



Les veus de la gent gran

El Consell Assessor de la Gent Gran és l'òrgan de participació que té la ciutat de Barcelona per assessorar, valorar i recomanar totes aquelles polítiques ciutadanes que afecten aquest col·lectiu.

Les veus de la gent gran és el resultat d'un procés de treball que ha comportat més de dos anys de la vida del Consell Assessor i en el qual, a partir de la feina feta fins ara, s'ha avançat cap a noves fórmules de participació. Fruit d'una reflexió sobre el llarg treball defensant els drets de les persones grans, el Consell ha volgut fer una proposta sobre la seva manera de treballar. Per fer-ho, ha fet reflexions teòriques, i també l'ha aplicat a projectes concrets que afecten la gent gran: casals i espais de gent gran, qualitat dels serveis, defensa dels drets i llibertats de les persones amb dependència.

Aquesta publicació recull el procés realitzat, les iniciatives començades, els actes que han servit de posada en comú, la presa d'acords, i també fa palès el gran nombre de col·lectius que hi han participat. Aquesta pluralitat d'idees, de projectes i de persones ha configurat les grans conclusions que en la convenció **Les Veus de la Gent Gran** van posar els fonaments d'una nova manera de participar en la vida ciutadana, que ha de ser més àmplia, més profunda i més interactiva. La proposta de treball per donar suport a aquest estil de fer ciutat de manera participada ha estat la creació de la **Xarxa Gran**, un gran instrument on es poden articular activament tots els agents ciutadans vinculats al col·lectiu de persones d'edat.



# Les veus de la gent gran

Gent gran i participació, Barcelona 2002-2003

## **Comissió de Cultura, Educació i Benestar Social de l'Ajuntament de Barcelona**

President Ferran Mascarell  
Vicepresident Ricard Josep Gomà  
Membres Pere Alcober  
Xavier Basso  
Núria Carrera  
Jaume Ciurana  
Àngeles Esteller  
Teresa M. Fandos  
Ignasi Fina  
Xavier Florensa  
Joaquim Forn  
M. Caridad Mejias  
Immaculada Moraleda  
Marina Subirats  
Pilar Vallugera

## **Sector de Serveis Personals de l'Ajuntament de Barcelona**

Gerent M. Glòria Figuerola

## **Coordinació de les Jornades**

Direcció de Participació Social. Sector de Serveis Personals

## **Edita**

Ajuntament de Barcelona. Sector de Serveis Personals  
[www.bcn.es/publicacions](http://www.bcn.es/publicacions)

## **Coordinació editorial**

Departament de Comunicació i Qualitat. Sector de Serveis Personals  
Hores extraordinàries

## **Disseny gràfic**

Aleix Artigal

## **Impressió**

Imatge i Producció Editorial de l'Ajuntament de Barcelona

ISBN:

DL:

# Índex

4	Presentacions
6	Introducció
14	El Consell Assessor de la Gent Gran
24	El programa Gent gran i participació, Barcelona 2002
26	<b>EIXOS I PROJECTES D'ACTUACIÓ</b>
28	<b>ELS FÒRUMS DE DEBAT</b>
28	Jornades Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona
32	Jornada Participació i Qualitat dels Serveis
34	Convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona
50	<b>MANIFEST APROVAT A LA CONVENCIÓ LES VEUS DE LA GENT GRAN DE BARCELONA</b>
54	<b>ESTUDIS I PROJECTES REALITZATS</b>
54	Recull de bones pràctiques
56	Les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària
58	Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència
60	Xarxa Gran. Propostes per afavorir i ampliar la participació de la gent gran a Barcelona
62	<b>ALTRES ACTUACIONS</b>
62	Exposició itinerant
64	Tallers de participació

## PARTICIPACIÓ I DINAMITZACIÓ DELS CASALS

67	Les millors iniciatives dels casals
68	<b>ELS VALORS DE LA GENT GRAN (MAXIMILIENNE LEVET)</b>
72	<b>RECALL DE BONES PRÀCTIQUES</b>
90	<b>PROPOSTA DE LÍNIES DE FUTUR APLICABLE ALS CASALS I ESPAIS DE RELACIÓ DE GENT GRAN MUNICIPALS</b>
92	<b>CONCLUSIONS</b>

## PARTICIPACIÓ I QUALITAT DELS SERVEIS

95	Les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària
96	<b>CONCLUSIONS</b>
99	La qualitat dels serveis dirigits a les persones en situació de fragilitat
100	<b>LA QUALITAT DELS SERVEIS (BO EDWARSON)</b>
104	<b>DOCUMENT OBERT DE DRETS I LLIBERTATS DE LA GENT GRAN AMB DEPENDÈNCIA</b>
108	<b>CONCLUSIONS</b>

## PARTICIPACIÓ I NOVES PRÀCTIQUES

111	La participació es mou a Barcelona
112	<b>CONCLUSIONS</b>
115	Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: la Xarxa Gran
116	<b>XARXA GRAN. PROPOSTES PER AFAVORIR I AMPLIAR LA PARTICIPACIÓ DE LA GENT GRAN A BARCELONA</b>
125	<b>CONCLUSIONS</b>
126	A manera de cloenda
128	<b>ENVEJECER FELICES (LUIS ROJAS MARCOS)</b>

# Presentacions

En els darrers anys moltes persones grans de la nostra ciutat han dedicat una bona part del seu temps a reflexionar i a fer aportacions al voltant d'aspectes vinculats a la seva participació en la vida ciutadana. Aquest exercici ha estat possible gràcies a la llarga trajectòria participativa que té aquest col·lectiu de persones a Barcelona, i que ha demostrat dia a dia amb la seva presència activa als casals i espais de relació i a les associacions i entitats. Bona part dels resultats de tot aquest treball s'ha fet visible en els congressos de gent gran celebrats els anys 1989, 1993 i 1999.

En tot aquest procés, el Consell Assessor de la Gent Gran ha jugat un paper modèlic, propiciant un ampli debat que ha permès a l'Ajuntament conèixer quines són les seves expectatives en relació amb les actuacions municipals, així com incorporar les seves sensibilitats i particularitats en la construcció d'una ciutat per a totes les persones.

Volem seguir comptant amb les aportacions del Consell Assessor de la Gent Gran, de les associacions i entitats que els representen i de les persones que a títol individual han decidit exercir la seva ciutadania activa per fer de Barcelona una espai que reconeix i admira el bagatge ple d'experiències de les persones grans.

La publicació *Les veus de la gent gran* ha volgut recollir una bona part del treball dels darrers temps, i representa un punt de continuïtat i de futur en el procés d'ampliació de la participació de la gent gran de Barcelona.

Us felicito, doncs, pel treball quotidià que feu des de les associacions i us encoratjo a mantenir el compromís col·lectiu que us defineix, i que la nostra ciutat valora i agraeix profundament.

**Joan Clos**

Alcalde de Barcelona

Podem afirmar que, en els darrers anys, la participació activa de la ciutadania és un valor clarament en alça. Així, els òrgans de participació s'han multiplicat tant en les administracions com en els diversos organismes. L'any 1990, Barcelona va ser pionera en crear el Consell Assessor de la Gent Gran com a òrgan consultiu per tal que presentés propostes i recomanacions sobre quines eren les necessitats de les persones d'edat de la ciutat per assolir una vellesa satisfactòria.

Diuen que l'experiència és un grau i el Consell Assessor de la Gent Gran és un molt bon exemple d'això. D'una banda, perquè aplega un elevat nombre de persones que per edat i coneixements representen un bon nivell d'expertesa. De l'altra, perquè fa anys que contribueixen enèrgicament a fer que la participació activa sigui un fet. Gràcies a aquesta coneixença el Consell ha evolucionat cap a un treball que ha portat a la necessitat compartida per tothom d'aprofundir i ampliar la participació en el sector de la gent gran.

Aquest procés ha estat llarg i laboriós i ha comportat informació, reflexions, anàlisi, treballs de grup, debats oberts i, a la fi, acords compartits amb molta gent gran de la ciutat. El nucli de les propostes i recomanacions presentades continua posant èmfasi en la millora de les condicions de vida de la gent gran, però ha avançat i ha anat molt més enllà i les ha obert cap a aquells aspectes que aprofundeixen en la ciutadania activa i com promesa exercida per la gent gran.

Aquesta publicació forma part del resultat d'aquest treball conjunt que volem continuar practicant amb la col·laboració de tots i cadascun de vosaltres per construir una Barcelona per a totes les persones.

### **Ricard Gomà**

Regidor de Benestar Social i president del Consell Assessor de la Gent Gran

# Introducció





La publicació que teniu a les mans és un recull dels diferents projectes i accions que han impulsat el Consell Assessor de la Gent Gran i l'Ajuntament de Barcelona al llarg de l'any 2002 i el començament del 2003 dins el programa Gent gran i participació, Barcelona 2002. Tots aquests projectes tenen l'objectiu de fomentar i ampliar la participació de les persones grans en la vida de la ciutat, pensant també en aquelles que, per una raó o una altra, no tenen a l'abast canals efectius per fer sentir la seva veu.

El punt de partida del programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002** és el **III Congrés de la Gent Gran de Barcelona**, celebrat el 1999. En aquella ocasió ja es va destacar la necessitat de fomentar la participació social i cultural de la gent gran, i la importància que el col·lectiu disposés d'uns òrgans forts i estables per exercir-la. A partir de les conclusions del congrés, el Consell Assessor va prioritzar nou

línies d'actuació perquè fossin tingudes en compte en les polítiques municipals adreçades a la gent gran. La segona d'aquestes línies (promoure la participació de la gent gran en tots els àmbits socials, des d'una òptica intergeneracional, donant suport al teixit social, actualitzant l'estructura organitzativa dels casals i potenciant que la gent gran sigui present en tots els òrgans de participació i consulta en els quals es tractin temes que afectin el sector) ha estat precisament la base del disseny del programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002**.

Aquesta publicació, a banda de la descripció dels projectes del programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002**, també inclou una presentació del Consell Assessor de la Gent Gran de la ciutat, en què figuren les entitats i institucions que l'integren i quines són les seves funcions com a òrgan de representació de les persones grans davant del consistori. Així mateix, s'hi recullen els principals fòrums de debat

que s'han originat i els documents de treball elaborats a l'entorn del programa, que en molts casos s'han presentat en aquests mateixos fòrums i han estat debatuts al si del Consell Assessor de la Gent Gran.

Aquesta línia d'actuació (una de les nou prioritzades al III Congrés de la Gent Gran de Barcelona de 1999) ha estat la base del programa Gent gran i participació, Barcelona 2002.

**Promoure la participació de la gent gran en tots els àmbits socials, des d'una òptica intergeneracional, donant suport al teixit social, actualitzant l'estructura organitzativa dels casals i potenciant que la gent gran sigui present en tots els òrgans de participació i consulta en els quals es tractin temes que afectin el sector.**

Coneixeu els objectius i les funcions del Consell Assessor de la Gent Gran, un dels principals consells de participació de l'Ajuntament de Barcelona.

## El Consell Assessor de la Gent Gran

Totes les activitats, fòrums de debat i estudis a l'entorn del programa Gent gran i participació, Barcelona 2002 impulsat pel Consell Assessor de la Gent Gran.

### El programa Gent gran i participació, Barcelona 2002

Eixos i projectes d'actuació

Els fòrums de debat

- Jornades Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona
- Jornada Participació i Qualitat dels Serveis
- Convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona

Manifest aprovat a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona

Estudis i projectes realitzats

- Recull de bones pràctiques
- Les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària
- Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència
- Xarxa Gran. Propostes per afavorir i ampliar la participació de la gent gran a Barcelona

Altres actuacions

- Exposició itinerant
- Tallers de participació

Consulteu els documents tècnics i les conclusions dels cinc projectes del programa Gent gran i participació, Barcelona 2002.

### **Participació i dinamització dels casals**

#### **Les millors iniciatives dels casals**

Els valors de la gent gran (Maximilienne Levet)

Recull de bones pràctiques

Proposta de línies de futur aplicable als casals i espais de relació de gent gran municipals

Conclusions

### **Participació i qualitat dels serveis**

#### **Les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària**

Conclusions

#### **La qualitat dels serveis dirigits a les persones en situació de fragilitat**

La qualitat dels serveis (Bo Edwarson)

Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència

Conclusions

### **Participació i noves pràctiques**

#### **La participació es mou a Barcelona**

Conclusions

#### **Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: la Xarxa Gran**

Xarxa Gran. Propostes per afavorir i ampliar la participació de la gent gran a Barcelona

Conclusions

Un final especial i optimista extret de la convenció **Les Veus de la Gent Gran de Barcelona**.

#### **A manera de cloenda**

Envejecer felices (Luis Rojas Marcos)

## PUNT DE PARTIDA

- Conclusions del III Congrés de la Gent Gran de Barcelona
- Recomanacions del Grup de Treball de Gent Gran del Consell Municipal de Benestar Social
- Treball del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona

## CONSELL ASSESSOR DE LA GENT GRAN. APROVACIÓ DEL PROGRAMA

Programa Gent gran i participació, Barcelona 2002.  
Fer créixer la participació: un nou enfocament compartit

## PROPOSTA TÈCNICA

## PROCÉS DE PARTICIPACIÓ DEL CONSELL ASSESSOR DE LA GENT GRAN I DELS CONSELLS DE LA GENT GRAN DELS DISTRICTES

### Participació i dinamització dels casals

Sí

- Les millors iniciatives dels casals

### Participació i qualitat dels serveis

Sí

- Les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària
- Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència

### Participació i noves pràctiques

Sí

- La participació es mou a Barcelona
- Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: la Xarxa Gran

POSADA EN COMÚ

RETORN ALS CONSELLS DE LA GENT  
GRAN DELS DISTRICTES

→ ▪ Jornada Participació i Qualitat dels  
Serveis (26 de juny de 2002)

Si

→ ▪ Jornades Coneixent i Compartint les  
Millors Experiències dels Casals de Gent  
Gran de Barcelona  
(11 i 12 de juny de 2002)

Si

→ ▪ Exposició itinerant  
▪ Taller de participació

Convenció  
Les Veus de la  
Gent Gran de  
Barcelona

(5 i 6 de febrer de 2003)

Proposta de treball  
2004-2007

El Consell Assessor de la Gent Gran





**El Consell Assessor de la Gent Gran és un dels consells de participació de l'Ajuntament de Barcelona.** El seu àmbit d'actuació són les qüestions referents a la problemàtica social de la gent gran de la ciutat i, en concret, les competències i funcions que suposin una millora del benestar i de la qualitat de vida del col·lectiu.

Les normes reguladores del Consell Assessor de la Gent Gran van ser aprovades per decret d'alcaldia l'11 de juny de 1990 i especifiquen que el Consell pot funcionar en plenari i mitjançant una comissió permanent, i que ha de tenir una presidència, una vicepresidència i el suport d'una secretaria tècnica. En la normativa de funcionament dels seus òrgans, aprovada pel Plenari del Consell el 25 de juny de 1992, s'indica la conveniència de trobar altres espais de treball, com les reunions periòdiques entre els representants de les comissions i consells de gent gran dels districtes i els grups de treball en relació amb temes específics.

### **Òrgans i funcions**

Al llarg dels anys, s'han anat creant els diferents espais de treball fins a configurar l'actual estructura organitzativa. El Plenari és l'òrgan de màxima representació del Consell. La convocatòria del Plenari no té una periodicitat establerta, ja que depèn

del treball realitzat en els altres òrgans. De forma orientativa es preveuen de dues a tres reunions ordinàries l'any. El Plenari està integrat per: els/les tinentes/es d'alcalde i/o regidors/es que designi l'alcalde i fins a un màxim de tres tècnics/ques municipals, fins a un màxim de deu entitats socials, cíviques, culturals i sindicals de la gent gran d'àmbit de la ciutat, que es poden ampliar per resolució de la Presidència i a proposta de la majoria de membres del Consell, i dos representants de cadascuna de les comissions/consells de gent gran dels districtes.

La Comissió Permanent és l'òrgan de continuïtat del Consell, i també l'òrgan de treball en la mesura que s'encarrega de discutir, informar i estudiar els assumptes que es debatran al Plenari. Se'n preveuen cinc reunions ordinàries l'any.

Les comissions o consells de gent gran dels districtes funcionen com a òrgan consultiu i de participació des de l'àmbit territorial de districte. Poden formar-ne part les entitats de gent gran o adreçades a la gent gran i representen els interessos del col·lectiu a escala territorial. Els seus acords són tramesos a través dels seus representants al Consell Assessor.

Per establir un millor procés informatiu existeix un grup estable format per ca-

dascun dels dos representants dels deu districtes. Aquest grup de treball té una previsió de cinc sessions anuals de forma alternada a les sessions ordinàries de la Comissió Permanent. Quan el Consell ho creu adient crea grups de treball amb finalitats específiques, la durada dels quals depèn de la realització dels objectius marcats.

La Presidència i la Vicepresidència les porten a terme els tinentes/es d'alcalde o regidors/es, membres del Plenari que designi l'alcalde per a aquestes funcions.

Finalment, el Consell Assessor de la Gent Gran disposa de la Secretaria Tècnica, integrada per personal municipal, amb funcions pròpies d'òrgan auxiliar de suport tècnic i administratiu.

Per garantir la coordinació i facilitar el treball amb objectius a mitjà termini, el Plenari del Consell aprova anualment un pla de treball que fixa els temes que s'han de treballar, la participació dels diferents òrgans i el calendari de reunions.

### **Evolució**

Al llarg de la dècada dels anys vuitanta, el grup promotor inicial es converteix en el principal interlocutor de la gent gran amb l'Ajuntament i impulsa el **I Congrés de la Gent Gran de Barcelona**, el 1989. Una de les principals conclusions del congrés és

**El 18 de març de 1991 es constitueix oficialment el Consell Assessor de la Gent Gran**





que cal reconèixer oficialment el Consell i dotar-lo d'una estructura administrativa.

El 1990 s'aproven les normes reguladores del Consell Assessor de la Gent Gran, actualment vigents, i el 18 de març de 1991 es constitueix oficialment. El 1993, en el marc de l'Any Europeu de la Gent Gran i la Solidaritat entre Generacions, el Consell Assessor de la Gent Gran, amb el suport de l'Ajuntament, organitza el **II Congrés de la Gent Gran de Barcelona**.

El 1999 és designat per les Nacions Unides Any Internacional de les Persones Grans, i amb aquest motiu s'organitza el **III Congrés de la Gent Gran de Barcelona**. Després del III Congrés, en compliment d'un dels acords, s'ha iniciat un procés d'aprofundiment de la presència de la gent gran en els òrgans de participació ciutadana. A partir d'un grup de treball del Consell Assessor, s'han estudiat les possibles modificacions de la normativa del Consell per tal d'ampliar-lo i satisfer així la necessitat de recollir totes les veus de la gent gran, sigui quin sigui el tipus d'associació, i també les veus dels que no formen part de cap entitat.

Més d'una dècada després de la creació del Consell Assessor, la realitat associativa del col·lectiu de gent gran ha canviat i s'ha enriquit, i, paral·lelament, el Consell Assessor s'ha consolidat com a interlocutor de la gent gran de la ciutat. El programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002** se situa en aquesta perspectiva.

## **Objectius principals del Consell Assessor de la Gent Gran**

- Estimular la participació del col·lectiu de la gent gran, fomentant l'associacionisme, i facilitar-hi el suport i l'assistència oportuns.
- Promoure accions de solidaritat per al benestar de la gent gran, en el marc de la necessària convivència ciutadana.
- Promoure la participació democràtica dels usuaris i usuàries en la presentació dels serveis municipals i exercir-ne el seguiment i control.
- Estudiar i emetre informes sobre els temes que consideri d'interès.
- Potenciar la coordinació entre les institucions que actuen en aquest àmbit, siguin públiques o privades.
- Proposar la concertació d'actuacions amb les entitats que treballen en aquest sector i la coordinació amb el teixit associatiu.
- Analitzar críticament la situació que, en relació amb la gent gran, es generi a la ciutat, així com les actuacions que s'hi duen a terme.
- Promoure iniciatives relacionades amb els estudis i les anàlisis que es derivin de les situacions estudiades.
- Informar, debatre i difondre les qüestions relatives a la qualitat de vida de la gent gran.

## **Estructura organitzativa del Consell Assessor de la Gent Gran**

- El Plenari
- La Comissió Permanent
- La reunió de representants de les comissions/consells de gent gran dels districtes
- Els grups de treball
- La Presidència i la Vicepresidència
- La Secretaria



## Entitats integrants del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona

Associació Coordinadora per a l'Ancianitat (ACA)  
Asociación Fondo de Conocimiento y Experiencia (CONEX)  
Associació per a la Defensa de la Gent Gran (ADEGG)  
Coordinadora de Casals Municipals  
Coordinadora de Jubilats i Pensionistes de les AV de Barcelona  
Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya (FATEC)  
Federació de Jubilats de la UGT  
Unió Sindical de CCOO del Barcelonès (USCOB)  
Consell de Gent Gran del Districte de Ciutat Vella  
Consell de Gent Gran del Districte de l'Eixample  
Consell de Gent Gran del Districte de Sants-Montjuïc  
Consell de Gent Gran del Districte de Les Corts  
Consell de Gent Gran del Districte de Sarrià-Sant Gervasi  
Consell de Gent Gran del Districte de Gràcia  
Consell de Gent Gran del Districte d'Horta-Guinardó  
Consell de Gent Gran del Districte de Nou Barris  
Consell de Gent Gran del Districte de Sant Andreu  
Consell de Gent Gran del Districte de Sant Martí

## Entitats integrants dels consells assessors de la gent gran dels districtes

ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE CIUTAT VELLA  
AV Carrer Moles  
Associació de Pensionistes Estibadors del Port  
Associació de Pensionistes i Jubilats (Casal del Mar)  
Associació de Funcionaris Pensionistes de l'Administració Local  
Associació de Gent Gran Barri de la Ribera  
ASVOL ("la Caixa")  
Càritas  
Casa del Mar  
Casal d'Avis Josep Trueta  
Casal d'Avis Josep Tarradellas  
Casal d'Avis Barceloneta, Associació Gent Dinàmica  
Casal d'Avis Mediterrània  
Casal d'Avis Pati Llimona  
Casal d'Avis Casc Antic  
Centre de Dia El Caliu  
Centre de Dia El Mil·lenari  
Centre de Dia Prisba  
Club Sant Jordi  
Coordinadora Nacional de Jubilats i Pensionistes  
Esplai Lledó  
Esplai Padró  
Federació Catalana de Pensionistes de CCOO  
Federació de Jubilats i Pensionistes de la UGT  
Fundació Família i Benestar Social  
L'Abrigall de l'Avi  
Llar de l'Avi c/ La Cera  
Residència Llar de la Mercè  
Unió de Jubilats del Port  
USOC – Unió Sindical Obrera de Catalunya  
Utopia  
Vocalia de Gent Gran d'AV Casc Antic  
Vocalia de Gent Gran d'AV Gòtic  
Voluntariat Sant Camil

## ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE L'EIXAMPLE

AV Esquerra de l'Eixample  
AV i Amics Pg. de Sant Joan  
AV Sagrada Família  
Amics de Josep Sunyol  
APDE  
Associació Catalana de Familiars i Usuaris de Centres Geriàtrics Assistits (ACFUG)

Associació Coneixement i Experiència (CONEX)  
Associació Coordinadora per l'Ancianitat (ACA)  
Associació de Formació Permanent d'Actes per a la Tercera Edat (AFOPA)  
Associació de Jubilats Forçosos  
Associació de Jubilats d'Hydroelèctrica de Catalunya  
Aules Universitàries  
Belluga't  
Canal Informatiu Majors del Col·legi de Periodistes  
Casal Municipal Francesc Layret  
Casal de l'Eixample  
Casal de Sords  
Casal Municipal Carlit  
Casal Municipal Maria Aurèlia Capmany  
Casal Municipal Sant Antoni  
Centre Comarcal Lleidatà  
Centre Passatge  
Club d'Avis Les Saleses  
Club de Petanca Gaudi  
Club Sant Jordi  
Col·legi Oficial d'Agents Comercials de Barcelona (COACB)  
Creu Roja Voluntariat  
Espai de Gent Gran Fort Pienc  
Espai de Gent Gran Sagrada Família  
Esplai El Poblet  
Esplai Sant Antoni  
FATEC  
Llar Sant Ignasi  
Pensionistes Onze  
Prudenci Miralles  
UNAE

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE SANTS-MONTJUÏC

AV Can Clos  
AV Poble Sec  
AV La França Xica  
Associació de Defensa dels Drets de la Gent Gran (ADDEG)  
Apartaments Josep Miracle  
Associació de Jubilats de Renfe  
Associació de Prejubilats i Jubilats de Seat  
Associació Secretariat Gent Gran Sants-Montjuïc  
Aula Oberta La Bordeta  
Aula Oberta Poble Sec  
Aula Oberta Sants  
Casal d'Avis de Sants  
Casal de Gent Gran Cotxeres de Sants

Casal del Polvori  
Casal de Gent Gran Cotxeres  
Casal Municipal de Gent Gran Poble Sec  
Casal Municipal de Gent Gran La Capa  
Centre Cívic El Casinet  
Centre Cívic El Casinet d'Hostafrancs  
Centre Cultural Tomàs Tortajada  
Centre Social de Sants  
Creu Roja Voluntariat  
Esplai de Sants. Associació Gent Gran "la Caixa"  
Esplai Santa Madrona  
Grup d'Opinió Àmfora  
Residència Josep Miracle  
Residència Sant Medir  
Secretariat d'Entitats de Sants, Hostafrancs i la Bordeta  
Unió de Jubilats d'UGT  
Vocalia d'Avis AV Badal  
Vocalia de Gent Gran AV La França  
Vocalia de Gent Gran Unió Esportiva de Sants  
Vocalia de Jubilats Font de la Guatlla, Magòria  
Vocalia de Jubilats i Pensionistes Mestresses de Casa

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE LES CORTS

AV Sant Ramon  
AV Tres Jardins  
Associació Socio-Motriu El Remei  
Aula de Gent Gran Zona Est de Les Corts  
Aula de Gent Gran Zona Oest de Les Corts  
Aula d'Extensió Universitària de Les Corts  
Casal de Gent Gran de Les Corts  
Casal de Gent Gran de Montnegre  
Casal de Gent Gran Pere Quart  
Casal de Gent Gran Sant Ramon  
Centre d'Esplai i Convivència  
Fundació ACE

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE SARRIÀ-SANT GERVAIS

Associació CIC  
Associació Cultural Asoculca  
Casal de Gent Gran Can Castelló  
Casal de Gent Gran Via Augusta  
Casal Mare de Déu de Gràcia  
Casal Maria Auxiliadora  
Casal Sala del Roser  
Club Vedruna  
Esplai Bonanova

Esplai Ca l'Avi  
Grup de Gent Gran Centre Cívic Casal de Sarrià  
Grup de Gent Gran Centre Cívic L'Elèctric  
Grup de Gent Gran, PSC  
Grup de Gent Gran Centre Cívic Vallvidrera  
Llar de Jubilats Sant Ildefons  
Llar de Mossèn Lluís Vidal  
Llar de Gent Gran Santa Cecília  
Obra Religiosa Social (ORS)  
Residència Nativitat

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE GRÀCIA

AV Amics del Pg. de Sant Joan  
AV Camp d'en Grassot  
AV Camprodon  
AV Carrer Argentina  
AV Coll-Vallcarca  
AV Diluvi  
AV Francesc Giner  
AV Gràcia Nord-Vallcarca  
AV i Amics de la Virreina  
AV Joan Blanques  
AV Martínez de la Rosa  
AV Penitents Teixonera  
AV Ptge. Isabel de Vallcarca  
AV Pl. del Sol i Adjacents  
AV Vila de Gràcia  
Associació Catalana d'Integració i Desenvolupament Humà (ACIDH)  
Alzheimer Catalunya  
Amics de la Gent Gran  
Amics de la Zarzuela  
Associació de Jubilats i Pensionistes La Sedeta  
Associació Esportiva de Gràcia Ubae  
Associació de Gent Gran del Coll  
Associació de Gent Gran Pau Casals  
Associació Montserrat  
Casal Corpus-Grup de Teatre  
Casal d'Avis Siracusa  
Casal de Gent Gran Montmany  
Casal de Gent Gran Mozart  
Casal de Gent Gran Penitents  
Casal de Gent Gran La Miranda  
Centre Moral de Gràcia  
Cercle Catòlic de Gràcia  
Club Ciclista de Gràcia  
Club Helena

