fer un ús creatiu d'aquest excés de capacitat de producció fora del context econòmic.»

Font: Sicker M. *La paradoja del concepto de vejez productiva*. Rev «Gerontol». 1994;3:199-201.

- Comunicar-se amb els altres. Els llocs de trobada (casals, associacions...) constitueixen una realitat clàssica, però també les experiències de comunicació amb noves tecnologies, com ara els xats interactius o el correu electrònic, són un èxit.

- Actuar. Donar servei i al mateix temps aprendre coses noves sol constituir un dels interessos de les persones grans. Això constitueix una excel·lent base per a les activitats de voluntariat.

Cal esmentar també que les activitats d'oci que fa la gent gran van canviant a mesura que es van incorporant les noves generacions, ja sigui per l'existència de jubilats més joves com per la proliferació de noves inquietuds i demandes, sovint conseqüència d'una major formació i preparació de les noves generacions.

Per gaudir d'una bona jubilació s'ha d'aprendre a gaudir del temps lliure que un té abans de la jubilació, és a dir, cal cultivar el temps de lleure.

- La persona que durant els vespres, els caps de setmana i durant les vacances sap fer coses, sap entretenir-se, sap gaudir del temps lliure, segurament acceptarà la jubilació d'una forma positiva, perquè sabrà com organitzar el temps que tindrà a la seva disposició. Això no implica forçosament tenir «hobbies» específics, sinó simplement saber disposar del temps.

- Per contra, a la persona que no sap com entretenir-se i organitzar el temps lliure de què disposa al llarg de la vida, li serà més difícil acceptar positivament la jubilació.

Propostes

1. Els centres i casals, tal com ho estan fent en la majoria dels casos, han d'adaptar la seva oferta a les noves demandes d'oci per tal d'obrir-se i atraure les noves generacions de gent gran.
2. En el disseny de les activitats d'oci destinades a tot el públic en general, cal tenir en compte els aspectes d'ergonomia i disseny, per tal de fer-les accessibles a la gent gran. Per tant, per programar una oferta adequada, cal promoure accions encaminades a conèixer les opinions, els interessos i les necessitats específiques d'aquest col·lectiu.

La jubilació té lloc en un moment determinat en el temps i normalment suposa un canvi sobtat en la vida de les persones

La jubilació i la vida després de la jubilació és un concepte que s'ha desenvolupat a partir de la segona meitat del segle XX, perquè abans la gent formava part del món laboral fins als últims anys de la seva vida.

La jubilació de cada persona té lloc en un moment determinat en el temps, i normalment suposa un canvi sobtat en la seva vida. No obstant això, hi ha casos en els quals aquest fet es pot produir d'una forma més «controlada» i que ajuden a preparar-se per a la jubilació:

- Aquest és el cas de les persones que tenen la possibilitat de disposar d'una «jubilació progressiva», és a dir, poden reduir de mica en mica el temps dedicat a la feina per anar ampliant el temps dedicat al lleure. Malauradament, aquesta possibilitat només està a l'abast, i no sempre, dels professionals autònoms, que tenen la capacitat de regular el procés de jubilació de manera que no suposi un canvi sobtat en la vida.
- Un altre cas que ajuda a assumir la jubilació d'una forma més positiva, és el d'aquelles persones que fan activitats que els interessin i que estan relacionades amb la seva professió, però que no són directament de la feina, per exemple, que escriuen articles, llegeixen bibliografia relacionada amb el que fan, etc. Aquestes són activitats que molt probablement es podran continuar fent un cop jubilats i, d'alguna forma, els mantindrà actius i el canvi no serà tan sobtat.
- Quan el grau «d'implicació laboral» és molt elevat, l'acceptació de la jubilació és difícil, per tant, és molt important que les persones valorin més la seva persona que el càrrec que ocupen.

En moltes ocasions, és probable que no es produeixi cap d'aquestes situacions. La transició a la jubilació és, sens dubte, un dels trànsits vitals més importants de la persona.

Aquest canvi no és assumit de la mateixa forma per les persones

El canvi de rol que acompanya la jubilació és viscut en moltes ocasions amb una pèrdua d'autoestima significativa i genera en molts casos ansietat i depressió.

Cal tenir en compte que actualment, la forma d'afrontar o acceptar la jubilació encara és molt diferent per als homes que per a les dones.

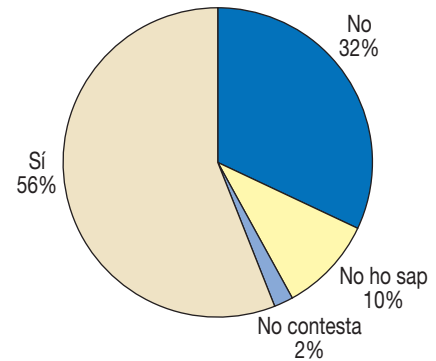
- En general, l'adherència de les dones a la feina ha estat menor que la dels homes i, a més, les dones que treballen, continuen encarregant-se de les tasques de la llar, assumint així una doble càrrega de treball. En el moment de la jubilació, els homes perden tota l'activitat laboral que duïen a terme, en canvi les dones mantenen part de la seva activitat.

- Aquest, però, és un fenomen que està canviant, ja que la població femenina està cada vegada més incorporada en el mercat laboral i amb càrrecs importants, els quals absorbeixen més temps i comporten una major autorealització des d'un punt de vista laboral. En deixar la feina, s'enfronten a la mateixa situació que els homes.

La transició a la vellesa és, en realitat, un procés progressiu sense solucions de continuïtat, i amb grans variacions individuals. És per això que un fet amb data fixa com la jubilació constitueix un excel·lent recordatori per generar la preparació cap a l'envelliment actiu.

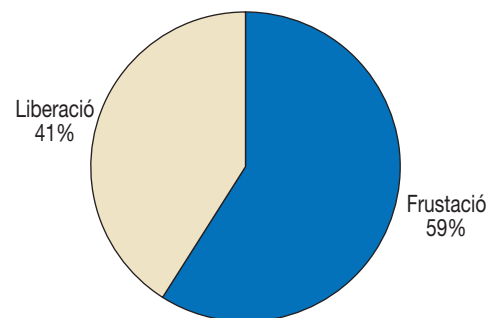
No obstant això, sembla sorprenent que, al contrari que en altres edats de transició, aquest canvi s'abordi, en la majoria de casos, sense una preparació adient.

La jubilació comporta una alteració vital important per a la persona afectada?



Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Estudi sobre la gent gran*, juliol 2002.

Què ha representat la jubilació?



Font: Moragas R. *La jubilación. Un enfoque positivo*. Ediciones Grijalbo S.A. Barcelona 1989.

«...la mateixa societat ha institucionalitzat la preparació de la persona per assolir canvis importants en la seva vida, com ara l'escolarització obligatòria (en passar de nadó a la infància), l'orientació professional en l'adolescència (en el trànsit de l'escola al treball), la preparació per ocupar un lloc de treball en obtenir la primera ocupació, etc. Però no existeix gairebé cap preparació per a la jubilació; cal pensar en un oblit col·lectiu o en un sadisme social, en veure com grups de ciutadans fan diàriament la seva transició del treball a la passivitat sense un condicionament psíquic adient.»

Font: Moragas R. *La jubilación. Un enfoque positivo*. Ediciones Grijalbo S.A. Barcelona 1989.

És sorprenent com un canvi vital tan important i que afecta un volum enorme de persones sigui abordat en la majoria de casos sense cap suport extern

D'altra banda, s'ha de considerar que una part molt important de les persones grans (principalment les mestresses de casa) no es jubila. Però en la majoria de casos, la jubilació de la parella també comporta canvis molt importants en la seva vida, ja que es comparteixen de forma diferent molts elements, com ara els espais i el temps. És més que convenient que, com a parella, participin conjuntament en la preparació que s'organitzi al voltant de la jubilació.

Realitzar el procés de canvi satisfactòriament depèn d'una sèrie de factors en què s'ha de considerar:

- La personalitat (tipologia de personalitat, autoimatge i tipus de reacció enfront de la jubilació).
- Les motivacions i els interessos.
- La capacitat cognitiva i altres components de l'estat de salut.

La preparació a la jubilació, consisteix a abordar de manera formalitzada el conjunt de canvis necessaris a introduir en la vida d'una persona per assolir una jubilació satisfactòria.

Es tracta de preparar les persones que s'han de jubilar per a l'envelliment actiu.

Aquest abordatge sistematitzat inclou generalment els aspectes següents:

- Salut:
 - Examen d'hàbits de salut.
 - Control de factors de risc.
 - Rehabilitació de possibles dèficits.
 - Elaboració del pla de salut individual (incloent-hi plans de finançament de probables despeses de salut).

La importància d'aquest canvi, tant des de la perspectiva personal com de la social, requereix que la nostra societat abordi també el trànsit a la vellesa amb una preparació específica

- Factors materials:
 - Vida productiva després de la jubilació.
 - Administració econòmica. Canvis d'hàbits de compra, pensió, estalvis, plans de jubilació...
 - Habitatge: manteniment o canvi d'habitatge, adaptacions...
 - Mobilitat: viatges, desplaçaments...
- Vida social:
 - Relacions familiars.
 - Grups professionals.
 - Grups d'amics.
 - Participació social: associacionisme, serveis socials voluntaris...
 - Animals de companyia.
 - Noves activitats: «hobbies», activitats ocupacionals, activitats formatives, esport.
 - Vida espiritual.

Al nostre medi existeix experiència en el disseny d'aquestes activitats i la seva implantació pràctica. Però aquesta experiència dista molt de ser un fet generalitzat.

Tradicionalment, tant les empreses com les organitzacions sindicals s'han preocupat dels aspectes econòmics (pensions i altres beneficis econòmics) de la sortida de la vida activa dels seus treballadors, però en molt pocs casos d'altres aspectes lligats a la jubilació.

En algunes empreses s'ha desenvolupat una política activa de preparació a la jubilació, fins i tot, en alguns casos, es produeix una progressiva adaptació en el tipus de feina que desenvolupa el/la treballador/a quan aquest es va fent gran.

La preparació «estructurada» a la jubilació no constitueix, encara, un fet generalitzat en el nostre país

El baix desenvolupament de les polítiques de preparació a la jubilació va fortament lligat a la realitat de les empreses del nostre país. La situació d'una gran empresa, amb una política ben desenvolupada i importants mitjans en els seus departaments de recursos humans, no té cap relació amb la situació de la majoria de PIMES que configuren el teixit empresarial majoritari de Catalunya. En la majoria de petites empreses, ni tan sols existeix prou massa crítica de persones en edat de jubilar per fer un curs de preparació a la jubilació.

D'altra banda, hi ha una reticència en la realització d'aquest tipus de formació dins les empreses, tant entre els treballadors, que pel seu desconeixement, sovint ho perceben a priori com una preparació a la reducció dels llocs de treball, com entre els responsables de les empreses, ja que la realització d'aquest tipus d'activitats origina costos indirectes, com ara la substitució dels treballadors que fan el curs. No obstant això, l'experiència demostra que els treballadors que han assistit a cursos d'aquest tipus valoren molt positivament l'experiència ja que aporten una base de reflexió sobre aspectes que desconeixien o no havien considerat.

Assolir avenços en aquest context, implica que existeixi una política activa externa a les empreses, que lideri la sensibilització i incentivi el suport tècnic a la realització d'activitats de preparació a la jubilació.

Propostes

1. La societat catalana ha d'aconseguir que la transició (fixada al voltant de la jubilació) es faci de manera planificada per garantir fer-se gran de forma activa.

Els agents clau d'aquest procés són les empreses i els ciutadans en edat de jubilació. L'Administració, en aquest camp, pot assumir un rol de lideratge, foment i estímul, com a política activa per afavorir el desplegament de programes de preparació a la jubilació.

2. La composició del teixit empresarial català (majoritàriament PIMES) ens fa recomanar que les activitats de preparació a la jubilació no siguin deixades únicament com a responsabilitat de l'empresa. Fa falta una intervenció activa de suport tècnic i de recursos per part d'entitats externes. En aquest rol pot haver-hi una àmplia combinació d'entitats públiques i privades (administracions, sindicats, obra social de les caixes, organitzacions de gent gran, etc.).

Ser actius constitueix també una dimensió social: la de la participació activa de la gent gran en un país per a totes les edats

«D'un pedagog són les cinc propostes per a un itinerari de creixement personal que s'exposen a continuació:

- Fer, és a dir, mantenir-se actiu.
- Fer amb els altres, és a dir, a partir d'una postura dialogant, constructiva, de relació, de consens o de discrepància però des d'una mentalitat constructiva.
- Fer amb els altres, per al bé de la comunitat.
- Fer amb els altres, per transformar la societat.
- Fer amb els altres per transformar la societat i, alhora, enriquir-la amb la nostra aportació, la qual cosa contribueix al nostre creixement.

Nosaltres afegiríem que, a més a més, el fer amb els altres ens ha de portar a conservar aquells valors que forneixen la pròpia identitat col·lectiva.

Font: *La Coresponsabilitat*. Text aprovat pel Ple del Congrés. 3r Congrés Nacional de la Gent Gran. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 1998

«Entre aquestes coses de futur, o millor dit entre aquesta aportació que nosaltres podem fer al present i al futur de Catalunya, de la nostra societat catalana, n'hi ha una que jo els voldria subratllar: la transmissió de valors... El valor del treball, el fet de considerar que té un valor social i ètic el treball, per exemple, el valor de la família, el valor que la gent d'una família s'estimi i s'ajudi, el valor que la gent d'una societat miri d'entendre's i de conviure, la honestedat, el sentit de l'esforç...»

Font: Pujol, J. *Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Direcció General d'Acció Cívica. Catalunya, Un país per a totes les edats*. Ponències de la Jornada. Barcelona 1999.

El concepte de gent gran activa no és només una perspectiva de creixement i satisfacció personal per a les persones grans. És sobretot un concepte de participació social en «un país per a totes les edats», la construcció del qual la fan totes les edats.

