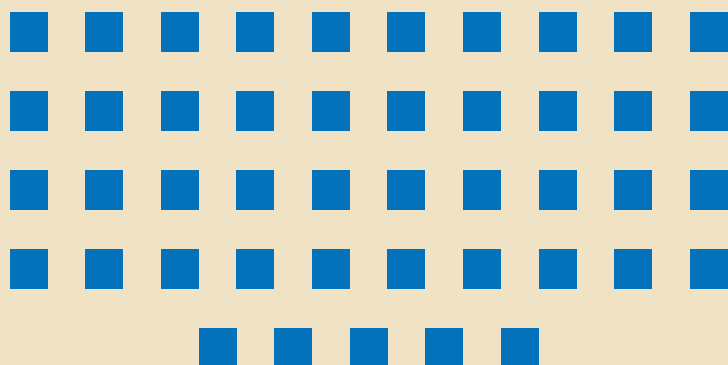


Llibre blanc de la gent gran activa

El paper actiu de la gent gran
en la nova societat

50 propostes de millora i 14 recomanacions



Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social

Biblioteca de Catalunya. Dades CIP:

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

Bibliografia

ISBN 84-393-5930-6

I. Catalunya. Departament de Benestar Social

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

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

304-059.9(467.1)

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

Í N D E X

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

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

PRESENTACIÓ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Irene Rigau i Oliver
Consellera de Benestar Social

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

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

EQUIP DE SEGUIMENT:

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

EQUIP DE COORDINACIÓ I REDACCIÓ:

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

COMITÈ D'EXPERTS:

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

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

ALTRES COL·LABORADORS:

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

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

INTRODUCCIÓ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

CAPÍTOL I

LA CONSTRUCCIÓ SOCIAL D'UNA VIDA ACTIVA

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

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

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

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

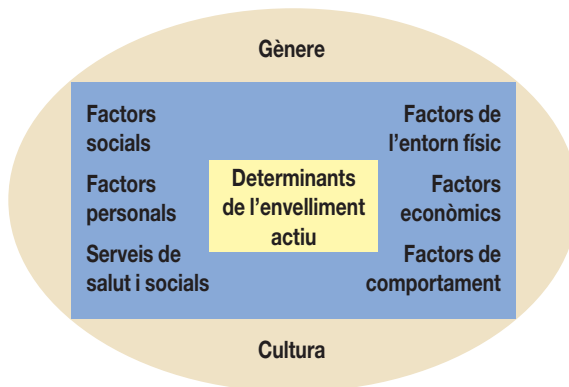
El concepte de «construcció social d'un envelliment actiu», el prenem aquí com l'elaboració formalitzada d'iniciatives, per garantir el dret al màxim desenvolupament personal sense limitacions d'edat.

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

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

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

Determinants de l'envelliment actiu



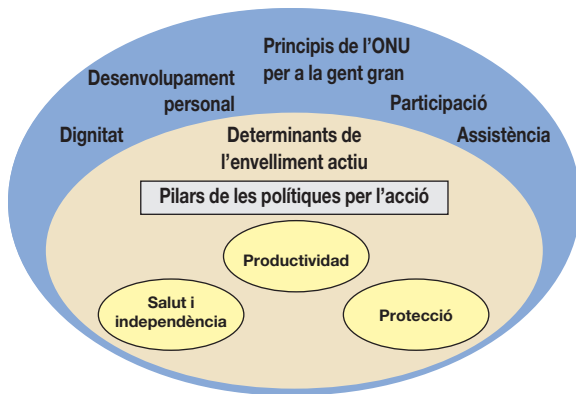
Font: World Health Organization. Health and Ageing. A discussion paper. World Health Organization. Department of Health Promotion. Non-Communicable Disease Prevention and Surveillance. Geneva 2001.

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

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

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

Un marc per a les polítiques d'envelliment actiu



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Perspectives de l'envelliment productiu

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

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

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

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

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

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

...

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

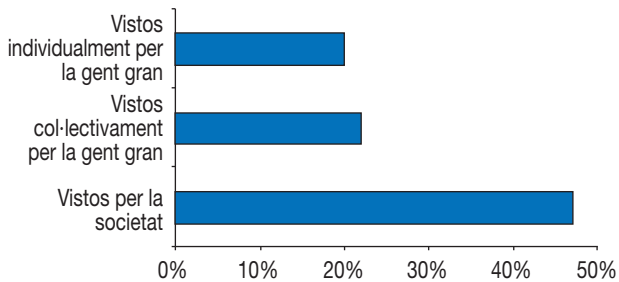
... fet que comporta la necessitat de revisar els conceptes tradicionals que actualment relacionem amb la gent gran.