Club de Petanca Amics de Gràcia  
Club de Petanca Coll-Vallcarca  
Club de Petanca Lesseps  
Club de Petanca Pg. de Sant Joan  
Cor de Maria  
Els Petits Gegants  
Unió Catalana de Sèniors

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE D'HORTA-GUINARDÓ

AV La Clota (Vocalia de Gent Gran)  
Agrupació de Jubilats Baix Guinardó  
Associació de Gent Gran Dante  
Associació de Gent Gran Josep Sangerís  
Associació de Jubilats de la Teixonera  
Associació de Gent Gran Canigó  
Associació de Gent Gran Esplai del Carmel  
Associació Nou Horitzó  
Aules de Cultura per a la Gent Gran, Centre Cívic Mata i Ramis  
Casal d'Avis del Carmel  
Casal d'Avis Sant Antoni de Pàdua  
Casal de Gent Gran del Guinardó  
Casal de Gent Gran d'Horta  
Club de Jubilats Sant Jordi Montbau  
El Casalet Font Castellana  
Espai de Trobada per a la Gent Gran Saudade  
Esplai Sanllehy  
Grup de Gent Gran d'Horta  
Patronat Homenatge a la Vellesa del Carmel  
Residència Llars Mundet  
Vocalia de Gent Gran AV Parc de la Vall d'Hebron  
Vocalia de Gent Gran Font del Gos  
Vocalia de Jubilats AV Baix Guinardó  
Vocalia de Jubilats AV d'Horta

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE NOU BARRIS

Associació Casal de Gent Gran Trinitat Nova  
Associació Casal de Gent Gran Verdum-Artesania  
Associació Casal de Gent Gran Guineueta II  
Associació Casal de Gent Gran Prosperitat  
Associació Comissió de Gent Gran Nou Barris  
Associació Cultural "Fátima"  
Associació Cultural i Gent Gran "La Guilla"  
Associació d'Avis Casal Casa Nostra  
Associació d'Avis Casal Pau Casals  
Associació d'Avis Casal Pedraforca  
Associació d'Avis Casal Platja d'Aro



Associació d'Avis Casal Turó de la Peira  
Associació d'Avis de Roquetes  
Casal Sant Jordi Prosperitat  
Comissió d'Usuaris dels Habitatges Tutelats Pau Casals  
Creu Roja Nou Barris  
Esplai Virrei Amat  
Grup Gent Gran Ideal d'en Clavé  
Taller de Gent Gran de la Parròquia de Santa Eulàlia  
Vocalia de Gent Gran AV Can Peguera  
Vocalia de Gent Gran AV Porta

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE SANT ANDREU

AV Congrès-Vocalia de Jubilats  
AV Barri de Navas-Vocalia de Jubilats  
AV Sant Andreu del Palomar-Vocalia de Jubilats  
Associació per a la Defensa de la Gent Gran (ADEGG)  
Agrupació de Gent Gran de Trinitat Vella  
AMEC  
Asociación Por Una Pensión Justa  
Associació Ciutadana pels Drets de les Dones  
Aula d'Extensió Universitària  
Casal de Gent Gran de Sant Andreu  
Casal Municipal de Gent Gran Baró de Viver  
Casal Municipal de Gent Gran Bascònia  
Casal Municipal de Gent Gran Bon Pastor  
Casal Municipal de Gent Gran La Palmera  
Casal Municipal de Gent Gran Navas  
CiU  
Creu Roja Sant Andreu  
ERC  
Esplai de Gent Gran de Trinitat Vella  
Esplai de Gent Gran del Congrès  
Esplai de Gent Gran Meridiana  
Fundació Casa Asil Sant Andreu del Palomar  
Grup Caliu Congrès  
Parròquia Pius X – Camí de l'Esperança  
Parròquia Sant Andreu del Palomar – Tramats de Vida  
Parròquia Sant Joan Bosco – Llar Don Bosco  
Parròquia Sant Pacià – Grup de Vida Creixent  
PSC  
Residència Geriàtrica Nova Llar  
Residència Geriàtrica Resigera  
UGT – Vocalia de Jubilats

#### ENTITATS DEL CONSELL DE GENT GRAN. DISTRICTE DE SANT MARTÍ

Associació per a la Defensa de la Gent Gran (ADEGG)  
Associació Aula Endavant Sant Martí  
Associació Dones de 50 i Més  
Associació Ferrocarril Metropolitana de Barcelona  
Casal Bac de Roda  
Casal Calassanç Grup de la Tercera Edat. Parròquia  
Casal del Parc  
Casal Joan Casanelles  
Casal Joan Maragall  
Casal La Palmera  
Casal Paraguai-Perú  
Casal Sant Martí (Centre Cívic Sant Martí)  
Casal Sant Martí de Provençals (Xifré)  
Casal Taulat  
Casal Verneda  
Casal Verneda Alta  
Centre Parroquial Sant Martí de Provençals  
Club de Jubilats Provençals  
Club de Jubilats Sant Jordi  
Club de Vells de la Pau  
Escola d'Amistat. Parròquia Sant Lluís Gonçaga  
Escola de Vida. Parròquia Sant Pancraç  
Grup d'Avis Parròquia Santa Maria del Taulat  
Grup Tardor Tercera Edat. Parròquia Sant Ambrós  
Grup de la Tercera Edat. Parròquia Sagrat Cor  
Parròquia de Sant Francesc d'Assís  
Vocalia de Jubilats AV Verneda Alta  
Vocalia Jubilats Centre Cívic La Pau

El programa Gent gran i participació, Barcelona 2002



# EIXOS I PROJECTES D'ACTUACIÓ

L'any 2002 va ser especialment prolífic en accions que van implicar la gent gran. Coincidint amb la II Assemblea Mundial sobre l'Envel·liment, organitzada per les Nacions Unides, i amb el Fòrum Mundial d'ONG de l'Envel·liment, celebrats a Madrid l'abril d'aquest mateix any, l'Ajuntament de Barcelona i el Consell Assessor de la Gent Gran de la ciutat van impulsar el programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002**.

Sota el lema "Fer créixer la participació: construir un nou enfocament compartit", les accions i els projectes inclosos en el programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002** tenen la voluntat de ser una via útil per aprofundir, innovar i estendre la participació de la gent gran en tots els àmbits de la vida ciutadana. El Consell Assessor també va assumir com a repte reforçar la incidència social i institucional de les formes de participació emergents.

La filosofia que impulsa el programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002** es va nodrir fonamentalment de les conclusions del **III Congrés de la Gent Gran de Barcelona** (1999), de les recomanacions i propostes que ha elaborat en aquests darrers anys el grup de treball de gent gran del

Consell Municipal de Benestar Social, i dels treballs del Consell Assessor de la Gent Gran, de les comissions de districte i de les associacions.

El programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002** consta de cinc projectes, emmarcats en tres eixos d'acció, tal com es

Des d'una perspectiva innovadora i amb voluntat de transformació, el programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002** va preveure un seguit d'accions i projectes orientats a incrementar i a ampliar la participació de la gent gran a la ciutat



recullen al quadre adjunt. El disseny de cadascun dels projectes es va encarregar a diferents experts, que hi han treballat a títol individual o com a coordinadors d'un equip més ampli. Mercè Pérez Salanova, psicòloga i experta en gerontologia, ha assumit l'assessoria tècnica del conjunt del programa.

A més de ser-ne el principal impulsor, i de fer, per tant, un seguiment acurat del disseny i de l'evolució dels projectes, el Consell Assessor de la Gent Gran també hi ha participat directament en una fase o altra a través de grups de treball.

### Els 3 eixos d'acció i els 5 projectes del programa Gent gran i participació, Barcelona 2002

Eixos	Projectes
Participació i dinamització dels casals	Les millors iniciatives dels casals
Participació i qualitat dels serveis	Les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària La qualitat dels serveis dirigits a les persones en situació de fragilitat
Participació i noves pràctiques	La participació es mou a Barcelona Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: la Xarxa Gran

# Jornades Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona

L'objectiu de les jornades era fer visibles les bones pràctiques existents als casals i espais de relació de gent gran municipals, donar valor a les activitats que s'hi realitzen i facilitar l'intercanvi d'aquestes experiències entre tots els centres implicats, tant dins l'àmbit de districte com de ciutat. L'acte també va significar un reconeixement públic a la tasca de la gent que de formes diverses fa possible el funcionament diari dels centres. La trobada va convidar les persones assistents a expressar la seva opinió i debatre els projectes presentats. Aquest recull d'aportacions va permetre elaborar la informació presentada a la convenció **Les Veus de la Gent Gran de Barcelona**, celebrada el febrer de 2003.

A les taules temàtiques, representants de diferents casals van exposar l'experiència particular del seu centre en relació amb les diferents temàtiques presentades: voluntariat, relacions intergeneracionals, activitats de lleure i espais compartits, no-

ves tecnologies i models d'organització i gestió.

### Què s'ha d'entendre per *bona pràctica*

A les jornades es va consensuar, entre altres coses, que una bona pràctica dins un casal serà aquella que capti i faci promoció de les possibilitats d'aportació de les persones grans a la societat; que faciliti l'accés a la informació, que fomenti l'associacionisme, l'autoestima i l'autonomia personal (com ara els tallers de memòria o la gimnàstica), que serveixi per canalitzar les demandes i inquietuds del col·lectiu, que es dugui a terme en col·laboració amb altres entitats del barri o amb altres grups d'edat, i que serveixi per difondre el treball que es realitza des dels òrgans de participació de l'Ajuntament de Barcelona en què està representada la gent gran (Consell Assessor, comissions de districte, etc.). En definitiva, aquella que contribueixi a reforçar el teixit associatiu dels territoris, a crear

xarxes, a integrar els casals i les activitats de les persones grans en el marc global de la comunitat.

### El que més interessava els participants

En el debat, els participants es van interessar per qüestions relacionades amb les subvencions, els horaris d'obertura, l'edat d'accés als casals, les quotes o els serveis que s'hi presten, i van plantejar la necessitat d'una adaptació de les directrius que regeixen els casals a les necessitats actuals. També es va reivindicar una major participació de les dones en els òrgans de gestió i el foment de l'associacionisme.

### Les conclusions

A partir de les conclusions presentades en aquestes jornades i de totes les aportacions que s'hi van recollir, el Consell Assessor de la Gent Gran i l'Ajuntament van elaborar una proposta de línies d'actuació respecte dels casals i espais de relació de gent gran muni-

## QUÈ APORTEN ELS ESPAIS DE GENT GRAN

- 57 casals i espais de relació de gent gran municipals per gaudir a partir dels 55 anys.
- Més de 60.000 socis i usuaris.
- Més d'un centenar de bones pràctiques per compartir.
- Casals i espais de relació de gent gran municipals més integradors.
- Espais oberts a l'entorn, innovadors, dinàmics, participatius, solidaris, en xarxa.
- Els casals aposten per les noves tecnologies, per les relacions intergeneracionals, pel desenvolupament sostenible...

La gerontòloga francesa Maximilienne Levet va pronunciar la conferència Els valors de la gent gran, en què va instar les persones grans a participar de manera activa en la vida social i a redescobrir i transmetre com un valor alguns dels trets que acompanyen l'edat, com ara la lentitud, la feblesa o la disponibilitat, i que ella contraposa a la pressa, a la llei del més fort o a l'individualisme.

Vegeu el text íntegre de la conferència a la pàgina 68.

cipals que va ser presentada com a conclusió de la feina realitzada fins aquell moment en la convenció **Les Veus de la Gent Gran de Barcelona**. El document de les conclusions del recull de bones pràctiques es pot veure a la pàgina 72 d'aquesta publicació.

### Jornades Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona

11 i 12 de juny de 2002

#### CaixaFòrum

- Unes jornades adreçades a tots els socis i sòcies dels casals i espais de relació de gent gran municipals i als tècnics de referència
- 236 participants: 114 dones i 122 homes



## CONEIXENT I COMPARTINT LES MILLORS EXPERIÈNCIES DELS CASALS I ESPAIS MUNICIPALS DE GENT GRAN DE BARCELONA

### Programa

#### Dia 11 de juny

##### *Presentació*

Conferència inaugural Els valors de la gent gran, a càrrec de Maximilienne Levet, gerontòloga i cofundadora del moviment de la Flamboyance, França.

##### *Taules temàtiques*

#### **VOLUNTARIAT:**

Activitats amb talleristes voluntaris  
Foment del voluntariat  
Voluntariat intern i ajuda entre usuaris

#### **RELACIONS INTERGENERACIONALS:**

Programa Aprendre amb la gent gran  
Col·laboració en l'Estiuàs de Sant Martí  
Col·laboració amb l'escola  
Visita guiada per a escoles

#### Dia 12 de juny

#### **ACTIVITATS DE LLEURE I ESPAIS COMPARTITS:**

Trobada de corals i grups de teatre del districte  
Compartir espais polivalents  
Organització de la gimcana Marxa del barri  
Torneig de petanca

#### **NOVES TECNOLOGIES:**

Gestió informatitzada i pàgina web  
Cursos d'informàtica  
Edició de revista

#### **MODELS DE GESTIÓ I ORGANITZACIÓ:**

Taula casals  
Secretariat de Gent Gran de Sants-Montjuïc  
Dinamització amb suport d'empresa  
Espais de Gent Gran en els centres cívics





# Jornada Participació i Qualitat dels Serveis

Aquesta trobada tenia un doble objectiu. D'una banda, donar a conèixer diferents concepcions de la qualitat en els serveis dirigits a les persones grans (com el programa de qualitat de l'Ajuntament de Barcelona aplicat als centres residencials), i també presentar experiències que incorporen la participació en els serveis d'atenció domiciliària per garantir aquesta qualitat. De l'altra, presentar el Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència, un text que convida a reflexionar amb profunditat sobre els drets de les persones grans en situació de fragilitat, les quals sovint es veuen excloses dels àmbits de decisió que les afecten.

## JORNADA PARTICIPACIÓ I QUALITAT DELS SERVEIS

### Programa

#### *Sessió inaugural*

Conferència La qualitat dels serveis, a càrrec de Bo Edwarson, professor de la Universitat de Karlstad (Suècia) i especialista en qualitat i serveis gerontològics.

#### *Presentació d'experiències i debat*

- El Programa de qualitat de l'Ajuntament de Barcelona: el Programa de qualitat de l'Ajuntament de Barcelona aplicat als centres residencials, a càrrec de Cèlia Ciurana, de la Direcció de Producció de l'Ajuntament.
- La participació de les persones en la construcció de la qualitat dels serveis: l'atenció domiciliària, a càrrec de Ricard Cayuela, de l'empresa Staff Consultant, i Antonio Navarro, del Consell Assessor de la Gent Gran.
- Presentació del Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència, a càrrec de Mercè Mas i Carme Domínguez.

## Cal promoure els valors de respecte i autonomia

# S'ha d'estimular que les organitzacions de serveis reconeguin la capacitat de decidir i elegir de les persones en situació de dependència

La conferència inaugural La qualitat dels serveis va ser pronunciada per Bo Edwarson, especialista en temes de qualitat i serveis gerontològics i professor de la Universitat de Karlstad (Suècia). Edwarson va parlar de la importància de vincular el concepte de qualitat a la participació de les persones implicades en els serveis: les persones grans, com a clients, els seus familiars i els professionals. Tots són coproductors del producte final del servei.

Vegeu el text íntegre de la conferència a la pàgina 100.

## Jornada Participació i Qualitat dels Serveis

26 de juny de 2002

Centre Cívic la Farinera del Clot

- Una jornada dirigida a les empreses de serveis gerontològics que treballen per a l'Ajuntament de Barcelona, persones grans usuàries de serveis, entitats de gent gran que treballen per la millora de la qualitat de vida de les persones grans, tècnics municipals, professionals i altres persones interessades
- 97 participants: 38 homes i 59 dones



# Convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona

A la convenció **Les Veus de la Gent Gran de Barcelona** es va presentar públicament tota la feina feta fins aleshores en el marc del programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002**. Durant dos anys s'havia treballat en els tres eixos del programa (dinamització d'espais de relació de gent gran, qualitat dels serveis, i ampliació i aprofundiment de la participació), i com a finalització del procés, en aquesta convenció es volien consensuar de forma majoritària les propostes presentades pel Consell Assessor de la Gent Gran.

Adreçada a un públic molt divers –persones grans, tècnics de gent gran i altres sectors de serveis personals, membres de diferents entitats vinculades al món de la gent gran i de col·legis professionals, experts i estudiosos de la matèria, etc.–, la convenció va esdevenir el punt de trobada per compartir entre tots les noves iniciatives posades en pràctica per afavorir i ampliar la participació de la gent gran, i també per ratificar conjuntament les línies de futur per continuar avançant.

## Les sessions de la convenció

El primer dia, després dels parlaments inicials, les taules de treball van ser simultànies i van tractar sobre les millors iniciatives dels casals i espais de gent gran



municipals, el Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència i, en una sessió conjunta, l'experiència de model de participació en l'elaboració del servei: l'atenció domiciliària, i els tallers i les exposicions del projecte Barcelona es mou.

El segon dia les tres sessions van tenir una temàtica comuna. Després de la intervenció del psicòleg Luis Rojas Marcos, els assistents es van dividir en tres espais per conèixer les diferents propostes de participació plantejades dins el projecte **Xarxa Gran**, les quals van anar acompanyades de

diferents testimonis exemplars respecte a cada proposta. Les taules del segon dia tenien l'ampliació de la participació com a nexa conductor. S'hi van proposar nous mètodes de participació i de reforçament de la representativitat dels òrgans ja existents –Consell Assessor i consells de districte–, i també es va parlar sobre la manera d'impulsar nous vincles entre ells.

L'**Agenda 2003 Gent gran i participació** assegura que se seguiran impulsant els projectes presentats a la convenció, a partir d'una valoració detallada de totes les conclusions presentades. D'entrada, es va considerar prioritari difondre les conclusions i el Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència. Per dur a terme aquesta tasca es treballarà a partir de grups de treball, especialment als districtes, per concretar com es posen en marxa els acords presos i les línies de futur aprovades.

#### Parlaments de la convenció

En la sessió inaugural i en la cloenda, després dels parlaments institucionals de l'alcalde i la presidenta del Consell Assessor de la Gent Gran, i de la presentació de Manuel Velasco (representant del Consell Assessor de la Gent Gran que va glossar el contingut del programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002**), es va convidar a parlar persones grans de reconegut prestigi en els seus diferents camps professionals. La temàtica de les seves intervencions es va centrar en el paper actiu de la gent gran a la Barcelona d'avui.

#### Convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona

5 i 6 de febrer de 2003

Palau de Congressos de Montjuïc

- Un miler de persones van conèixer el desenvolupament dels projectes impulsats per l'Ajuntament de Barcelona i el Consell Assessor de la Gent Gran dins el programa Gent gran i participació, Barcelona 2002
- Hi van participar gent gran, representants del món associatiu, i professionals i tècnics del sector



## CONVENCIÓ LES VEUS DE LA GENT GRAN DE BARCELONA

### Programa

Dimecres 5 de febrer

9.00 h Lliurament del material

9.30 h Sessió inaugural, a càrrec de l'Excm. Sr. Joan Clos, alcalde de Barcelona; Ima. Sra. Núria Carrera, cinquena tinenta d'alcalde i presidenta del Consell Assessor de la Gent Gran; Im. Sr. Pere Alcober, regidor de participació ciutadana i vicepresident del Consell Assessor de la Gent Gran; Sr. Joan Manuel Velasco, membre del Consell Assessor de la Gent Gran, i Sr. Roger Pallarols, conseller de gent gran del districte de Ciutat Vella

Amb l'aportació d'algunes veus de gent gran de la ciutat: Sr. Josep M. Cadena, periodista; Sra. M. Lluïsa Oliveda, presidenta del Consell de les Dones d'Espanya; Sr. Romà Cuyàs, dirigent del món de l'esport, i Sr. Frederic-Pau Verrié, historiador

10.00 h Conferència Las personas mayores y la participación en la vida de la ciudad. Reflexiones en el marco de la II Asamblea Mundial del Envejecimiento, a càrrec del Sr. Aurelio Fernández, expert en polítiques socials i comissari del comitè organitzador espanyol per a la II Assemblea Mundial de l'Envelliment (Madrid). Presentació del conferenciant a càrrec del Sr. Jordi Galligó, del Consell Assessor

10.30 h Projectió del video *Les veus de la gent gran de Barcelona*

10.40 h Presentació de la metodologia de treball de la convenció, a càrrec de la Sra. Pilar Solanes, directora de Participació Social

10.50 h Lectura de la proposta de manifest

11.00 h Pausa cafè

11.25-13.00 h Sessions simultànies

Les millors iniciatives dels casals

Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència

Participació i qualitat: qualitat de serveis i qualitat de vida

Dijous 6 de febrer

9.00 h Conferència Aprender a envejecer felices, a càrrec del Sr. Luis Rojas Marcos, professor de Psiquiatria de la Universitat de Nova York i expresident del sistema de sanitat i hospitals públics de Nova York

10.00 h Pausa cafè

10.30 h Tres sessions simultànies Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: Xarxa Gran

12.15 h Presentació del video *Les veus de la gent gran de Barcelona*

12.25 h Aprovació del manifest

12.35 h Conclusions de la convenció

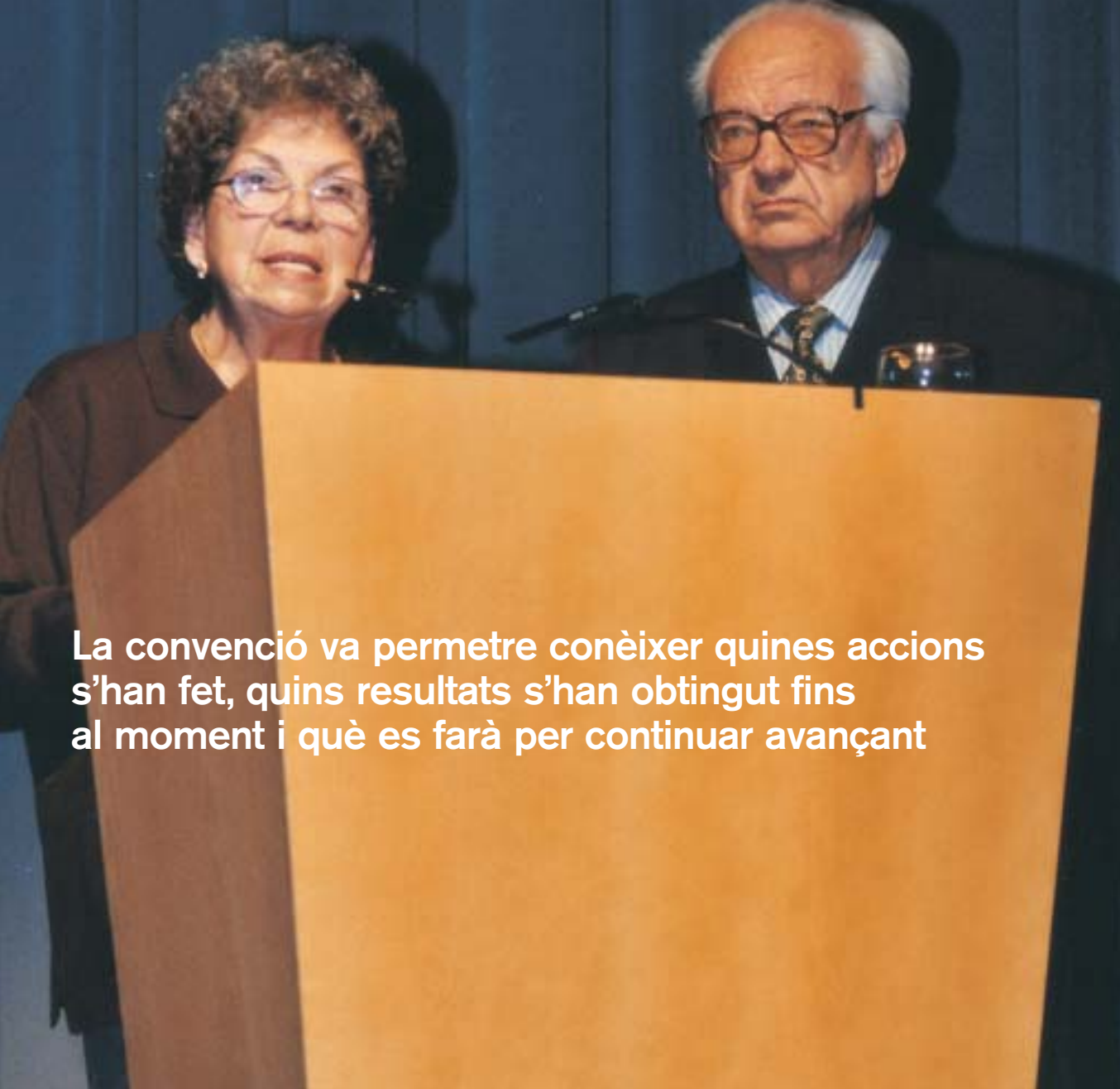
13.00 h Cloenda de la convenció

Aperitiu

16.30 h Concert de la Banda Municipal a l'Auditori de Barcelona (Lepant, 150)







**La convenció va permetre conèixer quines accions s'han fet, quins resultats s'han obtingut fins al moment i què es farà per continuar avançant**

Cal impulsar les veus de la gent  
gran en els temes de ciutat,  
de districte i de barri

S'han d'articular processos  
de participació de gent gran vinculats  
al territori, als que ja hi ha i a d'altres  
de nous

És necessari afavorir la creació  
d'espais virtuals de relació,  
com ara fires o l'espai d'internet  
a través de webs



#### Parlaments inaugurals

Juan Manuel Velasco García, membre del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona.

Josep Maria Cadena, periodista i crític d'art.

Maria Lluïsa Oliveda, presidenta del Consell Nacional de Dones.

Romà Cuyàs, dirigent del món de l'esport.

Frederic-Pau Verrié, historiador.

#### Conferències

Aurelio Fernández, expert en polítiques socials.

Luis Rojas Marcos, psiquiatre (vegeu el text íntegre a la pàgina 126).

#### Clausura

Núria Mestres, membre del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona.



## Juan Manuel Velasco García

Representant del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona

Esta convención recupera ideas surgidas en el III Congreso de la Gent Gran de Barcelona. Una de las líneas priorizadas propone que la *gent gran* ha de tener una mayor presencia y participación no sólo en el diseño y la resolución de las políticas que les afectan, sino también al afrontar la problemática de la ciudad, como miembros activos de la sociedad de la que forman parte.

La jubilación tras la separación del mundo laboral ha de plantearse como un nuevo proyecto de vida que nos haga socialmente más activos y participativos y que pueda dar un mayor sentido a nuestros valores.

La participación activa, además de un derecho, es también un deber de solidaridad y de compromiso. Para ampliar y profundizar en la participación de la *gent gran*, el Consell Assessor aprobó concretamente el programa **Gent gran i participació, Barcelona 2002**. Dentro de este programa se ponen en marcha cinco proyectos, enmarcados en tres ejes de trabajo:

- *Dinamització dels casals i espais de relació de la gent gran municipals*. Sus resultados se presentan en la sesión Les millors iniciatives dels casals i espais de relació de gent gran municipals de Barcelona.
- *Participació i qualitat dels serveis*. Engloba diferentes iniciativas, como la elaboración del Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència y el proyecto

Model de participació en el disseny de la qualitat dels serveis: les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària.

▪ *Participació i noves pràctiques*, que contiene un conjunto de propuestas para favorecer la participación de la *gent gran*. Esta iniciativa se presentará en las tres sesiones de mañana.

Estos proyectos se han trabajado durante el año 2002, tanto en el Consell Assessor como en las comisiones de *gent gran* de los distritos. Ahora, en esta convención, se quiere compartir con toda la *gent gran* de Barcelona y personas vinculadas al colectivo el resultado del trabajo realizado hasta ahora y las propuestas de futuro para seguir avanzando.

## Josep Maria Cadena

Periodista i crític d'art

Les estadístiques diuen que la professió més perillosa del món és la de pilot de proves d'automòbils. Darrere d'ella, en segon lloc, ve l'exercici del periodisme. De la primera no els puc dir res, perquè ni tan sols tinc carnet de conduir; i de la segona, malgrat que ja fa quaranta-sis anys que l'exerceixo amb plenitud, de cap manera puc dir que m'hagi afectat la salut. Ben al contrari, sempre m'hi he trobat perfectament instal·lat i gaudeixo molt exercint-la.