La participació de la gent gran pot considerar-se a tres nivells:

- Participació institucional formalitzada: a través de consells, òrgans assessors, etc.
- La participació organitzada: món associatiu i de voluntariat, etc.
- La participació individual de proximitat: vida familiar i de microgrups informals, a més de la participació en formació, investigació, assessorament o altres.

Potenciar la participació en tots aquests àmbits inclou un abordatge des de quatre dimensions diferents:

- La coresponsabilitat entre la gent gran i la societat.
 - Aquest concepte vol superar l'enfocament «assistencialista» i de «passivitat», que ha estat força important en el disseny de les activitats i els recursos per a la gent gran.
- El civisme, entès com a manera de formar part de la ciutadania, englobant els drets i els deures de les persones de totes les edats envers la societat.
- La intergeneracionalitat.
 - Hem de considerar aquí tant les diverses generacions que conformen la gent gran (estem parlant, de fet, de 3 generacions majors de 65 anys) com les relacions de la gent gran amb les generacions més joves.
- La transcendència generacional.
 - Abordem aquí el principi de fer quelcom positiu per a les futures generacions.

La participació institucional en l'àmbit de la gent gran es troba en una fase de gran desenvolupament

Les societats mediterrànies en general (i aquest és un fenomen global, no específic de la gent gran), han tingut històricament dificultats importants per estructurar la participació formalitzada de la societat cap als poders públics.

- Aquest tipus de participació se centra habitualment en òrgans de caire consultiu, generats des de l'Administració, o en l'aportació de les organitzacions de caire reivindicatiu.

Tot i l'esmentada manca de tradició, a Catalunya s'ha produït un important desenvolupament dels òrgans col·legiats de participació de la gent gran.

- L'estructura d'òrgans de participació del Departament de Benestar Social a través del Consell de la Gent Gran de Catalunya constitueix un bon reflex de la vitalitat del teixit associatiu que en constitueix la base. Aquest any s'ha dut a terme ja el 4rt Congrés Nacional de la Gent Gran.

- També s'han generat un cúmul d'experiències interessants, com ara els consells consultius de gent gran dels consells comarcals i els consells de gent gran en l'àmbit municipal.

Els àmbits de participació d'aquests òrgans se centren en els temes específics de la gent gran.

- En canvi, el rol de la gent gran sembla força testimonial en la participació en àmbits generals que impliquen altres trams d'edat.

El concepte de civisme

Són molts, els que consideren el civisme com a sinònim de «bones maneres», de «bona educació» en els comportaments habituals. Pensem que aquesta accepció pot ser-ne una primera aproximació, però que també és cert que podem aprofundir més el concepte de civisme que propugnem.

Per nosaltres, el civisme té un contingut ampli i integrador que comporta:

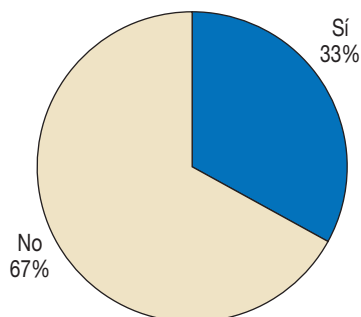
- a) La necessitat de conèixer i respectar unes mínimes normes i regles (de respecte, de tolerància, de comprensió, etc.) per fer fluides, positives i solidàries les relacions interpersonals.
- b) La necessitat de conèixer, respectar i estimar l'entorn urbà i mediambiental en el qual ens desenvolupem com a persones i com a col·lectius.
- c) La necessitat de no desentendre's dels afers col·lectius que es puguin desenvolupar en l'entorn on es viu i de responsabilitzar-se'n.

És en raó d'aquests darrers conceptes que no podem tan sols limitar-nos a un civisme sinònim de «bones maneres» i de «bona educació», sinó que hem d'incorporar al contingut del terme tot allò que comporta el referent col·lectiu. La persona esdevé cívica en tant que assumeix que és un element de la «cives».

Font: Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Programa «Poble amb Civisme, Barri amb Civisme».

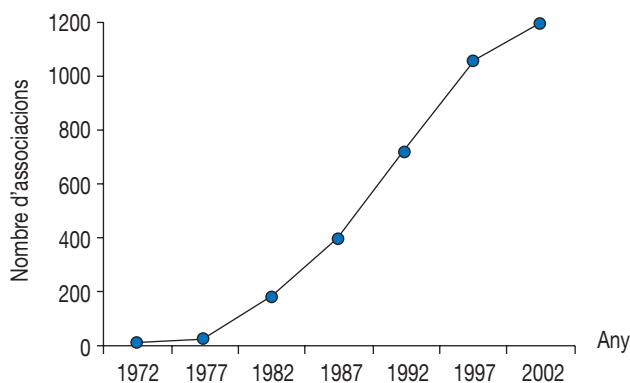
L'associacionisme de la gent gran constitueix una demostració del gran potencial de participació existent a la nostra societat

Persones grans que pertanyen a alguna associació



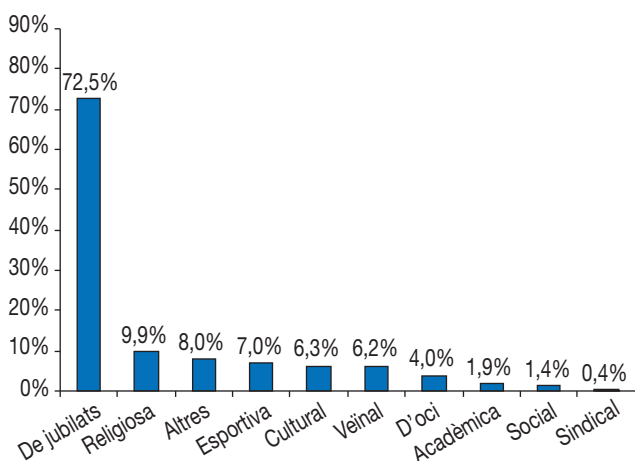
Font: CIS. *La soledad de las personas mayores*, estudi n° 2.279, febrer de 1998.

Evolució del nombre d'associacions de gent gran a Catalunya



Font: Elaboració pròpia a partir de dades del Registre d'entitats de la Direcció General de Dret i Entitats Jurídiques i de Martí, J. *Aproximació a la realitat associativa de Catalunya: Evolució i situació actual*. «Fòrum»: Revista d'informació i investigació social. Núm. 4 Gener 1996.

Tipus d'associació a la qual pertanyen les persones grans



Font: CIS. *La soledad de las personas mayores*, estudi núm. 2.279, febrer de 1998.

La vida participativa de la gent gran s'observa en la seva intervenció en un gran nombre d'associacions, ja siguin específiques per a gent gran o associacions per a totes les edats.

- L'activitat associativa de la gent gran a Catalunya es reflecteix en l'existència de 1.183 associacions específiques per a gent gran i unes 300.000 persones associades.

L'associacionisme de la gent gran a Catalunya, malgrat ésser un fenomen relativament nou, es troba en fase de ràpid creixement i consolidació.

Les associacions s'enfoquen a «l'associacionisme de projecte», és a dir, l'associació té un fi definit i enfoca la seva activitat en la realització de tasques concretes per assolir uns objectius determinats, ja siguin de caire cultural, social o de qualsevol altre tipus. Els socis comparteixen un interès comú que els fa pertànyer a una associació en lloc d'una altra, per al fi que persegueixen.

D'altra banda, cal esmentar també l'existència d'uns 500 casals a tot Catalunya. Aquests centres han propiciat sovint la creació de moltes associacions de gent gran, les quals desenvolupen i utilitzen els casals com a lloc de trobada i seu.

- Aquests centres tenen una gran diversitat, tant pel que fa a la titularitat (Administració pública, església, obra social de les entitats financeres...) com a les dinàmiques i activitats, les formes de funcionament, etc.

- Els casals i esplais són centres on s'organitzen activitats i es posen diversos serveis a l'abast de les persones grans (cursos de formació, activitats de lleure, etc.). Cal destacar que, de manera progressiva, els usuaris d'aquests centres s'han anat incorporant, no només en la participació en activitats, sinó en la seva planificació i organització.

L'associacionisme de la gent gran té com a repte actual l'obertura cap a la «integració» intergeneracional

• En alguns casals, el procés participatiu ha conduït a la creació d'associacions que han assumit la responsabilitat de la gestió del centre.

Un element clau que cal tenir en compte, és la tendència a «obrir» l'associacionisme i els centres de la gent gran cap a activitats de caire intergeneracional.

L'obertura cap a la intergeneracionalitat requereix un important lideratge, tant en els grups de persones grans com en els de joves. Cal destacar que la incorporació de les generacions més «joves» està afavorint aquests canvis.

D'altra banda, hem de destacar la importància del voluntariat, que s'ha d'entendre també com un fenomen lligat a l'associacionisme.

El 13,1% dels catalans majors de 16 anys (670.000 persones) fan alguna activitat de voluntariat, d'aquests, el 15,2% (101.840) són voluntaris i voluntàries majors de 65 anys.

• Entre la gent gran es detecta un increment progressiu del nombre de voluntaris, una de cada deu persones grans participa en el voluntariat.

• Des de l'INCAVOL s'estan fent campanyes per informar i facilitar la incorporació de les persones grans en el món del voluntariat, i potenciar així la participació d'aquest grup com a voluntaris.

• El món associatiu i de voluntariat va celebrar, el 1995 el 1r Congrés Català del Voluntariat i l'any 2002 se celebra el 2n Congrés Català de l'Associacionisme i el Voluntariat.

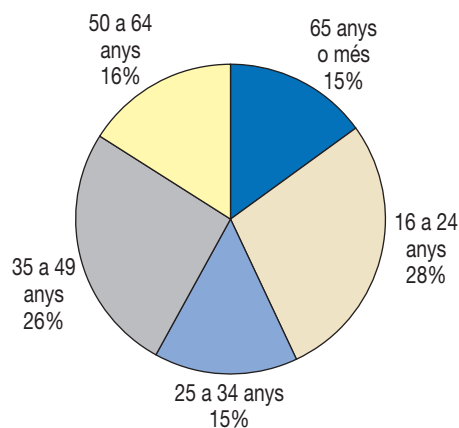
S'insisteix en el fet que la jubilació és una nova etapa en el projecte de vida de la persona. Hom es jubila de treballar, no pas de viure.

Font: *La Coresponsabilitat*. Text aprovat pel Ple del Congrés. 3r Congrés Nacional de la Gent Gran. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 1998.

Els casals han de ser espais cívics i de participació activa que donin cabuda a idees creatives i no només a les activitats convencionals. Ens cal potenciar aquelles activitats que tinguin el voluntariat com a element de participació cívica i ciutadana.

Font: *Ponència C: Civisme i Participació: El paper actiu de les persones grans en la societat*. Text aprovat pel Ple del Congrés. 4rt Congrés Nacional de la Gent Gran. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 2002.

Distribució dels voluntaris a Catalunya en funció de l'edat



Font: INCAVOL, 2001.

La participació en la vida familiar constitueix un dels àmbits de participació intergeneracional més evidents per a la gent gran

La manera de participació més comuna entre la gent gran, la constitueix l'aportació de la persona gran a la família, proporcionant ajut i suport al manteniment de la llar a uns pares cada vegada menys disponibles perquè dediquen un major temps a les seves activitats laborals.

En aquest camp, és força reconegut el paper dels «avis» en els moments de major necessitat, com ara, tenir cura dels néts o les malalties dels fills. El «paper d'avis», pot desenvolupar-se amb infants que no siguin de la pròpia família, a través, per exemple, de projectes de voluntariat.

Aquest tipus de participació, s'està transformant per l'evolució de la família cap a nuclis més petits i més distanciats geogràficament. No obstant això, cal reforçar els lligams familiars, perquè aquesta manera de participació és una de les majors fonts de satisfacció per a les persones grans i joves, i contribueix a enfortir el teixit familiar i afectiu.

Finalment, també cal tenir en compte la importància de les relacions de proximitat com a marcs de participació. Aquests marcs permeten a les persones implicar-se en activitats o tasques que afecten el seu entorn més pròxim, però fora de la llar familiar (aspectes pel que fa al veïnat, el barri, etc).

Propostes

1. Cal una revisió a fons del rol dels actuals equipaments per a la gent gran, per adaptar-los, si escau, a les expectatives de les noves generacions de gent gran. Aquesta revisió s'ha de fer amb dues perspectives:

- Afavorir la utilització dels equipaments (per a gent gran o jove) pels diferents grups d'edats.
- Desvincular els programes d'activitats de les limitacions d'edat. La gent s'ha d'associar sota un interès comú independentment de l'edat. La intergeneracionalitat ha de constituir una característica clau, no obstant això, cal tenir en compte que el sol fet «d'ajuntar generacions», no implica implícitament fomentar la intergeneracionalitat, cal interactuar conjuntament perquè aquesta es dugui a la pràctica.

2. Contribuir a enfortir el teixit associatiu constitueix un tret bàsic del bon govern en la societat del benestar. Això ha d'afectar en general qualsevol tipus d'associacionisme.

- Cal donar suport a les associacions en termes de formació per a la gestió associativa, i fomentar l'intercanvi d'experiències entre associacions.

3. Les vies de participació de la gent gran es beneficiarien de l'increment de la pluralitat de maneres d'estar i participar de la gent gran. Especialment, hem de recomanar l'obertura de canals de participació per a la gent gran en àmbits no específics d'aquestes edats (per exemple, les organitzacions professionals i acadèmiques han obert aquest tipus de vies en el seu si).

4. Obrir canals de comunicació i cooperació, al voltant dels interessos mutus, entre associacions de gent gran i altres associacions sembla una altra de les vies per fomentar la intergeneracionalitat.

- Institucions amb responsabilitats de govern locals juguen un paper clau per liderar proactivament aquestes vies de comunicació.