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

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

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

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

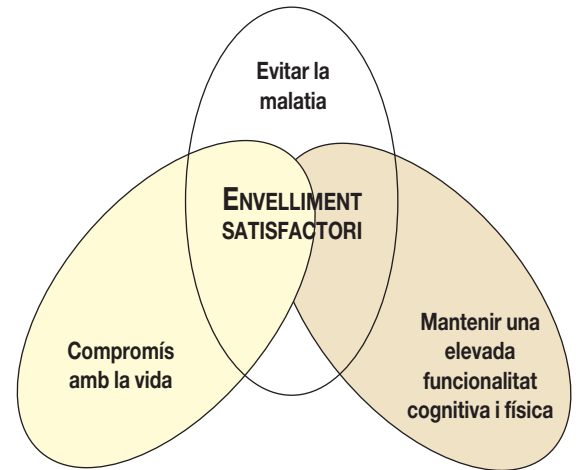


Font: CIS. *La soledad de las personas mayores*, Estudi n° 2.279, febrer de 1998.

Propostes

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

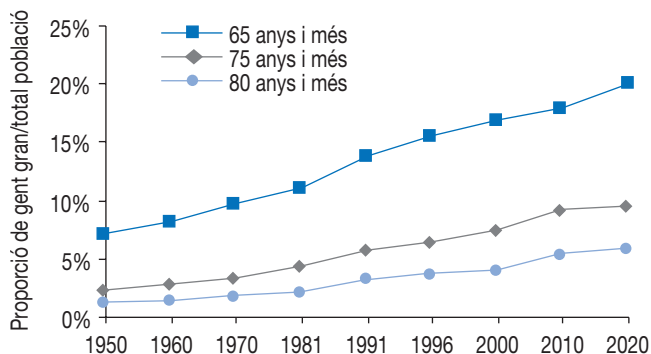
L'estructura de l'envelliment satisfactori



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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

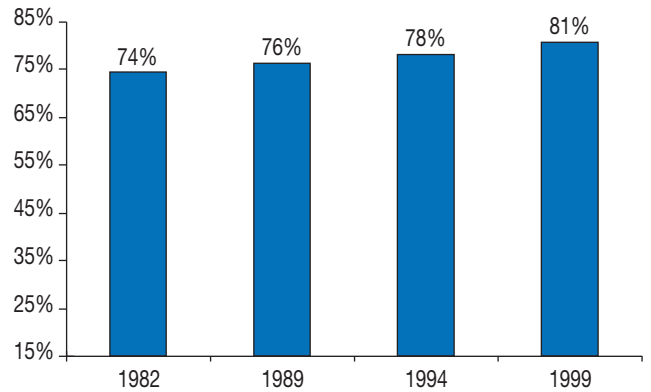
Les tendències que s'observen en altres països mostren que les persones grans cada vegada són més autònomes.

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

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

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

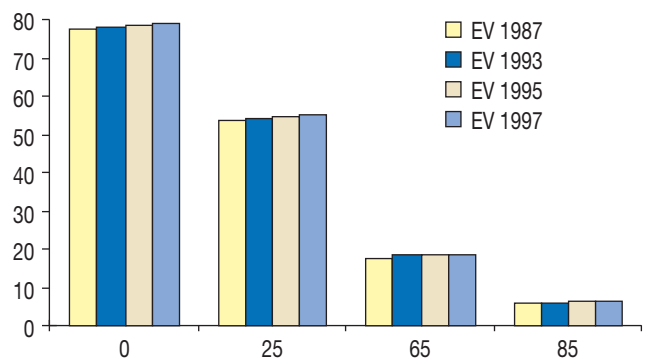
% de persones majors de 65 anys sense dependència des de 1982 fins al 1999 als Estats Units



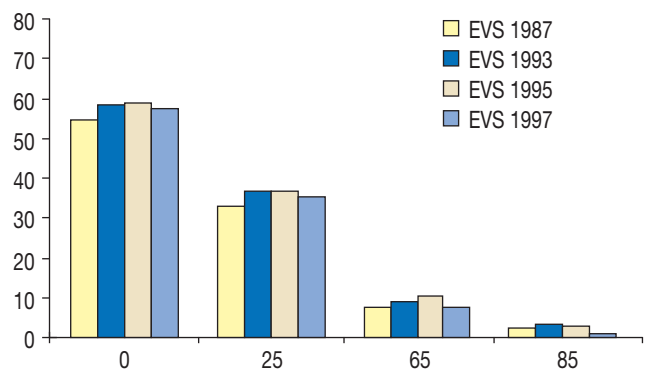
Font: *Changes in the prevalence of chronic disability in the United States black and nonblack population above age 65 from 1982 to 1999*. 2001.