El goig personal i cívic que em produeix ser periodista m'ha portat a sentir que les responsabilitats que neixen d'informar i opinar per a un ampli públic a qui mai no arribes a conèixer i que t'ha de tenir com un amic quan et llegeix, et veu o et sent parlar s'han de saber portar amb alegria. La feina que ens pertoca a cada un de nosaltres en les nostres respectives activitats s'ha de viure com un gratificant servei al proïsme i com un perfeccionament que constantment ens ajuda a millorar. I encara que hi ha feines més feixugues que altres i que no tothom pot fer el que vol, aquelles coses que més agraden en els moments de lleure es poden convertir, quan la jubilació arriba, en una constant font de satisfaccions.

Estic convençut que tots tenim unes qualitats que ens permeten avançar i ser útils per a nosaltres mateixos i per a la comunitat a què pertanyem. Ens hem de trobar satisfets en l'àmbit familiar i en el dels amics, però també hem de procurar que

aquells que només ens coneixen de referències, tant els veïns de l'escala on vivim com, en el meu cas, els ciutadans que em fan l'honor de llegir el que jo escric, sentin que humanament hi guanyen amb la relació que tinguin amb nosaltres.

Com a periodista he escrit sobre temes molt variats. Des de fa uns anys dedico una atenció preferent a les qüestions d'art. Critico exposicions i jutjo obres d'artistes i sempre procuro que la veritat, la meua veritat, serveixi d'estímul als que creen amb la pintura, l'escultura i altres arts. Rebutjo l'afalac, però procuro ressaltar les coses bones i aprofito la meua experiència per ajudar els artistes més joves. I això és el que tots podem fer –hem de fer– en els nostres respectius camps.

## Maria Lluïsa Oliveda

Presidenta del Consell Nacional de Dones d'Espanya

**Crec que perdre l'interès i la curiositat pel nostre entorn i per l'evolució del món i de la nostra societat és el que condueix al decaïment total.** Diu una monja japonesa que cal fer un esforç, cada dia, per envellir joiosament.

Personalment, el fet d'haver viscut en la meua infantesa una guerra civil, i la joventut i pràcticament tota la vida adulta sota una dictadura, em va fer arribar als 50 anys a prendre la decisió de treballar, sense defallir, fins a la mort, per la defensa de la democràcia –fins al present, el millor sistema polític–, pels drets humans i específicament els drets de les dones, i, per sobre de tot, per la pau i la justícia.

Avui, quan ja passo dels 80, en això estic... i fer-ho des de la meua ciutat, Barcelona, on vaig néixer, és una satisfacció afegida, que agraeixo a la vida.

## Romà Cuyàs

Dirigent del món de l'esport

**Quan em van invitar a dir unes paraules en aquesta sessió, la meua primera reacció va ser de sorpresa:** Què hi tinc a dir, en relació amb la gent gran, si no he tingut cap experiència directa en aquest camp?! La meua interlocutora, amablement, em va contestar: "Parli de la seva pròpia experiència". M'estava dient que sóc una persona gran, encara que potser no sóc una persona vella. Deu ser així, quan d'aquí a un any l'Ajuntament de Barcelona em permetrà usar gratuïtament els transports públics.

Opino que qualsevol persona, sigui gran o menys gran, ha d'ocupar una part del seu temps lliure en activitats socials o solidàries. És un deure com a ciutadà que forma part d'una col·lectivitat. Amb molt més motiu totes aquelles persones que tenen disponible el seu temps d'ocupació laboral o professional. No m'agrada la paraula *jubilat*.

Com s'ocupa aquest temps disponible dependrà en cada persona de la seva capacitat física i mental, de la seva situació familiar, de la seva situació econòmica, de quina ha estat la seva activitat laboral o professional; també dependrà de si té un *hobby*, una vocació o una especialització que pugui intensificar. Però en tots els casos recomanaria que la resta del temps disponible el dediqui intensament, amb proporcionada intensitat, a altres activitats que també li seran gratificants i la faran sentir útil. Tant pot ser en una fundació com en una ONG, o participant en

## Frederic-Pau Verrié

Historiador

la millora de l'entorn i de la ciutat, posant al servei de tots les seves experiències, reflexions o propostes, dedicant temps lliure a l'entorn pròxim i vital, als seus veïns i a la seva ciutat. A la vegada que ha de caminar més, llegir més llibres, practicar més cultura, cinema, teatre, música, arts plàstiques, etcètera. I veure menys televisió.

Per acabar, voldria confessar que tots tenim models. Jo voldria fer-me gran com els meus amics Josep Maria Castellet, Oriol Bohigas, Joan Antoni Samaranch o Pau Verrié, que ens acompanya. Exemples de lucidesa intel·lectual, d'activitat i de salut.

**Per poder definir què és la gent gran cal definir primer –perquè aquest és l'ordre cronològic que hi correspon– què és la gent jove o, millor encara, què és ser jove. Ser jove és, al meu parer, tenir il·lusió, desig o voluntat de fer coses, de realitzar-se personalment en algun terreny, en qualsevol terreny, disposant al mateix temps, però, d'un mínim de forces físiques o intel·lectuals i de possibilitats materials que permetin de dur a terme aquells propòsits. Fins que hi ha aquesta possibilitat i aquesta voluntat, som joves. A vells no cal arribar-hi abans d'hora.**

La primera cosa que hem de fer, qualsevol de nosaltres, abans d'acceptar de sentir-nos grans o deixar que els altres ens hi considerin, és veure si encara som joves. La joventut dura i perdura en l'edat adulta de tots nosaltres –unes vegades més, unes vegades menys–, però, com que sabem que per llei biològica anirà de mica en mica esgotant-se, hem d'admetre, d'entrada, que moltes de les coses realitzades en algun moment de la nostra vida ja no les podrem repetir: un dia ja no serem capaços de tornar a pujar al Pedraforca o de resistir gaires hores de festa nocturna amb els amics, o de concentrar-nos llargament en un cert treball artesà o intel·lectual, o de cavar molta estona seguida el nostre hort o podar el nostre jardí.

A partir d'aquesta constatació que ha de ser una acceptació simplement objectiva de la realitat, sense connotacions negatives, hem de fer inventari de tot allò que encara podem fer amb relativa plenitud de facultats físiques o intel·lectuals amb la convenció que en cap moment hem de renunciar a fer-les: aquelles coses que encara ens fa il·lusió d'assolir o realitzar, aquella obra tant de temps posposada, aquell viatge de la nostra vida...

Això sí: les hem de fer nosaltres mateixos, que no ens les facin els altres; cal que la nostra disposició no sigui merament passiva, sinó que cal implicar-s'hi activament i a fons, mantenir vives

totes aquelles forces que encara ens queden dels moments de plenitud de la nostra vida, d'una joventut que, d'alguna manera i en alguns aspectes, encara dura. Mentre tot això ho tinguem ben clar, la gent gran seran els altres.

Pensem, a més, que el concepte *gent gran* ha variat en el temps de forma considerable. Enric Prat de la Riba, el seny ordeador de la Catalunya moderna, en morir, el 1917, no havia complert encara els cinquanta anys, però ningú no va parlar d'una mort prematura perquè amb cinquanta anys tothom el considerava ja un home fet, una persona gran. El 1922 Marcel Proust, en el darrer capítol de la seva extraordinària *A la recerca del temps perdut* (*Le temps retrouvé*), escrivia com si res que una certa dama "malgrat que ja havia fet els cinquanta anys, no es deixava perdre ni una festa". D'això no fa encara ni un segle. Avui ens fa riure llegir, en una crònica de fets diversos, que l'autobús va envestir una "anciana senyora de seixanta anys".

A més, a mesura que s'allarga l'esperança de vida, cada dia que passa som, paradoxalment, relativament més joves perquè tenim cada dia un futur més gran respecte al dia anterior. Un futur, per curt que sigui –i no sabem si ho és o no–, real i en el qual "ni els nostres temors ni les nostres esperances no es troben mai per damunt de les nostres forces"; per això, "si creiem en aquest futur, podem acabar per dominar els uns i realitzar les altres": esmorteir els temors, i potenciar les esperances.

Arribar a grans d'edat capaços de seguir sent joves d'esperit, aquest és el gran repte del que avui se'n diu la tercera edat. Prendre'n consciència ens ha d'ajudar a replantejar-nos moltes coses, algunes fonamentals, com per exemple que una vida solitària i egoista no troba gairebé mai justificació ni dona tampoc satisfacció a qui n'és protagonista, però que, en canvi, una vida participativa –que sovint vol dir, a més, solidària i generosa– si

és generada per l'entusiasme és també creadora d'entusiasmes i, per tant, profundament vitalitzadora.

Enfront dels dubtes, les decepcions, les angoixes que inevitablement el pas dels anys ens procura, hi ha també (per als qui han decidit fer participar la seva vida en la vida del seu entorn social, fondre els seus problemes particulars, i fins i tot íntims, en els problemes generals de la col·lectivitat) un guany estimulant de satisfacció, el d'un nou sentit i un nou plaer de la vida.

I a la pregunta de quin és aquest sentit de la vida, hem de respondre que no n'hi ha un de sol, igual per a tothom, sinó un de diferent, fet a mida per a cada un de nosaltres, però que som nosaltres mateixos els que l'hem de descobrir i realitzar.

Aquella dama de cinquanta anys de *Le temps retrouvé* de Proust no se sentia gran i tenia la il·lusió i segurament el plaer de no perdre's cap festa, és a dir, de participar en un col·lectiu –lúdic en el seu cas, però que en altres hauria pogut ser d'interès cultural o polític– i el desig –potser inconscient– o la necessitat d'intervenir, de comunicar, de recordar amb altra gent fets, situacions, coses viscudes en comú.

Potser també, d'alleugerir-se de l'angoixa de la solitud que en una etapa avançada de la nostra vida pot colpir-nos agressivament: quan, per exemple, ens adonem que el nostre entorn social –familiar, amical, professional, de veïnatge– es va reduint, es va buidant cada cop més.

La necessitat íntima d'omplir-lo amb noves companyies ofereix llavors la possibilitat de noves experiències, de portar a la superfície reserves profundes, que mai no hauríem sospitat que tinguéssim, la possibilitat d'oferir però també de rebre tantes coses que contribueixen a donar-nos aquell nou sentit de la vida: reprendre la lluita per algun ideal oblidat, descobrir nous camps de voluntariat que ens duguin fins a quin punt som encara útils als

altres, de trobar companys de camí per al tram de vida que encara podem recórrer.

En tot cas, i per acabar, afegiria aquest suggeriment: sols o bé en companyia preneu-vos, prenem-nos tots plegats, la vida com si sortíssim cada matí mar endins, un mar immens i blavísim, amb la nostra petita barca. Si no fa prou vent, agafarem els remes. Si en fa massa, plegarem la vela i virarem en rodó cap al moll o la platja d'on havíem sortit. Però si podem anar mar endins amb vent favorable, ens adonarem que, per mar endins que anem l'horitzó es troba sempre igualment lluny, i –tot i sabent que allà al fons hi ha un teló que fatalment un dia haurà de caure per tançar l'escena de la nostra vida– seguirem mar endins amb la il·lusòria esperança d'arribar-hi.

## Aurelio Fernández López

Expert en polítiques socials i comissari del Comitè Organitzador Espanyol per a la II Assemblea Mundial de les Nacions Unides sobre l'Envel·liment

### **Las personas mayores y la participación en la vida de la ciudad. Reflexiones en el marco de la II Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento**

**Alcalde, regidora, miembros del Consell Assessor de la Gent Gran, autoridades, señoras y señores.**

El resultado más destacado de la II Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento fue la adopción de un nuevo plan de acción internacional, que se conocerá como Plan internacional de Madrid, que debe llevarse a la práctica en los próximos años. Ahora bien, creo que es una cuestión legítima preguntarse qué aporta este nuevo instrumento internacional. Respondería a esta pregunta diciendo que el nuevo plan de acción internacional proporciona un nuevo enfoque global e integrado sobre cómo abordar los desafíos del envejecimiento, con vistas a crear sociedades para todas las edades y envejecer con calidad de vida.

Por tanto, lo que se propone es, en cierto modo, un cambio estructural, el cambio estructural de la longevidad, ya que, si la vejez va a constituir un tercio de nuestra vida, debemos ser capaces de vivirla como una etapa más de nuestro desarrollo personal.

El cambio propuesto conlleva una revisión del conjunto de políticas y estrategias públicas relacionadas con nuestro ciclo vital, y de cómo se distribuye a lo largo del mismo el tiempo destinado a la educación, a la formación, al trabajo y a las actividades productivas, a nuestras responsabilidades sociales y familiares y al ocio.

Estamos, por tanto, ante un enfoque de transversalidad (*mainstreaming*), que debe consolidar el pleno ejercicio de los derechos humanos a lo largo de toda la vida y facilitar la plena participación de todos en el ejercicio del poder y de la toma de

decisiones en la vida cotidiana (*empowerment*). La profundización en la noción de envejecimiento activo aparece como eje de referencia principal del enfoque descrito.

Como parece evidente, se trata de un enfoque que convierte el envejecimiento en una cuestión que afecta al conjunto de la sociedad, no sólo a los mayores. Sin perjuicio de ello, afecta de lleno a la posición de los mayores en la sociedad equilibrando el peso de su contribución al desarrollo de la sociedad. Esta visión puede considerarse muy optimista, pero si recordamos el escepticismo que existía hace cien años sobre la participación de las mujeres en la vida pública, o tenemos en cuenta el fuerte impacto de la juventud en los últimos 40 años en la conformación de los referentes y estereotipos sociales, quizás no lo sea tanto.

El Plan de acción internacional de Madrid sobre el envejecimiento se articula en torno a tres grandes ejes de acción prioritaria. El primero de dichos ejes es la participación activa de los mayores en la sociedad y el desarrollo, dentro del cual se articulan las actuaciones en torno a dos objetivos: el reconocimiento de la contribución económica, social y política de los mayores, y la participación de las personas mayores en los procesos de toma de decisiones a todos los niveles.

Dentro del reconocimiento de la contribución de los mayores, el Plan de Madrid recomienda un mayor trabajo a favor de la modificación de los estereotipos sociales negativos sobre la vejez y los mayores. Se trataría de promover estereotipos más realistas y diversificados, que incorporen más elementos activos y positivos. Además, el Plan de Madrid señala que el reconocimiento debe entenderse no sólo en términos de trabajo, sino también de productividad, en un sentido amplio y en términos de transferencias sociales y generacionales. La Asamblea Mundial fue instrumental en hacer llegar al público algunas situaciones

especialmente destacadas de dicha contribución, como por ejemplo la situación de los mayores cuidadores de víctimas del sida en África, el papel desempeñado por las mujeres mayores como cuidadoras informales, o el apoyo económico y en viviendas que los mayores aportan a sus familias.

Por lo que se refiere a la participación de las personas mayores en los procesos de adopción de decisiones a todos los niveles, destacaría tres tipos de medidas a las que el Plan de Madrid dedica una atención especial:

- Incorporar las necesidades de los mayores y las cuestiones que los afectan a los procesos de adopción de decisiones a través políticas transversales e integrales (el llamado *mains-streaming* de edad).
- Potenciar la creación y consolidación de asociaciones de mayores y de redes (aspecto que ha tenido un auge importante durante los preparativos de la asamblea).
- Adoptar medidas que permitan la participación plena e igualitaria de los mayores, con atención particular a la situación de las mujeres mayores, en los procesos de toma de decisiones.
- En este último punto, el Plan internacional de Madrid nos abre un proceso de reflexión importante en materia de participación de cara a su puesta en práctica. A este respecto, y como contribuciones personales para iniciar dicha reflexión, desearía resaltar las siguientes cuestiones:
  - La importancia de pensar en fórmulas normalizadas e integradoras de participación. Se trataría de evitar los “guetos participativos” de los mayores.
  - La necesidad de tener en cuenta que la existencia de “representación” no garantiza la existencia de “participación” efectiva.
  - La importancia de profundizar en marcos intergeneracionales de participación. Se trataría más de sumar que de sustituir,



de compartir en la búsqueda de soluciones a problemas comunes. La cohesión intergeneracional aparece como un elemento necesario para hacer nuestras ciudades más integradoras de los ciudadanos de todas las edades.

Quiero finalizar mi intervención recogiendo y rindiendo homenaje a una de las personas que mejor ha ejemplificado ese objetivo de vivir la vejez como una etapa de nuestra de desarrollo personal. Me refiero a la embajadora Julia Álvarez, de la República Dominicana, que cumplió hace tiempo los 80 años y, durante muchos años de su vida de trabajo ante las Naciones Unidas, ha liderado en solitario la reivindicación de dar prioridad a nivel internacional a las cuestiones del envejecimiento. Julia trabajó activamente en la preparación de la Asamblea Mundial en Madrid y, a pesar de no poder asistir en el último momento por motivos personales, su contribución y sus propuestas sí estuvieron presentes. Es precisamente de dicha contribución de la que quiero leerles las siguientes palabras a modo de conclusión.

*“Me han preguntado si me jubilo. Los que me conocen saben que nunca voy a jubilarme. El único interés que tengo en las mecedoras es que se fabrican en mi país, en la República Dominicana, y ya que la jubilación no es lo que solía ser, tal vez deberíamos empezar a venderlas a la gente joven. No, no me jubilo, pero me estoy reinventando y reciclando mientras me acerco a la mitad de la vida”. Julia Álvarez*

Creo que esta actitud se relaciona mucho con cuestiones que van a abordar ustedes a lo largo de estos días. Confío en haberles podido acercar un poco este importante proceso internacional sobre el envejecimiento a sus preocupaciones y aspiraciones más inmediatas, y les deseo un resultado fructífero al final de sus trabajos.

Muchas gracias.

## Núria Mestre

Membre del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona

**Hem acabat la nostra convenció sobre Les Veus de la Gent Gran de Barcelona.** En aquest moment ben segur que tots estem contents i plens d'unes realitats i uns objectius ben positius que són fruit del treball i l'esforç que cadascú hem aportat conscientment o inconscientment, vivint l'etapa de la vida que ens toca i que hem anat descobrint que també és una etapa bonica i que la volem feliç. I hem d'ajudar que sigui feliç per a tots.

El Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona ha fet una bona feina. I jo diria, com tots els que fa anys que en formem part, que aquesta feina ha evolucionat enormement des de l'inici, ja que no solament n'hem après, sinó que s'ha sabut descobrir i adaptar-se dia a dia a les noves necessitats i desitjos del col·lectiu dels grans, en què realment no manquen la il·lusió, l'entusiasme i la creativitat, com molt se n'ha parlat ahir i avui.

El Consell Assessor ha estat sempre ben dirigit i ens hem sentit assessorats i molt acompanyats per les personalitats polítiques de cada moment i per l'equip humà i tècnic corresponent. Personalment, comprovo que els dirigents i tots nosaltres ens alegrem de trobar-nos, i és que hem assolit una molt i molt bona amistat. Som amics! En aquestes condicions, de comprensió i col·laboració, fa de bon treballar, es fa fàcil el camí, i no és estrany que els resultats siguin satisfactoris.

En les reunions que hi ha hagut, congressos, visites, sortides, actes festius i altres, sempre el factor comú és entendre i millorar les condicions de vida dels grans. S'han assolit sens dubte millores, però permeteu-me una petita opinió personal: les millores són un èxit, però m'agrada pensar que el gran èxit per a cada persona i per al conjunt de tots ha estat i és haver desvetllat i seguir desvetllant inquietud il·lusionada en cada tema o treball. Sabem que de la participació dels grans en la vida de la ciutat, sigui en qualsevol sentit o direcció i moguda per la sana

inquietud de superació i millora, el primer beneficiat és aquell, tu i jo, que ho ha descobert; aleshores, contagiant la inquietud a l'altre, tots junts sumem, i aconseguim el que ens proposem.

Fa força anys que els membres del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona ens movem en aquest terreny, i els anys passen tan ràpidament... crec fermament que el relleu, quan es creu convenient, com en el meu cas ara, ha de ser d'un gran molt gran per un altre gran no tan gran. Sent així, és una nova finestra oberta al món del moment que aporta, ho sabem tots, un aire fresc, una riquesa que ajuda que el pas endavant sigui ben valent.

El treball d'aquests anys i la nostra convenció els hem titulat molt encertadament **Les Veus de la Gent Gran de Barcelona**, que s'han sabut escoltar. Ara, ben senzillament, és la meua veu la que sentim i escolteu, la veu d'una persona molt gran de Barcelona, que desitja, però, continuar vivint i descobrint noves inquietuds per a una vida plena i que amb la perspectiva dels anys continuem vivint-la activa, responsable i feliç.



# Manifest aprovat a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona

Des del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona, òrgan consultiu i de participació de la gent gran de la ciutat creat l'any 1990 i que agrupa actualment prop de 250 entitats de gent gran, hem treballat intensament durant l'any 2002 per fer realitat la proposta del **III Congrés de la Gent Gran de Barcelona** celebrat l'any 1999: promoure la participació de la gent gran en tots els àmbits socials des d'una òptica intergeneracional, donant suport al teixit social, actualitzant l'estructura organitzativa dels casals i potenciant la presència de la gent gran en tots els òrgans de participació i consulta en els quals es tractin temes que ens afecten.

Durant aquest procés hem arribat a concretar propostes en què defensem enèrgicament la nostra presència en la construcció de la ciutat aportant uns valors que són fruit de les vivències i de l'experiència, dels encerts i, també, dels errors, que ens ensenyen allà on no cal tornar a ensopegar.

El Consell Assessor, sensible a la realitat actual, vol fer públic en el marc de la convenció **Les Veus de la Gent Gran de Barcelona** aquest manifest de les persones grans de Barcelona.

## 1 No a la guerra

Manifestem el nostre més enèrgic rebuig a la guerra.

Diem no a la guerra contra l'Iraq, a totes les guerres, al terrorisme i a les dictadures perquè per generació molts de nosaltres hem patit situacions d'aquesta mena. Perquè qui en surt més perjudicada és la societat civil. Diem no perquè sabem que la pau no és un miratge ni una dèria. Volem preservar a la memòria allò que no volem tornar a repetir i creiem que la pau és una realitat possible.

Per tant, expressem la nostra intransigència més ferma, ara i sempre, davant de qualsevol manifestació bèl·lica perquè els conflictes es resolent des de la negociació, des del diàleg, des de la igualtat i des de la justícia.

## 2 No a la utilització partidista de les pensions

Manifestem el nostre profund desacord amb el tractament que estem rebent la gent gran en les campanyes propagandístiques sobre les pensions i en el tema dels pagaments dels endarreriments de l'IPC del 2002.

Ens preocupa, i molt, la utilització partidista i electoralista d'informació manipulada quan se'ns vol donar a entendre que allò que ens pertoca per llei —la compensació per la desviació de l'IPC— és una "paga" fruit de la generositat del govern.

Expressem la nostra indignació per una campanya propagandística que, a més a més, emmascara el dèficit real que pateix gairebé el 40% de persones jubilades que cobren pensions, l'import de les quals no arriba al salari mínim interprofessional.

## 3 Volem prestacions universals

Manifestem la nostra reivindicació de petició d'una llei d'universalització dels drets socials per a tota la ciutadania com a garantia de benestar econòmic i social.

Des de la representativitat democràtica del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona, volem fer palès el nostre posicionament sobre aquests temes i transmetre'l a l'Ajuntament de Barcelona, al Parlament de Catalunya i al Congrés dels Diputats, i a tots els fóruns i les manifestacions públiques on es debatin aquests temes, perquè sigui escoltat i tingut en compte.

Tenim la voluntat de sembrar llavors que donin fruits per a un futur que somiem millor per a tothom.

Barcelona, 6 de febrer de 2003

## MEMBRES DE LES SESSIONS DE LA CONVENCIO LES VEUS DE LA GENT GRAN DE BARCELONA

### Sessió 1

#### Les millors iniciatives dels casals i espais de relació de gent gran municipals de Barcelona

##### Membres de la mesa

Sr. Josep Muñoz, presentador  
Sr. Jordi Casares, moderador  
Sra. Maria-Pia Barenys, ponent tècnica  
Sra. Estrella Hernández, ponent  
Sr. Eugeni Morera, ponent  
Sra. Montse Torrente, ponent  
Sra. Esther Mallas, tècnica de suport  
Sra. Anna Pardo, secretària tècnica

##### Altres integrants del grup de treball que ha preparat la sessió

Sra. Pilar Catalán  
Sra. Maria Datzira  
Sr. Narcís de la Pasión  
Sra. Dolors Sarri  
Sra. Rosa M. Andrés

### Sessió 2

#### Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència

##### Membres de la mesa

Sra. Dolors Solís, presentadora  
Sr. Antoni Garcia Alba, moderador  
Sra. Mercè Mas, ponent  
Sra. Carme Gàrate, tècnica de suport  
Sr. David Dueñas, secretari tècnic

##### Altres integrants del grup de treball que ha preparat la sessió

Sr. Josep Florensa  
Sr. Joan Navarro  
Sr. Francesc Piñol  
Sr. Pau Ribé

### Sessió 3

#### Participació i qualitat: qualitat dels serveis i qualitat de vida / La participació es mou a Barcelona: exposició itinerant i tallers de participació

##### Membres de la mesa

Sra. Rosalia Giralt, presentadora  
Sra. Mercedes Page, moderadora  
Sra. Mercè Pérez Salanova, ponent tècnica  
Sra. Sandra Orsola, ponent  
Sra. Eva Yera, ponent  
Sr. Antoni Navarro, ponent  
Sra. Montserrat Borràs, tècnica de suport

##### Altres integrants del grup de treball que ha preparat la sessió

Sr. Josep Verdú  
Sr. Joan Vila

### Sessió 4 a

#### Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: Xarxa Gran

##### Membres de la mesa

Sr. Antoni Navarro, presentador  
Sra. Cinta Llasat, moderadora

Sr. Ismael Blanco, ponent tècnic  
Sra. Laia Torres, ponent  
Sra. Lúcia Prats, ponent  
Sr. Alfons Vallespi, ponent  
Sra. Montserrat Borràs, tècnica de suport  
Sr. David Dueñas, secretari tècnic

#### **Sessió 4 b**

**Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: Xarxa Gran**

##### **Membres de la mesa**

Sr. Agustí Gómez, presentador  
Sra. Sara Jaurrieta, moderadora  
Sr. Joan Font, ponent tècnic  
Sr. Enric García, ponent  
Sra. Yolanda Jiménez, ponent  
Sra. Núria Vives, ponent  
Sr. Jordi Vizcaino, tècnic de suport  
Sra. Anna Pardo, secretària tècnica

#### **Sessió 4 c**

**Ampliant i aprofundint la participació de la gent gran: Xarxa Gran**

##### **Membres de la mesa**

Sra. Anna García, presentadora  
Sr. Àlex Ruiz de Azúa, moderador  
Sr. Ricard Gomà, ponent tècnic  
Sra. Núria Coll, ponent  
Sra. Anna Maria Joanpere, ponent

Sr. Ramon Martínez Callent, ponent  
Sra. Mercè Pérez Salanova, tècnica de suport  
Sra. Montserrat Mora, secretària tècnica

##### **Altres integrants del grup de treball que ha preparat la sessió**

Sr. Pere Casals  
Sr. Lorenzo Gómez Bornay  
Sr. Francesc Porret  
Sra. Rosa Lunas  
Sr. Joaquim Plana  
Sr. Joan Trullàs  
Sra. Paquita Muñoz  
Sr. Josep Pozuelo

# ESTUDIS I PROJECTES REALITZATS

## Recull de bones pràctiques

**En el context del programa Gent gran i participació, Barcelona 2002**, el Consell Assessor de la Gent Gran va fer la demanda explícita d'engegar el projecte Procés dinamitzador dels casals i espais de relació\* de gent gran municipals, per impulsar la seva màxima obertura als interessos de tot el col·lectiu i a l'entorn, de manera que els seus socis s'impliquin i participin de manera activa i compromesa en tota mena d'activitats que es programin al barri, al districte i a la ciutat, i no tan sols en aquelles que tinguin a veure amb la gent gran.

El disseny i el desenvolupament del projecte va anar a càrrec d'un equip del Grup d'Estudis sobre Velleja (GEV) de la Universitat Autònoma de Barcelona, coordinat per la Dra. M. Pia Barenys Pérez i integrat per Anna Pardo i Montserrat Mora.

Per afavorir l'assoliment dels objectius exposats, es va considerar fonamental la participació activa de totes les persones vinculades al món dels casals, i també co-

nèixer en profunditat quins eren els interessos i les inquietuds expressats per la mateixa gent gran en els darrers anys. Es va recórrer a les conclusions dels sis congressos de gent gran celebrats a la ciutat –tres a càrrec de l'Ajuntament i els altres tres a cura de la Generalitat–, a la documentació generada pel Grup de Treball de Gent Gran del Consell Municipal de Benestar Social i als darrers informes elaborats des de l'Ajuntament sobre casals municipals.