5. La incorporació a les noves tecnologies sembla una excel·lent via per a dotar la gent gran d'eines de comunicació intergeneracionals. Una aproximació pragmàtica és l'ajut a posicionar en aquest camp les persones grans que, pel seu trajecte generacional, han estat excloses d'aquestes eines. Des dels casals es promouen iniciatives en aquest sentit, no obstant això, cal estendre-les per tal que arribin a un major nombre de persones.
6. Un dels aspectes més pràctics pot ser millorar la informació que té la gent gran sobre el conjunt de recursos disponibles de caire associatiu; tant específics com generals.
7. És important posar a l'abast d'altres edats els recursos materials i humans que ara ja tenen les associacions de gent gran.
8. El voluntariat és un dels aspectes més importants a potenciar, no només el de la gent jove envers la gran, sinó, a més, el de la gent gran envers la gent jove i el voluntariat conjunt. Aquesta importància deriva del paper social que es fa i del seu contingut, que obra experiències personals d'intergeneracionalitat.
 - El voluntariat ha de tenir en compte tant les situacions de necessitat del nostre país com les que afecten els països més desfavorits.
9. En l'àmbit del nucli familiar, cal reforçar els lligams de solidaritat familiar mitjançant una participació «bidireccional», dels avis envers les «necessitats» dels fills i els nets i, d'aquests envers els avis.
 - La formació i les actuacions de voluntariat afavoreixen les relacions intergeneracionals perquè hi participen de manera conjunta persones de diverses edats.

CAPÍTOL II

L'ENTORN DE LES PERSONES GRANS ACTIVES

Malgrat que la situació econòmica de la gent gran ha millorat globalment, l'impacte en el poder adquisitiu després de la jubilació és important

El pas de la vida laboral a la jubilació, suposa un important canvi en la vida econòmica de les persones, ja que comporta un impacte directe en el poder adquisitiu i el nivell de vida dels jubilats.

Aquest impacte en el nivell de vida, encara és major si considerem que la gent cada vegada està menys disposada a renunciar a res.

La pèrdua de poder adquisitiu, afecta proporcionalment, d'una manera més acusada, les persones amb unes rendes de treball més elevades.

En termes absoluts, però, les persones amb salaris més baixos tindran una pensió que en alguns casos serà, fins i tot, inferior al salari mínim interprofessional.

- La pensió mitjana d'una persona afiliada al règim de treballadors de la llar, és de 346,9 euros mensuals, equivalent al 78% del salari mínim interprofessional.

Aproximadament 1/3 de la població entre 50 i 65 anys constata una baixa confiança a poder mantenir el nivell de vida després de la jubilació.

Malgrat aquest canvi sobtat del poder adquisitiu, el creixement econòmic ha aconseguit que les persones d'edat avançada gaudeixin actualment d'un nivell de vida raonable, que es reflecteix en un creixement continu de la pensió mitjana.

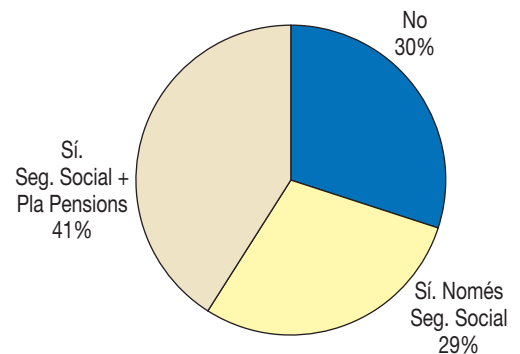
- En els últims 10 anys, el creixement mitjà de les pensions contributives per jubilació ha estat del 5,4% anual, passant de 334,02 euros mensuals (55.726 ptes) el 1991 a 563,77 euros (93.804 ptes) l'any 2001.

- A Catalunya la pensió mitjana mensual és lleugerament superior a la mitjana d'Espanya, ja que l'any 2000 se situava en 544,52 (aproximadament 6 euros més que la mitjana espanyola).

«A les persones amb un salari inferior a 21.035 euros, la prestació pública per jubilació els cobreix prop del 90% dels seus ingressos, en canvi, en els salaris superiors a 42.070 euros anuals no arriba a cobrir el 60% de l'últim salari. Quan les rendes de treball se situen al voltant de 78.131 euros anuals, la quantia de la pensió pública representa al voltant del 30% dels últims ingressos laborals.»

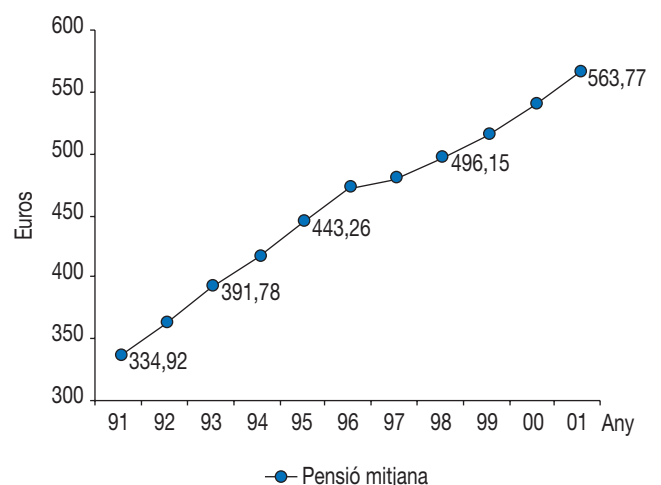
Font: Del Pozo, E. «Conozca qué pensión cobrará de la Seguridad Social». «Expansión». 19 gener 2002.

Confiança a mantenir l'actual nivell de vida després de la jubilació de les persones entre 50 i 65 anys



Font: Del Pozo, E. «Conozca qué pensión cobrará de la Seguridad Social». «Expansión». 19 gener 2002.

Evolució de la pensió mensual mitjana contributiva a Espanya



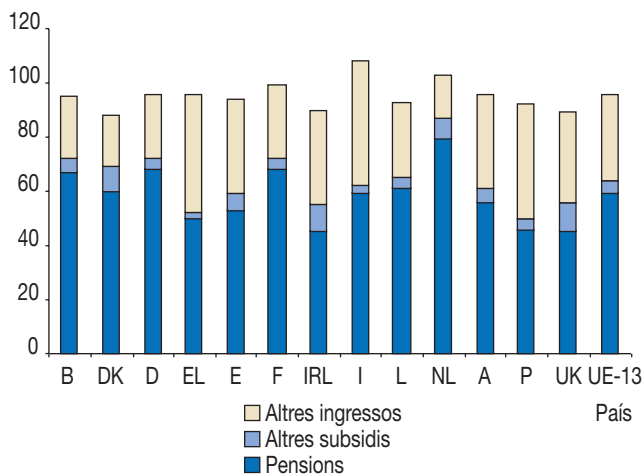
Font: Instituto Nacional de la Seguridad Social, Subdirección General de Estudios Económicos. *Evolución mensual de las pensiones del sistema de la Seguridad Social, avance mayo 2001.*

Les pensions no són l'única font d'ingressos de la gent gran

«Els règims de pensions aporten al voltant del 60% de la renda neta total d'aquestes persones. Altres ingressos inclouen subsidis socials diferents de les pensions, rendes derivades de la propietat i altres ingressos laborals (en particular, en els casos en què els pensionistes viuen amb persones que continuen en actiu).»

Font: Comisión de las Comunidades Europeas. *Comunicación de la Comisión al Consejo, al Parlamento Europeo y al Comité Económico y Social* (Bruselas, 11-10-2000). *Evolución futura de la protección social desde una perspectiva a largo plazo: Pensiones seguras y viables.*

Renda equivalent relativa de les persones que viuen en llars beneficiàries de pensions



Font: Comisión de las Comunidades Europeas. *Comunicación de la Comisión al Consejo, al Parlamento Europeo y al Comité Económico y Social* (Bruselas, 11-10-2000). *Evolución futura de la protección social desde una perspectiva a largo plazo: Pensiones seguras y viables.*

A més a més, cal tenir en compte que les pensions no són l'única font d'ingressos de les persones grans.

El fet que les persones grans disposin de rendes complementàries a la jubilació, fa que la seva renda mitjana no sigui gaire diferent a la mitjana del total de la població.

- S'estima que la renda mitjana en els països de la Unió Europea de les persones que tenen una pensió per jubilació, és únicament un 5% inferior a la renda mitjana de la població total.

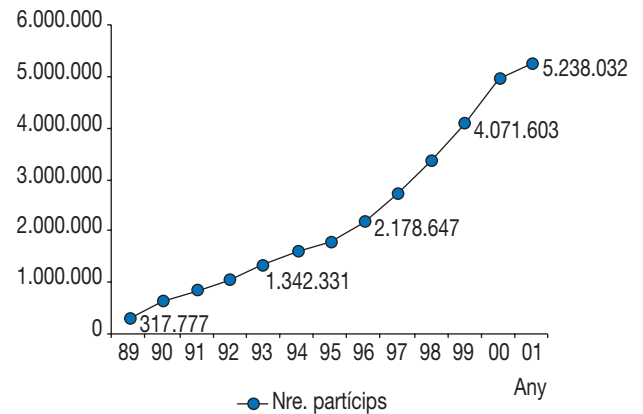
D'altra banda, una de les rendes que complementa i complementarà en major quantia les pensions contributives per jubilació, són les rendes dels plans de pensions privats, els quals incrementen el nombre de partícips de forma creixent any rere any.

- Des de l'any 1989, el nombre de partícips en plans de pensions a l'Estat espanyol s'ha multiplicat per 16'5, cosa que ha suposat passar de 317.777 partícips l'any 1989 a 5.238.032 partícips l'any 2001.

«Suposant que la renda mitjana d'una població total d'un país sigui 100, a la Unió Europea, les persones que viuen en llars beneficiàries de pensions tenen una renda mitjana d'aproximadament el 95%. Això significa que el seu nivell de vida mitjà, en consideració amb la renda, és un 5% més baix que el total de la població.»

Font: Comisión de las Comunidades Europeas. *Comunicación de la Comisión al Consejo, al Parlamento Europeo y al Comité Económico y Social* (Bruselas, 11-10-2000). *Evolución futura de la protección social desde una perspectiva a largo plazo: Pensiones seguras y viables.*

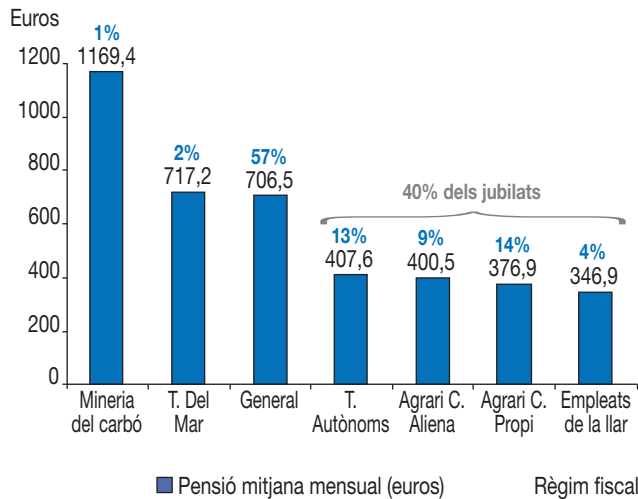
Evolució del nombre de partícips de fons de pensions a Espanya



Font: INVERCO, Asociación de Instituciones de Inversión Colectiva y Fondos de Pensiones.

Continuen existint, però, importants diferències en la distribució de les pensions, fet que genera desigualtats importants

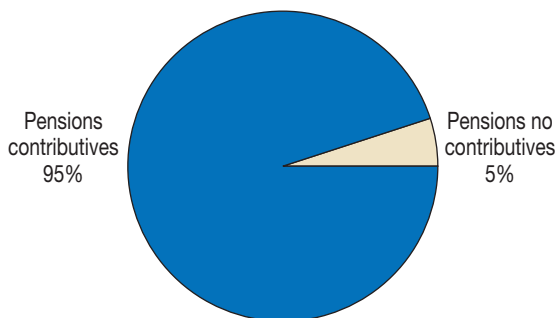
Pensió mensual mitjana de les pensions contributives segons el règim fiscal dels beneficiaris



Nota: Les dades en % indiquen el nombre de pensionats per règim.

Font: Instituto Nacional de la Seguridad Social, Subdirección General de Estudios Económicos. *Evolución mensual de las pensiones del sistema de la Seguridad Social, avance mayo 2001.*

Distribució del nombre de beneficiaris de pensions per jubilació



Fonts: Instituto Nacional de la Seguridad Social, Subdirección General de Estudios Económicos. *Evolución mensual de las pensiones del sistema de la Seguridad Social, avance mayo 2001.*

Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. *Anuario estadístico 00.*

En contraposició a aquest context globalment positiu, cal ressaltar que continuen existint casos en els quals els règims de pensions no proporcionen uns ingressos mínims adequats a les persones en edat avançada. Això genera una distribució desigual de les rendes, que es pot analitzar des de diverses perspectives:

- Diferències de pensions segons el règim fiscal.
- Diferències entre les pensions contributives i les no contributives.
- Diferències entre sexes.
- Diferències territorials.

La pensió mitjana per jubilació és molt variable segons el règim fiscal al qual estan adherides les persones.

- El 40% dels beneficiaris que tenen una pensió per jubilació contributiva (1.685.745 persones) pertanyen a règims que tenen una pensió mitjana molt per sota de la pensió mitjana del conjunt del sistema (recordem que és de 563,77 euros mensuals).
- La pensió mitjana dels treballadors autònoms (407,6 euros mensuals) és un 28% menor que la mitjana del sistema, mentre que la dels treballadors de la llar és un 38% menor (346,9 euros al mes).

Igualment, hi ha 228.859 beneficiaris de pensions no contributives per jubilació que representen el 5% dels beneficiaris de pensions per jubilació la pensió mitjana dels quals és de 232,91 euros mensuals (38.753 ptes).

- Aquesta pensió equival al 42% de la pensió mitjana contributiva del sistema.
- I representa el 52% del salari mínim interprofessional fixat per a l'any 2002.