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

Esperança de vida per edats



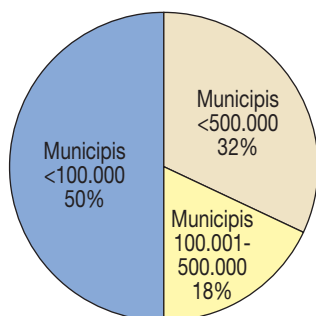
Esperança de vida en bona salut per edats



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

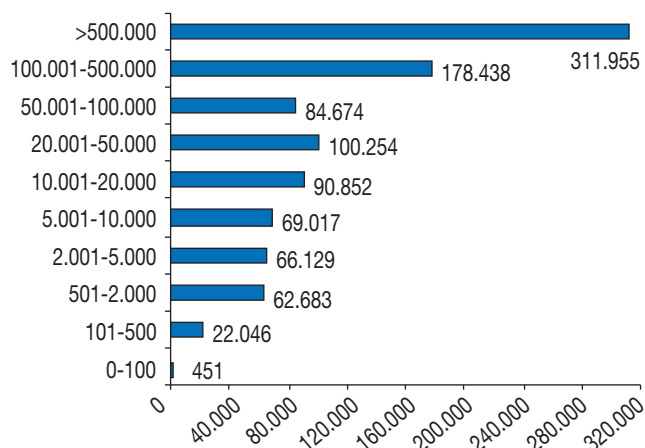
L'envelliment en l'àmbit rural és un dels reptes més importants

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



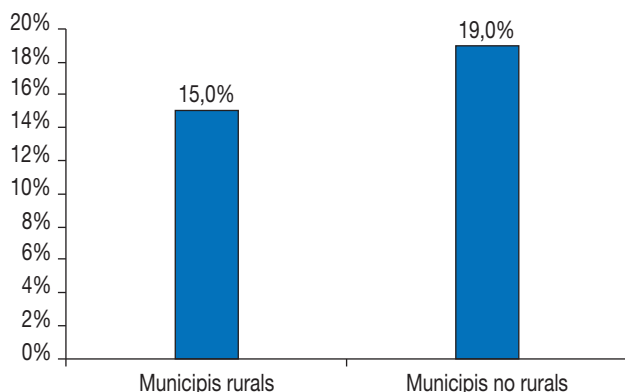
Font: Las personas mayores en España. Informe 2000. (2000): IMSERSO.

Nombre de persones grans segons la grandària del municipi a Catalunya



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

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



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

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

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

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

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

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

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

Propostes

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

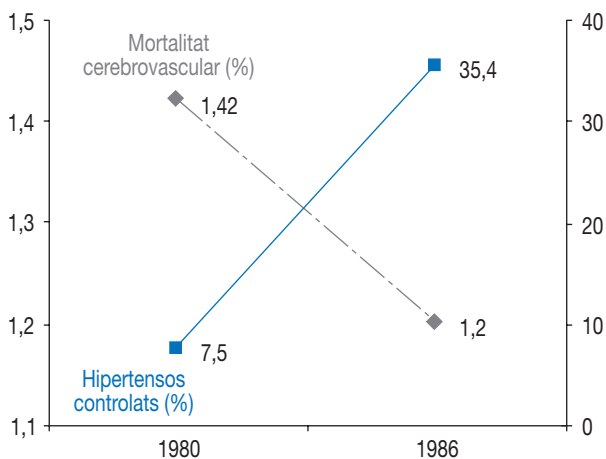
Existeixen una sèrie d'activitats preventives que s'han demostrat eficaces en la millora de la salut de les persones grans

«Considereu que:

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Tipus d'activitat física global

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

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

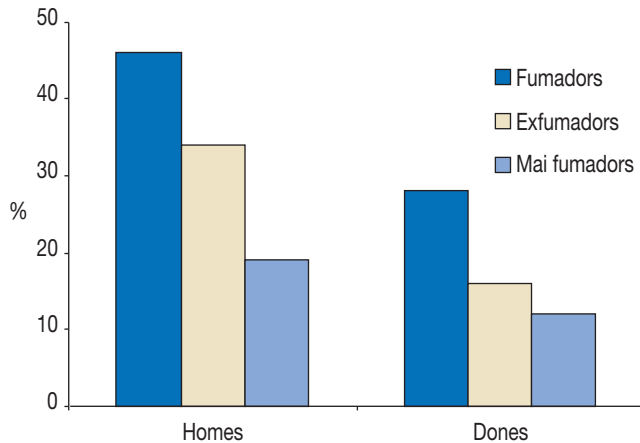
Beneficis de l'activitat física:

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

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

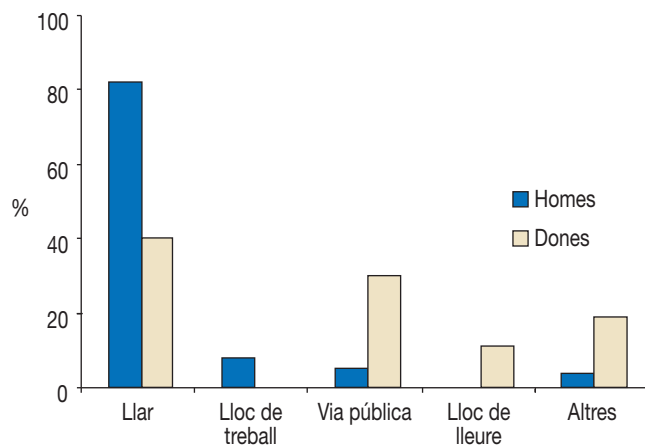
Convertir aquestes activitats en una pràctica regular requereix la col·laboració de diversos agents socials

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



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

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



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

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

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

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

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

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

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

Propostes

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

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

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

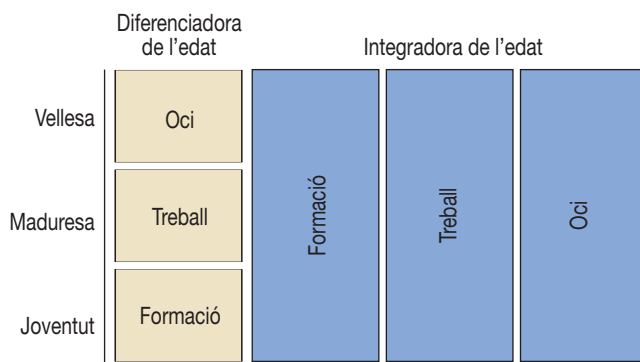
- Més de 14 milions de treballadors grans constitueixen una part vital de la població activa.
- Contractar treballadors grans és rendible.
- Tres de cada quatre americans grans (prop de 38 milions de persones productives) participen activament efectuant aportacions a la societat a través del treball,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

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

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

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

Estructures socials integradores i no integradores de l'edat



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

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

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

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

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

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

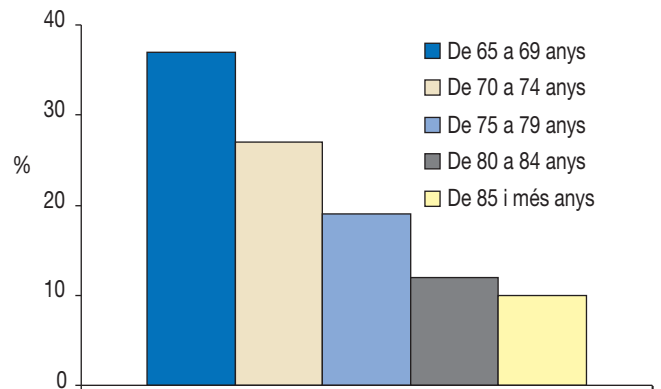
Però també aquí la rigidesa comença a revisar-se:

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

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

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

Persones grans que es consideren capaces de transmetre coneixements professionals



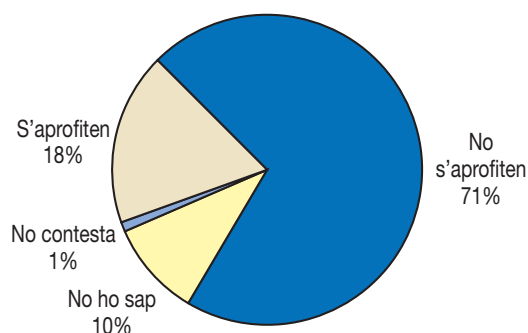
Font: Riley y Riley. *Hacia una sociedad integradora de la edad*. 1994.