Paral·lelament, es va parlar amb els tècnics de gent gran de cada districte i amb persones de tots els casals municipals de la ciutat, amb l'objectiu de conèixer amb detall quines activitats s'hi estaven duent a terme en aquells moments, i quin era el seu model d'organització i gestió.

En aquesta fase es va constatar que malgrat no denominar-se casals, hi havia altres espais de relació de gent gran a la ciutat que mantenien un lligam prou estret amb l'Ajuntament per ser integrats en

Vegeu el text resumit del document a la pàgina 72.

aquest projecte. Amb la incorporació dels espais que reben més d'un 70% dels seus recursos de l'Ajuntament –a través de subvencions, en cessió d'ús d'espais, etc.–, el nombre d'espais inclosos en el projecte va augmentar de 43 a 57.

La definició de casals per a persones grans dins el Sistema Català de Serveis Socials\*\* és genèrica:

“Centres d'acolliment, esbarjo i convivència” que tenen com a objectiu aconseguir “la màxima integració social”, a través de les funcions d’informació i acollida, activitats socioculturals i de lleure i altres complementàries”. Pel que fa al personal, el casal “pot ser gestionat pels mateixos usuaris i pot disposar d'animador sociocultural o altre personal”.

Amb la informació obtinguda es va elaborar un document de bones pràctiques en què es recollien totes aquelles iniciatives i activitats posades ja en pràctica en alguns casals i que contribuïen clarament a



consolidar un nou model de casal més receptiu a les inquietuds actuals del col·lectiu i més integrat en la dinàmica de l'entorn.

Aquest recull de bones pràctiques va servir en el seu moment com a document base per a la celebració de les jornades **Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona**, però també vol ser en si mateix una eina de treball útil per als casals i espais de relació de gent gran, ja que s'hi reflecteixen amb un cert detall moltes de les activitats organitzades en aquests centres. L'accés a aquesta informació ha d'afavorir el coneixement mutu entre les associacions, l'intercanvi d'experiències i activitats i la possibilitat d'organitzar-ne conjuntament.

Les activitats i experiències del recull de bones pràctiques tenen en comú el fet d'afavorir les relacions personals i la participació social de la gent gran i de contribuir, alhora, a donar una imatge posi-

tiva del col·lectiu i dels seus espais de relació. Aquestes es van agrupar en cinc blocs temàtics:

- voluntariat,
- noves tecnologies,
- activitats de lleure i espais compartits,
- relacions intergeneracionals, i
- models de gestió i organització.

Les bones pràctiques presentades no remetent a un model de funcionament únic, perquè s'entén que la complexitat de necessitats i interessos que conviuen dins el col·lectiu de la gent gran només pot ser atesa des d'una oferta també diversificada. Per a les persones implicades en el funcio-

nament dels espais de relació de la gent gran, és un repte i una responsabilitat contribuir a projectar com haurien de ser aquests espais en el futur, i també quina ha de ser la seva imbricació en el teixit social.

A partir de la pàgina 72 es recull un resum d'aquest document, on s'han obviat les activitats i actuacions concretes que es porten a terme als diferents casals i els altres espais de relació de la gent gran de Barcelona i, en canvi, s'han mantingut els exemples genèrics.

\* Utilitzem aquesta denominació, encara que sigui redundant respecte de la definició de "casal", per referir-nos a les entitats o agrupacions de gent gran que no es consideren ni denominen a si mateixes com a "casals", en el sentit tradicional del terme.

\*\* Decret 284/1996 de 23 de juliol de Regulació del Sistema Català de Serveis Socials.



# Les aportacions de les persones grans en l'atenció domiciliària

**Aquesta és una experiència centrada en la qualitat dels serveis i té com a precedent referencial les conclusions i propostes del Grup de Treball de Gent Gran del Consell Municipal de Benestar Social de l'any 1999 sobre la necessitat de buscar fórmules de participació de la gent gran en el disseny dels serveis adreçats al col·lectiu. Aquest projecte és un primer pas per a la creació d'un model que faciliti la participació en el disseny dels serveis.**

El projecte ha estat elaborat i coordinat per Mercè Pérez Salanova, psicòloga i experta en gent gran, i el seu desenvolupament ha anat a càrrec de l'empresa Staff Consultans. La tècnica de treball utilitzada han estat els grups de discussió –dos en aquest cas–, en què han participat persones grans, usuàries i no usuàries dels serveis, familiars cuidadors, cuidadors professionals i gestors. En cada un dels grups hi ha participat també un membre del Consell Assessor de la Gent Gran.

Els grups de discussió permeten explorar les opinions d'uns i altres sectors de població respecte a temes d'interès. Per aquest motiu és important que els participants seleccionats tinguin característiques diverses. Les opinions i el debat són un reflex del que pensen altres persones. Els debats, enregistrats i conduïts per un monitor, s'han centrat en aquesta ocasió en els serveis d'atenció domiciliària.

En aquests serveis, com en d'altres, és molt freqüent pensar que un bon professional és suficient, que és l'únic que cal, per dissenyar uns bons serveis per a la gent gran. Ara bé, de la mateixa manera que és important comptar amb bons professionals, també ho és saber el que pensen, el que valoren i el que volen les persones grans i els seus familiars.

Aquest projecte ha estat un punt de partida per promoure les aportacions de les persones grans en relació amb els serveis. Ha permès que s'hi expressin diferents

Vegeu el document de conclusions a la pàgina 96.

veus: persones grans, familiars o professionals del sector han plantejat les seves expectatives, com entenen la qualitat i de quines maneres aquesta es pot plasmar en la definició dels serveis. L'objectiu final és que la perspectiva dels participants –usuaris directes o indirectes dels serveis– es conegui i s'incorpori en la definició dels criteris de qualitat dels serveis d'atenció domiciliària. I també que aquest enfocament pugui aplicar-se en altres serveis per promoure'n la qualitat. És un camí per afavorir que els serveis s'adaptin a les persones, i no aquestes als serveis.

De forma paral·lela, la difusió d'aquesta manera de participar fa evidents les capacitats de les persones grans i fomenta el seu reconeixement.



# Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència

En el marc de l'eix de treball **Participació i Qualitat dels Serveis**, es va emprendre l'elaboració d'un document de drets i llibertats de les persones grans amb dependència en l'àmbit de la ciutat. La idea d'elaborar un document d'aquestes característiques responia a la voluntat, per part del Consell Assessor de la Gent Gran i l'Ajuntament, de donar veu a les persones més febles, als qui per les seves circumstàncies personals tenen més difícil que ningú fer escoltar la seva veu.

Els principals objectius són impulsar una cultura dels drets, promoure l'autonomia i la participació del col·lectiu i estimular el reconeixement de la seva capacitat de decidir i escollir. S'ha de dir que la gent gran de Barcelona ha estat pionera en la creació d'un document d'aquestes característiques en l'àmbit ciutadà.

L'elaboració del document ha anat a càrrec de Mercè Mas, experta en gent gran, que va iniciar el procés amb la redacció d'un document base prenent com a punt

de partida diverses experiències europees, amb el propòsit d'adaptar-les a la realitat de la gent gran de Barcelona. Aquest projecte de document es va sotmetre a debat amb diversos col·lectius que hi van fer aportacions: grups d'experts de la universitat, l'Administració pública, empreses de serveis i altres; la permanent del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona; comissions de gent gran de districtes, i persones grans amb dependència.

El juny del 2002, l'esborrany es va presentar públicament en la jornada **Participació i Qualitat dels Serveis** al Centre Cultural de la Farinera del Clot. Posteriorment es va retornar a la permanent del Consell Assessor amb les aportacions recollides durant el procés. Va ser aprovat en el plenari del Consell Assessor de la Gent Gran, i presentat a la convenció Les Veus de la Gent Gran, abans de la presentació en roda de premsa als mitjans de comunicació.

Vegeu el text íntegre del document a la pàgina 104.

Pel que fa a l'estructura del Document obert (que apareix íntegrament a partir de la pàgina 104), es compon de tres parts: una introducció, que recull la gènesi i l'esperit del projecte; l'enunciació dels 14 drets que consagra la declaració, i un conjunt de 41 recomanacions que els desenvolupen. Al seu torn, aquests drets es poden agrupar en tres blocs: drets inherents a les persones, drets relacionats amb els serveis i drets relacionats amb la societat.

Finalment, cal destacar que ha estat concebut com un document viu i obert a la participació de la ciutadania, amb vista a afrontar els canvis continuats que afec-



ten la nostra societat i especialment les persones grans.

El document que es presenta és un text obert de reconeixement dels drets i les llibertats de les persones grans amb dependència. Forma part del programa del Consell Assessor de la Gent Gran de Barcelona i l'Ajuntament de Barcelona "Gent Gran i Participació. Barcelona 2002. Fer créixer la participació; construir un nou enfocament compartit" com a mitjà per impulsar una cultura que promogui l'autonomia i la participació de les persones grans amb dependència i per estimular que les organitzacions de serveis reconguin la seva capacitat de decidir i escollir.

Des del final dels anys noranta, diferents grups de treball de l'Ajuntament de Barcelona treballen el tema per iniciativa del Consell Municipal de Benestar Social, com a resposta a una preocupació prèvia. Així, es va treballar la Carta de drets i llibertats de la persona gran dependent del Ministère

de l'Emploi et de la Solidarité de França i la Fondation Nationale de Gérontologie del mateix país del 1999, que és l'actualització d'una carta anterior del 1987. Per completar i aprofundir el coneixement del tema s'ha fet una recerca de documents de característiques semblants a diferents països.

En el curs de la investigació prèvia a la redacció es va tenir coneixement que el Comitè Europeu per la Cohesió Social havia convocat un grup d'experts amb l'objectiu d'estudiar la qualitat de vida de les persones grans amb dependència, el qual ha elaborat un document que inclou els drets i les recomanacions que podrien ser incorporats a una possible carta europea. Aquests continguts han estat l'eix de la proposta a l'hora de fer el document de drets i llibertats.

El present document no vol, per tant, substituir la carta que pugui aprovar la Comissió Europea, sinó recollir els drets i les recomanacions continguts en el document

esmentat adaptant-lo al màxim a la realitat de la ciutat de Barcelona. El procés seguit per a la seva elaboració ha estat la redacció d'un document base recollint els drets i les recomanacions del document del grup d'experts de la Comissió Europea en vista del document francès i d'altres d'àmbit universal, del Llibre blanc de les persones grans amb dependència de la Generalitat de Catalunya i especificitats de la ciutat de Barcelona. El projecte de document resultant ha estat treballat després per diversos grups de persones grans de la ciutat responen a l'enunciat del programa, com també per un grup d'experts.

Els canvis continuats de la nostra societat i, especialment, del col·lectiu de la gent gran plantegen el document com a obert a la participació de la ciutadania.

# Xarxa Gran. Propostes per afavorir i ampliar la participació de la gent gran a Barcelona

La línia de treball de participació i noves pràctiques tenia com a objectiu analitzar les diferents fórmules de participació de la gent gran existents actualment a Barcelona, i fer propostes per enfortir aquesta participació i fer-la extensible a tots els temes de ciutat.

L'encàrrec del projecte es va fer al Dr. Joan Subirats i Humet, membre de l'Institut de Govern i Polítiques Públiques (IGOP) de la Universitat Autònoma de Barcelona, el qual va assumir la coordinació de l'equip encarregat de conduir-lo, format per Ismael Blanco, Sònia Lozano i Belén López. El Consell Assessor de la Gent Gran, per la seva banda, va nomenar una comissió de seguiment de l'estudi integrada per cinc persones: Josep Muñoz, de la Coordinadora de Casals Municipals; Juan Manuel Velasco, de la Coordinadora de Vocals de la Federació de Veïns de Barcelona; Anna García, representant del districte de Sant Martí; Antoni Navarro,

de l'Eixample, i Jordi Galligó, de Sarrià-Sant Gervasi.

Inicialment, es va pensar que una manera d'enfortir i ampliar la participació de tota la gent gran en la construcció de la ciutat podia ser la constitució del Senat de la Gent Gran de Barcelona. Aquesta idea inicial, però, es va anar transformant després d'analitzar aspectes com ara quins eren els reptes que havien d'afrontar les estructures de participació de la gent gran, de plantejar-se quines haurien de ser les seves funcions i la seva relació amb altres estructures participatives existents, qui n'hauria de formar part, com s'organitzaria, quins temes s'hi tractarien, etc. Després d'haver conegut el punt de vista de moltes persones i de valorar altres experiències existents, sobretot europees, es va arribar a la conclusió que per enfortir i ampliar la participació de la gent gran en els temes de ciutat, sense de deixar de banda les veus de les persones més febles o d'a-

Vegeu el text resumit del document a la pàgina 116.

quelles que no estan integrades en els circuits associatius més habituals, s'havien de reforçar les estructures representatives existents, és a dir, el Consell Assessor de la Gent Gran, les comissions de gent gran dels districtes o el grup de gent gran del Consell Municipal de Benestar Social.

Per fer-ho es considera necessari ampliar-ne la participació en el Consell Assessor; promoure processos participatius per temes concrets, en l'àmbit general de ciutat o de districte, que convoquin persones no associades, i també fomentar formes variades de participar en els barris tant en temes específics de la gent gran

com en temes d'interès per als ciutadans en general. Aquesta recomanació final es recull en l'apartat "Xarxa Gran. Propostes per enfortir i ampliar la participació de la gent gran" (vegeu la pàgina 116).

El treball es va estructurar en tres grans fases: l'abril de 2002, juntament amb la comissió de seguiment del Consell Assessor de la Gent Gran, es va discutir el disseny del projecte i es va elaborar la llista de persones i entitats que serien consultades al llarg de tot el procés. Entre els mesos d'abril i juliol es va fer una recerca sobre models de participació de la gent gran a d'altres ciutats d'arreu del món, especialment de la Unió Europea, i es van realitzar una vintena d'entrevistes amb representants d'entitats, tècnics de l'Ajuntament de Barcelona i persones a títol individual. Finalment, entre els mesos de setembre i novembre es va redactar un informe provisional, a partir de tota la informació obtinguda, que va ser discutit i modificat en diversos

àmbits: a la comissió de seguiment, a la permanent del Consell Assessor de la Gent Gran, en el grup de representants de les comissions de gent gran de districte i en el plenari del Consell Assessor de la Gent Gran.

L'informe final s'estructura en cinc grans apartats: en el primer es fa una reflexió general sobre els canvis en el col·lectiu de la gent gran i en les seves dinàmiques de participació; en el segon s'analitzen les estructures bàsiques de participació de la gent gran a Barcelona; en el tercer capítol es fa una anàlisi dels models de participació de la gent gran en algunes ciutats de la Unió Europea; en el quart, es presenten les idees principals sorgides en els reunions mantingudes amb la comissió de seguiment i en les entrevistes; el cinquè apartat, com a conclusió dels anteriors, recull les propostes per afavorir i ampliar la participació de la gent gran a la ciutat.

En la part final apareixen, entre d'altres, les referències documentals i bibliogràfi-

ques consultades, la llista de persones entrevistades i les esmenes i comentaris de la comissió de seguiment del Consell Assessor de la Gent Gran i dels altres grups. La versió que apareix a la pàgina 116 d'aquesta publicació només recull els capítols segon i cinquè, que tracten, respectivament, dels canvis en el col·lectiu de la gent gran a Barcelona i les seves repercussions en el model de participació, i de les propostes sobre com es pot afavorir i ampliar la participació de la gent gran.



# ALTRES ACTUACIONS

## Exposició itinerant

Aquesta acció neix també a partir d'una iniciativa anterior del Consell Assessor de la Gent Gran per visibilitzar i donar a conèixer els òrgans de participació de la gent gran municipals, és a dir, el mateix Consell Assessor i les comissions de districte. Coneguda en el seu moment com La maleta participativa, aquella primera iniciativa s'ha transformat en un projecte més ambiciós, La participació es mou a Barcelona: l'exposició i els tallers. El contingut d'aquest projecte s'ha fet extensible a tot el moviment participatiu de la gent gran i a les entitats que participen activament en cada districte, a més d'incloure l'organització d'uns tallers d'iniciació a la participació.

Els continguts temàtics han estat determinats per les qüestions destacades d'interès pel Consell Assessor de la Gent Gran i les comissions de districte. El disseny i la realització han anat a càrrec de l'equip del programa La Universitat a l'abast, de la

Universitat Autònoma de Barcelona, que dirigeix Mercè Pérez Salanova. Eva Yera, per la seva banda, ha estat la responsable dels tallers de participació.

L'exposició itinerant és una mostra del trajecte participatiu de la gent gran a Barcelona –iniciis, recorregut, perspectives, contingut– i vol estimular, després de donar-les a conèixer, l'interès de les persones grans per participar en les diferents entitats i associacions.

La informació se centra en el teixit associatiu de la gent gran, i és presentada a través d'uns plafons mòbils que s'han anat desplaçant pels districtes de la ciutat. La temàtica central dels plafons versa sobre:

- El Consell Assessor de la Gent Gran
- Dades demogràfiques respecte de la gent gran de Barcelona
- El III Congrés de la Gent Gran de Barcelona
- Els consells i les comissions de gent gran dels districtes

- La II Assemblea Mundial sobre l'Envel·liment
- Barcelona amb la gent gran activa
- Barcelona amb la gent gran segura
- Barcelona amb la gent gran solidària i participativa
- Els homes i les dones
- Les associacions, les entitats

A cada districte, a més, s'hi afegeix informació referent a les entitats del territori i sobre les diferents línies de treball que centren la tasca de la comissió de gent gran.

La mostra s'ha pogut visitar al llarg de 15 dies a cada districte de la ciutat entre els mesos d'octubre de 2002 i maig de 2003, i està previst que es pugui continuar desplaçant sempre que alguna entitat així ho sol·liciti al Consell Assessor de la Gent Gran. La inauguració va ser l'1 d'octubre de 2002, en commemoració del Dia Internacional de la Gent Gran.





### El recorregut de l'exposició itinerant

Sant Andreu **octubre 2002**

Ciutat Vella **octubre-novembre 2002**

Sarrià-Sant Gervasi **novembre 2002**

Gràcia **desembre 2002-gener 2003**

Nou Barris **gener-febrer 2003**

Sant Martí **febrer 2003**

Horta-Guinardó **febrer-març 2003**

Eixample **març 2003**

Les Corts **març-abril 2003**

Sants-Montjuïc **abril-maig 2003**

Fira Gran **juny 2003**

# Tallers de participació

Els cinc tallers de participació, per la seva banda, esdevenen una oportunitat per descobrir i per aprendre. Consten de quatre sessions i es realitzen un cop finalitzada l'exposició, que al seu torn serveix també de punt d'inscripció per als tallers. Els temes tractats han estat els següents:

- Fes salut i fes-te gran
- Tinc temps i tinc ganes, què puc fer?
- Noves tecnologies
- Cooperació intergeneracional entre associacions
- Les associacions de gent gran miren cap al futur

Els tres primers s'han adreçat a la gent gran en general, amb la finalitat que les persones coneguin què poden fer per tal de viure millor físicament i emocionalment, triar i decidir sobre el temps lliure, o utilitzar internet per comunicar-se i participar. Els dos darrers temes anaven destinats a membres de les juntes i comissions d'as-

sociacions i casals amb la finalitat que aquestes persones coneguin què poden fer per augmentar el dinamisme de les entitats, i la col·laboració entre associacions i, també, entre generacions.

Els tallers són una eina pràctica basada en la participació i que parteix de l'experiència de les persones. Per això tothom pot assistir a un taller i treure'n profit



# LA PARTICIPACIÓ ES MOU A BARCELONA

Gent gran i participació. Barcelona 2002

gent gran activa, segura i solidària



Ajuntament de Barcelona



amb la gent gran



**PARTICIPACIÓ I DINAMITZACIÓ DELS CASALS**

## **Les millors iniciatives dels casals**

# ELS VALORS DE LA GENT GRAN

## Maximilienne Levet

Doctora en psicologia i gerontòloga, cofundadora del moviment de la Flamboyance (França, 1990)

Conferència a les jornades Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona, celebrada l'11 de juny de 2002.

Bon dia a tothom. Estic molt contenta de ser a Barcelona, i és un honor per a mi haver-hi estat convidada per la ciutat i pels meus col·legues gerontòlegs. Barcelona és una gran ciutat, una ciutat bonica, històrica i artística, i estic molt emocionada de ser amb vostès en aquest espai, que havia estat una fàbrica i que ara s'ha transformat per acollir usos culturals. M'emociona perquè el meu marit va començar a treballar amb catorze anys, i va ser obrer a la Renault durant vint-i-cinc anys. Sóc molt sensible a tot el que té a veure amb la vida obrera, perquè jo he estat la dona d'un obrer durant una trentena d'anys.

Els vull parlar del moviment de la Flamboyance, que es va crear el 1990 per iniciativa del llavors ministre de Cultura de França, Jack Lang, i va suposar una autèntica revolució en el món de la gent gran. Per una vegada, un ministre s'interessava per aquest món en relació amb un tema que no tenia a veure amb

menjar, beure, distreure's o tenir aixopluc. Lang ens va prendre en consideració i va pensar que calia que la cultura fes alguna cosa dirigida a les persones de més de 50 anys. Tot seguit els vull parlar de diferents accions que aquest moviment ha emprès.

En primer lloc, vam voler canviar la imatge de la gent gran en la societat. A les persones grans, els vam dir: "tots sabeu fer alguna cosa: cantar, pintar, fer escultures, ballar danses populars... ensenyeu-ho!"; llavors els casals de gent gran van començar a muntar exposicions, col·loquis, representacions teatrals, sempre de gent gran i per a gent gran. El moviment els va donar suport, i en molt poc temps vam aconseguir canviar la imatge social de la gent gran a França. Ja no érem els pobres avis i les pobres àvies, sinó persones grans, preses en consideració per un ministre i també pel conjunt de la societat.

Cal dir que el Ministeri de Cultura ens va donar diners, molts diners. Nosaltres constituïem una acció del Ministeri. El fet que disposéssim d'aquests recursos ens va comportar l'animadversió de les associacions de gent gran que no en tenien. Vam contractar vuit persones, vam llogar oficines, vam adquirir material... però quan l'esquerra va perdre les eleccions, el nou ministre, de la dreta, ens va dir que la gent gran no teníem lloc al Ministeri de Cultura. Ens vam quedar sense ni cinc. Vam haver d'acomiarar el personal i de deixar les oficines, i ens reuníem a casa meva i a la del responsable de projectes.

Lavors, a partir del moment en què vam deixar de dependre del Ministeri de Cultura, vam poder obrir noves vies d'acció: la social i la política. Però no volíem fer política de partit, ni política de dretes, d'esqueres o de centre; volíem fer política en un sentit ampli, és a dir, interessar-nos pel que passa al món, pel que passa al nostre país, pel que passa a la nostra ciutat, al nostre barri i a la nostra escala.

Hem continuat actuant en l'àmbit cultural. Per exemple, incitem les residències de gent gran –un cop l'any per iniciativa nostra, i més sovint si elles ho volen– a obrir-se a l'exterior, a la seva ciutat i al seu barri. Evidentment, només es pot treballar en una residència si la direcció i el personal hi estan d'acord. Nosaltres proposem que cadascun dels residents convidi una persona que no sigui de la família –un antic veí, la persona jove que ara viu on havia estat casa seva, un botiguer...– a anar-hi, i els facilitem les targetes d'invitació. Llavors es tracta també d'organitzar una activitat, com ara un concert, una representació teatral o una exposició. Hi ha residències que prefereixen muntar el que anomenem un recorregut pels sentits: per exemple, es preparen unes ampolletes amb diferents perfums, i el visitant les ha d'obrir i endevinar de quin es tracta; amb els ulls embenats, ha de tocar diferents superfícies: teixits diversos (vellut, seda), pedra, fusta... i reconèixer-les, i així amb els cinc sentits. La gent gran també pot participar en aquest joc, i d'aquesta manera residents i visitants van fent junts el recorregut per la residència.

Quan ens vam quedar sense recursos, vam veure que disposàvem de més llibertat per actuar també en l'àmbit polític, i dir a la gent gran que tots som ciutadans fins al dia de la nos-

**“Tots som ciutadans i, en la nostra condició de ciutadans, hem de parlar, hem de donar la nostra opinió sobre el que passa al món, al nostre país, a la nostra ciutat, al nostre barri.”**



**amb la gent gran**

**“Tenim temps, perquè ja no treballeu.  
Però la disponibilitat també és interior,  
és la capacitat d’obrir-se, d’escoltar i voler  
entendre els altres.”**

tra mort. I en la nostra condició de ciutadans, hem de parlar, hem de donar la nostra opinió sobre el que passa al món, al nostre país, a la nostra ciutat, al nostre barri.

En aquest sentit, vam emprendre una molt bona acció, que vam anomenar “la primavera de les generacions”. Es tracta d’un projecte que s’interessa per joves de 18 a 25 anys amb grans dificultats, sense estudis ni feina, pertanyents a famílies pobres des del punt de vista econòmic i també cultural i que, per tant, no poden ajudar-los. Aquests joves no tenen dret a res des del punt de vista dels poders públics. No han treballat, i, en conseqüència, no tenen dret al subsidi d’atur. Encara no tenen 25 anys, de manera que no tenen dret al subsidi mínim d’inserció. Així, doncs, depenen de la família, que sovint no se’n pot fer càrrec.

Nosaltres vam dir a la gent gran: “Vosaltres heu contribuït a construir aquesta societat. Després de la guerra, les ciutats estaven destruïdes, els mitjans de comunicació també, etcètera. Amb l’ajuda dels americans, del Pla Marshall, amb el vostre treball i amb el treball dels immigrants, hem construït aquesta societat. Per tant, vosaltres sou en part responsables del que els passa a aquests joves. I, en la vostra condició de ciutadans, heu d’actuar”. I també els vam dir: “Per fer-ho, heu de guanyar diners. No us demanem que us rasqueu la butxaca. Heu de guanyar diners per poder-ne donar a aquests joves en dificultats i sense recur-

sos. Aquests diners els donarem als joves que tinguin un projecte per guanyar-se la vida”. Llavors hi va haver gent que ens va dir: “Guanyar diners? Us heu tornat bojos! Si estem jubilats! Vam treballar molts anys, i ara s’ha acabat!” I els vam contestar: “És ben fàcil. Només heu de fer el mateix que feu al casal. En benefici del casal, feu balls i representacions teatrals, veneu objectes artesanals i treballs de ganxet, organitzeu berenars... doncs ara feu-ho per ajudar aquests joves”, i ho van fer: amb els diners recollits, per exemple, es va ajudar alguns joves d’àrees rurals a treure’s el carnet de conduir, un requisit imprescindible si la feina no és al mateix lloc de residència.

Les persones grans, per tant, són ciutadans i tenen coses a dir. S’han de considerar, gràcies a l’edat, portadors d’uns valors, els valors de l’edat. I s’han de fer sentir en nom d’aquests valors. Vegem tot seguit quins són.

A mesura que envellim, cada vegada som més lents. Això ho vivim com un dèficit, com una pèrdua de facultats. L’edat ens alenteix, ja no podem córrer, ja no podem fer les coses de pressa. Però la lentitud és un valor. Permet sentir, escoltar, veure, prendre consciència dels canvis de l’entorn. Podem veure els veïns somrient, o de vegades no tant... podem copsar l’evolució del món i del nostre entorn social. Perquè som lents, perquè tenim temps d’aturar-nos a escoltar.



**“Cal reivindicar els valors que acompanyen l’edat: la lentitud permet sentir, escoltar, veure, prendre consciència dels canvis de l’entorn.”**

Igualment, a mesura que envellim, cada vegada som més febles. I això també és considerat un dèficit, tant per nosaltres mateixos com per part del nostre entorn. Però la feblesa és un valor. Una societat regida per la llei del més fort és un horror. El més fort en força, en títols, en diners, en coneixements, esclafa l’altre, el feble, el pobre, el disminuït: “Aparteu-vos, aparteu-vos, que ve el més fort”. Benaurats els febles, perquè no mataran!

Estem disponibles. Tenim temps, perquè ja no treballem. Però la disponibilitat també és interior, és la capacitat d’obrir-se, d’escoltar i voler entendre els altres. La feblesa i la disponibilitat afavoreixen el diàleg social. No tenim força, no podem esclafar, hem de trobar solucions als problemes.