El grup més desfavorit pel que fa a la cobertura de les prestacions públiques, és el format per les dones, ja que la seva participació en el mercat laboral ha estat molt menor

Una altra de les carències del sistema, és el fet que les dones han acumulat històricament menys drets de pensió que els homes, per la seva menor participació en el mercat de treball i una major dedicació a la família.

- Mentre que la taxa de cobertura neta de les pensions de jubilació dels homes de més de 65 anys és del 93%, la cobertura en el cas de les dones és del 34%.
- La pensió mitjana per jubilació dels homes és de 614,22 euros mensuals, mentre que la de les dones és de 384,92, un 38% menor que la dels homes.

De la mateixa manera, el 84% de les persones vídues a Espanya són dones, i la pensió mitjana per viduïtat és de 349,2 euros mensuals, que equival a un 61% de la pensió contributiva mitjana.

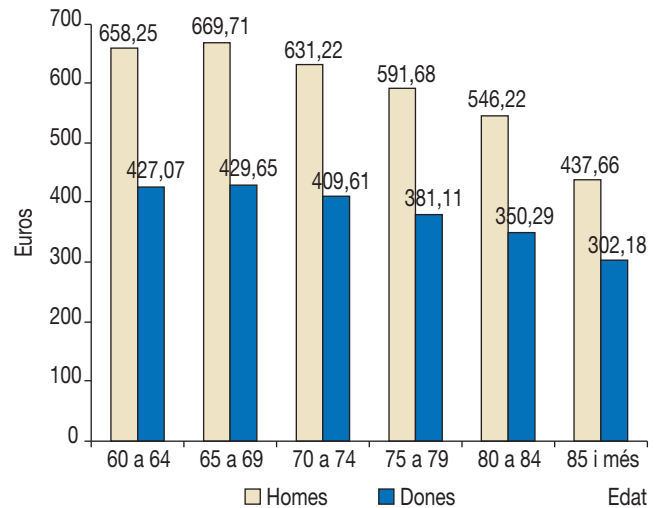
Per trams d'edat, cal destacar que la pensió mitjana de les persones en una edat més avançada és menor a la mitjana del sistema.

- La pensió mitjana dels pensionistes de més de 85 anys representa el 66% de la mitjana del sistema (372,05 euros, 61.900 ptes.).

També cal tenir en compte que la pensió per jubilació mitjana no es distribueix territorialment de manera uniforme.

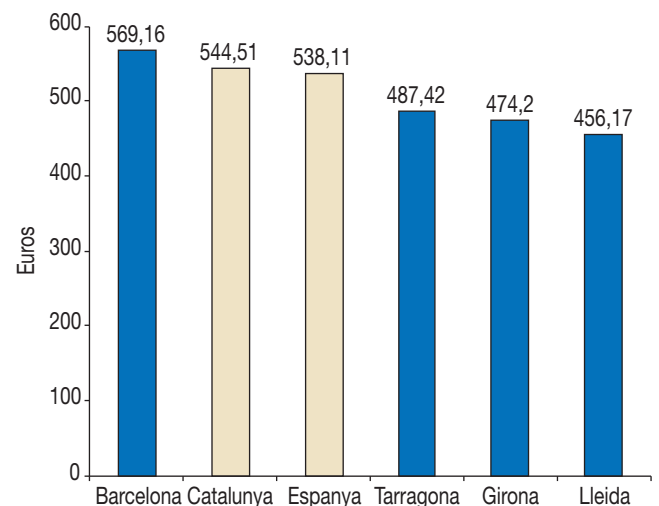
- La pensió mitjana de Catalunya és lleugerament superior a la mitjana d'Espanya.
- Barcelona és la província catalana que té la pensió mitjana més elevada; un 20% més gran que la de Lleida, que és la província amb una pensió mitjana més baixa.

Pensions de jubilació mitjanes segons edat i sexe



Font: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. *Anuario estadístico 00*.

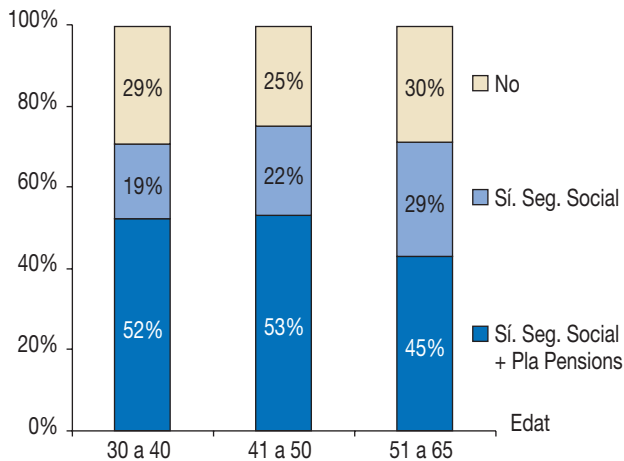
Pensions de jubilació mitjanes per província (dades 2000)



Font: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. *Anuario estadístico 00*.

Els plans de pensions privats aporten una renda complementària a les pensions contributives, i es presenten com un element important per no perdre poder adquisitiu en el moment de la jubilació

Confiança a mantenir l'actual nivell de vida després de la jubilació



Font: Caifor. Referenciat per Del Pozo, E. «Conozca qué pensión cobrará de la Seguridad Social». «Expansión». 19 gener 2002.

«Els estalviadors més joves són precisament els que tenen un major marge de temps per acumular una pensió més gran, ja que poden acumular un capital a poc a poc sense grans desemborsaments i invertint en renda variable».

Font: Del Pozo, E. «Conozca qué pensión cobrará de la Seguridad Social». «Expansión». 19 gener 2002.

Finalment, cal esmentar també la importància creixent dels plans de pensions privats.

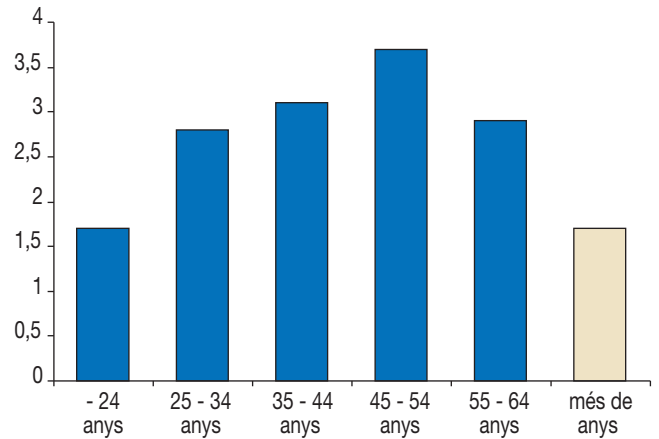
- La major confiança de mantenir el nivell de vida futur ve donat, en gran mesura, per la complementació de la pensió de la Seguretat Social amb un pla de pensions privat.
- De la mateixa manera s'observa que la població menys pròxima a l'edat de la jubilació (entre 30 i 50 anys) dóna una major importància a aquest factor.

D'altra banda, la gent gran conforma un segment de mercat molt gran, però manca ...

Actualment, la gent gran constitueix un segment de mercat molt important, ja que la gent major de 65 anys representa al voltant del 18% de la població total de Catalunya.

No obstant això, atès que el poder adquisitiu de les persones més grans no ha estat el més elevat, comparativament amb altres trams d'edat, i socialment s'ha vist com un grup més «passiu», l'oferta privada ha tingut una baixa orientació envers aquest col·lectiu.

Ingrés anual mitjà, segons l'edat del sustentador principal



Font: INE. Encuesta continua de presupuestos familiares. 2000.

- «La major part dels productes alimentaris responen a les necessitats del joves i no a les de la gent gran».
- «Les grans superfícies no adapten els seus productes ni la seva ubicació a les necessitats de la gent gran».
- «Hi ha pocs productes de bellesa dissenyats exclusivament per a majors de 60 anys».
- «Els immobles actuals es construeixen per a llars de «joves» i no per a la gent gran».
- ...

Font: Associació Edad&Vida.

... una major adaptació de les empreses a les necessitats específiques d'aquest col·lectiu

«Si la tendència demogràfica es produeix cap a un increment de la població major de 60 anys amb un bon estat de salut, ells seran els principals consumidors de béns i serveis en un futur pròxim, per tant, el mercat ha d'adaptar-se a les necessitats i els requeriments d'aquest grup de població.»

Font: Asociación Edad&Vida.

«La gent gran són un condicionant del consum. Segons un article publicat per Carlos Rubio, director de l'Asociación Española de Agencias de Publicidad, més de la meitat de les decisions de compra de productes de consum i d'ús diari està en mans d'aquest col·lectiu. La publicitat no és més que el reflex de la societat. La venda de determinats productes està decreixent en funció de la piràmide d'edats. Qualsevol campanya de publicitat ha de tenir en compte aquest públic objectiu.»

Font: Ruiz de Gauna C. *Los productos del futuro serán para los mayores*. «Expansión», 30 enero 2001.

En la mesura que el poder adquisitiu d'aquest col·lectiu continuï augmentant, i s'incrementi la seva demanda de productes i serveis, aquest grup esdevindrà un dels principals grups d'interès per part del sector privat.

No obstant això, atès que cada vegada la gent es jubila en unes millors condicions, tant físiques com mentals, l'edat cronològica es converteix en un predictor poc fiable de l'estil de vida i els hàbits de consum de la nova gent gran, ja que ni el poder adquisitiu ni els valors adoptats en els seus anys de formació i treball seran els mateixos que els actuals.

Propostes

1. El desenvolupament actual de la nostra societat recomana començar a abordar amb rigorositat un tema especialment difícil: el de la incorporació de les mestresses de casa als sistemes de protecció social elaborats per als treballadors. És força difícil proposar solucions determinades, però si més no, en el debat social, els problemes lligats a la cotització de la mestressa de casa s'han d'abordar.

- Actualment i en la perspectiva dels propers 20-30 anys, el grup social on es concentren els riscos de generació de bosses de pobresa entre la gent gran és el de les dones sense activitat laboral.

2. La persistència de la situació d'elevat risc de pobresa entre les dones fa necessari abordar de forma rigorosa la situació de les pensions de viudetat.

3. Cal afavorir la incorporació de la dona en el món laboral per disminuir les diferències econòmiques entre homes i dones.

4. Paral·lelament, es fa necessari adequar l'edat de jubilació a l'esperança de vida, per tant:

- Seria recomanable flexibilitzar o retardar progressivament l'edat de jubilació.
- També caldria eliminar els incentius a la prejubilació.

5. Fomentar la creació de plans de pensions:

- Atorgant incentius fiscals a les empreses per a la creació de plans de pensions pels empleats.
- De forma privada, és important que les persones, en la mesura de les seves possibilitats, creïn el seu pla de pensions per complementar els ingressos derivats de les pensions de la Seguretat Social.

6. El disseny i l'orientació dels productes i serveis cap a un «mercat» de gent gran, cada vegada més predominant a la nostra societat, no segueix l'evolució demogràfica del nostre país. Cal que les empreses i els comerços s'adaptin a la realitat demogràfica, i orientin els seus productes i serveis a les especificitats i necessitats de les persones grans.

L'actual normativa de construcció d'habitatges preveu l'accessibilitat exterior, però no garanteix les necessitats d'accessibilitat interior

La Necessitat i les «Sis As»

El nombre de persones grans que disposen d'adaptacions per a l'accessibilitat al seu domicili, està condicionat per una sèrie de factors anomenats les «sis as»:

- Availability: Disponibilitat de determinades ajudes tècniques.
- Awareness: Coneixement de la seva existència.
- Acces: Accés a una àmplia gamma d'aplicacions tecnològiques destinades a adaptar l'entorn a les necessitats dels seus ocupants.
- Adequacy: Eficàcia de la tecnologia.
- Affordability: Assequibilitat de les ajudes tècniques.
- Acceptability: Grau d'acceptació entre els usuaris.

Font: Harootyan RA. *Las casas en que viviremos. Accesibilidad y adaptabilidad*. Rev «Gerontol», 1995;2:118-125.

L'arquitectura és poc flexible i els edificis que es construeixen tenen una duració de moltes dècades. En una societat que envelleix, tot l'esforç que es realitzi per a l'accessibilitat és justificat, tant per garantir que la nova construcció sigui accessible per adaptar l'obra d'altres èpoques.

Tot i que que no es coneixen estudis en detall, la valoració general dels experts respecte de l'accessibilitat de l'habitatge de la gent gran és que:

- Una part significativa de la gent gran actual viu en habitatges antics amb barreres arquitectòniques internes i externes. Ens trobem amb un important parc d'habitatges, l'adaptació dels quals és gairebé impossible en molts casos.
- Precisament, el moment en el qual es manifesta la dependència, és l'etapa de la vida en què la disponibilitat econòmica és menor per canviar a un habitatge més adaptat a les noves circumstàncies.
- A mesura que les poblacions procedents de les migracions dels anys 60 es facin grans, s'empitjorarà molt el problema, en viure majoritàriament en barris amb construccions de baixa qualitat i sense ascensors.

La normativa actual (de fa menys de 10 anys) ha reforçat molt l'aspecte d'accessibilitat exterior a l'habitatge:

- L'edifici plurifamiliar d'habitatges de planta baixa i tres o més pisos, es construeix obligatòriament amb ascensor i amb criteris d'accessibilitat pel recorregut que hi ha des del carrer fins a cada un dels habitatges.
- En els edificis que tenen planta baixa i dos pisos, és obligatori preveure l'espai per a la instal·lació de l'ascensor. No obstant això, en nombrosos casos s'hi instal·la des de l'inici, encara que no sigui normatiu.