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

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

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

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



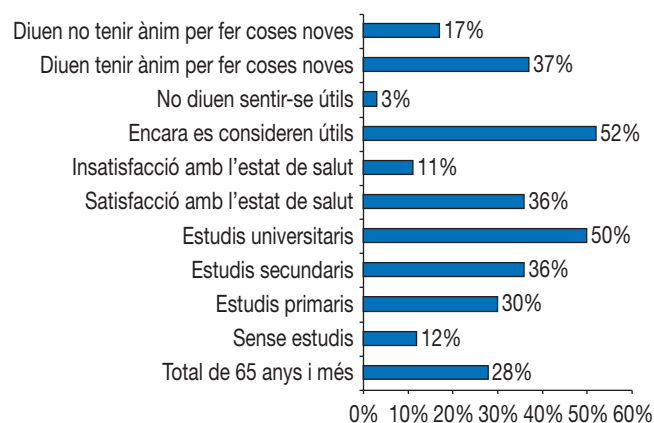
Font: Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Estudi sobre la gent gran*, juliol 2002.

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

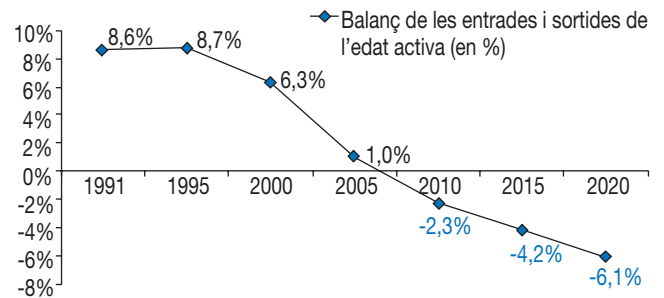
Actualment, a partir dels 60 anys, la taxa d'activitat laboral és baixa.

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

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

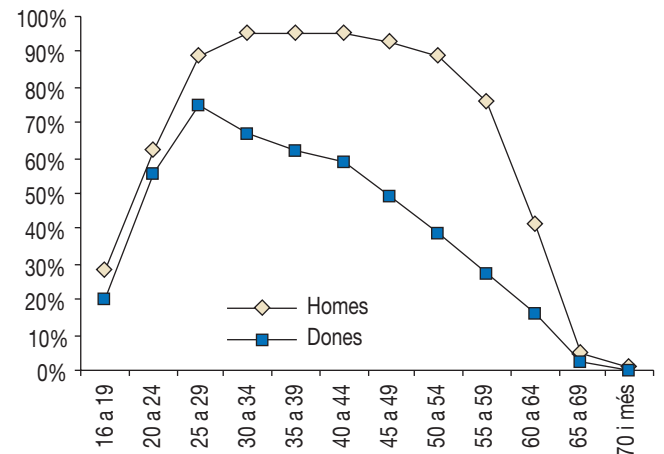
- L'opció d'estimular el manteniment de les persones en l'activitat laboral, a través de:

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



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

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



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

Aquestes tendències requereixen una adaptació dels mercats laborals

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Propostes

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

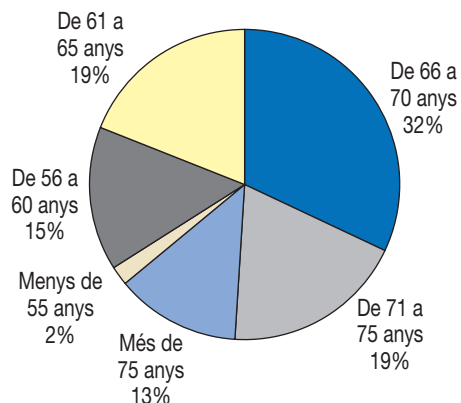
- La detecció dels focus d'interès de les persones i la seva utilització en els processos d'aprenentatge.
- Afavoriment d'un clima emocional positiu en els processos en què participin.
- Suport perquè les persones siguin capaces de desenvolupar processos d'aprenentatge actitudinals i d'interrelació grupal.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

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

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

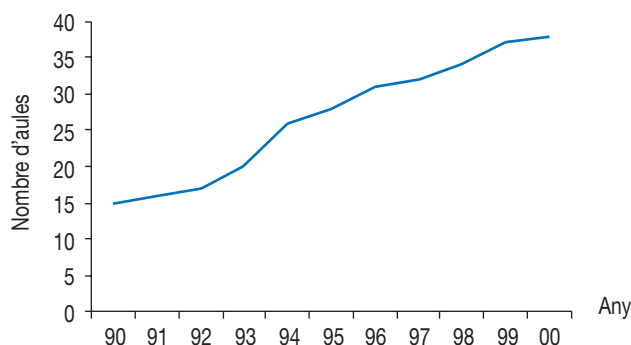
Cal destacar que existeix una creixent demanda de formació entre la gent gran