No malgastem. Hi ha qui diu que som avars. Però els objectes que guardem són testimonis del passat, companys del present i amics per al futur. No llencem res, encara que els nostres fills diguin: “Mira quants trastos que guarda, pobra mare”. Actualment es produeix per consumir, i es consumeix per llençar. I això no pot ser, de cap manera.

Finalment, vull destacar que aquests valors de l’edat són els valors de la terra, de la nostra terra. La terra és lenta: han hagut de passar milions d’anys perquè s’acumulessin les riqueses que ara nosaltres dilapidem. La terra és feble: durant molt temps hem cregut que podíem fer qualsevol cosa i que ella restabliria l’e-

quilibrí, però això no és cert. Hem causat desastres que no són reparables, com ara el forat a la capa d’ozó de l’atmosfera. La terra està disponible: cada ésser que ve al món, sigui home, animal o planta, hi troba el seu lloc. Són els homes els que han creat les fronteres, i els que les defensen amb canons i metralladores. I si continuem contaminant, llençant, malbaratant, la vida a la terra deixarà de ser possible. Moltes gràcies.

# RECUILL DE BONES PRÀCTIQUES

## Resum de bones pràctiques

La selecció de les bones pràctiques en aquestes activitats (voluntariat, relacions intergeneracionals, activitats de lleure, espais compartits, noves tecnologies, models de gestió i models d'organització) es va fer per tal de seleccionar aquelles que afavoreixen les relacions personals i la participació social de la gent gran i que contribueixen a donar una imatge positiva del col·lectiu i dels espais de relació.

### **Voluntariat**

Realització d'activitats amb talleristes voluntaris i voluntàries  
Talleristes voluntaris i voluntàries compartits entre casals  
Foment i promoció del voluntariat  
Obertura del casal a activitats amb voluntaris i voluntàries d'altres entitats  
Ajuda i suport entre usuaris i usuàries  
Voluntariat intern

### **Relacions intergeneracionals**

Col·laboració amb escoles  
Activitats compartides amb altres grups d'edat  
Obertura dels casals i espais de relació de gent gran a persones més joves  
Participació en projectes de ciutat

### **Activitats de lleure**

Tallers de memòria  
Quinzena de la salut  
Tallers literaris i Jocs Florals  
Edició d'una revista  
Excursions compartides  
Organització de les pròpies excursions  
Sortides a la natura  
Sortides culturals  
Dinamització de la biblioteca  
Punt d'informació per a la gent gran  
Grups de suport  
Campionats de jocs de taula / petanca / billar

### **Espais compartits**

Utilització d'espais d'altres entitats  
Activitats compartides amb altres entitats  
Ús compartit de seu amb altres entitats  
Cessió d'espais a altres entitats  
Col·laboració amb altres entitats o en campanyes solidàries  
Ús d'espais polivalents

### **Noves tecnologies**

Edició de revista i pàgina web

Cursos d'informàtica

Gestió informatitzada

### **Models de gestió**

Gestió per comissions

Gestió amb suport d'empresa

Gestió amb suport del centre cívic

Gestió amb suport d'un dinamitzador de gent gran

Gestió amb suport contractat per l'associació

Gestió com a grup de fet

### **Models d'organització**

Programació d'activitats des del districte

Òrgans de coordinació dins l'àmbit del districte:

    Taula de casals de districte

    Coordinadora dels Casals d'Avis de Ciutat Vella

    Associació-Secretariat de Gent Gran de Sants-Montjuïc

Difusió pròpia de les activitats

Difusió de les activitats per part del districte

Difusió de les activitats per part d'altres entitats

Activitats obertes al barri

Establiment d'un horari d'atenció als socis i usuaris

Aquest text s'ha resumit respecte del document original de Bo-nes pràctiques per adequar-lo a les característiques d'aquesta publicació.

Document base per a la celebració de les jornades Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona celebrades l'11 i 12 de juny de 2002.

Dirigit per M. Pia Barenys i realitzat pel Grup d'Estudis de Vellesa de la Universitat Autònoma de Barcelona. Presentat a la Convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.



# Voluntariat

El voluntariat, entès com un gest de solidaritat i de dedicació de temps personal en benefici d'altres persones, és la base mateixa dels casals i espais de relació de gent gran municipals.

El funcionament diari d'aquests centres es fonamenta, principalment, en la dedicació desinteressada –i no sempre prou reconeguda– de les persones que hi ha al capdavant de les seves juntes i comissions de treball.

El dinamisme dels centres es nodreix, a més, de l'aportació de persones que s'ofereixen voluntàriament com a talleristes, de col·laboradors puntuals i de la major o menor capacitat dels mateixos centres per fomentar el voluntariat o treure'n el màxim profit.

En relació amb aquests aspectes del voluntariat, s'han volgut destacar les següents *bones pràctiques* detectades en els casals i espais de relació de gent gran municipals:

## **Realització d'activitats amb talleristes voluntaris i voluntàries**

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Per al casal és una manera d'oferir un ventall més ampli d'activitats als usuaris i les usuàries.
- Per als voluntaris i les voluntàries representa la possibilitat de compartir els seus

coneixements o experiències amb altres persones amb interessos semblants.

- L'existència de talleristes voluntaris/àries anima que altres usuaris i usuàries també es preguntin què podrien oferir ells com a voluntaris.

Les activitats portades per una persona voluntària se solen plantejar a partir de l'oferiment d'aquesta. La proposta, si es considera viable, s'anuncia com a nova activitat, i es posa en marxa en el moment en què hi ha un nombre mínim de persones interessades a realitzar-la.

En alguns casos, les noves activitats han sorgit de la demanda dels usuaris i les usuàries i és el centre mateix qui ha buscat la persona voluntària, bé entre els socis bé a fora.

## **Talleristes voluntaris i voluntàries compartits entre casals**

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Permet que els centres implicats puguin ampliar les activitats que ofereixen als usuaris i les usuàries.
- Permet mantenir activitats que es perdrien pel fet de no disposar el centre d'una persona preparada i disposada a realitzar-les.
- Implica un enriquiment mutu per part dels centres, ja que fomenta una base de relació per fer altres coses llegats.

## **Foment i promoció del voluntariat**

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- La participació activa reporta una satisfacció personal que les persones voluntàries valoren especialment.
- Representa un reconeixement de la tasca que realitzen els voluntaris i les voluntàries i una valoració del temps que hi dediquen.
- Permet donar reconeixement social als coneixements i les experiències adquirits al llarg de la vida.
- És una manera d'engrescar més voluntaris i voluntàries.

## **Obertura del casal a activitats amb voluntaris i voluntàries d'altres entitats**

El voluntariat aporta satisfaccions, però també implica un compromís, i a vegades no tothom és prou conscient d'això. Per garantir qualitat i continuïtat en les activitats dutes a terme per voluntaris, alguns centres prefereixen col·laborar amb altres entitats dedicades específicament al foment del voluntariat.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Garanteix un major compromís i nivell de formació dels voluntaris i les voluntàries.
- Amplia l'oferta de possibles activitats que s'han de realitzar.
- Obre el casal a noves persones, ja que l'altra entitat també aporta participants propis a la nova activitat que s'inicia.

Les activitats fetes per les persones voluntàries d'altres entitats s'originen per l'oferiment d'aquesta altra entitat o a petició del casal que vol començar una activitat concreta.

#### **Ajuda i suport entre usuaris i usuàries**

Entre les persones usuàries dels casals hi ha gent molt gran que per problemes de mobilitat o per por de caure poden desistir a la fi d'anar al casal. També es pot donar el cas de persones que tot i anar als casals, se senten insegures i angoixades, per exemple, a l'hora d'anar soles al metge o al banc.

Els casals són per a moltes de les persones que s'hi adrecen, el seu principal centre d'oci i de relacions personals. Considerant situacions com les exposades, l'ajuda entre socis i usuaris és un bon recurs per a les persones grans, tant per solucionar petits problemes concrets com per fer que se sentin més segures i acompanyades.

D'experiències de solidaritat entre persones usuàries, n'hi ha a tots els centres, per les relacions de veïnatge o d'amistat, sorgides allí mateix o anteriorment. Però la creació de grups de voluntariat intern reporta avantatges addicionals.

#### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Enforteix les relacions de solidaritat que neixen de manera espontània.

- El fet d'organitzar-se des del mateix casal dóna més confiança i seguretat a les persones: s'eviten recels i són un referent clar a l'hora de sol·licitar l'ajuda.

- La seva existència estimula la col·laboració de la gent i evita que persones amb problemes de mobilitat s'hagin d'estar a casa.

#### **Voluntariat intern**

Aquest concepte fa referència al voluntariat de totes aquelles persones que participen activament en els casals i en fan possible el bon funcionament.

#### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Són el veritable motor dels casals i espais de relació de gent gran municipals.

- Donen caliu i cohesió a les associacions, i les converteixen en veritables espais de relacions personals.

- Permet que les entitats puguin assumir més iniciatives.

# Relacions intergeneracionals

**El foment de les relacions intergeneracionals** es reclama des de fa temps des del col·lectiu de la gent gran. La seva participació activa en la dinàmica social constitueix una aportació de valors, coneixements i experiència molt important, i contribueix a millorar-ne la imatge com a grup d'edat.

## **Col·laboració amb escoles**

Les experiències de col·laboració amb escoles que s'han trobat en els casals i espais de gent gran municipals són força coincidents pel que fa al grup d'edat amb què es relacionen les persones grans. Normalment es tracta de nens i nenes de fins a 12 anys que comparteixen activitats amb la gent gran puntualment, de manera que conflueixen en la celebració de festes populars en què s'organitzen xocolatades, concursos de jocs de taula, etc.

### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Fomenten l'autoestima de les persones grans, pel fet de sentir-se valorades com a transmissores de coneixement i d'experiències de vida.
- Per mitjà de les relacions que s'hi estableixen, es descobreixen afinitats entre els implicats que fan que es mirin, també entre avis i nets, amb uns altres ulls.

- Ajuden els nens i joves a prendre consciència del curs de la vida i afavoreixen actituds més sensibles envers els altres grups d'edat.

## **Activitats compartides amb altres grups d'edat**

### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Fomenta amb naturalitat les relacions intergeneracionals, ja que la trobada té com a base una activitat d'interès comú.
- Visualitza les limitacions, però també les capacitats dels diferents grups implicats.
- El coneixement mutu ajuda a trencar estereotips en relació amb els altres grups d'edat i afavoreix la convivència.

## **Obertura dels casals i espais de relació de gent gran a persones més joves**

L'accés restringit als casals ve determinat pels reglaments i moltes vegades no se satisfà la demanda real ni la voluntat de les persones que dirigeixen els casals.

### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Amplia el camp de relacions personals i afavoreix la dinamització dels centres, perquè s'hi aporten noves inquietuds, interessos i coneixements.
- Millora l'autoestima de la gent de més edat, que deixa de percebre el seu centre de relació com un espai rebutjat per la gent més jove.





- En la formació de grups d'activitats, el criteri de l'edat perd força davant dels interessos i les preferències personals.

#### **Participació en projectes de ciutat**

La participació en el projecte de l'Agenda 21 de Barcelona, que tracta sobre medi ambient i sostenibilitat a la nostra ciutat, o bé en el Congrés d'Associacions de Torre Jussana són exemples de la presència de representants dels casals i espais de relació de gent gran en projectes que apleguen persones amb edats i interessos molt diversos.

#### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Canalitza i fa efectiva i visible la participació social activa de la gent gran.
- Permet avaluar de manera objectiva els beneficis de les aportacions fetes des de l'experiència i la maduresa.
- Reforça les relacions intergeneracionals.



# Activitats de lleure

*Les bones pràctiques no fan referència no* més a activitats o experiències innovadores, sinó també a activitats de lleure, relació, prevenció, promoció, etc., que ja ofereixen habitualment els casals i espais de relació de gent gran.

Per esdevenir espais atractius i donar resposta a les necessitats i preferències de les persones que els utilitzen, els centres han d'oferir activitats i programes diversificats, i a vegades també han de buscar solucions imaginatives per fer-los anar endavant.

A partir de les visites als centres, s'ha fet un recull d'experiències diverses que s'han considerat positives i motivadores.

## Tallers de memòria

Les malalties relacionades amb la pèrdua de les capacitats cognitives preocupen molt les persones grans. Exercitar la memòria no ajuda a recuperar la que s'ha perdut, però és molt útil per millorar i conservar la que es té. Per això és important que els centres posin els tallers de memòria a l'abast de les persones usuàries.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Creen hàbits de comportament que n'afavoreixen el manteniment.
- Faciliten estratègies substitutòries de la memòria de gent utilitat pràctica.

• Donen més seguretat a les persones grans respecte d'un tema que els preocupa molt.

## Quinzena de la salut

Les quinzenes de la salut són activitats organitzades des dels districtes en què s'aborden temes diversos relacionats amb la salut i les persones grans.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Ofereixen un ampli ventall d'activitats integrades i de qualitat: xerrades, seminaris, tallers...
- Els temes sorgeixen de les preocupacions i els interessos expressats per la mateixa gent gran.
- Són activitats obertes a tot el districte i, en conseqüència, també una manera de crear nous espais de relació per a la gent gran.

## Tallers literaris i Jocs Florals

Els tallers literaris i els Jocs Florals són activitats que en principi podrien semblar destinades a un col·lectiu reduït de persones grans, però s'ha comprovat que engresquen molta gent i que són una festa per a tothom.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Són una activitat de relació, i en el cas que siguin activitats obertes al barri, són una manera de difondre i reconèixer la sensibilitat i l'experiència de la gent gran.

• Són una oportunitat per expressar la sensibilitat i la creativitat, i a vegades també de descobrir aptituds que es desconeixien.

• L'esforç que suposen també és un exercici excel·lent per reforçar la capacitat de concentració i la memòria.

## Edició d'una revista

Trimestrals o semestrals, segons els casos, les revistes dels casals i espais de relació de gent gran municipals són una via per a la difusió d'informació en general i, així mateix, un mitjà per expressar les vivències, les opinions i la creativitat personal.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Són un canal per difondre informació d'interès per al col·lectiu, i per expressar i crear opinió.
- La seva difusió externa contribueix a millorar la imatge social de la gent gran i dels seus espais de relació.
- Són un bon complement de l'anomenada premsa de barri.

## Excursions compartides

Les excursions són una de les activitats més tradicionals i emblemàtiques dels casals i espais de gent gran municipals, i una de les que té més acceptació.

Tot i així, la proliferació de les "excursions de promoció" fa que a vegades s'ha-





gin de suspendre per manca de gent. Una manera d'evitar-ho és omplir els autocars amb gent de diferents casals.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Permet que es continuïn fent excursions, si un únic casal no aconsegueix omplir tot sol l'autocar.

- Augmenta les possibilitats de relacionar-se amb més gent i de fer noves amistats i coneixences.

- La feina d'organitzar-les està més repartida i comporta una col·laboració entre entitats que sempre afavoreix que es puguin fer altres coses plegats.

### **Organització de les pròpies excursions**

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Permet decidir on es vol anar i què s'hi pot fer, d'acord amb les preferències de la gent de cada casal.

- Limita la competència de les "excursions de promoció", ja que els itineraris i la programació són molt diferents.

- La seva planificació fa que l'activitat no es limiti només al dia de la sortida.

### **Sortides a la natura**

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Les sortides a la natura i les caminades per la muntanya són una manera de fer exercici físic i de mantenir-se en forma.

- Fomenten la relació personal entre els participants.

- Són una activitat d'integració i de reconeixement de l'entorn.

### **Sortides culturals**

Visitar museus i exposicions, anar al teatre o al cinema i passejar per la ciutat i descobrir com es va transformant són experiències atractives que si es planifiquen bé no comporten una gran despesa.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Són activitats de relació i, alhora, permeten fer un exercici moderat.

- Són experiències d'integració i de coneixement i redescobriments de la ciutat.

- Atrauen nous usuaris i usuàries.

Algunes d'aquestes sortides es fan en autocar, però la majoria es fan a peu o en transport públic. Els encarregats d'organitzar-les s'informen prèviament sobre visites gratuïtes, jornades de portes obertes o descomptes especials per a grups i/o jubilats, i estableixen el calendari buscant la millor combinació.

### **Dinamització de la biblioteca**

La majoria de casals o espais de gent gran disposen d'un fons de llibres cedits per alguna entitat o per particulars. En alguns casos es conserven a prestatgeries d'alguna

sala destinada a altres activitats, i normalment se'n fa poc ús. Hi ha centres, però, que disposen d'una sala de lectura i que estan fent un esforç per dinamitzar-les.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Permet el préstec, i això fa que persones que al centre no es posarien a llegir (perquè hi fan altres coses) ho facin a casa.

- Comentar els llibres i fer recomanacions incita a la lectura i permet descobrir noves aficions.

- Revisar el fons disponible i fer classificacions afavoreix la visibilitat d'obres d'interès que d'altra manera passen desapercebudes.

### **Punt d'informació per a la gent gran**

A molts casals i espais de gent gran hi ha plafons informatius sobre temes relacionats amb la gent gran. En alguns d'ells s'ha volgut donar més amplitud a aquest servei i s'ofereix un horari específic per atendre les persones usuàries que vulguin plantejar dubtes concrets.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Informa sobre drets i serveis adreçats específicament a les persones grans, que moltes vegades en desconeixen l'existència i el fet que poden ser-ne beneficiaris.

- Orienta d'una manera entenedora sobre quin passos s'han de seguir per resoldre problemes concrets.

- Dóna seguretat a les persones grans, perquè saben que s'hi poden adreçar si ho necessiten.

#### **Grups de suport**

S'ha pogut constatar que moltes de les persones que van per primera vegada a un casal o espai de gent gran ho fan per sortir d'una situació personal difícil (estats de depressió, soledat, desorientació).

En alguns casals i espais de gent gran s'han creat grups de suport (a vegades amb la col·laboració d'un professional) com a resposta a la demanda d'alguns usuaris.

#### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Són un espai de relació molt personal i s'hi poden compartir vivències, sovint doloroses i pertorbadores, que ajuden a assumir les situacions particulars i a anar-les superant.
- Responen a una necessitat concreta de molts usuaris i usuàries.
- Ajuden a combatre l'aïllament de persones que difícilment es podrien expressar en un altre context.

#### **Campionats de jocs de taula / petanca / billar**

L'extens repertori de jocs de taula és una altra de les activitats emblemàtiques dels casals i espais de relació de gent gran.

#### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Impliquen un esforç important de concentració i, per tant, d'exercitació de la memòria.
- L'organització dels campionats representa un esforç de gestió i d'interrelació entre els participants.
- La diversitat de jocs forma part de la riquesa cultural de la ciutat.

# Espais compartits

Les activitats de lleure són un dels eixos vertebradors dels diferents espais de relació de la gent gran, i tenint en compte que el col·lectiu és molt heterogeni, cal buscar la manera de poder-ne oferir com més millor.

Una de les limitacions dels casals i espais de gent gran municipals de Barcelona és, en alguns casos, la no-disponibilitat d'un espai apropiat per fer les activitats. Quan passa això, compartir espais amb altres entitats és una solució pràctica a la qual han arribat alguns centres.

És, allora, una bona manera de visibilitzar i integrar la gent gran en les xarxes associatives locals i de rendibilitzar l'ús dels espais públics, que com a tals haurien de donar servei al màxim de gent possible. Hi ha diverses maneres de dur-ho a terme:

## Utilització d'espais d'altres entitats

El problema de l'espai sovint limita el ventall d'activitats que es podrien fer. Sol·licitar la cessió d'un espai adequat a una altra

entitat propera és una solució pràctica i que alguns apliquen.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Permet fer més activitats i en millors condicions.
- Pot ser la base d'altres formes de relació.
- Afavoreix la relació de les persones grans amb altres col·lectius.

## Activitats compartides amb altres entitats

Fer activitats plegats és una altra manera de compartir l'espai. Això fa referència a experiències realitzades conjuntament amb altres entitats (de gent gran o no), però que s'adrecen als socis i usuaris dels casals o espais de relació de gent gran.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Crea un nou espai de relació per a les persones grans.
- És una manera d'ampliar l'oferta d'activitats.
- Integra el centre en l'entorn i el dona a conèixer a més persones.

### **Ús compartit de seu amb altres entitats**

És una circumstància que sol venir donada pel fet que s'està utilitzant un espai municipal.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Facilita la col·laboració amb les entitats amb què es comparteix l'espai (compartir festes, activitats, despeses).
- Afavoreix la relació dels socis i usuaris dels casals amb altres col·lectius i grups d'edat.
- Afavoreix la visibilitat social de les persones grans.

### **Cessió d'espais a altres entitats**

De la mateixa manera que els casals i espais de gent gran municipals es poden trobar amb dificultats d'espais, a vegades el problema el pateixen altres entitats del seu entorn i és el centre de gent gran el que pot fer la cessió d'espai quan no l'utilitza.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- És una forma de bon veïnatge, a més d'una manera d'integrar-se en l'entorn.
- Pot ser la base d'altres col·laboracions conjuntes (festes, actuacions conjuntes).
- Contribueix a rendibilitzar l'ús d'un espai públic.

### **Col·laboració amb altres entitats o en campanyes solidàries**

Molts casals i espais de gent gran municipals s'han obert a l'entorn i/o s'han adherit a campanyes de solidaritat.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Implica les persones grans en el seu entorn immediat o més llunyà.
- És una manera de conèixer-se i enriquir-se mútuament, tant en l'àmbit personal com en el d'entitats.
- Es predica amb l'exemple sobre valors ètics que sovint es troben a faltar en la societat.

### **Ús d'espais polivalents**

En el cas dels casals i grups de gent gran integrats en un centre cívic o casal de barri, la utilització polivalent de l'espai ve determinada per la direcció d'aquests, que distribueix l'espai disponible entre les entitats que estan físicament emplaçades en el mateix edifici.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- És una manera de relacionar-se i coordinar-se amb altres entitats.
- Afavoreix la col·laboració amb altres entitats per programar i fer activitats conjuntament.
- Afavoreix la visibilitat social de les persones grans.

# Noves tecnologies

Les anomenades *noves tecnologies* s'han instal·lat plenament en la societat. Conèixer-les i fer-ne ús, a més dels avantatges de tipus pràctic que comporten, ajuda a comprendre millor els canvis que es van produint a l'entorn. D'altra banda, faciliten la comunicació intergeneracional, ja que les noves generacions hi estan plenament immerses.

Respectant tots els criteris i decisions d'àmbit particular, cal tenir en compte que, com a opció col·lectiva, els casals i espais de gent gran han de facilitar als seus socis i usuaris l'accés a aquestes noves tecnologies, fomentar-ne l'ús i donar a conèixer la infinitat de possibilitats que ens poden oferir en la vida personal i quotidiana.

Com a entitats, poden i han de servir-se'n també per agilitzar i millorar la gestió interna, difondre més àmpliament la informació –via revistes, tríptics o pàgines web– i participar, conèixer-se i relacionar-se amb altres entitats i col·lectius. En defi-

nitiva, per rendibilitzar al màxim els esforços i els recursos que s'esmercen en aquests espais, tant per al benefici intern com per al social.

S'han destacat com a *bones pràctiques* en aquest sentit les següents experiències recollides a diferents casals i espais de gent gran municipals:

## **Edició de revista i pàgina web**

### PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- N'agilitza l'elaboració i permet dissenyar de manera atractiva els continguts generals i les ofertes d'activitats dels centres, i atraure nous usuaris i usuàries.
- Les pàgines web permeten tenir la informació permanentment actualitzada i a l'abast de qualsevol persona.
- L'ús de les noves tecnologies contribueix a millorar la imatge social del col·lectiu i dels mateixos centres i espais de relació de gent gran.

### **Cursos d'informàtica**

Els cursos d'informàtica que ja s'estan realitzant a alguns casals i espais de gent gran municipals tenen, tal com era previsible, molt bona acollida.

#### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Reforcen la capacitat d'aprenentatge i milloren la confiança en un mateix i, per tant, l'autoestima.
- Són la via d'accés a un nou llenguatge social, que ajuda a comprendre les transformacions socials i estimulen l'interès per conèixer coses noves.
- Poden millorar la qualitat de vida de les persones amb dificultats per desplaçar-se, ja que els permet accedir des de casa a molta informació i serveis.

### **Gestió informatitzada**

La gestió informatitzada és una de les aplicacions pràctiques dels recursos i avantatges que ofereixen les noves tecnologies.

#### **PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?**

- Facilita les gestions diàries: registre de socis, comptabilitat, *mailings*, inscripcions i baixes de les activitats...
- Permet l'edició de tríptics o de documentació interna amb autonomia i rapidesa: canvis de programació, horaris...

# Models de gestió

**La diversitat en els models de gestió i d'organització** observats en el conjunt de casals i espais de relació de gent gran municipals és significativa. Això no obstant, no deixen de ser experiències que es poden complementar, i precisament per això té interès el fet de conèixer-les i parlar-ne.

Hi predomina l'experiència o el model de gestió tradicional –constituït per una junta associativa, amb president, vicepresident, tesorero, secretari i vocals–, però precisament el que interessa ressaltar és com, a partir d'aquest model, en alguns districtes, casals i espais de relació de gent gran municipals s'han anat buscant i trobant les fórmules d'organització i de gestió (experiències) que s'adapten millor a la seva realitat.

La consideració de *bona pràctica*, en aquest cas, es deriva de la capacitat que han demostrat aquestes experiències per donar una millor resposta a les necessitats plantejades: ja sigui per poder rebre subvencions, per dinamitzar més els centres, per donar més suport a les juntes, per fomentar la relació entre les entitats, per difondre millor la informació, per millorar els canals de comunicació amb els socis i usuaris, etc.

## **Gestió per comissions**

La junta és substituïda pels representants d'unes comissions de treball, formades alhora per diverses persones. Les comissions es reparteixen totes les tasques de gestió i coordinació, i els seus representants (comissió gestora) es reuneixen periòdicament per informar sobre el seu funcionament i prendre decisions.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- La responsabilitat i la presa de decisions està més repartida, perquè s'hi implica més gent.
- Aporta un increment dels punts de vista, i això enriqueix la dinàmica interna i afavoreix l'aparició de més activitats.
- L'augment de col·laboradors facilita la renovació dels responsables de les activitats.

## **Gestió amb suport d'empresa**

En aquest cas, les juntes gestionen el funcionament de l'entitat amb el suport professional d'una empresa, que es pot ocupar d'aspectes diversos, segons quin sigui l'acord establert. Les empreses poden dinamitzar els centres i coordinar tallers amb monitors propis, oferir servei de bar, fer la neteja, ocupar-se d'obrir i tancar els centres, etc.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Dinamitza la vida del casal, ja que hi aporta monitors i iniciatives.

- Dóna un suport molt important a les juntes en les gestions del dia a dia, i aquestes, a més, poden abocar esforços en altres aspectes del funcionament dels centres.
- Els socis i usuaris veuen els dinamitzadors d'empresa com a professionals, per la qual cosa són interlocutors més neutres.

## **Gestió amb suport del centre cívic**

Hi ha grups de gent gran integrats en un centre cívic. El suport que reben d'aquests equipaments municipals varia segons els casos. Alguns són totalment autònoms i només n'ocupen un espai físic, i d'altres estan més integrats en la dinàmica general del centre: reserva de places, condicions econòmiques especials, programació específica per al col·lectiu, etc.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Els responsables dels espais de gent gran se senten assistits en les activitats del dia a dia.
- El fet de poder gaudir d'altres activitats en el mateix espai físic amplia el ventall de possibilitats i afavoreix el contacte intergeneracional.
- La integració en espais compartits amb altres col·lectius afavoreix una participació més activa en la vida del barri.



### **Gestió amb suport d'un dinamitzador de gent gran**

En aquest cas, el dinamitzador no prové d'una empresa, sinó directament del districte. Sovint no s'ocupa només d'un casal, sinó que atén de manera rotativa les demandes de diferents centres. La dedicació setmanal

depèn de les necessitats de cada centre o de les estratègies de dinamització del districte.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- És un suport per als responsables dels centres, cosa que afavoreix la predisposició dels socis i usuaris a col·laborar més en les tasques de gestió.

- És un canal de relació i comunicació entre els casals o espais de gent gran i els districtes.
- Afavoreix l'aparició de noves activitats i motiva els socis o usuaris a participar-hi.

### **Gestió amb suport contractat per l'associació**

La mateixa associació considera necessari el suport d'un dinamitzador i el contracta directament del seu pressupost.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Valoren la importància de tenir suport tècnic i se'l financen.
- Estimula a buscar maneres de contractar aquesta despesa (voluntariat, per exemple).
- Evita sobrecarregar els responsables de l'entitat i que aquests es desanimin.