Cal destacar també una millora important de l'accessibilitat en els espais urbans

En canvi, pràcticament no s'aborden les característiques d'accessibilitat interior:

- La normativa no inclou previsions sobre accessibilitat interior. Tot i que s'estableixen amplades mínimes per a les habitacions, no se'n determinen per als banys (s'hauria de requerir un mínim d'1,5 metres d'amplada), i resulten escasses per als passadissos.
- Més que exigir normes d'accessibilitat, s'hauria de preveure la «convertibilitat interior» dels habitatges: possibilitat de transformació dels espais en accessibles amb actuacions de poca entitat i baix cost. Això implica racionalitzar els elements estructurals i les instal·lacions perquè no obstaculitzin les reformes.
- Operativament, l'element clau en l'accessibilitat interior és la disponibilitat d'ajuts econòmics per a l'adaptació de l'habitatge. Aquests ajuts han de ser àgils per tal de poder fer-hi les reformes quan la situació realment ho demana.

Pel que fa a l'accessibilitat dels espais exteriors urbans, s'ha produït un important procés de millora sobretot al darrer decenni:

- S'han eliminat barreres físiques a molts carrers, parcs i espais públics dels nostres pobles i ciutats.
- Les noves flotes d'autobusos urbans són accessibles (autobusos de plataforma baixa), i l'ampliació del metro es construeix sense barreres arquitectòniques (estacions amb ascensors, facilitats per a invidents...). No obstant això, els equipaments més antics encara no disposen de totes les millores que s'han incorporat en els nous.
- Cal assenyalar que, en general, aquestes adaptacions s'han previst perquè puguin ser utilitzades per tota la població, i no pas pensant únicament en el seu ús per persones amb discapacitat.

S'hauria d'implantar el concepte de «disseny per a tothom», com a criteri d'accessibilitat

Hem d'assenyalar que en molts casos, l'accessibilitat s'entén encara com a «eliminació de barreres» (compliment de mínims), quan el concepte que s'hauria d'implantar és el de «disseny per a tothom», en què el criteri d'accessibilitat s'integra en general com un element més de l'arquitectura.

Els avenços tecnològics ofereixen millores importants per a la comoditat d'ús de l'habitatge. No obstant això, molts d'aquests no són fàcilment generalitzables.

- Si bé qualsevol avenç (automatització de funcions, noves prestacions...) pot facilitar la vida quotidiana de la gent gran, també té les seves limitacions, com ara el cost, la viabilitat de la instal·lació, els problemes d'averies o de manteniment, la complexitat de programació, etc.

Els elements més clarament generalitzables són aquells que milloren la seguretat:

- Controls i mecanismes de seguretat dels equips amb risc (gas, electricitat, aigua...).
- Adaptacions per millorar la mobilitat de la persona i evitar accidents (paviments antilliscants, agafadors, lluminositat adequada...).
- Sistemes de telealarma o teleassistència que permetin connectar la persona gran amb un servei exterior.

L'accessibilitat als habitatges és un valor en alça, no obstant això, cal una major consciència per construir els nous habitatges amb tots els elements necessaris.

La construcció d'habitatges accessibles suposa un valor afegit de sostenibilitat i de rendibilitat de la inversió.

- L'habitatge accessible incorpora un valor de sostenibilitat a llarg termini (no cal canviar d'habitatge amb l'aparició de limitacions físiques).
- L'accessibilitat és un valor afegit en alça per a promotors i constructors d'habitatges:
 - Un nombre de persones cada cop més considerable valora l'accessibilitat exterior com un factor de qualitat i comoditat (quan es va carregat, se surt amb un nen petit...).
 - Tot i que el comprador actual és majoritàriament jove, en el futur predominaran els clients grans com a adquirents d'habitatges.

D'altra banda, i de manera il·lustrativa, podem esmentar algunes experiències com ara:

- El CRID (Consorci de Recursos per a la Integració de la Diversitat), que té un programa d'accessibilitat orientat a donar «suport a la gestió i implementació tècnica de l'accessibilitat i el disseny per a tothom, mitjançant la intervenció sobre l'entorn i col·laborant amb les administracions, les empreses i les agrupacions d'usuaris en tots els àmbits, per tal de fer-los adequats a tota la població. En particular, redacta i gestiona plans municipals d'accessibilitat i projectes d'urbanisme i arquitectura i analitza l'accessibilitat en els transports públics.»

És necessari fer una major difusió dels serveis d'assessorament existents en relació als aspectes d'accessibilitat

• El «Centre per a l'autonomia personal SÍRIUS» del Departament de Benestar Social, que té com a objectiu potenciar l'autonomia personal, millorar l'accessibilitat i afavorir la integració social de les persones amb discapacitats i gent gran. Aquest desenvolupa la seva tasca en quatre àrees:

- Àrea d'accessibilitat: assessorament individualitzat per a la supressió de barreres, visites a domicili, informació als professionals, anàlisi de normatives...
- Àrea d'ajudes tècniques: assessorament per al mobiliari i adequació de l'entorn, orientació en ajudes tècniques...
- Àrea de comunicació: avaluació i orientació en l'ús de sistemes augmentatius de comunicació, ajudes tècniques per a l'accés a l'ordinador i control de l'entorn...
- Àrea d'innovació i desenvolupament: divulgació, formació, anàlisi de dades...

Propostes

1. Els actors de la indústria de la construcció haurien de reflexionar sobre el rol que l'accessibilitat pot tenir com a valor afegit.
2. Els professionals de l'arquitectura haurien de considerar l'accessibilitat com un condicionant de base per al desenvolupament dels projectes, amb un caire molt més ampli que incorpori el «disseny per a tothom», en lloc de la «supressió de barreres arquitectòniques».
3. Es requereix un canvi de mentalitat i una adaptació del sector de la construcció. Avui en dia es construeixen preferentment els habitatges per a gent jove o adults, mentre que cal atendre la creixent demanda i les necessitats de la gent gran (apartaments reduïts, habitatges tutelats, habitatges compartits...).
4. La revisió de la normativa hauria d'incloure requeriments específics per garantir la «convertibilitat» de l'interior dels habitatges en espais accessibles quan es presenti la necessitat.
5. L'ajut per a l'adaptació de l'habitatge hauria de ser inclòs entre les prestacions habituals per a l'atenció a la dependència. Aquesta prestació ha de tenir un caire d'agilitat per tal que sigui eficaç.

Les noves tecnologies generen en diversos grups, entre ells, el format per grups de gent gran, el que es pot denominar un «analfabetisme tecnològic»

«De fet, la informació sobre vendes d'equips informàtics revela que cada vegada són més els adults que decideixen llançar-se al món de la informàtica. Entre els nous jubilats, el percentatge d'iniciats i experts en aquest àmbit és cada vegada més gran, per les possibilitats que ofereix Internet a l'hora de mantenir-se actiu, informat i comunicat».

Font: Roca, M. *La repercussió de l'envelliment en l'economia espanyola*. 8 maig 2001. [Http://www.edad-vida.org/Rocapren.html](http://www.edad-vida.org/Rocapren.html)

Segurament, una de les limitacions per al manteniment de la gent gran com a persones actives (en l'àmbit laboral, però també en d'altres), és trobar-nos amb una generació tecnològicament obsoleta.

- No hem de pensar exclusivament en els ordinadors o Internet, també cal tenir en compte els caixers automàtics, els electrodomèstics, o tota mena d'estris d'ús quotidià.

El desfasament entre la ràpida evolució tecnològica i la falta de reciclatge, sobretot entre les persones grans i les més pobres, pot generar (i està generant) un nou tipus de marginació social.

No obstant això, quan se supera el dèficit de formació que existeix, les noves tecnologies obren la porta a la gent gran en diversos sentits:

- Constitueixen una de les millors eines per mantenir la presència social de la gent gran, facilitant el contacte amb altres persones.
- Les tecnologies de la informació i les comunicacions (TIC) permeten que la gent gran pugui ser activa en «igualtat» de condicions que la resta de la població.
- Ajuden a superar la soledat que afecta un nombre important de persones grans.

D'altra banda, les TIC eliminen les barreres de la mobilitat i el temps, per tant, són especialment útils per a la gent gran, atès que permeten l'accés a molts àmbits a persones amb dèficits de mobilitat.

Així mateix, la utilització de les noves tecnologies abraça múltiples camps d'activitat o oportunitat per a la gent gran: educatius, culturals, informatius, d'oci, mèdics, etc.

No obstant això, el nombre de persones grans que utilitza Internet o altres tecnologies, s'incrementa dia a dia

Normalment, quan ens parem a pensar en qui utilitza Internet o coneix altres noves tecnologies, ens imaginem un individu jove o adult d'una edat poc avançada, però en pocs casos ens podem imaginar que sigui una persona jubilada la que, en la seva disponibilitat de temps lliure, busqui temes que li interessin o es comuniqui amb altres persones per Internet.

No obstant això, cada vegada són més les persones grans que utilitzen aquests mitjans i tenen un interès creixent per aprendre i aprofitar les oportunitats que els ofereixen.

Hi ha alguns elements que afavoreixen l'entrada de més persones grans en aquest món:

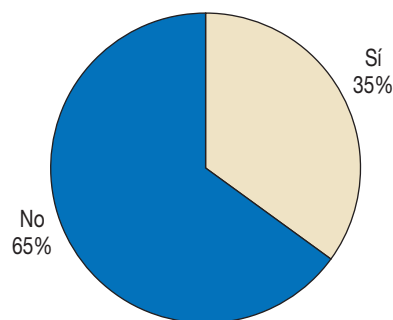
- Alguns dels nous jubilats, són persones que ja han tingut contacte amb les noves tecnologies durant els últims anys de la seva vida laboral.
- Cada dia l'entorn de treball es fa més amigable i fàcil de manejar perquè els entorns són més interactius i incorporen tecnologies multimèdia.
- Actualment, a més, la tecnologia relacionada amb el reconeixement de veu està molt avançada. Aquest és un fet d'important rellevància perquè a curt termini trencarà la barrera d'haver interactuar manualment amb l'ordinador.

Malgrat la ràpida evolució de l'entorn, la tecnologia encara ha d'incorporar nous elements (com ara amplificadors d'imatge, reproductors de relleu, conversors tàctils...) per arribar a un major nombre de persones grans, sobretot aquelles amb algun tipus de limitació. En aquest sentit, s'estima que en deu anys la interfase amb la màquina s'haurà simplificat molt.

«Segons l'Asociación de Usuarios de Internet (AUI), a Espanya hi ha uns 200.000 internautes majors de cinquanta anys, i un 26% són majors de 55».

Font: [Http://www.losmayores.com/aprender/informatica/informatica-07.asp](http://www.losmayores.com/aprender/informatica/informatica-07.asp)

Percentatge de gent major de 60 anys que li agradaria que algú li ensenyés una mica d'informàtica i entrar a internet



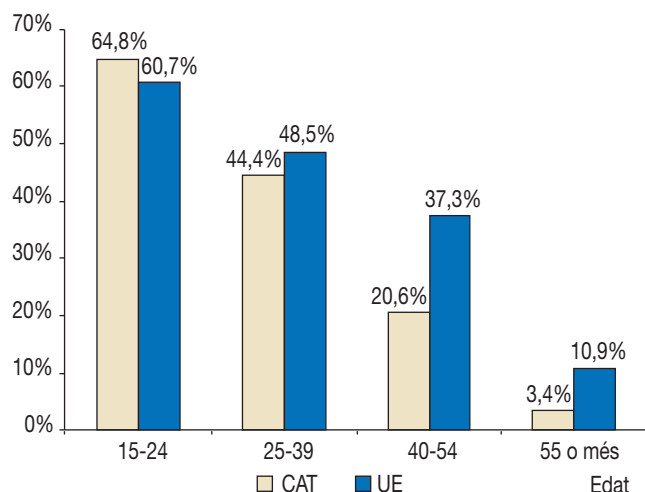
Font: Centre de Recerca Sociològica de l'Insitut d'Estudis Andorrans. *Estudi sobre els més grans de 60 anys i les noves tecnologies*. Abril de 2001.

«Segons l'institut americà Forrest Research, en el 2003, Amèrica comptarà entre els seus internautes amb un 27% de persones majors de 55 anys».

Font: Meunier, G. *Sube la edad promedio de los usuarios de Internet*. <http://www.clarin.com.ar/diario/2000-12-27/s-04601.htm>

Les raons per les quals algunes persones «temen» endinsar-se en el món de les tecnologies, responen normalment a dos aspectes: la por a una cosa desconeguda i el desconeixement de la utilitat de les noves tecnologies.

Usuaris setmanals d'Internet segons l'edat



Font: Eurobarometer 97 (febrer 2001), IDESCAT/SSI (abril 2001).

A més de les dificultats tècniques, hi ha altres elements que dificulten l'entrada de més persones grans en aquest món. En general, les persones que no volen incorporar la informàtica a les seves vides es caracteritzen per:

- Reconèixer que no els interessa, que no esperen que l'ordinador o altres tecnologies puguin aportar res a la seva vida.
- Ser persones que mai no han utilitzat un ordinador, ni en la seva vida laboral ni per lleure.
- Tenir por de fer alguna cosa incorrecta, que pugui espatllar l'ordinador o esborrar tota la informació.
- No tenir clares les tasques concretes que es poden fer amb un ordinador, ni les facilitats que un instrument d'aquest tipus els podrien aportar.
- Desconfiar i sentir-se incòmodes davant un element molt desconegut per ells, i la seva manera d'interaccionar amb la màquina.

Finalment, cal destacar, també, els impediments de tipus econòmic. No tothom té els recursos necessaris per afrontar una inversió que, a més, no és una prioritat entre les persones grans.

Propostes

1. Despertar un major interès i demostrar les oportunitats que afavoreixen les noves tecnologies entre les persones grans.
2. Promoure cursos de formació i reciclatge entre les persones grans en les noves tecnologies.
3. Promoure la investigació i el desenvolupament de productes que facilitin la utilització dels sistemes per les persones que tenen algun tipus d'incapacitat.
4. Facilitar l'accés de les persones a les tecnologies sense que impliqui necessàriament l'adquisició dels equips pels usuaris.