Distribució de l'edat dels alumnes d'AFOPA



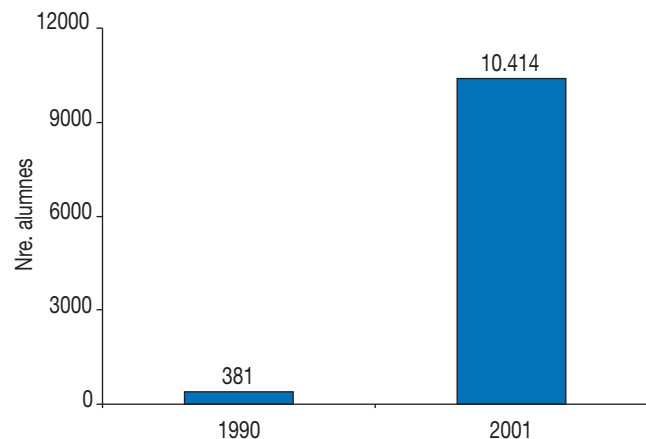
Font: AFOPA, 1999.

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



Font: AFOPA, 1999.

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



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

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

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

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

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

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

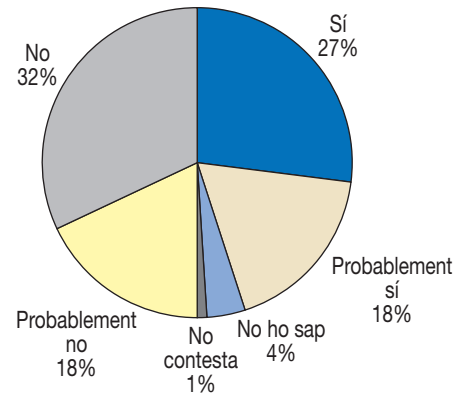
La formació permanent també té en la vida associativa un camp important de creixement des del vessant més informal

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

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

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

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



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

Propostes

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

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

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

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

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

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

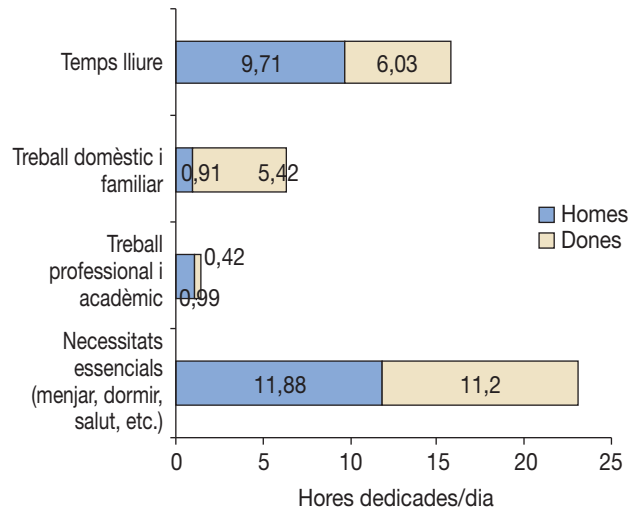
- *Interès per compartir les experiències, emocionalment viscudes, amb els altres.* Per la seva experiència, les persones grans són més madures des del punt de vista de la intel·ligència emocional i prefereixen les experiències a les presentacions teòriques.
- *Interès pels viatges.* L'excursionisme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

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



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

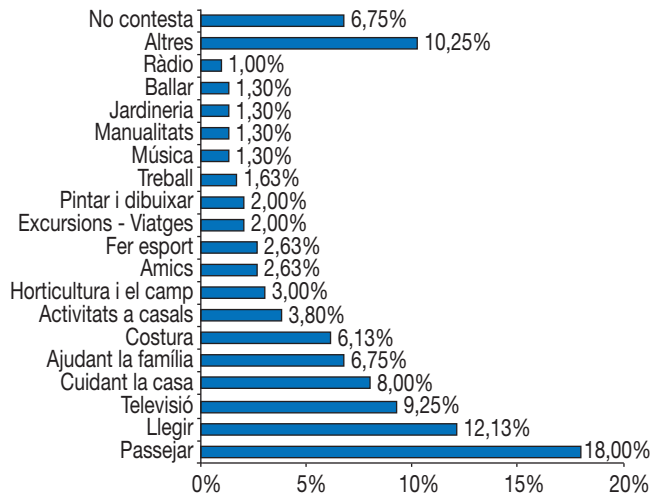
Temps mitjà diari dedicat per les persones grans a les diferents activitats per gènere (2000)



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

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

Principals maneres de distracció de la gent gran



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

Nova activitat iniciada després de la jubilació (1993)