### **Gestió com a grup de fet**

Hí ha grups de gent gran que, per la seva singularitat, demanen fórmules de gestió diferents de les habituals. El grup de fet n'és una.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Resol eficaçment la gestió d'una experiència innovadora i diferenciada.
- Permet que les persones grans que hi participen treballin de manera cooperativa.
- Implica molt les persones en l'organització i exigeix compromís i solidaritat entre elles.



# Models d'organització

## Programació d'activitats des del districte

**En la programació d'activitats des del districte**, generalment s'hi preveu també la participació de la gent gran, sigui com a col·laboradors en aquestes activitats sigui com a receptors d'actes específics.

A banda d'això, però, algun districte disposa, a més, d'una programació específica per a la gent gran, que es va desenvolupant al llarg de l'any i que té com a objectiu primari el foment de la integració social.

Cal valorar positivament que un districte dissenyi un programa per a la gent gran tenint en compte aspectes culturals, de promoció, de prevenció, de participació, de lleure, etc.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- La gent gran del districte, amb les activitats complementàries, gaudeix d'una oferta més variada i que arriba a tothom.
- La seva planificació exigeix més comunicació i, per tant, més coneixement i col·laboració entre el districte i els casals i espais de gent gran municipals de la zona.
- El fet que es realitzin activitats conjuntament ajuda a reforçar lligams entre les diferents entitats i els seus membres.

## Òrgans de coordinació en l'àmbit del districte

Hi ha districtes que han creat un espai de trobada específicament per a casals i espais de gent gran, i d'altres en què hi ha entitats que canalitzen la relació dels centres amb el districte a diferents nivells.

### *Taula de casals de districte*

És un punt de trobada periòdica per a tots els casals i centres de relació municipals de gent gran del districte. Les activitats que s'hi realitzen són diverses: recollir indicadors d'activitats per fer un seguiment de les subvencions, organitzar activitats conjuntament, donar suport a diferents nivells (formació per a l'organització, assessora-ment, etc.).

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Facilita la relació entre les entitats i, en conseqüència, que aquestes puguin organitzar coses conjuntament, ajudar-se i intercanviar experiències.
- Dóna més suport a les entitats i es reforça la relació i la col·laboració d'aquestes amb l'equip tècnic que treballa amb i per a la gent gran des del districte.
- Facilita la coordinació i la posada en marxa de nous projectes globals per part del districte.

## *Coordinadora dels Casals d'Avis de Ciutat Vella*

La Coordinadora dels Casals d'Avis de Ciutat Vella, gestionada per una junta, resol en l'àmbit administratiu la necessitat d'un sistema legal perquè els casals puguin rebre les subvencions. De moment, assumeix la funció de rebre i distribuir les subvencions que el districte assigna prèviament a cada casal.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Resol de manera efectiva un problema jurídic.
- Constitueix un nexa que facilita les tasques de coordinació entre els casals i el districte.

## *Associació-Secretariat de Gent Gran de Sants-Montjuïc*

És una entitat sense finalitat de lucre i federada al Secretariat d'Entitats del districte, que assumeix, entre altres tasques, la coordinació dels casals municipals de la zona, que hi estan adherits. L'Associació-Secretariat de Gent Gran rep les subvencions destinades als casals i les redistribueix segons els projectes que aquests presenten i segons les necessitats acordades amb cadascun d'ells.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Resol, a l'hora de rebre subvencions, la situació d'aquells casals organitzats per comissions que no tenen entitat jurídica.
- Rendibilitza els recursos, ja que redistribueix les subvencions de manera solidària segons quins siguin els projectes que té cada casal.
- Dinamitza els casals i és un canal de relació directa amb el districte.

#### **Difusió pròpia de les activitats**

Molts casals i espais de gent gran difonen les activitats que realitzen per donar-se a conèixer i per atraure nous socis i usuaris.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- La informació arriba a molts més socis i sòcies (a tothom, si es trameta a domicili), i no tan sols als qui es desplacen regularment als centres.
- S'ofereix informació actualitzada (normalment per trimestres) de les activitats que realitza el casal o espai de gent gran.
- És una manera de donar a conèixer el casal o espai de gent gran al barri.

#### **Difusió de les activitats per part del districte**

Alguns districtes assumeixen la difusió de les activitats que es fan als casals i espais de relació de gent gran municipals. En alguns casos la difusió es porta a terme de manera conjunta, mentre que en uns altres es fa casal per casal.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Dóna a conèixer els casals i espais de gent gran al seu entorn i és una manera de reiterar que els casals i espais de gent gran municipals són espais públics oberts a tothom.

- Permet fer edicions de més qualitat i, per tant, més engrescadores.
- La coordinació entre els casals i espais de gent gran i els responsables dels districtes ha de ser més estreta i permanent.

#### **Difusió de les activitats per part d'altres entitats**

Alguns casals i/o espais de gent gran fan servir els canals d'informació i difusió d'altres entitats.

En la majoria de casos es tracta de casals o espais de gent gran integrats en centres cívics que aprofiten els catàlegs d'activitats d'aquests últims per anunciar les seves. També es dóna el cas de casals o espais de gent gran que es relacionen o col·laboren amb altres d'entitats i aprofiten els seus canals de difusió.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Fomenta la relació i la coordinació amb altres entitats.
- Facilita informació actualitzada de les activitats que ofereix el casal o espai de gent gran.
- Integra visiblement els casals i espais de gent gran al barri.

#### **Activitats obertes al barri**

La integració activa en l'entorn és un dels objectius dels casals i espais de gent gran. Molts casals realitzen activitats obertes al barri.

Cal distingir aquestes activitats de les esmentades a apartats anteriors ("Compartir activitats amb altres entitats") perquè en aquest cas es tracta d'activitats que es realitzen del casal o espai de gent gran cap a l'exterior.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- Creen nous espais de relació per a la gent gran.
- Vinculen les persones grans al seu barri i a la ciutat.
- Fomenten la participació activa de les persones grans en el seu entorn.

#### **Establiment d'un horari d'atenció als socis i usuaris**

S'ha valorat com una *bona pràctica* després de constatar que una de les queixes reiterades de les persones que hi ha al capdavant dels centres és la sensació d'haver d'estar sempre a la disposició dels socis i/o usuaris.

PER QUÈ ÉS UNA BONA PRÀCTICA?

- És una manera de fer valorar el temps i l'esforç dels responsables dels centres.
- Allibera les persones que assumeixen responsabilitats d'un lligam innecessari, i els deixa més marge d'acció.

# PROPOSTA DE LÍNIES DE FUTUR APLICABLE ALS CASALS I ESPAIS DE RELACIÓ DE GENT GRAN MUNICIPALS

La base del funcionament dels casals i espais de relació de gent gran municipals és la col·laboració dels seus socis i usuaris. Aquesta participació s'ha de continuar reforçant i estimulando a través dels mecanismes de dinamització.

Per la seva capacitat d'atraure persones amb perfils i interessos molt heterogenis, són reconeguts majoritàriament com a espais de trobada ideals per al **foment de la participació social de la gent gran**.

La diversitat detectada en els **models de gestió i organització interna** dels casals i espais de relació de gent gran posa de manifest que aquests, per atendre els interessos i les demandes d'un col·lectiu cada vegada més heterogeni, han hagut de recórrer a estratègies prou diferenciades. Aquesta diversitat és **valorada positivament**, perquè sorgeix de la **necessitat** i de la **capacitat** de les persones implicades en el seu funcionament d'afrontar la pluralitat.

Per assegurar la participació i la vinculació de les persones grans als centres, i facilitar l'adaptació d'aquests a la idiosincràsia i les necessitats específiques de cada territori, caldrà disposar també de **models reguladors** adaptats a les noves necessitats.

Cal impulsar la **paritat entre dones i homes** en els òrgans de gestió (juntes, comissions de treball, etc.), i s'ha de garantir que aquests òrgans vetllin per una oferta diversificada i atractiva d'activitats que arribi a tot el col·lectiu.

Es fa necessari un increment del **suport** que reben els casals. Pel que fa al suport **tècnic**, es destaca la importància de la figura i la disponibilitat del tècnic/a referent de gent gran del Districte, i la figura del dinamitzador/a; en relació amb el suport de tipus **formatiu i logístic**, molts casals sol·liciten formació associativa i en noves tecnologies, i dotació apropiada de material informàtic per a la gestió interna.

En els **districtes** es proposa prioritzar la programació global en relació amb la gent gran, en comptes de fer intervencions puntuals, ja que amb una planificació general es

Document sorgit dels debats a les jornades Coneixent i Compartint les Millors Experiències dels Casals i Espais Municipals de Gent Gran de Barcelona celebrades l'11 i 12 de juny de 2002.

podran rendibilitzar recursos i facilitar la continuïtat i la complementarietat en les intervencions. Es valora també la creació d'espais (òrgans) per a l'intercanvi d'informació i la presa de decisions entre casals.

Pel que fa al conjunt de la **ciutat**, es demana la **programació d'activitats conjuntes** (concerts, visites a la ciutat, trobades, campionats, etc.) i la possibilitat d'accedir a una **base de dades d'interès, compartible** entre els casals. En aquest sentit, se suggereix que mitjançant les noves tecnologies els casals es puguin connectar entre ells i amb els districtes.

Pel que fa a les activitats de caràcter **informatiu**, es va destacar com a molt important que la tasca que desenvolupen els òrgans de representació de la gent gran **arribi i es pugui debatre als casals**, ja que aquests constitueixen un espai privilegiat per conèixer l'opinió, les inquietuds, els interessos i les necessitats de la gent gran.

Es reconeixen la necessitat i els avantatges d'establir **relacions amb altres entitats** del barri i de l'**ús d'espais polivalents**, ja que, d'entrada, permeten ampliar les relacions personals i el ventall d'activitats per realitzar.

Des dels casals s'ha de potenciar l'organització i la participació de la gent gran en **activitats de caràcter intergeneracional**, les quals, a més, s'han de fer extensibles a totes les franges d'edat. Les institucions, per la seva banda, també han de facilitar la confluència entre generacions: a l'escola, a la universitat, a través de grups de treball, de l'associacionisme, etc.

La gent gran destaca molt especialment la seva valoració dels casals com a **espais on es poden establir relacions personals**, i on hi ha la possibilitat de combatre l'aïllament social i les seves conseqüències físiques i psíquiques. Es valoren molt especialment les activitats de suport emocional i els grups d'ajuda entre usuaris. També se suggereix estudiar la possible coordinació amb altres serveis adreçats a la gent gran (per exemple, per al control de la medicació).

Finalment, es va fer un reconeixement explícit de la important tasca que realitzen les **persones grans voluntàries** als casals, tant en la gestió com en l'organització d'activitats; els consellers de Gent Gran dels districtes, per la seva banda, es van comprometre a intensificar al màxim el seu paper mitjançant entre les entitats i el Districte.

# CONCLUSIONS

La participació activa dels socis i usuaris és la base dels casals i espais de relació de gent gran municipals.

S'elaboraran protocols de relació entre l'Ajuntament i els casals i espais de relació de gent gran municipals.

Hi haurà un reconeixement de les especificitats dels centres i dels diferents territoris en un annex dels protocols de relació.

S'impulsarà la participació interna en els òrgans de gestió per garantir-ne la renovació periòdica: renovació mínima cada 4 anys dels òrgans de gestió i constitució, si fos necessari, d'òrgans gestors.

Obertura dels casals a les persones de 60 anys i més.

S'afavorirà la paritat entre dones i homes en els òrgans de gestió.

Increment del suport tècnic, logístic, formatiu i jurídic.

Foment d'experiències que contribueixin a ampliar l'horari d'obertura.

## Els casals i els espais de relació de gent gran municipals

Impuls de més activitats intergeneracionals.

Suport a experiències innovadores realitzades des dels casals i espais de relació de gent gran municipals.

Foment del treball en xarxa: intercanvi de comunicació i relacions entre les entitats, i realització d'activitats conjuntes, tant en l'àmbit de districte com de ciutat.

Document de conclusions sorgit a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.

Creació d'una web pròpia vinculada a la web de gent gran de l'Ajuntament per facilitar aquest treball en xarxa.

Informatització progressiva dels casals i espais de relació de gent gran municipals.

Reconeixement dels casals com a espais de relació personal i valoració molt positiva de les activitats de suport emocional i d'ajuda entre usuaris i usuàries.

Els casals i espais de relació de gent gran municipal assumiran els principis del codi ètic de les associacions de Barcelona.

Seguiment per part del Consell Assessor de la Gent Gran del procés de dinamització dels casals i espais de relació de gent gran municipals.







**PARTICIPACIÓ I QUALITAT DELS SERVEIS**

**Les aportacions de les persones grans  
en l'atenció domiciliària**

# CONCLUSIONS

Aquesta experiència pionera neix amb la voluntat d'ampliar la participació de la gent gran en les formes i en els temes. Els participants van apuntar que també és un camí per fer més democràtica la ciutat.

Que els serveis responguin als valors de qualitat que tenen les persones grans afavoreix que la gent gran se senti escoltada, respectada i valorada com a persona, justament perquè es dóna valor a les seves aportacions.

La primera experiència de recollir les aportacions de les persones grans en el disseny dels serveis s'ha fet en l'atenció domiciliària. Ha estat una experiència positiva de participació per promoure la qualitat dels serveis. Els participants han trobat que aquesta experiència és positiva tant per a les persones grans com per a les d'altres generacions.

Les aportacions de les persones grans apunten aspectes bàsics per revisar el disseny dels serveis i posen de manifest que les persones grans tenen capacitats de les quals no són prou conscients.

És important prosseguir aquesta experiència ampliant la participació a altres serveis. Es va valorar que seria interessant ampliar-la a altres serveis per a la gent gran (teleassistència, centres de dia, residències...) i ampliar la participació recollint el nivell

Projecte coordinat per Mercè Pérez Salanova, experta en temes d'envelliment i participació, i realitzat per Staff Consultans. Document de conclusions sorgit a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.

## Participació en la definició dels serveis d'atenció domiciliària

de satisfacció dels usuaris en relació amb els serveis prestats. També cal remarcar que algunes persones van mostrar el seu interès per participar en aquests tipus d'experiències.

També és important difondre els nostres resultats i continuar aprenent coneixent altres experiències en un marc que ens permeti tractar-les en profunditat. En aquesta línia seria convenient organitzar una jornada que tractés sobre el tema de "les aportacions de les persones grans a la qualitat dels serveis".

Cal difondre els resultats entre els ciutadans, els professionals, l'Administració, les empreses i entitats per promoure que tots ells incorporin la participació de les persones per assegurar la qualitat dels serveis.

És important incentivar aquesta via de participació i l'aplicació dels seus resultats, i per a això sembla adient convocar un premi per a aquells serveis que incorporin aquesta forma de garantir la qualitat.





## **PARTICIPACIÓ I QUALITAT DELS SERVEIS**

La qualitat dels serveis dirigits a les persones  
en situació de fragilitat

# LA QUALITAT DELS SERVEIS

## Bo Edwarson

Especialista en temes de qualitat i serveis gerontològics i professor de la Universitat de Karlstaad, Suècia

**Per què parlem de qualitat? La qualitat dels serveis que oferim és important perquè ha de ser el fet diferencial entre el nostre servei i els altres serveis existents.**

Per poder parlar d'autèntica qualitat en els serveis s'ha d'involucrar els clients en el servei. Cal establir una bona comunicació amb els clients perquè entenguin el funcionament del servei que els oferim i en facin un bon ús, i en treguin el màxim profit.

Cal tenir en compte que les necessitats i les expectatives dels clients poden ser diferents del que s'ofereix com a servei. Aquest és un punt important que no es considera prou. Des de la direcció dels serveis tendim a donar per descomptades i conegudes les necessitats i les expectatives dels clients, però realment no és així. Per tenir un servei veritablement de qualitat s'ha d'oferir el millor, però també cal tenir els mecanismes necessaris per escoltar en tot moment els clients, saber ajustar el que s'ofereix al que es demana i saber fer entendre el que s'ofereix.

Com hem d'escoltar els nostres clients? Els treballadors són els intermediaris entre els clients i l'organització. Els treballadors han d'estar motivats i satisfets amb la feina: així oferiran el millor als clients, sabran escoltar les seves necessitats i sabran transmetre com es pot fer un bon ús del servei. L'organització ha de saber aprofitar (establint mecanismes adients) les interaccions entre treballadors i clients per ajustar i introduir millores en el

Conferència a la jornada Participació i Qualitat dels Serveis, celebrada el 26 de juny de 2002.

servei. Els serveis no han d'estar només dissenyats pels experts; cal escoltar els clients i els treballadors i s'han de fer els ajustos necessaris per cobrir les necessitats reals.

La qualitat en els serveis ha de ser contínua. Aquesta continuïtat té efectes multiplicadors: els clients estan satisfets, es converteixen en coproductors del servei, i l'organització esdevé més eficient. La qualitat és una millora en tots els sentits: en l'eficàcia i la productivitat, en la satisfacció dels clients i en la motivació dels treballadors.

Conèixer les necessitats i les expectatives dels clients és bàsic per oferir un servei de qualitat. S'ha de treballar amb el client, en lloc de considerar-lo un destorb. Cal conèixer les necessitats i les expectatives del client, i també les de les famílies, i considerar-les aportacions útils per al funcionament de l'organització.

Conèixer les expectatives envers el servei dels clients i de les famílies també permet ajustar-les a la realitat si són desproporcionades. Cal escoltar per poder fer entendre què és el que realment pot oferir el servei.

Els serveis gerontològics són serveis a les persones i, com a tals, tenen unes característiques específiques:

- la producció, l'entrega i el consum són procediments simultanis,
- el client és coproductor del servei que consumeix: participa com a actor en l'acció en què es genera el servei,

El fet diferencial rau en la qualitat dels serveis que s'ofereixen, i un servei és de qualitat si satisfà les necessitats, els desitjos i les expectatives realistes dels consumidors, els treballadors i els directius/emprenedors.

- els serveis de cura i atenció són intangibles i, per tant, difícils d'explicar i d'avaluar,
- els serveis estan estretament vinculats als treballadors que els generen, i la seva actitud és bàsica per oferir un bon servei.

Com ja hem dit, els treballadors són clau per oferir un servei de qualitat. Han d'estar qualificats i han de ser competents, però tan important com això és que sàpiguen establir bones interaccions amb els clients: han de ser educats i atents i han d'estar ben disposats.

Com podem començar a treballar amb el concepte de qualitat? Hi ha moltes estratègies possibles, però el més important és establir uns objectius de qualitat clars per evitar la dispersió. Si no ho fem així, el que aconseguirem és crear expectatives que mai no es veurien satisfetes. Cal establir uns objectius de qualitat i marcar un procés clar per complir-los.

Podem utilitzar diferents tècniques. Una opció és fer enquestes o entrevistes amb els clients per establir uns indicadors específics de qualitat referits a un factor determinat (per exemple, el menjar), definir-ne unes característiques positives (sabor, varietat, horari...) i establir un rànquing. Dels resultats, n'extraurem criteris comuns que podran millorar el factor que hem volgut analitzar.

Una altra tècnica és donar un quadern a cada treballador durant una setmana. Hi han d'anotar el que fan en cada moment,

els problemes i les incidències que hi troben i les possibles millores que hi veuen. Analitzant els quaderns probablement hi trobarem maneres de facilitar i coordinar millor les tasques.

Facilitar la queixa també és una bona tècnica per millorar la qualitat dels serveis. Facilitar les queixes i rebre-les de bon grat crea un clima de confiança que permet que apareguin queixes que permetin millorar el servei adequant-lo a les necessitats reals dels clients. L'establiment d'uns mecanismes formals però accessibles per expressar les queixes i la celeritat en la resposta són claus per evitar que les queixes siguin un neguit i una font de malestar per a clients i treballadors.

Una altra tècnica efectiva és preguntar a les famílies si en un període determinat han tingut alguna "situació crítica o insatisfactòria". Què va passar? Com es va resoldre? És important veure si es donen patrons de situacions o de solucions.

Totes aquestes tècniques ens serveixen per detectar factors concrets en què podem millorar la qualitat del servei que oferim. Però el que és realment important és que aquesta qualitat ha de ser contínua, i per a això, tots, clients, treballadors i direcció, ens hi hem d'implicar i hem de procurar millorar cada dia.

**Els usuaris són coproductors dels serveis. Per millorar la qualitat s'ha d'escoltar els usuaris, conèixer les seves expectatives i redissenyar el servei segons quines siguin les necessitats reals.**



La qualitat és una millora en tots els sentits: en l'eficàcia i la productivitat, en la satisfacció dels usuaris i en la motivació dels treballadors.



# DOCUMENT OBERT DE DRETS I LLIBERTATS DE LES PERSONES GRANS AMB DEPENDÈNCIA

Projecte coordinat per Mercè Mas, experta. Presentat inicialment a la Jornada Participació i Qualitat dels Serveis, celebrada el 26 de juny de 2002. Aprovat en el plenari del Consell Assessor de la Gent Gran. Presentat a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.

## 1. Dret a l'autodecisió, amb l'expressió dels seus desigs, l'elecció de les seves activitats i a ser reconeguts com a ciutadans i ciutadanes de ple dret al llarg de tota la vellesa.

### Recomanacions

La persona gran amb dependència ha de poder gaudir de l'autonomia que li permetin les seves capacitats físiques i mentals, incloent-hi el preu d'un cert risc. Cal informar d'aquest risc a la persona gran i al seu entorn.

Cal que la persona gran sàpiga que l'exercici d'aquesta autonomia implica responsabilitat. Tots els drets comporten deures.

Els serveis de cura i suport, així com els familiars de les persones grans amb dependència, han de respectar la seva dignitat, integritat i autonomia, i han d'encoratjar la seva participació i independència.

## 2. Dret a uns ingressos suficients, com també a mantenir la gestió del seu patrimoni i de les seves rendes.

### Recomanacions

La persona gran amb dependència ha de poder disposar dels seus béns, excepte quan una resolució judicial disposi limitacions.

És necessari que els recursos de la persona gran siguin complementats, en cas que no li permetin cobrir el cost de l'atenció a la seva dependència.

## 3. Dret a una protecció jurídica adient, tant de la seva persona com dels seus béns, especialment les persones afectades d'incapacitat mental.

### Recomanacions

Si la persona gran no és subjecte de tutela, cal assegurar l'exercici efectiu de tots els seus drets cívics, incloent-hi el dret de vot.

Els que inicien o apliquen una mesura de protecció tenen el deure d'avaluar-ne les conseqüències psicològiques i socials.

En el cas que s'apliquin algunes de les mesures legals de protecció previstes per la legislació vigent cal tenir present el següent:

- La necessitat de protecció no és necessàriament total ni irreversible.
- La persona gran dependent, subjecte a alguna mesura de protecció, ha de poder continuar manifestant la seva opinió cada cop que això sigui necessari i possible.
- La dependència psíquica no exclou que la persona gran pugui expressar-se sobre la seva forma de vida i cal que sempre sigui informada dels actes realitzats en el seu nom.

## 4. Dret a una valoració i a un diagnòstic precoç i accés a una atenció adient, incloent-hi totes les situacions.

### Recomanacions

Cal un diagnòstic precoç per detectar situacions de dependència.

Els serveis d'avaluació han d'estar constituïts per equips gerontològics multidisciplinaris amb formació adient, i han d'ésser presents en tots els serveis d'atenció a les persones grans.

L'accés a les cures necessàries cal que es produeixi en el moment en què aquestes es valorin com a útils per la persona gran, d'acord amb les seves necessitats.



document  
obert de  
drets i llibertats  
de les  
persones grans  
amb  
dependència



Ajuntament de Barcelona



amb la gent gran

## **5. Dret a prendre part en les decisions sobre la provisió de cures i les alternatives del lloc de viure.**

### Recomanacions

La persona gran amb dependència té dret a participar en el disseny del seu pla d'atenció i mantenir la seva capacitat de decisió, d'acord amb les seves condicions personals.

La persona gran amb dependència té dret a rebre la informació necessària per poder triar la manera de ser atès o la manera de ser protegit.

## **6. Dret a escollir el seu lloc de vida, ja sigui al seu domicili a la comunitat, mentre sigui possible i desitjable, o a un establiment residencial, ambdós adaptats a les seves necessitats.**

### Recomanacions

La persona gran amb dependència o amb mobilitat reduïda viu i vol continuar vivint, en la majoria dels casos, en el seu propi domicili. Cal proposar-li i facilitar-li els serveis i les adaptacions necessàries que li permetin continuar residint-hi.

Cal reforçar l'oferta d'atenció en centres de dia i d'acolliment temporal per a totes les persones grans amb dependència de tot tipus.

## **7. Dret a ser protegit de qualsevol forma d'abús, violència o maltractament.**

### Recomanacions

Cal salvaguardar les persones grans amb dependència de tot maltractament físic i/o psicològic. Per garantir aquest dret cal sensibilitzar del tema tota la població, especialment els professionals relacionats amb l'atenció, a més de la utilització de protocols de detecció d'abusos.

És necessari que tota persona gran sigui informada, de manera clara i entenedora, sobre els seus drets socials i sobre la legislació que l'afecta.

## **8. Dret a rebre els serveis adequats d'atenció a la seva dependència en un centre residencial i que aquests cobreixin tant les necessitats socials, fisiològiques, sensorials i de comunicació, com les necessitats psicològiques.**

### Recomanacions

La seva atenció integral ha de ser l'objectiu permanent, al marge de la tipologia d'atenció decidida.

Quan les necessitats de les persones grans amb dependència depassen les possibilitats d'ajuda a domicili, cal que hi hagi a la seva disposició serveis de llarga estada de qualitat en centres de diversa tipologia que responguin a les seves necessitats.

L'alternativa residencial ha de ser decidida conjuntament amb la persona i els seus familiars o persones del seu entorn íntim.

En cas d'ingrés en una institució pública o privada o d'acolliment en una família, cal formalitzar un contracte en el qual s'explicitin les condicions respectives.

Els centres residencials han de disposar de les instal·lacions i de la dotació de professionals necessaris per atendre les persones grans amb dependència, de qualsevol tipus.

El disseny dels centres ha de respondre a les necessitats d'una bona qualitat de vida. Els espais i el seu equipament han d'estar organitzats per facilitar l'accessibilitat, l'orientació, els desplaçaments i la seguretat.

## **9. Dret als serveis de cures de proximitat de qualitat que li siguin necessaris.**

### Recomanacions

Les cures i ajudes ambulatories i a domicili, destinades a les persones grans amb dependència, han de ser proporcionades pels serveis socials i serveis de salut d'atenció primària. Cal que aquests funcionin de manera coordinada i flexible i amb continuïtat amb els d'atenció especialitzada social i sanitària.

Tota persona gran dependent ha de tenir accés a totes les cures i serveis, sense cap tipus de discriminació per raó d'edat.

Cal que hi hagi suficients serveis de medicina geriàtrica que incloguin hospitals de dia, per respondre a les necessitats individuals específiques de les persones grans amb dependència.

L'atenció sanitària ha de comprendre no tan sols els actes mèdics i d'infermeria, sinó també uns altres de rehabilitació i compensació de les discapacitats.

**10. Dret que l'atenció que reben les persones grans amb dependència sigui proveïda per persones amb la formació adient i en nombre suficient en tots els nivells d'atenció.**

**Recomanacions**

A més de la formació inicial, cal que aquests professionals rebin una formació permanent a través de cursos específics i de les reunions de coordinació dels equips multidisciplinaris, enteses en un sentit ampli.

Aquests professionals han de rebre supervisió i suport psicològic.

**11. Dret a mesures de prevenció de la dependència al llarg de tot el cycle vital.**

**Recomanacions**

La majoria de processos que tenen com a resultat la dependència física o psíquica poden ser previnguts o tractats.

La prevenció de la dependència de les persones grans ha de ser, al llarg de tota la vida, un eix central de la política en matèria de cures de salut, de protecció social i de qualitat de vida.

Cal una informació clara i objectiva sobre els mitjans de prevenció a tots els ciutadans i ciutadanes, especialment a les persones grans, i cal que aquests mitjans siguin accessibles a tothom.

**12. Dret al manteniment de les relacions familiars i d'amistat i al suport dels familiars que tinguin cura de la persona gran amb dependència.**

**Recomanacions**

El manteniment del rol de la família i dels vincles de relació i d'amistat són primordials per a la qualitat de vida de les persones grans amb dependència.

Cal que siguin reconegudes en tots els àmbits les aportacions i les necessitats dels cuidadors familiars, i que estiguin a la seva disposició serveis d'informació, de formació, de respir i altres mesures de suport adients.

En les institucions residencials, cal estimular i facilitar la participació dels familiars en l'atenció de la persona gran amb dependència. Aquest paper també pot ser assumit per persones del seu entorn íntim, amics o voluntaris.