SÍNTESEI DE RECOMANACIONS

1

Promoure un pla d'adaptació de la nostra societat a la demografia actual, en què la gent gran representa un volum de població molt important

Recomanem que, des de l'Administració catalana es promogui una reflexió per part de les institucions, les empreses, els organismes socials i els ciutadans, per tal que s'adaptin a una societat en què la gent gran constitueix un ampli sector.

- Aquesta reflexió, cal que sigui també promoguda des dels organismes de participació de la gent gran.

Considerem que les diverses organitzacions socials (organismes públics, empreses, organitzacions del «tercer sector») han de fer una reorientació estratègica en dos vessants:

- Externament: definint en quins aspectes una població gran influeix en la seva activitat:

- Perspectives de futur en el sector.
- Necessitat d'incorporació de nous productes / serveis en la seva cartera.
- Necessitat de canvis en el «format» actual del seu producte (accessibilitat, disseny...).

- Internament: definint en quins aspectes els canvis demogràfics requereixen canvis en la seva política de recursos humans.

- Constatem que les polítiques de recursos humans continuen majoritàriament pensades per a una població laboral «jove». En la mesura que sigui possible, les empreses i les institucions han d'adequar progressivament els llocs de treball a l'augment d'edat de la plantilla, i pensar a facilitar la presència de figures «seniors».
- La política de beneficis socials necessita incorporar en major mesura, en el conjunt de la negociació laboral, beneficis propis de la jubilació (com ara plans de pensions complementaris) que són ja molt freqüents en altres països.

Per tal de promoure aquests plans, a més de formar part de la negociació col·lectiva, cal tenir en compte alguns elements que poden afavorir la seva proliferació, com ara que no suposi un gran impacte en el poder adquisitiu dels seus beneficiaris, que la legislació ofereixi majors avantatges als plans col·lectius, o que una representació dels beneficiaris participi en el «control» dels plans de pensions, entre d'altres.

Aquest procés s'està realitzant o es realitzarà sens dubte de forma espontània per la mateixa dinàmica social. El que recomanem és que l'Administració pública, les organitzacions patronals, els sindicats i altres actors amb capacitat, liderin proactivament aquest procés, per tal que es dugui a terme abans que sigui forçat pels problemes d'inadaptació que ja s'observa en molts sectors.

- La societat evoluciona d'una manera contínua i a una gran velocitat, cal per tant, que les administracions adoptin les polítiques i els instruments necessaris per donar respostes adequades a aquests canvis.
- Cal crear també una major complicitat entre les diverses administracions.

Alguns dels sectors on cal centrar esforços d'adaptació, són els sectors del consum i l'oci. A més de l'inevitable procés d'adaptació que han de realitzar aquests sectors, recomanem que les organitzacions de consumidors promoguin un consum racional, mitjançant l'elaboració de guies d'orientació al consum (i altres elements d'informació) de les persones grans.

Cal garantir que aquest procés també es realitzi en el medi rural, on les dificultats d'adaptació poden ser majors per la dispersió poblacional.

Per a la realització d'aquest pla d'adaptació, recomanem que:

- L'Administració catalana porti a terme un projecte d'anàlisi per tal de conèixer quins són els obstacles reals que limiten la igualtat d'oportunitats de les persones. Això implica revisar i identificar tots aquells elements, començant per les lleis i normatives que puguin contenir aspectes discriminatoris per raons d'edat, i establir les mesures o regulacions corresponents.

- Els actuals «llibres blancs» constitueixen la base d'una àmplia consulta per les organitzacions amb capacitat de lideratge en aquests àmbits.
- Com a element específic, recomanem també que des de la Generalitat s'elabori una «guia de reflexió». Aquesta guia ha d'ésser un document de referència per a les empreses, les organitzacions i les mateixes institucions públiques, ja que els ha d'orientar sobre els elements a tenir en compte per adaptar-se al nou entorn demogràfic.

2

Promoure una vida saludable entre les persones grans

La salut és un dels factors fonamentals per a poder mantenir una vida activa. Recomanem, per tant, que el control dels factors de risc, la prevenció de les malalties, i la promoció de la salut, entesa en les seves dimensions: física, psíquica i social, s'estenguin al màxim a totes les persones grans.

- Constatem com un gran èxit de la nostra societat que a l'arribada dels 65 anys, avui en dia encara queden molts anys per viure. I que viure en bona salut és un dels principals requisits per fer-se gran de manera satisfactòria.
- L'evidència científica ha demostrat com a aquestes edats encara són de gran eficàcia tot un seguit d'activitats preventives i de promoció de la salut.

Recomanem que la gent gran aprofiti l'oportunitat de l'arribada a la jubilació per a fer, en col·laboració amb els professionals sanitaris, un balanç del seu estat de salut, factors de risc i hàbits, i projecti un pla de millora de la seva salut.

Recomanem, també, que s'avalui periòdicament el conjunt d'activitats preventives que duu a terme (d'acord amb el Pla de Salut de Catalunya) la sanitat pública, en especial la xarxa d'atenció primària.

Recomanem que l'Administració continuï fent campanyes de sensibilització en contra dels hàbits tòxics i a favor de la promoció d'una vida saludable.

Recomanem al conjunt d'institucions que afavoreixin la pràctica de l'exercici físic programat per a la gent gran:

- Mitjançant campanyes de sensibilització i l'edició de guies d'orientació en la realització d'exercici físic.
- Complementant el consell amb la facilitació, per tant, recomanem que els poliesportius, tant els de la Generalitat i els ajuntaments com els privats, ofereixin activitats específiques destinades a la gent gran en els horaris més adients.
- De la mateixa manera, la promoció de l'activitat física i la vida saludable s'ha de potenciar tant des dels casals públics com des dels d'entitats privades.

Recomanem que s'avalui la possibilitat de crear mecanismes que acreditin aquells serveis que poden col·laborar en la generació i el manteniment d'hàbits saludables (com l'alimentació i els establiments hostalers), i que s'adaptin al foment de la salut.

3

Millorar la situació econòmica de les persones grans, en especial, la dels grups més desafavorits

Recomanem que l'Administració catalana promogui, en la mesura de les seves possibilitats i competències, totes les millores que siguin factibles respecte de la situació econòmica de la gent gran, perquè per parlar d'una vida activa entre les persones grans, és imprescindible que aquestes tinguin una seguretat econòmica.

Les competències de l'Administració autonòmica en aquest àmbit són mínimes. Tot i això, recomanem intervenir:

- Impulsant polítiques que contribueixin a la sostenibilitat del sistema de pensions.
- Treballant per assolir l'objectiu de situar les pensions actualment més insuficients, si més no en l'àmbit del salari mínim interprofessional, i promovent altres polítiques que millorin la situació econòmica dels pensionistes més desafavorits.
- Demanant des de la Generalitat de Catalunya el traspass de majors competències per poder complementar les pensions més desafavorides i millorar així la renda d'aquestes persones.

L'estat de viduïtat no és per definició una situació de carència i necessitat, no obstant això, existeix un nombre important de vídues en una situació desfavorable. Malgrat que hi ha altres grups particularment desafavorits, ens referim a aquest grup en concret perquè hem de considerar que les solucions en aquest camp han d'arribar a curt termini, atès que es tracta d'un problema del present, i és previsible un canvi en la situació futura (de fet ja s'està produint actualment) per la major presència de la dona en el mercat laboral. Algunes accions importants en aquest sentit, consistirien en:

- Fer compatibles les pensions de viduïtat amb el SOVI, per reconèixer la contribució d'aquestes persones en el món laboral tal com s'indica en els acords del 4t Congrés de la Gent Gran.
- Paral·lelament, cal que en el Congrés dels diputats es discuteixin diverses fórmules per millorar la situació d'aquest grup. En aquest context plantegem algunes opcions:

- Una opció seria incrementar les pensions de viduitat a un percentatge de la base reguladora de la pensió del cònjuge que sigui com a mínim el 75%, en funció de l'existència d'altres rendes o no, i que es vagi incrementant gradualment fins a assolir el 100%.
- Una altra opció, més que incrementar el percentatge, consistiria a complementar les pensions de viduitat que siguin més baixes, fins a assolir l'import del salari mínim interprofessional, sempre que la pensió constitueixi l'única o principal font d'ingressos.

Recollim també algunes recomanacions complementàries, definides en el 4t Congrés de la Gent Gran:

Establiment de la quantia de la pensió d'acord amb la totalitat dels anys i les bases reguladores cotitzades. L'import mínim quedaria definit per l'SMI.

Manteniment i dotació anual del Fons de Garantia de les Jubilacions d'acord amb els superàvits de la Seguretat Social, i inclusió dels possibles superàvits dels Pressupostos Generals de l'Estat. Dotar aquest Fons de normes legals que impedeixin, si fa al cas, que en els moments de dèficit pressupostari es pugui disposar d'aquests, ni que puguin servir per avalar o garantir altres compromisos de l'Estat.

Font: *Text aprovat pel Ple del Congrés. 4t Congrés Nacional de la Gent Gran.* Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar Social. Barcelona 2002.

També cal promoure des de l'Administració un sistema que compensi amb majors ajudes les persones amb més problemes de dependència i la família, per tal que puguin afrontar les majors despeses econòmiques a les quals estan subjectes. Una forma de portar-ho a la pràctica seria disminuint la pressió fiscal sobre els grups amb dependència i que a la vegada tenen unes rendes més baixes.

Recomanem també que s'estableixin mesures per a la reducció de despeses a aquelles persones que tenen uns ingressos insuficients, minimitzant, per exemple, els costos fixos de disposició dels serveis de gas, electricitat, aigua, telèfon...

Recomanem com a mesures complementàries, en relació amb l'estalvi:

- Que els agents socials abordin, en el marc de les negociacions laborals, la creació de beneficis socials lligats a l'estalvi, per tal de minorar, en la mesura que sigui possible, la pèrdua de poder adquisitiu que sol acompanyar la jubilació.
- En la mateixa línia, recomanem a les administracions que afavoreixin, mitjançant incentius fiscals i altres polítiques de foment, l'estalvi i la inversió per a la jubilació.
- Les entitats financeres poden desenvolupar productes específics per a la gent gran, i recomanem que siguin innovadores en aquest sentit, dissenyant productes que protegeixin els estalvis d'aquest grup i oferint una informació clara i transparent.

Considerem que la societat catalana ha d'abordar el problema lligat a l'absència de protecció econòmica de les mestresses de casa. Conscients que es tracta d'un problema molt complex i multifacètic, proposem que, com a mínim, s'obri un debat sobre les maneres de garantir una jubilació digna per a aquestes persones.

4

Generalitzar la preparació a la jubilació activa

Recomanem que les activitats de formació per a la preparació a la jubilació es generalitzin a la nostra societat, per tal que la gran majoria dels ciutadans puguin gaudir d'un punt d'orientació en aquesta transició vital tan important. Entenem que el terme «preparació a la jubilació activa» inclou, en sentit ampli, la preparació per a un envelliment actiu i satisfactori, tant dels professionals que es jubilen com del seu entorn familiar més pròxim.

Sovint la jubilació marca més en la vida de moltes persones que la mateixa edat. Per afrontar la jubilació d'una manera positiva, és fonamental que un mateix vagi descobrint al llarg de tota la vida quines són les seves inquietuds i interessos fora de l'àmbit laboral, i ompli el seu temps d'oci fent activitats que el motivin i el mantinguin ocupat. Aquestes activitats són les que l'ajudaran a mantenir-se actiu i ésser una persona activa després de la jubilació. Malauradament, però, molta gent no està prou acostumada a cultivar el temps de lleure i, per tant, promoure aquesta preparació és un bon recordatori per desenvolupar un envelliment actiu.

Les administracions públiques i els agents socials han de fer un esforç per tal que aquestes activitats, que fins ara tenen un caire més aviat excepcional, s'estenguin al conjunt de la població al llarg de la vida laboral i, sobretot, en els anys previs a la jubilació. Per això és necessari que des de l'Administració s'estableixin les mesures regulatòries necessàries perquè es generalitzi aquesta preparació dins i des de les mateixes empreses. Aquesta preparació es pot concretar amb seminaris, programes de simulació, psicodrames, etc.

La preparació a la jubilació, hauria de constituir un dels aspectes a tenir en compte en la negociació laboral, com a part dels beneficis socials a incorporar en la vida laboral. No obstant això, la presència majoritària de petites i mitjanes empreses (sense un mínim de massa crítica per organitzar totes soles aquestes activitats), requereix una implicació activa de les administracions locals.

L'Administració catalana pot contribuir a aquesta tasca a través de:

- La implantació activa de la preparació a la jubilació dels treballadors de les administracions.
- Facilitar la difusió, entre les organitzacions que poden encarregar-se de fer els cursos, del «Pla de preparació per a la jubilació activa» del Departament de Benestar Social, el qual ja ha estat força experimentat i valorat.
- El «Pla de preparació per a la jubilació activa» hauria de poder-se oferir en les aules i els centres d'adults com a aplicació del principi de «formació al llarg de tota la vida».

5

Aprofundir en les mesures d'una jubilació gradual i flexible i evitar la discriminació en el treball per raons d'edat

Recomanem aprofundir en el trencament de barreres per garantir la compatibilitat entre la pensió de jubilació i la realització de treball a temps parcial. Proposem, per aquest motiu, establir mecanismes de seguiment de les mesures establertes per la nova llei (Reial decret-Llei 16/2001, de 27 de desembre, de mesures per a l'establiment d'un sistema de jubilació gradual i flexible), per tal de conèixer les seves implicacions a la pràctica i establir les mesures correctores apropiades.

L'actual sistema de jubilació hauria de tendir, mantenint el dret a la jubilació voluntària, a un sistema de jubilació basat en la capacitat i no en l'edat.

Paral·lelament, des de l'Administració s'han d'establir les mesures reguladores adequades per evitar en el treball la discriminació per raons d'edat, donant igualtat d'oportunitats a totes les persones en temes de contractació, formació, promoció, etc.