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

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

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

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

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

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

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

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

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

Propostes

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

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

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

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

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

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

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

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

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

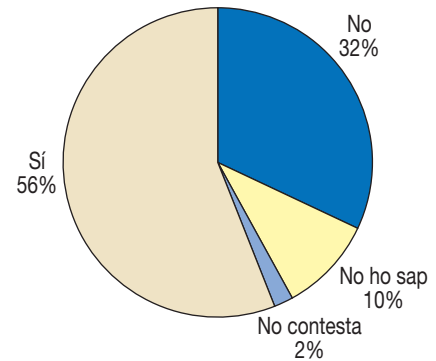
- En general, l'adherència de les dones a la feina ha estat menor que la dels homes i, a més, les dones que treballen, continuen encarregant-se de les tasques de la llar, assumint així una doble càrrega de treball. En el moment de la jubilació, els homes perden tota l'activitat laboral que duïen a terme,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

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

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

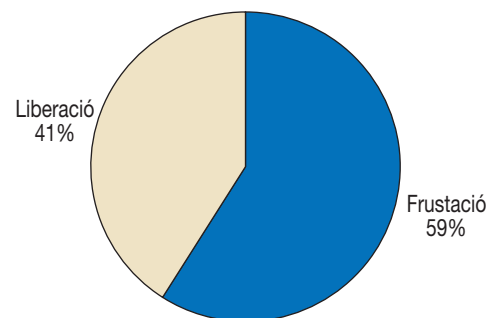
No obstant això, sembla sorprenent que, al contrari que en altres edats de transició, aquest canvi s'abordi, en la majoria de casos, sense una preparació adient.

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



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

Què ha representat la jubilació?



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

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

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

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

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

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

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

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

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

Aquest abordatge sistematitzat inclou generalment els aspectes següents:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Propostes

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

El concepte de civisme

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

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

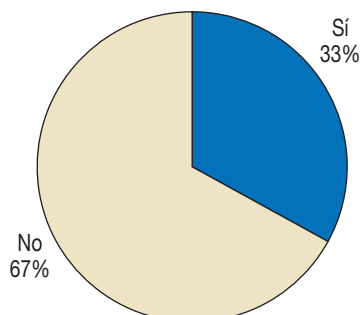
- a) La necessitat de conèixer i respectar unes mínimes normes i regles (de respecte, de tolerància, de comprensió, etc.) per fer fluides, positives i solidàries les relacions interpersonals.
- b) La necessitat de conèixer, respectar i estimar l'entorn urbà i mediambiental en el qual ens desenvolupem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

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

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

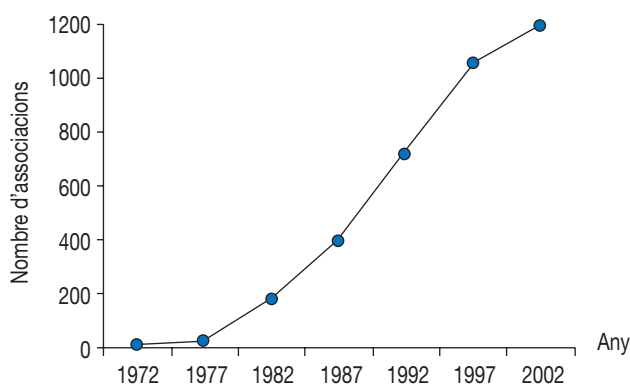
L'associacionisme de la gent gran constitueix una demostració del gran potencial de participació existent a la nostra societat

Persones grans que pertanyen a alguna associació



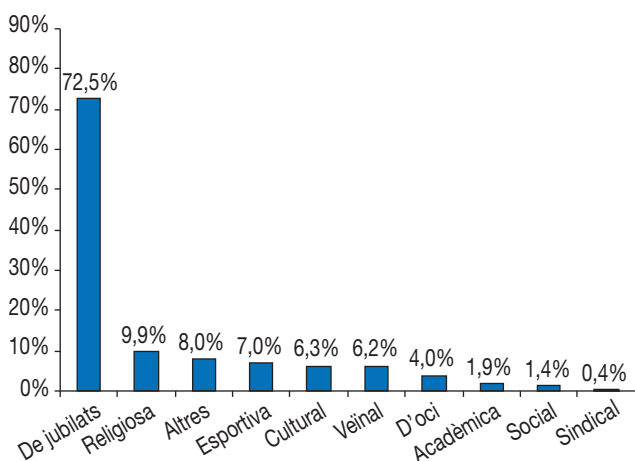
Font: CIS. *La soledad de las personas mayores*, estudi n° 2.279, febrer de 1998.