La persona gran té dret a mantenir o continuar mantenint una relació íntima mútuament consentida.

**13. Dret que la societat conegui les dificultats que pateixen les persones grans amb dependència.**

**Recomanacions**

La informació sobre els drets i les condicions de vida de la persona gran amb dependència ha d'arribar al conjunt de la ciutadania.

L'exclusió pot ser tant el resultat d'una sobreprotecció, que no tingui en compte les capacitats que conserva la persona gran amb dependència, com del rebuig que comporten els estereotips, que fins i tot poden donar lloc a l'autoexclusió.

Així mateix, cal una ampla difusió dels serveis existents d'atenció a les persones grans amb dependència.

**14. Dret que totes les administracions tinguin en compte els drets que reconeix aquest document i prenguin les mesures adequades en tots els camps que siguin de la seva competència.**

**Recomanacions**

És necessari que la ciutat elimini barreres i que les necessitats de les persones grans amb dependència siguin considerades en les planificacions d'urbanisme, d'habitatge i d'altres que són pròpies de les administracions públiques.

Les persones grans amb dependència tenen dret que aquest document es tingui en compte per part de la comissió encarregada d'establir cada dos anys una avaluació dels drets reconeguts per la carta europea de salvaguarda dels drets humans a la ciutat, especialment pel que fa als articles següents: art. I, punt 1 (dret a la ciutat com a espai col·lectiu); art. IV, punts 1 al 4 (protecció dels col·lectius més vulnerables), i art. XVI, punt 1 (dret a la salut).

# CONCLUSIONS

Existeix un consens sobre la utilitat del document. L'opinió general que ha suscitat és que serà d'una gran utilitat en els propers anys per tal de millorar la qualitat de vida de les persones grans amb dependència.

És un document de sensibilització de la societat respecte als drets de les persones grans amb dependència.

Té la intenció de crear una cultura dels drets. Per tant, s'adreça a tothom.

Necessita una àmplia difusió en la societat en general, i especialment entre les persones grans amb dependència, així com entre els seus familiars i altres persones que puguin dedicar-se a la seva cura.

Cal distribuir-lo per llocs on es pugui impulsar la cooperació intergeneracional i en tots aquells centres que formin personal especialitzat en l'atenció de persones grans.

Conclusions sobre el Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència. Convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.

És molt important que la gent gran l'interioritzi i el faci seu. Les persones amb dependència tenen el dret i la llibertat d'escollir, i se'ls ha de facilitar el dret a participar.

S'ha de crear un punt de recollida de totes les queixes sobre els drets que es vulnerin.

És un document obert, que ha d'estar sempre actualitzat i revisat, per tal de poder incloure-hi qualsevol novetat.

## Document obert de drets i llibertats de les persones grans amb dependència



# RESIDÈNCIES PER A LA GENT GRAN A BARCELONA



Ajuntament  de Barcelona







## PARTICIPACIÓ I NOVES PRÀCTIQUES

La participació es mou a Barcelona

# CONCLUSIONS

És interessant que l'exposició La participació es mou a Barcelona es continuï movent per Barcelona un cop recorreguts els 10 districtes. Les comissions/consells de districte, les associacions de persones grans i les d'altres col·lectius ho han d'afavorir.

És molt important que l'exposició arribi als barcelonins i barcelonines de totes les edats. Els espais on s'exposi i la difusió que se'n faci han d'ajudar a aconseguir-ho. Els participants van suggerir que es fes arribar a llocs públics i cèntrics com el Palau de la Virreina o el vestíbul de la Universitat de Barcelona.

Els tallers són una bona manera de conèixer altres persones, descobrir i millorar les capacitats personals i aprendre coses útils i pràctiques. Són una oportunitat de compartir, revitalitzar-nos i créixer com a persones. Els participants ens han dit que els temes actuals són interessants i que cal animar els indecisos a apuntar-s'hi.

Els tallers són una vitamina per estimular la participació que s'ha de donar a conèixer. És important que la informació es doni a cada centre, a cada entitat, i que sigui engrescadora per motivar, fer venir ganes de provar-ho i fer perdre la por a experiències noves.

És important que la gent gran tingui la informació de com es pot participar en aquests tallers i que conegui la valoració positiva que en fan els participants.

Projecte coordinat per Mercè Pérez Salanova, directora del Programa Universitat a l'Abast, de la Universitat Autònoma de Barcelona. Document de conclusions sorgit a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.

## Exposició i tallers de participació

Cal que les veus de la gent gran diguin els temes que més els interessin per a futurs tallers. De la sessió, ja en van sortir alguns: tallers dirigits a homes i dones sobre activitats domèstiques que ells o elles no fan habitualment; tallers sobre la cura de la gent gran i molt gran (cada vegada més persones arriben o superen els cent anys). També es van suggerir temes per tractar en els tallers dirigits als responsables de les associacions, com ara maneres d'engrescar per al treball en equip.





## **PARTICIPACIÓ I NOVES PRÀCTIQUES**

*Ampliant i aprofundint la participació  
de la gent gran: la Xarxa Gran*

# XARXA GRAN. PROPOSTES PER AFAVORIR I AMPLIAR LA PARTICIPACIÓ DE LA GENT GRAN A BARCELONA

## Els canvis en el col·lectiu de gent gran a Barcelona i les repercussions en el model de participació

En les primeres converses i reunions que es feren a l'inici del projecte de recerca encomanat a l'IGOP, es partia de les insuficiències detectades per diversos actors en el funcionament i l'abast dels mecanismes de participació. Com acostuma a passar en aquests casos, les preocupacions dels protagonistes no sempre expressaven amb claredat un diagnòstic comú sobre el que estava passant, i menys encara consens sobre les vies potencials de sortida. Un cop enllestida la feina de recerca empírica i analitzades altres experiències internacionals en aquest terreny, voldríem iniciar aquest document final de conclusions amb algunes reflexions més generals, primer sobre els grans canvis socials en general, després sobre els canvis en el col·lectiu de gent gran a Barcelona, per acabar referint-nos en aquestes primeres pàgines als canvis que detectem també sobre el significat i les potencialitats de la participació en aquesta Barcelona, bon exemple del que comença a ser una ciutat instal·lada en la societat postindustrial.

### Canvis en la societat

Estem assistint a canvis molt de fons en la nostra manera de viure, en els aspectes fonamentals que han caracteritzat la societat industrial avançada del segle XX. La dimensió i l'abast d'aquests canvis són tan significatius que ens poden permetre parlar de canvi d'època i no tan sols d'època de canvis. Des del

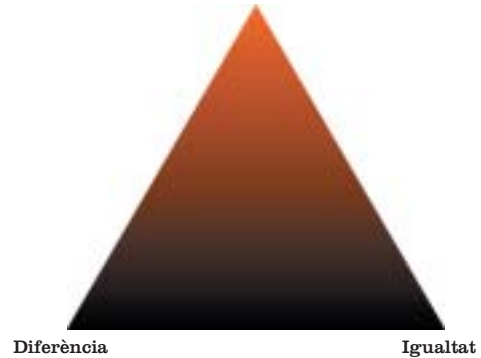
Informe coordinat pel Dr. Joan Subirats i Humet, membre de l'Institut de Govern i Polítiques Públiques (IGOP) de la Universitat Autònoma de Barcelona, amb la participació del Consell Assessor de la Gent Gran. Presentat a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.

punt de vista productiu, l'impacte dels grans canvis tecnològics ha modificat totalment les coordenades de l'industrialisme. S'han superat les estructures "fordistes" i, amb elles, molts dels punts de referència intel·lectual que teníem i que, en bona part, ens anaven acompanyant des de la Il·lustració. En el món laboral, paraules com flexibilització, adaptabilitat o mobilitat han substituït especialització, estabilitat o continuïtat. La societat del coneixement busca el valor diferencial, la font del benefici i de la productivitat en el capital intel·lectual enfront de les lògiques anteriors centrades en el capital físic i humà. El que hi ha en joc és la mateixa concepció del treball com a element estructurador de la vida, de la inserció i del conjunt de relacions socials. En aquest sentit, les conseqüències més immediates d'aquesta reconsideració del treball afecten en primer lloc el que podríem anomenar la mateixa qualitat del treball disponible.

D'altra banda, la societat industrial també ens havia acostumat a estructures socials relativament estables i previsibles. Hem assistit a la ràpida conversió d'una societat estratificada, d'una societat fonamentada en una divisió classista notablement estable, a una realitat social en què el que destaca és la creixent individualització social, i hi anem trobant, així mateix, una significativa multiplicitat dels eixos de desigualtat. Si abans les situacions carencials i problemàtiques es concentraven en sectors socials que disposaven de molta experiència històrica acumulada sobre això, i que progressivament havien sabut desenvolupar respostes més o menys institucionalitzades, ara el risc podríem dir que s'ha democratitzat i s'ha individualitzat, de manera que castiga més severament els de sempre, però també colpeja noves capes i persones. Ara bé, també apareixen noves possibilitats d'ascens i mobilitat social que abans eren molt més episòdiques. Trobem més nivells i oportunitats de benestar en segments o nuclis socials en els quals abans només existia continuïtat de carència. Al mateix temps, d'altra banda, trobem, a més, nous i inèdits espais de pobresa i de dificultat en la supervivència diària. Enfront de l'anterior estructura social de grans agregats i d'importants continuïtats, tenim avui dia un mosaic cada cop més fragmentat de situacions de pobresa, de riquesa, de fracàs i d'èxit. Però la misèria colonitza i la riquesa expulsa, i això genera una proliferació de riscos i d'interrogants que provoca fenòmens de recerca de certes en la segmentació social i territorial. Els que poden busquen espais territorials o institucionals per trobar-se segurs amb els "seus", i tanquen les portes als "altres".

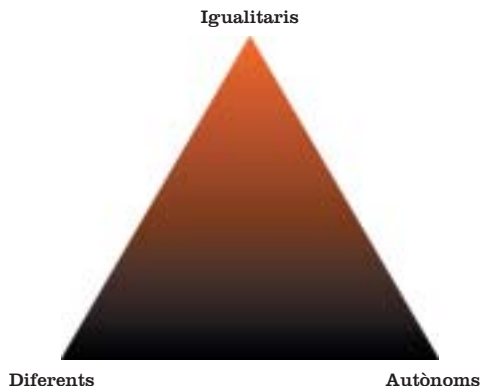
Les famílies també es veuen afectades per aquests canvis. L'àmbit de convivència primària ja no presenta el mateix aspecte que tenia a l'època industrial. Els homes treballaven fora de casa, i les dones assumien les seves responsabilitats reproductores, tenint cura del marit, dels fills i de les persones grans. Les dones no requerien formació específica, i la seva posició era dependent econòmicament i socialment. L'escenari d'avui és molt diferent. L'equiparació formativa entre homes i dones és molt alta. La incorporació de les dones al món laboral augmenta sense parar, malgrat les evidents discriminacions que encara es mantenen. Ara bé, al costat del que tenen de positiu aquests canvis per tornar a la dona la seva dignitat personal, el cert és que la

### Autonomia individual



distribució de rols i feines dins la llar no s'ha modificat gairebé gens. Creixen les tensions per la doble jornada laboral de les dones, s'incrementen les separacions i augmenten també les famílies en què només la dona té cura dels fills. Tot plegat provoca noves inestabilitats socials, noves línies d'exclusió, en les quals la variable del gènere és determinant. Viure en família és cada cop més una opció electiva, una associació de persones individuals, a la qual cadascú arriba amb els seus plans individuals, amb els seus propis interessos i experiències, i on l'estabilitat de la convivència està sotmesa a una gran multiplicitat de riscos, limitacions i pressions. Es necessiten molts més esforços que abans per mantenir uns llaços que respectin les biografies de cadascú i que al mateix temps donin valor a la unió. En aquest escenari és difícil mantenir el rol d'una dona que té cura de grans i petits i que al mateix temps pretén mantenir el seu propi pla de vida.

Com podem imaginar, tot plegat transforma radicalment les bases sobre les quals es van construir les polítiques socials dels estats de benestar i fins i tot qüestiona la concepció amb què es va dissenyar la participació de la gent en aquestes polítiques. En les polítiques socials tradicionals es partia de la hipòtesi que l'element central del sistema eren els drets individuals, i les polítiques que miraven de redistribuir costos i beneficis, derivats del



funcionament del mercat. Avui, acceptant el mercat com el mecanisme més àgil de seleccionar preferències i determinar processos de creixement, els elements centrals que són al damunt de la taula són els de l'autonomia individual, les compensacions socials a les desigualtats i les reivindicacions que exigeixen respecte a les diferències. La força que es doni a cada vector dependrà de les pròpies opcions ideològiques des de les quals s'operi.

Alguns opinen que la política ha d'estar subordinada a l'element central de la llibertat i l'autonomia individual. Cadascú és el que les seves capacitats individuals li permeten. Si aprofites tot el que tens i les oportunitats que se't donen, seràs un *winner* ("guanyador"), però si falles, si no n'ets capaç, et tocarà ser un *looser* ("perdedor"). Les polítiques sobretot tenen el paper de preocupar-se d'organitzar la compassió, de preocupar-se "dels que no poden seguir", "dels que queden enrere", ja que és la loteria natural i social la que ha anat permetent als uns i als altres aprofitar millor les oportunitats que tothom té.

Altres opinen que si es vol fer realitat la igualtat de la llibertat de ciutadania, s'ha de demanar a la política i a les grans opcions col·lectives que es generin les condicions que redueixin al màxim possible els efectes d'aquesta loteria sobre les possibilitats que té la gent d'usar la seva autonomia. En aquesta darrera línia la

igualtat social és un objectiu tan significatiu com pot ser el de l'autonomia individual.

Però darrerament se'ns afegeix a aquest escenari la demanda de reconeixement de la diferència, un element que contrasta amb la tradició liberal que tendeix a no acceptar diferències basades en característiques col·lectives. Les grans migracions, el reconeixement progressiu de les diverses opcions sexuals generen un ampli camp de reivindicacions entorn del reconeixement a la diferència que també afecten la ciutat i la gent gran.

Des de l'òptica liberal clàssica, l'accent es posarà en la defensa de l'autonomia individual i només s'acceptaran aquelles mesures compensatòries que no afectin el nucli d'aquest principi, i es mantindran moltes reserves sobre la possibilitat d'incloure el dret a la diferència dins d'una concepció molt etnocèntrica del principi de llibertat. Des de perspectives clàssiques d'esquerra, l'accent es posarà en la capacitat d'equilibrar les desigualtats socials, amb algunes reticències sobre el tema de les diferències col·lectives. Des d'un enfocament comunitari estricte, l'èmfasi es posarà en la identitat diferencial i en la igualtat interna, encara que això vulgui dir certs sacrificis de l'autonomia. Des del nostre punt de vista, el repte és ser capaç de mantenir la tensió entre els tres elements, tractant de combinar-los, ja que tots ells són extremadament valuosos en les noves perspectives que s'obren per a les polítiques que vulguin afrontar els potents canvis socials descrits abans esquemàticament.

### Canvis en el col·lectiu de gent gran

Els canvis en el col·lectiu del que s'ha anat anomenant *gent gran* han estat i són també molts significatius. Són canvis en la dimensió d'aquest col·lectiu. Són canvis en la presència social de les persones grans. Són canvis en la manera de pensar i portar a terme les polítiques adreçades a aquest creixent nombre de persones. Són canvis en les característiques d'aquestes persones i en les seves relacions amb la resta de la societat.

A Catalunya, en aquests moments, hi ha prop d'un milió de persones de més de 65 anys, i són més de 400.000 les que superen els 74 anys. A Barcelona la xifra de persones grans representa el vint per cent de la població. Aquest gran col·lectiu és molt més divers, més heterogeni i, en general, està en millors



condicions físiques, econòmiques i culturals que fa uns quants anys, cosa que s'anirà produint amb més intensitat a mesura que passin els anys. Per tant, la ciutat està i estarà més plena de gent gran, que, en canvi, té i tindrà cada cop menys coses en comú al marge de l'edat.

Des del nostre punt de vista, i seguint de manera esquemàtica l'esbós proposat anteriorment, coincideixen avui mateix a Barcelona tres grans tipus ideals de gent gran, o col·lectius amb elements de diferenciació significatius.

D'una banda, hi ha el que podríem anomenar el gran contingent de gent gran autònoma, que manté pautes de relació familiar i social força desenvolupades, que no presenta situacions carencials massa significatives encara i que gaudeix de les oportunitats que la ciutat i la vida ofereixen de manera més o menys intensa, segons les seves disponibilitats, forces i condicions de vida. No acostumen a mantenir relacions estables amb organitzacions de gent gran, ni participen tampoc de manera estable en activitats adreçades específicament a la gent de la seva edat. Anomenaríem aquest col·lectiu, per entendre'ns, el dels "autònoms".

D'altra banda, trobaríem aquelles persones que tot i compartir amb les anteriors moltes característiques comunes, se'n diferencien pel fet que tenen una presència activa i estable a organitzacions d'interessos. No ens referim a organitzacions específicament de gent gran, sinó a entitats i grups que apleguen tota mena de gent per fer activitats esportives, de lleure, de cultura, formatives, de caràcter econòmic o de qualsevol altra mena. Són, per tant, gent gran, activa socialment i que mantenen vincles socials que els donen identitats diferenciades, no coincidents amb altres persones de la seva mateixa edat. Anomenarem els integrants d'aquest col·lectiu "diferents".

Finalment, dins d'aquesta tipologia, ens referirem a la gent gran que per tradició, per voluntat o per necessitat s'ha anat enquadrant en el que podríem anomenar les organitzacions de la gent gran. Són la gent que s'ha aplegat per demanar instal·lacions específiques (casals) per a gent gran, que ha lluitat amb perseverança i força per aconseguir drets que ajudin en les situacions carencials de moltes persones grans i la seva dignitat, que forma part del moviment organitzat de la gent gran, amb voluntat d'evitar discriminacions i situacions d'exclusió del

col·lectiu, i que, per tant, el trobem representat en els consells de participació específicament pensats per a ells en l'àmbit local. Anomenarem aquest col·lectiu el dels "igualitaris".

Òbviament, ens referim a tipus ideals de persones grans, i de segur que a la pràctica podríem i podem trobar persones que oscil·len d'un col·lectiu a l'altre, o que no es veuen clarament representats a cap d'ells. Però el que ens interessa assenyalar amb aquest exercici és la necessitat de veure les persones grans com un univers heterogeni i segmentat, amb un gran nombre de persones que mai no ha estat ni té la intenció de ser en una entitat o en un local de gent gran i que, tot i així, podríem imaginar amb demandes, amb aspiracions, amb coses a dir i a fer. O amb persones que, per la seva activitat o per la mena d'interessos que els motiven, no han pensat en ells mateixos com a algú gran.

El repte és avançar en propostes, en maneres de fer, que permetin que aquesta gran riquesa personal i social no sigui desaprovechada per a la ciutat, i que es puguin trobar mecanismes, ocasions i instants en els quals el seu concurs, les aspiracions i les idees puguin ser escoltades i trobin espai per créixer i desenvolupar-se.

### **Canvis en la manera d'entendre la participació**

No acaben de funcionar les formes que fins ara havíem anat fent servir de participació. El gran nombre de canvis esmentats fins ara també tenen aquí la seva incidència. És molt difícil parlar de participació estable i organitzada en un món de precarietat, de risc i incertesa constant, que et porta a la mobilitat constant, que t'aboca al consumisme i a una consideració de participació com a client o consumidor, i quan la família ja no ofereix les seguretats i els rols estables d'abans. Els vells instruments participatius (partits, sindicats...) s'han anat encarcerant i elititzant, i s'han d'anar sotmetent a canvis en profunditat en la seva manera de fer. Així mateix, les instàncies de participació tradicionals dels diferents col·lectius de la societat industrial resulten avui poc plurals, o no són capaces d'incorporar, malgrat la seva bona voluntat, la gran diversitat i la gran autonomia personal que caracteritza avui la societat. La nostra societat és cada cop més xarxa i "jo", i cap de les dues coses encaixa massa bé en els mecanismes participatius usuals i útils fa només deu o quinze anys.

Cada cop hi ha més necessitat de retrobar instàncies “pròpies” on situar els problemes i la participació de cadascú en la seva gestió o resolució. Es valora allò on pots tenir un paper, on el que s'esdevé et toca de prop, on participació i coresponsabilitat poden funcionar, donant identitat i sentit de pertinença. Precisament s'ha dit que les institucions estatals-burocràtiques passen avui dia per un problema de legitimitat, a causa de la seva inadequació per acceptar espais de llibertat, creativitat i innovació en relació amb cada persona o amb comunitats de base específiques. La política ha de renéixer precisament sobre aquesta capacitat d'involucrar, de fer participis. Diu Beck, referint-se a aquests temes: “Espontaneïtat, llibertat en el compromís polític, autoorganització, rebuig dels formalismes i de les jerarquies, rebel·lió, improvisació, determinació per comprometre's allà on sigui possible ser protagonista de l'acció; aquests són valors que estan apareixent”. Valorar l'escenari més proper, el de la ciutat, el del barri, el de la comunitat, vol dir combatre la desconexió subjectiva que afebleix les bases de la societat, del fet de sentir-se que es forma part d'alguna cosa. El ciutadà global pot, així, tornar a apropiat-se d'una història, d'un espai propi, que permeti lligams sentits com a importants i significatius, que són precisament els que serveixen de base a l'acció col·lectiva, a la nova concepció de la participació, de la política.

En altres moments, les dimensions espai-temps eren molt més estables i predeterminades. La mateixa estructura social determinava en bona part els camins i les opcions participatives. Avui dia, l'espai individual s'ha fet molt més important i la política tradicional té dificultats per respondre a la nova realitat amb les velles estructures. Cal que la política se secularitzi, que es faci més modesta i que reconegui la pluralitat social i individual, i també que assumeixi la idea que l'espai públic no pot ser entès com a propi només de les institucions públiques. Participar no pot ser una idea genèrica o descontextualitzada. Cal referir-se a la participació dels individus, de les persones, en un espai i en un temps determinat, i per a uns objectius concrets i temporalment definits. Això no exclou altres formes de participació-relació més convencionals, però si volem arribar a la diversitat del col·lectiu de gent gran de Barcelona abans esmentat, haurem de

pensar diferents vies, diferents espais, diferents temps de participació i implicació individuals i col·lectives.

La gent gran pot exercir un paper molt important en aquest nou escenari, ja que, si bé la dimensió espacial ens ve molt determinada per la mateixa trama urbana de Barcelona que ens serveix de referència, la dimensió temporal necessita combinacions específiques de responsabilitat (sobre cada moment i ocasió) i memòria (per assegurar continuïtat social). Memòria i responsabilitat ens permeten assumir les conseqüències del que fem, lligant passat, present i futur, i en aquest escenari la presència de la gent gran i de les diferents maneres de ser gran resulten molt importants per a la ciutat, per a la construcció-reconstrucció de les identitats urbanes.

**B** amb la gent gran

# Propostes per afavorir i ampliar la participació de la gent gran

Seguint la línia de les reflexions fetes, prenent en consideració les idees sorgides a les entrevistes i tenint en compte la referència d'algunes de les experiències internacionals analitzades, passem ara al capítol de les propostes per afavorir i ampliar la participació de la gent gran a la ciutat de Barcelona. Agruparem aquestes propostes en tres grans línies estratègiques, per a cadascuna de les quals plantejem un seguit d'objectius i de possibles accions per desenvolupar.

Les tres línies estan relacionades amb diferents preocupacions i amb diferents òptiques sobre com cal enfocar la participació de la gent gran atesa la seva heterogeneïtat, la dispersió organitzativa i la limitada capacitat de convocatòria i mobilització dels canals fins ara existents. D'una banda, es vol revitalitzar el que ja existeix; de l'altra, s'intenta articular la participació en les dimensions espai-temps, amb temàtiques concretes on es puguin aplegar, a partir del mateix interès del tema i del moment, persones i col·lectius sectorials, territorials, i individus específicament interessats en el que es diu i es fa. Finalment, es vol anar oferint canals de trobada, informació i participació al gran col·lectiu o univers de la gent gran de manera indiferenciada, tant aprofitant les tecnologies de la informació i les comunicacions com potenciant la connexió de proximitat en el territori.

## Línia estratègica 1: enfortir la representativitat del Consell Assessor de la Gent Gran i de les Comissions de Gent Gran de Districte

**Justificació:** Una gran majoria de les persones entrevistades han mostrat la seva preocupació pel grau de representativitat dels òrgans actuals de participació de la gent gran a la ciutat de Barcelona en relació amb l'univers de persones grans a la ciutat, i han posat sobre la taula la necessitat d'ampliar l'espectre del tipus de col·lectius representats en aquestes estructures. En aquest sentit proposem un seguit de mesures que podrien enfortir la representativitat del Consell Assessor de la Gent Gran i dels òrgans de participació de la gent gran per districtes:

- Obrir la representació en el Consell Assessor de la Gent Gran a nous membres rotatius, provinents de diversos sectors, i convidats personalment en virtut de la seva trajectòria (creus de sant Jordi, medalles de la ciutat, altres premis, convidats i altres). En aquest sentit, s'estaria buscant la incorporació en el Consell Assessor de la Gent Gran i els òrgans de districte de persones amb una vàlua pública reconeguda que, pel fet de no formar part activa del teixit associatiu, no han tingut veu, fins ara, en les estructures tradicionals de participació.
- Possibilitar noves incorporacions en els òrgans actuals de participació de grups de gent gran dins d'associacions que no són específicament de gent gran. És a dir, flexibilitzar els criteris d'accés als òrgans actuals de participació partint d'una visió més àmplia i plural del teixit associatiu de la gent gran.
- Incorporar la veu del "ciudadà mitjà", no organitzat, a través de la selecció aleatòria d'un determinat nombre de participants que serien, també, membres rotatius. A hores d'ara hi ha en el nostre entorn algunes experiències interessants de participació mixta, que combinen la representació de la ciutadania organitzada amb la representació aleatòria del "ciudadà mitjà": en

\* Podeu trobar més informació, entre d'altres, a Joan Font (coordinador), *Ciudadanos y decisiones públicas*. Barcelona: Ariel, 2001.

aquest sentit, és un referent interessant el Consell de les Dones de Barcelona, on actualment participen, juntament amb representants del món associatiu, quinze dones a títol individual que van ser seleccionades a l'atzar entre prop de 600 persones que s'havien inscrit en el I Congrés de les Dones de Barcelona sense representar cap entitat. Caldria explorar la fórmula que s'adeqüés a les condicions actuals de la participació per a la gent gran.

- Impulsar processos participatius de síntesi (per temes i moments concrets) des del mateix Consell Assessor de la Gent Gran o òrgans de districte, per exemple a través de metodologies participatives com els consells ciutadans (també coneguts com a nuclis d'intervenció participativa – NIP) o tallers EASW (o de prospectiva local)\*. En aquest sentit, el Consell Assessor de la Gent Gran i els òrgans de districte actuarien, a més de les funcions que tenen atribuïdes actualment, com un organisme impulsor de processos participatius de caràcter temporal protagonitzats per ciutadans i actors que no tenen presència directa en aquestes estructures. És a dir, a partir d'aquests processos de participació, el Consell Assessor de la Gent Gran i els òrgans de districte consultarien la ciutadania en moments determinats sobre temàtiques més o menys específiques, amb la qual cosa ampliarien la seva representativitat.

## **Línia estratègica 2: impulsar les veus de la gent gran en els temes de ciutat, de districte i de barri**

**Justificació:** Un dels reptes que apunten molts dels entrevistats és portar la participació de la gent gran més enllà dels temes estrictament de gent gran i aprofitar el potencial de la gent gran organitzada en àmbits sectorials específics (esports, executius sèniors, cultura, voluntariat...). Per tant, complementàriament a la perspectiva tradicional, caldria anar trobant fórmules que permetessin que la gent gran oferís el seu capital de coneixements i experiència en temes de ciutat, de districte i de barri.

Les mesures que proposem són les següents:

- Garantir una participació plural i efectiva de la gent gran en el Consell de Ciutat, previst a les normes reguladores de la participació ciutadana.

- Impulsar la participació efectiva de la gent gran en processos participatius en marxa. El Consell Assessor de la Gent Gran hauria de garantir, ja sigui a través de membres del consell mateix o mitjançant persones delegades provinents d'altres sectors, la presència de la veu de la gent gran en processos participatius de ciutat, com per exemple l'Agenda 21 de Barcelona, el Projecte educatiu de ciutat o el Pacte per la mobilitat. D'altra banda, els òrgans de participació de la gent gran per districtes haurien de fer el mateix en processos participatius lligats al territori: plans comunitaris, projectes educatius de barri, agendes 21 de districte...