6

Fomentar la formació per a les persones grans com a manera de continuar realitzant-se i adaptar-se als canvis socials al llarg de la vida, com també aprofitar els seus valors i coneixements per donar formació

Recomanem que la formació sigui un instrument privilegiat per a mantenir l'activitat de la gent gran després de la jubilació. Això inclou tant la transmissió de coneixements i valors adquirits per les persones grans a les més joves, com formació de caire general o específic destinat a les persones grans.

El concepte «aprendre al llarg de la vida» fa necessari que es redefineixin els marcs, les estratègies i els mètodes per tal que les persones grans puguin continuar aprenent.

- És important, per tant, que l'Administració i les mateixes institucions docents facin un esforç per donar a conèixer entre la gent gran els programes de formació ja existents (AFOPA, Formació d'Adults de la Generalitat, Programa UAB, etc.).
- D'altra banda, s'ha d'afavorir la utilització dels actuals equipaments (universitat, col·legis...), obrint-los a la incorporació d'activitats parcials per a persones grans.
- Paral·lelament, recomanem que s'ampliï l'oferta de les diverses institucions docents, adaptant les activitats al ritme d'aprenentatge i els coneixements previs de les persones. Es tracta d'oferir un ensenyament en el qual les persones adultes puguin sentir-se còmodes independentment de la seva edat. Això implica ser innovadors en els mitjans didàctics, les metodologies, els horaris, etc.
- Les universitats han de proporcionar una oferta innovadora per a la gent gran que consideri per exemple:
 - Acostar la universitat a la gent gran en aquells nuclis que es troben ubicats fora de les grans ciutats i, per tant, allunyats de les universitats, a través de programes específics mòbils, en què la persona que es desplaça és el professor i no l'alumne.
 - Obrir una oferta específica amb la finalitat que les persones grans puguin participar en la formació universitària, establint uns mecanismes d'accés que ho facilitin.

- Recomanem també aprofitar els canals tradicionals de formació per correspondència i sobretot les noves tecnologies per a obrir ofertes de formació a distància, ja que a mesura que s'incrementa el domini de les noves tecnologies s'incrementa l'accessibilitat a la formació.

Des de l'Administració i les mateixes universitats, s'hauria de crear un sistema de beques que permetés a les persones grans amb pocs recursos econòmics i ganes d'aprendre seguir aquells estudis que desitgen.

D'altra banda, cal promoure la incorporació de persones grans en la formació d'altres persones a través de la creació de programes liderats per gent gran que siguin incorporats a les escoles, les universitats, les associacions, etc.

- Com a exemple d'iniciatives en aquest sentit, dutes a terme des d'associacions, podem citar les experiències de CONEX o SECOT.

7

Incorporar les persones grans a les noves tecnologies, com a manera de promoure la igualtat d'oportunitats

Recomanem que es faci un esforç especial per incorporar les persones grans a les noves tecnologies. Aquesta iniciativa pretén establir els mitjans necessaris per tal que les persones grans estiguin en peu d'igualtat amb les generacions joves, plenament incorporades ja a les tecnologies.

Les noves tecnologies són en si mateixes una eina, per tant, no s'han de convertir en una finalitat. El més important és, doncs, despertar l'interès de les persones a través del disseny d'activitats que tinguin aquesta finalitat.

En aquest sentit, recomanem un esforç proactiu des de l'Administració, les organitzacions de gent gran, les obres socials de les entitats financeres, etc., per tal d'aconseguir un esforç sostingut en el temps. Per tant, es recomana en primera instància:

- Fer un estudi que ajudi a identificar i definir quins són realment els elements i les activitats d'aquest entorn que desperten o poden generar un major interès entre les persones grans.
- Promoure cursos de formació especialment adaptats per una generació que ha estat allunyada d'aquestes tecnologies.

Paral·lelament es proposen algunes accions més concretes:

- Animem les obres socials i altres institucions a facilitar equipament informàtic als centres i casals.
- Les empreses de software haurien de facilitar llicències de programes de manera gratuïta a les organitzacions o associacions sense ànim de lucre.
- Afavorir les possibilitats d'adquisició d'equips a preus assequibles per les persones grans amb pocs recursos (com ara per a estacions de treball específiques per a l'accés telemàtic).
- Les companyies de telefonia haurien d'establir ofertes especials, per exemple, en els preus de les tarifes planes i banda ampla, per a les persones amb menys recursos, entre elles, les persones grans que estan en aquesta situació.

- L'Administració i les associacions de gent gran haurien de promoure la creació d'experiències que afavoreixin la participació interactiva de les persones grans, mitjançant, per exemple, la creació de comunitats virtuals.

- Les associacions de consumidors haurien d'orientar els usuaris en aquest terreny, mitjançant l'elaboració d'informacions clares i estructurades que minimitzin la confusió i la desinformació que existeix en una bona part de la població.

Recomanem promoure la investigació i el desenvolupament de productes que facilitin la utilització dels sistemes per les persones que tenen algun tipus d'incapacitat (amplificadors d'imatge, reproductors de relleu, conversors tàctils...).

Cal afavorir també, des de l'Administració i les empreses, el coneixement i l'accés a les noves tecnologies que contribueixen a la millora de la qualitat de vida de les persones grans (teleassistència, telemedicina...) i ajuden a mantenir la seva autonomia i independència, sobretot d'aquelles persones que viuen soles.

8

Promoure una imatge positiva de la gent gran

Recomanem que, des del Departament de Benestar Social, es posi en marxa una política activa, per tal d'eliminar els estereotips negatius que afecten les persones grans en la nostra societat. L'increment de l'esperança de vida sense incapacitat ha convertit en obsolets molts dels conceptes relacionats amb les persones grans, però persisteixen un seguit d'estereotips lligats a l'edat que cal combatre, tant en el conjunt de la societat com entre les mateixes persones grans.

Considerem que l'esforç ha de centrar-se a generar una política de comunicació permanent, que faciliti la difusió de les capacitats i del gran nombre d'activitats i contribucions que es realitzen, especialment aquelles accions ciutadanes solidàries dutes a terme per iniciatives individuals o col·lectives.

- Les organitzacions de gent gran incorporen amb normalitat programes de defensa del medi ambient, de noves tecnologies, de cooperació internacional, etc. Caldria reconèixer l'esforç de les organitzacions per adequar-se a aquestes noves realitats, que són normalitzadores i poden ajudar a superar vells tòpics.

D'altra banda, seria recomanable que, des de la Generalitat s'investigui amb periodicitat la situació real de la presència i les característiques d'aquests estereotips en la nostra societat.

- Seria força convenient que des d'alguna institució es fes una monitorització de l'abordatge que es fa de les persones grans des dels mitjans de comunicació. Per tant, des de l'Administració s'han de promoure estudis que analitzin, per exemple, els anuncis publicitaris per tal de corregir la publicitat que faci un ús inadequat de la imatge de la gent gran.

- En aquest sentit, es poden establir mecanismes de reconeixement per als publicistes que transmeten una imatge positiva de la gent gran.

També seria positiu promoure des del Departament de Benestar Social seminaris als mitjans de comunicació, periodistes i publicistes, per tal d'ajudar a fer que aquests agents canviïn els estereotips i difonguin una imatge positiva, plural i objectiva de la gent gran.

- Els professionals dels mitjans han d'ésser conscients que tots som potencialment grans, i que aquest grup, a més d'ésser heterogeni, viu una vida tan plena com els grups que conformen qualsevol altre tram d'edat.

9

Promoure un disseny per a tothom

Recomanem que la societat catalana incorpori de manera sistemàtica els principis del «disseny per a tothom» a l'urbanisme, l'edificació, els mitjans de transport i la producció industrial, per aconseguir un país accessible per a tots. Aquests principis no s'han de limitar als aspectes relacionats amb el disseny arquitectònic, sinó que cal ampliar-los a tota mena de serveis i productes (llibres, aparells electrònics, senyalitzacions...). En aquest sentit cal, d'una banda, construir i produir sense barreres i, de l'altra, incorporar els ajuts tècnics necessaris que facilitin l'ús dels espais i productes.

Per tant, recomanem que les universitats incorporin als programes de formació de professionals (arquitectes, enginyers, etc.) la realitat de la situació demogràfica i els principis del disseny per a tothom, perquè no és coherent que una societat on les persones grans ocupen una franja molt significativa formi els seus professionals oblidant aquesta circumstància.

Els habitatges que es dissenyen actualment tenen una vida útil de diverses dècades, per tant, recomanem que tots els professionals que dissenyen habitatges avui en dia tinguin en compte, de manera preferent, tots els elements relacionats amb l'accessibilitat; si no és així, el problema de la no accessibilitat s'allargarà durant molts anys.

L'esforç fet pel nostre país en les darreres dècades pel que fa al desenvolupament de normativa d'accessibilitat i seguretat, ha de tenir continuïtat. Recomanem que s'estimuli tant l'esforç normatiu com el seguiment del seu compliment.

- La revisió de la normativa hauria d'incloure requeriments específics, per garantir la «convertibilitat» de l'interior dels habitatges en espais accessibles quan es presenti la necessitat.

Pel que fa a les tecnologies que afavoreixen la mobilitat i l'accessibilitat en l'habitatge, cal que aquestes siguin assequibles i fiables. A més és necessària una bona difusió dels avenços, ja que sovint hi ha un gran desconeixement d'aquests elements entre la població, sobretot aquella que viu sola o en àrees més rurals.

Com a accions concretes a portar a terme, recomanem:

- Facilitar ajuts econòmics des de l'Administració per possibilitar l'accés a aquells habitatges que no tenen ascensor, ja que una de les principals causes de soledat i de carència d'una vida activa, és precisament la dificultat de sortir de casa.
 - Promoure, des de les diverses associacions de voluntariat, grups de voluntaris que ajudin a sortir de casa les persones que viuen en habitatges amb mala accessibilitat.
- Dissenyar programes per facilitar que les persones que viuen soles en habitatges inadequats i sovint molt grans, i que no disposen de grans recursos econòmics, puguin compartir pisos més adequats a les seves característiques.
- Establir programes de revisió dels habitatges d'aquelles persones que tenen un major risc (persones grans que viuen soles, persones amb deteriorament cognitiu...), per tal de garantir les condicions mínimes d'accessibilitat i de seguretat.
- Estudiar, sistematitzar i difondre les causes d'accidents i els elements de risc que afecten la seguretat de les persones grans, relacionats amb les característiques dels espais físics i els seus elements per tal de promoure un entorn físic segur.
- Posar a l'abast dels professionals les recomanacions tècniques del disseny per a tothom, assumint des de les administracions un rol facilitador.
- Considerar, per part de l'Administració i les empreses, la incorporació dels sistemes d'etiquetatge de productes adaptats al «disseny per a tothom».
- Incentivar les indústries des de l'Administració a investigar i produir productes accessibles per a tothom.
 - Un exemple podria ser la creació d'un premi anual, en el qual es reconeguin els «productes que tenen un disseny adequat per a tothom».
- Fer una major difusió dels serveis que s'ofereixen des del «Centre per a l'autonomia personal SÍRIUS», el CRID i altres institucions.
- Promoure una campanya per tal de sensibilitzar el conjunt de la societat de la prioritat en la utilització de seients en els transports públics o en altres àmbits, i establir els mecanismes necessaris per garantir el compliment de les normatives existents.

10

Participar cívicament i activament en una societat per a totes les edats

Recomanem afavorir la participació activa de la gent gran en la nostra societat, per tal que aportin la seva important contribució a la construcció «d'un país per a totes les edats».

- Recomanem, per tant, que es facin campanyes engrescadores que mostrin que tothom, independentment de la seva edat, té coses a aportar i a fer en el món de l'associacionisme i el voluntariat. Cal evitar que les persones deixin de portar a terme iniciatives, per una manca de confiança en les seves possibilitats de participació.
- Recomanem que les persones grans procurin que la seva activitat social no respongui només a interessos específics de la gent gran i que interacció amb la resta d'organitzacions de la societat. Aquesta idea ha d'incorporar els principis «d'intergeneracionalitat» i «coresponsabilitat» tal com van ser elaborats al 3r Congrés Nacional de la Gent Gran. Cal fomentar, en aquest sentit, la participació transversal, fent que la gent gran encapçalï projectes que tinguin un interès social, ètic, econòmic, ambiental... i que permetin la interrelació de persones de diverses edats sota un mateix interès comú.
- Recomanem que es promogui el ric teixit d'associacionisme existent a Catalunya, per tal d'enfortir les possibilitats de les persones grans d'associar-se, tant en organitzacions específiques de gent gran com en altres associacions.
 - Les actuals associacions i equipaments de gent gran haurien de revisar la seva situació per tal d'aprofitar totes les oportunitats «d'obrir» les seves portes a activitats intergeneracionals, mitjançant, per exemple, la creació de vincles entre associacions de persones grans i d'altres sectors.
 - Les administracions han de donar el suport i establir els ponts de comunicació necessaris per posar en marxa iniciatives que propiciïn la cooperació entre associacions, i evitar que es tanquin en si mateixes. Cal, per això, que es fomentin les trobades entre associacions i la realització de projectes conjunts.

- L'Administració hauria de promoure una investigació que ajudés a identificar com són, com funcionen, com es configuren les dinàmiques participatives a les associacions, especialment en projectes intergeneracionals i accions solidàries.
- Promoure el voluntariat és, sens dubte, una de les millors maneres de col·laboració entre generacions. S'ha de mantenir i aprofundir el suport al voluntariat, tant de les persones grans com a voluntàries de la societat com dels més joves com a voluntaris per ajudar la gent gran necessitada.

Atès el ric teixit associatiu existent, considerem que s'ha de fer un esforç per sistematitzar i facilitar la informació sobre les activitats i les organitzacions existents.