- Incentivar grups de treball en temàtiques específiques on la gent gran cregui que pot fer aportacions interessants. Tant el Consell Assessor de la Gent Gran en l'àmbit de ciutat com els òrgans de participació de districte en l'àmbit de barri o de districte podrien impulsar grups temàtics de treball per discutir temàtiques on es consideri que la gent gran pot aportar coses

interessants. Aquests grups podrien estar formats per tres tipus d'actors: representants del món associatiu de la gent gran; gent gran organitzada en àmbits relacionats amb la temàtica en qüestió, i gent gran experta. Els grups oferirien la seva perspectiva a debats públics oberts a partir d'un procés de reflexió i de treball conjunt dins del grup.

Algunes temàtiques a tall d'exemple:

- "El futur del Mercat del Born"
- "Memòria i barris en transformació" (la Sagrera, el Poble Nou, Poble Sec-Montjuïc, Ciutat Vella...)
- "Barcelona, una ciutat amiga: ciutat dels infants i de la gent gran"
- "Espai públic i gent gran"
- "Les memòries de la ciutat mestissa" (històries orals de persones grans immigrades a Barcelona)
- "Memòria i futur urbanístic de la ciutat"
- "Educació i gent gran: la segona carrera"
- "Gent gran i fractura digital"
- "El dia a dia de la gent gran: menjar, lleure i sexe"

**Línia estratègica 3: articular processos de participació de gent gran vinculats al territori que vagin sorgint o que ja existeixin, i afavorir la creació d'espais virtuals de connexió i relació**

**Justificació:** Una bona part de les propostes que formulem apunten cap a la mateixa direcció: en lloc de crear una nova estructura de participació formalitzada que pretengui representar-ho tot, es proposa, en la línia del que s'ha dit a moltes de les entrevistes, articular, en forma de xarxa, múltiples espais de participació, alguns de nous, impulsats pel mateix Consell Assessor de la Gent Gran i pels òrgans de districte, uns altres que sorgeixin espontàniament, i encara uns altres que ja existeixen, on caldria enfortir la veu de la gent gran o bé on, de fet, ja hi és present amb un protagonisme important. L'última proposta que fem és la d'articular els processos de participació de gent gran vinculats al territori que vagin sorgint o que ja existeixin, i afavorir la creació d'espais virtuals de connexió i relació, per generar llaços i potenciar possibles línies de participació. El Consell Assessor de la Gent Gran hauria de tenir un paper de suport als districtes.

Creiem que, per començar, es podrien prendre dues mesures en aquest sentit:

- "La fira de la participació de la gent gran": espai de celebració periòdica on es presentarien experiències de participació de la gent gran de Barcelona vinculades al territori (plans comunitaris, bancs de temps, serveis de proximitat, participació intergeneracional...).
- Xarxa Gran, la gran xarxa de la gent gran a internet: crear una web on es recullin i se sistematitzin les experiències de participació de la gent gran a la ciutat, en els seus barris i districtes. Caldria dotar tots els casals d'equips informàtics, i promocionar *links* amb altres webs existents aquí i a fora, donant serveis específics i obrint la xarxa a tothom. Es podria considerar la possibilitat de vincular-la com una secció a l'Observatori Internacional de la Democràcia Participativa (OIDP).

# CONCLUSIONS

**Obrir la representació en el Consell Assessor de la Gent Gran a nous membres rotatius.**

**Possibilitar noves incorporacions al Consell Assessor de la Gent Gran d'associacions que no són específicament de gent gran.**

**Incorporar la veu del "ciutadà mitjà", no organitzat, a través de la selecció aleatòria.**

**Impulsar processos participatius per temes i moments concrets des del mateix Consell Assessor de la Gent Gran o òrgans de districte.**

**Impulsar processos de participació intergeneracional.**

**Garantir una participació plural i efectiva de la gent gran en el Consell de Ciutat.**

**Fer difusió dels espais i temes en què la gent gran pot participar.**

**Impulsar la participació efectiva de la gent gran en processos participatius que estiguin en marxa a barris, districtes o en l'àmbit de la ciutat (sobre temes urbanístics, de mobilitat, educatius, mediambientals, entre altres).**

**Impulsar grups de treball amb composició plural en temàtiques específiques de rellevància per al conjunt de la ciutat, el districte o el barri.**

Document de conclusions sorgit a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, celebrada els dies 5 i 6 de febrer de 2003.

## Afavorir i ampliar la participació de la gent gran

**La fira de la participació de la gent gran: espai de celebració periòdica en què es presentarien experiències de participació de la gent gran de Barcelona.**

**Xarxa Gran: es vol crear una xarxa de relacions i intercanvis d'experiències de participació de la gent gran a la ciutat, als seus barris i districtes, que estigui reforçada amb la creació d'una web. Caldria dotar tots els casals d'equips informàtics, i promoure *links* amb altres webs existents aquí i a fora, donar serveis específics i obrir la Xarxa a tothom.**

A manera de cloenda





**CADA DIA MÉS ACTIUS, CADA DIA MILLOR ATESES**

# **LES VEUS DE LA GENT GRAN DE BARCELONA**

# ENVEJECER FELICES

## **Luis Rojas Marcos**

Professor de psiquiatria de la Universitat de Nova York i expresident del sistema de sanitat i hospitals públics de Nova York

Cumplir cien años en buen estado de salud  
ya no se considera noticia ni una gracia excepcional.




Conferència a la convenció Les Veus de la Gent Gran de Barcelona, el 6 de febrer de 2003.

Moltes gràcies. Bon dia a tothom. En primer lloc, vull agrair a l'Ajuntament de Barcelona, i molt particularment a la Il·lma. Sra. Núria Carrera, la seva amabilitat de convidar-me a participar en aquestes jornades adreçades a Les veus de la gent gran de Barcelona, d'aquesta ciutat tan meravellosa. Vull parlar d'aprendre a envellir feliços. M'agradaria fer la meua exposició en català, però alguns amics que m'estan ensenyant aquesta llengua m'han suggerit que, pel bé del mateix projecte, no ho faci. Ara permeteu-me continuar en castellà.

Se cuenta que un sociólogo que llevaba a cabo una encuesta epidemiológica en un pueblo pequeño le preguntó a una señora de aspecto culto que caminaba pensativa por la calle lo siguiente: "¿Cuál cree usted que es la tasa de mortalidad en esta zona?". Tras reflexionar unos segundos, la mujer exclamó con seguridad: "Un muerto por persona". Es verdad que por cada nacimiento hay una muerte. Me temo que esta correlación no cambiará mientras la milenaria fuerza de selección natural siga eligiendo genes que prefieren una existencia intensa y prolífica a una existencia interminable. Lo que sí ha cambiado espectacularmente en menos de un siglo es la esperanza de vida, es decir, los años que nos quedan por vivir a los humanos a partir de un momento dado, y las condiciones materiales y sociales que contribuyen a hacer que nuestra vida sea más gratificante.

En consecuencia, nunca hemos vivido tanto ni tan saludable y democráticamente como ahora. Como resultado de los avances de la medicina, del mejoramiento de la nutrición y la vivienda, del auge de la educación y del natural perfeccionamiento de los genes humanos, en muchas naciones, incluida España, cumplir cien años en buen estado de salud ya no se considera noticia ni una gracia excepcional de la naturaleza o la divinidad.

Por cierto, la longevidad de los españoles, y concretamente de las españolas, como saben, es la tercera del mundo y es la primera en Europa. La mujer española, después de la mujer japonesa, es la que más vive. Los hombres vivimos algo menos, no sé por qué, esto habría que estudiarlo, como siete años menos que las mujeres, pero a pesar de todo el hombre español, en Cataluña también, está entre los cinco más longevos del mundo. ¿Quién no recuerda a Jeanne-Louise Calment, una señora francesa que murió, hace algunos años, a los 122? Hoy día se calcula que nuestra vida puede llegar hasta los 125 años. Y, de hecho, leía el otro día en la prensa de aquí que en España hay casi 6.000 personas de más de 100 años. O sea, que aquí probablemente muchos de nosotros llegaremos a 100 años y no saldremos en los periódicos, porque actualmente no es noticia. Pues esta señora francesa que vivió hasta 122 años fue un tema de estudio, porque, claro, nos daba curiosidad a muchos cómo



una persona podía haber vivido, y además de una forma tan saludable, hasta los 122 años. Y aprendimos que Jeanne-Louise comía un kilo de chocolate a la semana y también se untaba con aceite de oliva todo el cuerpo, y montaba en bicicleta, hasta los 100 años. Pero, sobre todo, se la conocía por su buen talante, por su buen sentido del humor y por su capacidad para adaptarse a situaciones difíciles y al estrés.

Hoy sabemos que, por la combinación de lo que dura nuestra vida con el hecho de que las mujeres y las parejas tienen menos hijos que nunca, como saben, la población de Europa y de Occidente en general está aumentando de edad. De hecho, el grupo de población que crece a mayor velocidad son las personas mayores de 85 años. De todos modos, lo curioso e importante es que las personas mayores, de 80, 85, 90 años, en su gran mayoría, crecen y se desarrollan sanas. Hoy, por ejemplo, hay menos artritis, menos enfisema, menos tensión alta que hace 20 o 40 años. Hay cosas que nos preocupan, como por ejemplo la demencia de Alzheimer, ¿verdad? Se nos olvidan las llaves, o el nombre... El otro día fijense que a mí se me olvidó el nombre de mi cuñada. De repente me llama por teléfono mi cuñada y se me olvida su nombre. Imaginense, ya estaba yo convencido de que tenía Alzheimer. Después de hablar con ella un rato ya me acordé de que se llama Beatriz. Les cuento esto porque enseguida nos entra ese miedo a que estaremos perdiendo la memoria cuando se nos olvida el nombre de algún amigo, o qué desayunamos esta mañana, o qué día del mes es. Pues bien, no se preocupen, porque el Alzheimer, aunque es una enfermedad terrible –no solamente para quien la sufre, sino también para sus cuidadores–, afecta a una proporción relativamente pequeña: al 18% de las personas de entre 85 y 100 años. O sea, que la mayoría de las personas mayores son personas sanas, aunque sabemos que por ahí hay muchos mitos y muchos prejuicios en contra del envejecimiento. Pero la realidad no es así. De hecho, la medicina de hoy no tan sólo se encarga de curar enfermedades, y, como saben, hoy en día tenemos grandes avances. Yo recuerdo que mi abuelo, el padre de mi padre, murió de una infección, porque tuvo un accidente en un momento en el que no había penicilina, ni antibióticos. Hoy día mi abuelo habría vivido, porque gracias a la medicina hay unos adelantos enormes.

La idea de aprender a envejecer felices  
es una asignatura importante,  
pero también es una asignatura bastante abandonada.

No hay que caer en el riesgo de ser críticos  
con nosotros mismos cuando ya  
no podemos hacer nada para cambiarlo.

Y hoy la medicina no solamente cura enfermedades, sino que también nos ayuda a mejorar nuestra calidad de vida. Hay una medicina de la calidad de vida. A ver si pueden pensar en una medicina de calidad de vida. Sí, de la alegría vamos a hablar, pero me refiero a medicinas... La primera medicina de la calidad de vida que se descubrió, en los años sesenta, fue la píldora anti-conceptiva. La píldora, como ustedes saben, no cura ninguna enfermedad, pero dio la libertad a muchas mujeres y a muchas parejas de poder decidir cuándo querían tener hijos. Otro ejemplo: hoy día tenemos medicinas que ayudan a quitar las arrugas, que hacen crecer el cabello a los calvos –hay gente que no se lo cree, pero yo lo he visto–, que nos ayudan a combatir la timidez, a ver la vida un poquito más alegremente... Y esas pastillas azules, no sé si saben de lo que hablo... Si lo saben, ¿verdad?, que salieron hace unos meses y que ayudan a los hombres a funcionar mejor. Y luego la cirugía estética, que también ayuda a mucha gente a mejorar la autoestima.

En la actualidad, pues, la medicina no tan sólo cura enfermedades, sino que nos ayuda. Estas medicinas no nos dan la felicidad, pero sí nos ayudan. Medicinas para el dolor, medicinas que nos facilitan dormir... En fin, digo esto porque es importante –creo yo, y a mí me ayuda– ver la vida en el contexto de todo lo que hemos avanzado. Cuando miramos hacia atrás vemos cómo hoy día, a pesar de los problemas que existen en el mundo –todavía hay mucha pobreza y mucho conflicto–, en general, no cabe duda de que no solamente vivimos más, sino que también vivimos mejor.

En cuanto a aprender a envejecer felices: creo que una de las asignaturas más importantes es la de cómo ser más felices, y cómo envejecer. El envejecimiento, a veces, creemos que es algo que nos pasa al final, pero no es así: empezamos a envejecer desde que nacemos. A pesar de ello, hay un cierto miedo a envejecer, y la sociedad no nos ayuda, porque constantemente nos manda mensajes diciendo “lo viejo es feo, no sirve, se tira”. La idea de aprender a envejecer felices es una asignatura importante, pero también es una asignatura bastante abandonada. Sin embargo, yo creo, y pienso que me darán la razón, que podemos aprender a vivir más felices y a envejecer también más felices.



¿Y cómo aprendemos a envejecer felices? Bueno, para empezar, nos ayuda ir aceptando, por ejemplo, que la noción del tiempo va cambiando con los años. Cuando vamos creciendo, cuando tenemos 20, 30, incluso 40 años, pensamos mucho en el futuro. El futuro es algo importante, y trabajamos, estudiamos... La sociedad invierte en los niños para que aprendan a ser adultos y contribuyan a ella, y plantamos para luego poder ver el fruto.



Con el tiempo, el futuro va perdiendo importancia, y lo importante es el presente y el pasado. Cada día el presente se valoriza más, el aquí y el ahora, y el pasado también. Y dentro del presente, podemos aprender a disfrutar de las cosas sencillas, como una compañía agradable, una comida sabrosa, una lectura simpática, el sentido del humor... En el fondo, esas cosas a las que llamamos pequeñas son las que forman la cadena de nuestra

vida y la cadena de nuestra felicidad. A veces pensamos que los grandes logros van a ser lo que nos haga felices, pero no es así. Un gran logro nos puede dar un impulso temporal, pero en el fondo, en el presente, lo que nos hace sentirnos satisfechos con la vida son esos pequeños momentos, y los tenemos que practicar. Leí una frase de un poeta libanés, Khalil Gibran, que me gustó mucho. Decía: "En el rocío de las cosas pequeñas el corazón encuentra su alborada y se refresca." Y es así, ¿verdad? Por eso debemos tener en cuenta el presente y sobre todo, como digo, esas pequeñas cosas que son las que nos hacen felices.

También la noción del tiempo, a medida que nos hacemos mayores, es el pasado. No sé qué pasa con nuestra memoria, que se nos olvida dónde ponemos las llaves pero lo que pasamos cuando teníamos ocho, nueve, quince años lo recordamos cada día mejor. El pasado es algo que con el tiempo se nos hace como más vívido, más real, más inolvidable. A medida que nos hacemos mayores, poder repasar nuestro pasado es muy importante, y lo hacemos incluso aunque no queramos. Aunque tengamos malos recuerdos de momentos de nuestra vida, es casi imposible no pensar en las cosas que nos pasaron, en las decisiones que tomamos –que ya son irreversibles, porque ya no podemos volver atrás: decidimos tomar unos caminos y ya no podemos tomar otros–. Entonces, cuando hacemos este repaso del pasado, que es ya irremediable y que es importante, lo debemos hacer de una forma compasiva. No podemos ser injustamente críticos con algo que vivimos y que hicimos lo mejor que pudimos en aquel momento dado. No hay que caer en el riesgo de ser críticos con nosotros mismos cuando ya no podemos hacer nada para cambiarlo.

Por lo tanto, como digo, cambiar la noción del tiempo, enfocar el presente y enfocar el pasado, es un ejemplo de cómo podemos aprender a envejecer.

Aprender a envejecer felices es también tratar de mantener nuestra autonomía física y mental. Por ejemplo, cuando estudié medicina, uno de los principios más importantes que aprendí fue que si no usamos un órgano o un músculo, ocurre que se atrofia. Seguramente, alguien aquí se habrá roto alguna vez un brazo o una pierna. Entonces nos enyesan, y verán cómo al cabo de unas semanas, cuando nos quitan el yeso, el miembro ha perdido fuer-

Memoria, entendimiento y voluntad.

Se ha demostrado que las personas que mantienen activas estas tres “facultades del alma” no solamente viven mejor, sino que también previenen problemas como la demencia.



za, ha perdido energía, el músculo se nos ha atrofiado. Si no nos movemos, nos atrofiamos. Por eso mantenernos activos físicamente es fundamental. Y no hay que ir al gimnasio. No digo con esto que esté mal, ir al gimnasio es una buena idea. Pero no hace falta. Está demostrado, por ejemplo, que 30 minutos al día de actividad, de andar, de subir escaleras –o alguna escalera, tampoco hay que exagerar–, de arreglar un poco el jardín, de salir a la calle; esa actividad que hace que movamos los músculos, que respiremos, que movamos las articulaciones, no solamente nos hace sentirnos mejor físicamente, sino que nos alarga la vida también. Y previene una serie de enfermedades: por ejemplo, la diabetes se controla mucho mejor si la persona es activa, se mueve. La hipertensión, también. Y además previene los ataques al corazón.

Pero también pasa lo mismo con la actividad mental, con lo que cuando yo era pequeño denominaban “las facultades del alma”. ¿Y cuáles son las “facultades del alma”? ¿Se acuerdan? Memoria, entendimiento y voluntad. Pues la memoria, el entendimiento y la voluntad también deben practicarse, igual que mantenemos activos los músculos y las articulaciones. Porque también se ha demostrado que las personas que mantienen activas estas tres “facultades del alma” no solamente viven mejor, con mayor calidad de vida, sino que también previenen problemas como la demencia. Incluso personas que por razones genéticas u otras razones –muchas de ellas no las conocemos todavía– van a sufrir de demencia en un momento de su vida, si practican estas “facultades del alma” van a tener menos probabilidades de sufrir esa demencia antes, es decir, van a retrasar la demencia.

¿Cómo practicamos la memoria? Pues, sencillamente, recordando. Tratando de recordar fechas, por ejemplo. Son como ejercicios que podemos hacer cada día. Leemos el periódico, por ejemplo: vamos a tratar de acordarnos de qué pasó ayer; reflexionar unos minutos sobre lo que vivimos ayer, la experiencia que tuvimos ayer... Algo próximo, porque ésta es la memoria más frágil, la memoria inmediata. Practicar cada día un poquito de memoria inmediata, pues, nos ayuda.

El entendimiento lo practicamos tratando de entender lo que está pasando en el mundo. Viendo la televisión, por ejemplo, las noticias, manteniéndonos al día, leyendo el periódico, leyendo un libro...



Y la voluntad, seguro que ustedes la practican a veces sin saberlo. La practicamos haciéndonos el plan del día: ¿Qué voy a hacer hoy? Pues hoy voy a levantarme, voy a ir a escuchar a ese doctor pesado, Rojas Marcos, que ha venido de Nueva York, luego vamos a comer, y luego... Esta planificación diaria es una forma muy útil de practicar la voluntad. Hacer el plan de mañana, por ejemplo: mañana voy a hacer esto, o pasado mañana. Sin tener que irnos a qué vamos a hacer el año que viene, sino a corto plazo. Planificar nuestra vida.

La tercera área, que es también muy importante para envejecer felices, es practicar nuestra capacidad de relacionarnos con los demás, la sociabilidad. El ser humano, por naturaleza, es un ser que disfruta estando con los demás. De hecho, cuando preguntamos a las personas de qué parcela de su vida sacan más felicidad, se gratifican más, la gran mayoría nos hablan de sus relaciones: de familia, de pareja, con amigos, a veces en grupo... Ésa es el área fundamental de la felicidad de las personas. En segundo lugar, la gente, cuando se le hace esa pregunta, habla del tiempo libre, de lo que hace durante el tiempo libre, y luego hay muchos afortunados que también nos hablan de su trabajo. Hay gente a quien le gusta el trabajo que hace, a pesar de que, según la Biblia, el trabajo fue un castigo, ¿verdad? Pues a pesar de eso hay mucha gente que disfruta del trabajo. Pero lo más importante son las relaciones. Por eso hay que hacer un esfuerzo en nuestras relaciones, en estar con gente. Hay una receta que yo les aconsejo, que es hablar.

Lo que me llama mucho la atención cuando llega el avión a Barcelona son dos cosas: una es ese olorcillo a tabaco y café de por la mañana que invade el aeropuerto. Es un olorcillo especial. Y lo segundo es que todo el mundo habla. Se habla por la calle. Unos hablamos con personas; otros hablamos solos, lo que también es bueno. Yo soy psiquiatra y hablo solo, o sea que... Y lo digo en serio: si no tenemos a nadie con quien hablar, hablemos solos. Pero hablar en alto, porque si no hablamos en alto, no es hablar, eso es pensar. Y lo positivo no es pensar, sino hablar. Tengo un muy buen amigo catalán, el doctor Valentí Fuster, que es un cardiólogo muy famoso y que también trabaja en Nueva York. Él me dice: "Luis, una de las recetas más importantes para prevenir el infarto de miocardio, o sea el ataque al cora-

Valentí Fuster, un cardiólogo muy famoso, me dice:  
“Luis, una de las recetas más importantes para prevenir el infarto de miocardio, o sea el ataque al corazón, es hablar, comunicarse.”

El voluntariado es saludable, es muy bueno para la salud. No tan sólo para esas personas que se benefician de lo que nosotros hacemos, de nuestros esfuerzos, de nuestras actividades como voluntarios, sino que también ayuda al voluntario.

zón, es hablar, comunicarse." Y así es. Y cuando no tenemos a nadie es bueno hablar, si tenemos un perro, con el perro, o con el gato o con una flor. Hablar. Mi consejo es tratar de hablar con cinco personas al día, por lo menos. Encuadrar en su plan del día al menos cinco personas –pueden incluir al gato o a la planta– con quienes ustedes hablen por lo menos tres o cuatro minutos al día. Ésa es una fórmula muy saludable para alargarnos la vida, pero también para aumentar la calidad de vida.

Hay un tema del que me gustaría hablar antes de terminar. Pongamos juntas una serie de ideas importantes. Una es el hecho de que, como hemos dicho ya, vivimos más, muchísimo más. Vamos a vivir un montón. En segundo lugar, que tenemos más tiempo libre. Hoy día, con la tecnología, con las jubilaciones... Por muchas razones, tenemos muchísimo más tiempo libre del que teníamos hace 20 años o 50, o 100 años, cuando teníamos que salir a buscar comida, venir a casa y volver a salir, y el trabajo era interminable, siete días a la semana, tantas horas. Hoy día vivimos más, tenemos más tiempo, vivimos más saludablemente... Y hay otra idea con la que quería terminar, que es la idea de la bondad. Me refiero a que cuando tenemos más tiempo libre tenemos más tiempo para dedicarnos a actividades altruistas, a sacrificarnos un poquito por los demás. Y esto es algo muy impresionante que cada día ocurre con más frecuencia.

Cada día más gente participa en actividades de voluntariado. Es curioso que ni en castellano ni en catalán tenemos el verbo voluntariar. Dado que la academia de la lengua española no lo hace, a lo mejor la academia de la lengua catalana podría introducirlo. Además es un verbo que se conjuga como amar: yo voluntario, tu voluntarias, mi hijo estaba voluntariando ayer, mañana, ¿qué vas a hacer? Voluntariar, y cuando me jubile, voy a estar voluntariando. En inglés existe, *to volunteer*. En castellano no y en catalán tampoco, y esto hay que cambiarlo, porque cada día hay más actividad de voluntariado. Como ocurrió con el Prestige, con esa catástrofe en Galicia, en la que se desbordó el voluntariado. Nosotros vivimos unos momentos terribles el 11 de septiembre, y algo para mí increíble fueron los miles de personas que salieron a ayudar, lo que todavía me conmueve. A las pocas horas, me enseñaron una lista de casi 13.000 personas que estaban esperando que las llamásemos para dar sangre, ayudar a las



víctimas, colaborar en el rescate, y que venían a los hospitales no a ofrecerse, sino exigiendo: “Yo tengo que dar sangre, yo tengo que participar en el rescate”. Creo que aquí ha pasado algo parecido con el Prestige.

Hoy día la sociedad no está preparada para encauzar tanta generosidad, tanta bondad. Entonces, uno se pregunta: ¿Por qué hay tanta bondad? Pues cada día hay más porque la bondad la llevamos en los genes, es algo genético. La bondad y la generosidad nos ayudan a sobrevivir. Yo creo, y pienso que es muy razonable, en la idea de la evolución. El ser humano cada día es más inteligente; con el tiempo, hay órganos que dejamos de necesitar y que, poco a poco, vamos perdiendo: la muela del juicio, por ejemplo. Seguro que conocen a gente que no tiene muela del juicio. Yo tenía tres, y me sacaron las tres. Normalmente eran cuatro, y tengo una hija que tiene dos. ¿Qué sucede? Que cada día las personas necesitamos menos dientes. Tenemos demasiados dientes, y lo digo en serio. Hace 200 años, teníamos que comer huesos, y necesitábamos muchos dientes. Hoy día, con las comidas que hay, ya no hacen falta tantos dientes. En consecuencia, poco a poco vamos perdiendo los dientes. Al nacer, los niños de hoy tienen menos dientes, porque la naturaleza lentamente se va adaptando.

Con la bondad ocurre lo contrario. La bondad nos ayuda a sobrevivir. De hecho, no solamente en las catástrofes, como hemos vivido a lo largo de la historia del ser humano. Sacrificarnos unos por otros es algo que ayuda a mantener la sociedad viva. Por lo tanto, cada día hay más bondad, porque es un elemento que genéticamente va aumentando.

Así pues, hoy tenemos más tiempo, estamos más sanos y tenemos más bondad. Una forma normal de encauzarlo es a través del voluntariado, de dedicar nuestras actividades a beneficiar a otras personas. Esto va a más, y tendrá que ir a más, y por eso la sociedad debe ir aprendiendo a encauzar la bondad humana. El voluntariado es saludable, es muy bueno para la salud. No tan sólo para esas personas que se benefician de lo que nosotros hacemos, de nuestros esfuerzos, de nuestras actividades como voluntarios, sino que también ayuda al voluntario. Dar nuestro tiempo, nuestras energías, nuestros recursos a los demás nos beneficia porque nuestra autoestima aumenta, nos sentimos úti-

les, sentimos que formamos parte de la sociedad y que ayudamos a que funcione. Ayudar a otras personas es una de las fuentes más importantes de felicidad. Y también –volviendo atrás, a lo que estábamos diciendo, a esa receta para envejecer felices– nos mantiene activos. Cuando participamos en actividades voluntarias, nos forzamos a salir de casa, a andar, a coger el autobús, a ir al lugar adonde vamos a practicar el voluntariado, a visitar al vecino, a llevarle la comida a alguien... Nos movemos físicamente. También activamos las “facultades del alma”: tenemos que acordarnos de lo que vamos a hacer, tenemos que planificar... Y también nos ayuda a comunicarnos y a relacionarnos con otras personas, que en el fondo es la fuente principal de felicidad. Por eso el voluntariado, voluntariar, es algo que no solamente es bueno para las personas que reciben nuestros servicios altruistas, sino que es bueno también para nosotros, porque activa todas esas partes de nuestro cuerpo, de nuestra alma y de nuestra capacidad de relacionarnos que son los órganos fundamentales a la hora de mantenernos contentos y sanos el mayor tiempo posible.

Por todo esto yo creo que la mayoría de las personas somos felices la mayor parte del tiempo, ¿verdad?, aunque ya veo que empieza a haber algunas cabezas que dicen “este señor no sabe de lo que habla... eso de que somos felices...”. Por ello, para terminar les voy a hacer una pregunta, pero va a ser una pregunta muy personal que no va a salir de aquí, o sea, confidencial. Pero vamos a tratar de contestarla todos y vamos a ser sinceros entre nosotros. Los sociólogos, las personas que estudian la felicidad no utilizan la palabra felicidad, porque es una palabra que está muy cargada de filosofía, de poesía. Emplean la “satisfacción con la vida en general”. Ésta es la pregunta que les hago: del 0 al 10, todos aquellos que se den un 5 o más en su nivel de satisfacción con la vida en general que levanten la mano.

Fíjense, miren para atrás, miren. ¿Qué ocurre? Que todos hemos aprobado la asignatura de la felicidad. Muchas gracias.