● Recomanem a l'Administració catalana que, conjuntament amb les associacions, defineixi una política d'informació d'activitats i experiències. Recomanem, per això, que es creï un «observatori» de les iniciatives que es realitzen des del món associatiu i de voluntariat, que porti a terme una revisió d'experiències internacionals amb l'objectiu de difondre les més interessants i innovadores a altres grups, per tal que la gent que té ganes i capacitat de portar-les a la pràctica, les pugui «replicar» i estendre-les a altres territoris o formar part de les ja existents. Al mateix temps, cal que afavoreixi la creació de xarxes d'associacions. Recomanem en aquest sentit, que la plataforma tecnològica de l'Institut Català del Voluntariat que promou la xarxa associativa i de voluntariat de Catalunya i facilita el treball en xarxa de les entitats, serveixi també com a element específic per a la difusió i el coneixement de les bones pràctiques.

Cal desenvolupar instruments i camins que fomentin l'envelliment actiu i la participació de totes les persones grans, pensant no únicament en les que gaudeixen d'un bon estat de salut físic i mental, sinó a més en aquelles que estan en situació de fragilitat o dependència.

També recomanem incrementar la participació de la gent gran, a través dels òrgans corresponents, en el disseny dels serveis de titularitat pública o privada. Això ajudarà a conèixer quines són les necessitats reals, les respostes més adequades, etc. en el disseny de tot tipus de programes.

- Moltes de les necessitats o solucions establertes serviran, al mateix temps, a altres col·lectius de la societat. Un exemple podria ésser el de la participació de la gent gran en el disseny de programes d'atenció domiciliària.

Participar activament en aquest sentit, implica disposar de temps, tenir una actitud i unes habilitats dels participants. No obstant això, les administracions han de posar a l'abast de les persones els mecanismes de suport per portar-los a la pràctica, mitjançant, per exemple, l'organització de tallers que facilitin l'operativa de la participació.

La incorporació de la dona en la participació social és un fenomen creixent, no obstant això, aquesta participació no es reflecteix en la mateixa proporció en els grups directius de les entitats i associacions, per tant, cal encoratjar les associacions a transformar aquesta situació.

Creiem també que la participació de la gent gran s'ha de desenvolupar en l'entorn familiar, on les persones grans tornen a tenir un paper actiu, sobretot en l'atenció dels néts, des de la incorporació de la dona al món laboral. Igualment, s'ha de potenciar la participació en l'entorn de proximitat, per tal de col·laborar en la millora d'elements del seu «microentorn» en l'àmbit de barri o veïnat, per exemple.

Finalment, cal tenir en compte que la creació d'institucions massa específiques per a la gent, que en teoria són per a ajudar-la, pot tenir un efecte pervers que generi exclusió. Per tant, cal conscienciar i reforçar les institucions existents sobre les necessitats i especificitats d'aquesta població en lloc de crear-ne de noves que puguin generar un distanciament entre generacions.

- Tal com es manifesta en el 4t Congrés de la Gent Gran, «el fet que en la gent gran hi hagi denominadors comuns no justifica l'aplicació d'actuacions específiques, llevat de clares necessitats».

11

Fomentar la cultura de la solidaritat

Recomanem que des de l'Administració catalana i els seus òrgans pertinents, com és ara l'Institut Català del Voluntariat, es fomenti la cultura de la solidaritat canalitzada a través del voluntariat. El grup de població format per les persones grans té un gran potencial de creixement pel què fa a nombre de voluntaris, i aquesta és, a la vegada, una elecció que posa l'accent en la vida activa. Recomanem, doncs, que es potenciïn les campanyes destinades a difondre les diverses tasques que es realitzen des del voluntariat.

De la seva banda, les entitats i associacions de voluntariat han de canviar l'enfocament de «demanar voluntaris» pel de «convidar les persones» a participar en projectes concrets i engrescadors, per això recomanem que aquestes defineixin el perfil dels llocs d'acció voluntària, per tal donar una resposta adequada a les «necessitats» de tots els interessats (voluntaris, entitats, beneficiaris i societat).

Els cursos de preparació a la jubilació han d'incorporar la presentació de «l'associacionisme i el món del voluntariat», per tal de difondre aquesta opció com a alternativa per portar una vida activa.

Actualment s'estan fent cursos de formació de voluntaris, creiem que aquesta tasca és molt necessària i que val la pena promoure-la tant com sigui possible i incorporar-la com a pràctica habitual dins les entitats, establint, fins i tot, plans de formació anuals per als voluntaris.

Seria interessant que des de les empreses, i sota un marc de responsabilitat social, s'afavorís una línia de promoció del «voluntariat d'empresa» (*corporate volunteering*), a través del qual el treballador anés destinant gradualment una part major de la seva jornada a col·laborar en una organització sense ànim de lucre. Aquest tipus de participació ha de respondre a interessos tant corporatius com del mateix treballador i facilitar una jubilació gradual i flexible.

La carta del voluntariat de Catalunya estableix, com a dret del voluntari, «ser cobert dels riscos derivats de l'activitat que du a terme com a voluntari...»; no obstant això, s'observa que les persones grans tenen difi-

cultats per ser assegurades per les empreses asseguradores. Recomanem, per tant, que aquestes companyies facilitin assegurances per a aquest grup i que l'Administració estableixi les regulacions corresponents per tal de trobar i garantir una solució a aquesta situació.

Finalment, cal sensibilitzar la població en general envers els grans problemes ètics, socials i econòmics del món (fenòmens com ara la globalització, la pobresa, la immigració o el medi ambient entre molts d'altres), tant dels presents en els països desenvolupats com dels que es troben en els països en vies de desenvolupament. Aquests són temes que també pertocuen a la gent gran, i sobre els quals aquest grup pot fer tasques a través del món associatiu i de voluntariat.

- Cal que la preocupació sobre aquests temes estigui present en totes les associacions, independentment de quin sigui el seu àmbit d'actuació o objectiu principal.

12

Fomentar la cultura de l'oci actiu

És força evident que la preparació a l'oci actiu comença molt abans d'arribar a ser gran. Cal que les persones aprenguin a «fer coses» i a omplir el temps lliure abans que arribi la jubilació, aprofitant el temps que proporciona la jornada laboral actual. Com més gran és l'hàbit de fer certes activitats i més gran és el «domini» adquirit, més fàcil serà desenvolupar les aficions després de la jubilació.

Per tal d'afavorir l'oci actiu recomanem:

- Sistematitzar la realització d'un balanç personal de competències, aficions, desitjos i possibles activitats a fer després de la jubilació.
- Potenciar les actuals polítiques de suport general a l'oci actiu al voltant de l'associacionisme, tant de la gent gran com en general de tota la societat.
- Sistematitzar els serveis d'informació i orientació, per fer accessible l'àmplia oferta d'activitats existent entre la gent gran.
- Afavorir la intergeneracionalitat en la utilització compartida dels recursos d'oci disponibles.

En el disseny de les activitats d'oci destinades a tot el públic en general, recomanem que es tinguin en compte els aspectes d'ergonomia i disseny, per tal de fer-les accessibles a la gent gran.

Les noves generacions de gent gran tenen un nivell cultural i uns costums diferents dels de les generacions més velles i, en conseqüència, els requeriments d'oci van canviant. Recomanem, doncs, que els casals, les empreses, les institucions, o qualsevol organització vinculada a fer activitats d'oci, revisin periòdicament els seus programes i adaptin la seva oferta a les noves necessitats.

Recomanem que les activitats que es fomenten des de l'Administració i els casals, potenciïn la combinació dels aspectes purament lúdics amb els culturals i el foment de la participació social. En aquest sentit, les activitats haurien d'estar orientades a altres elements «enriquidors», que vagin més enllà de «l'entreteniment».

- Com a referència més coneguda podem citar l'organització de viatges lligats a «turisme cultural», «turisme gastronòmic», etc.

El «turisme virtual» o els «viatges virtuals», poden constituir una manera alternativa d'oci, sobretot per a aquelles persones que tenen dificultats per desplaçar-se, o formar part de la preparació de viatges.

- Exemple: «Viatge virtual» per les webs de diversos museus que tenen obres d'un autor, etc.

13

Promoure l'exercici dels drets i els deures de les persones grans

Volem recollir, en aquest punt, alguns fragments de les conclusions del 4t Congrés Nacional de la Gent Gran, que s'ha celebrat durant el mes de maig d'aquest any i que ha coincidit amb la realització d'aquest treball, ja que, en bona mesura, refermen moltes de les idees que es recullen al llarg d'aquest llibre.

CONCLUSIONS DE LA PONÈNCIA A: UN PAÍS PER A TOTHOM. L'APORTACIÓ DE LA GENT GRAN EN LA PERSPECTIVA DEL NOU MIL·LENNI.

L'APORTACIÓ DE LA GENT GRAN EN LA PERSPECTIVA DEL NOU MIL·LENNI, cal considerar-la en tots els àmbits. Podem aportar la nostra opinió i treballar conjuntament amb i per a la societat, amb voluntat de compartir, sense aïllar-nos entre la gent d'edats o unes maneres de pensar afins. Fer-se gran s'ha de viure en positiu, des de la maduresa i des del reconeixement d'una feina feta i d'una nova feina a fer per tal de poder valorar la nostra trajectòria com una vida plena. Per això, amb aquesta voluntat participativa, avançarem per canviar la imatge que en l'actualitat encara té la societat de la gent gran, més centrada a mostrar que som persones receptores de recursos i serveis que en les possibilitats que tenim de continuar aportant. Com a conjunt de persones, *tenim el dret de ser receptors però també el deure de continuar aportant.*

Font: *Conclusions del 4t Congrés Nacional de la Gent Gran*. Generalitat de Catalunya. Barcelona 2002. <<<http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>>

CONCLUSIONS DE LA PONÈNCIA B: LA QUALITAT DE VIDA EN EL MARC DE LA SOCIETAT DEL BENESTAR. LA QUALITAT DE VIDA DE LA GENT GRAN. L'ATENCIÓ A LA GENT GRAN.

Després d'haver treballat la ponència «La qualitat de vida en el marc de la societat del benestar. La qualitat de vida de la gent gran. L'atenció a la gent gran.», VOLEM DESTACAR l'article 25 de la Declaració universal de drets humans, perquè entenem que recull tota l'essència d'aquest concepte. Per això insistim a transcriure'l com a primer punt d'aquests acords:

« Tota persona té dret a un nivell de vida que assegurï la seva salut, el seu benestar i el de la seva família, especialment quant a alimentació, a vestit, a habitatge, a atenció mèdica i als necessaris serveis socials; tota persona té dret a la seguretat en cas d'atur, malaltia,

(Segueix de la pàgina anterior)

invalidesa, viduïtat, vellesa, o en d'altres casos de pèrdua dels mitjans de subsistència a causa de circumstàncies alienes de la seva voluntat»

Font: *Conclusions del 4t Congrés Nacional de la Gent Gran*. Generalitat de Catalunya. Barcelona 2002. <<http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>>

CONCLUSIONS DE LA PONÈNCIA C: CIVISME I PARTICIPACIÓ. EL PAPER ACTIU DE LES PERSONES GRANS EN LA SOCIETAT.

ENTENEM EL CIVISME com un conjunt de valors i actituds, com els drets i els deures de les persones en relació amb la societat. Aquestes qualitats no vénen donades per imposició administrativa, sinó que es concreten en maneres de fer de les persones de totes les edats. Participar és el resultat de posar en pràctica el civisme en la vida quotidiana i en la nostra relació amb els altres, comporta actuar i comprometre's. La participació es basa en els drets i els deures de les persones. En una societat per a totes les edats, les persones grans, en tant que persones, hem de tenir els mateixos drets i deures que tothom. Les persones grans som ciutadans i ciutadanes de ple dret.

CONSIDEREM COM A DRETS DE LES PERSONES, entre d'altres, el dret a la no discriminació per raons d'edat, discapacitat, raça, creença..., el dret a ser consultades i escoltades i, per tant, el dret a decidir; el dret a la informació i a la formació permanent; en conclusió, el dret a ser reconegudes des dels valors i des dels referents propis. CONSIDEREM COM A DEURES DE LES PERSONES, entre d'altres, fer un ús responsable dels drets des de la coresponsabilitat; el deure de respectar la diversitat; el deure de participar activament en la societat des d'actituds cíviques basades en el diàleg, la comprensió, la tolerància mútua i la coherència, com també el deure de transmetre coneixements i experiència en els diversos àmbits de participació.

PER FOMENTAR EL CIVISME I LA PARTICIPACIÓ EN LA CATALUNYA D'AVUI, les persones grans hem de tenir un paper actiu en la societat. Només des de la coresponsabilitat podem assolir una participació implicada en un civisme construït entre totes les edats. La nostra participació activa i implicada ha de fomentar actituds i comportaments cívics centrats més en el SER, des del civisme, que en el TENIR. SER és important, però per poder SER cal TENIR allò que és mínim per viure amb qualitat i dignitat.

Font: *Conclusions del 4t Congrés Nacional de la Gent Gran*. Generalitat de Catalunya. Barcelona 2002. <<http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>>

14

Promoure un pla d'implantació i seguiment de les recomanacions

Al llarg d'aquest llibre es recullen una sèrie de propostes i recomanacions, algunes de les quals són més globals i altres més concretes, no obstant això, totes elles necessiten operativitzar-se per ser portades a la pràctica. Recomanem, doncs, que es creï un equip dins del Departament de Benestar Social que s'encarregui de planificar, prioritzar, implantar o facilitar, i fer un seguiment de les accions necessàries per portar a la pràctica les recomanacions. Caldrà tenir en compte les consideracions i aportacions que faci el Consell de la Gent Gran de Catalunya.

- Aquesta recomanació té per objectiu garantir que s'implantin amb èxit el major nombre de recomanacions possibles.

- Com a primera mesura, proposem que:

- Des del Departament de Benestar Social es faci una reflexió profunda sobre totes les institucions, els organismes, les empreses, els col·legis oficials, els col·lectius... a qui s'ha de difondre aquest llibre.
- Es comencin a desenvolupar accions, relacionant cada «sector» amb les recomanacions que els afecten de forma directa.