Evolució del nombre d'associacions de gent gran a Catalunya



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

Tipus d'associació a la qual pertanyen les persones grans



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

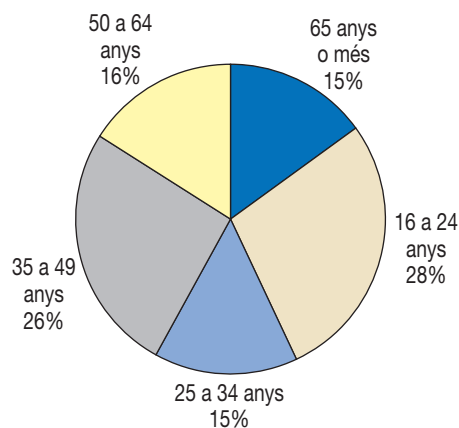
S'insisteix en el fet que la jubilació és una nova etapa en el projecte de vida de la persona. Hom es jubila de treballar, no pas de viure.

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

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

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

Distribució dels voluntaris a Catalunya en funció de l'edat



Font: INCAVOL, 2001.

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

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

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

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

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

Propostes

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

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

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

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

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

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

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

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

CAPÍTOL II

L'ENTORN DE LES PERSONES GRANS ACTIVES

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

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

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

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

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

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

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

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

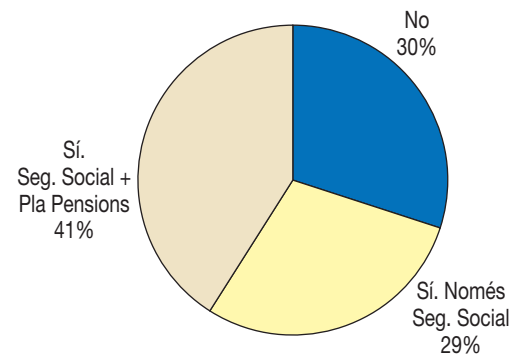
- En els últims 10 anys, el creixement mitjà de les pensions contributives per jubilació ha estat del 5,4% anual, passant de 334,02 euros mensuals (55.726 ptes) el 1991 a 563,77 euros (93.804 ptes) l'any 2001.

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

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

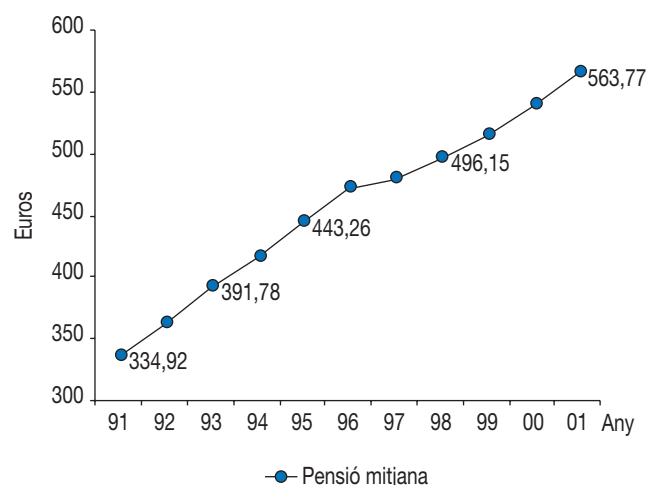
Font: Del Pozo, E. «Conozca qué pensión cobrará de la Seguridad Social». «Expansión». 19 gener 2002.

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



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

Evolució de la pensió mensual mitjana contributiva a Espanya



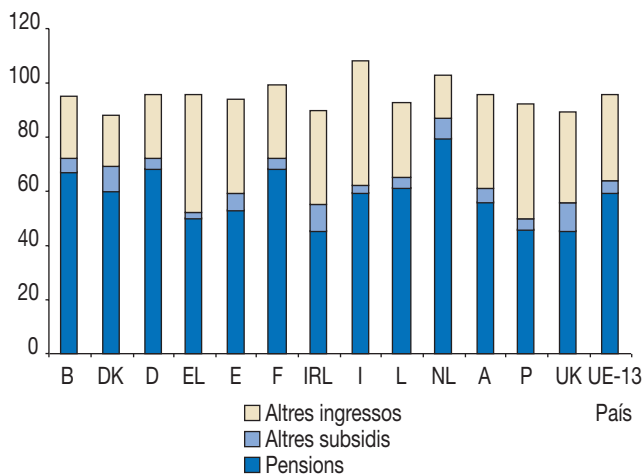
Font: Instituto Nacional de la Seguridad Social, Subdirección General de Estudios Económicos. *Evolución mensual de las pensiones del sistema de la Seguridad Social, avance mayo 2001.*

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

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

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

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



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

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

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

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

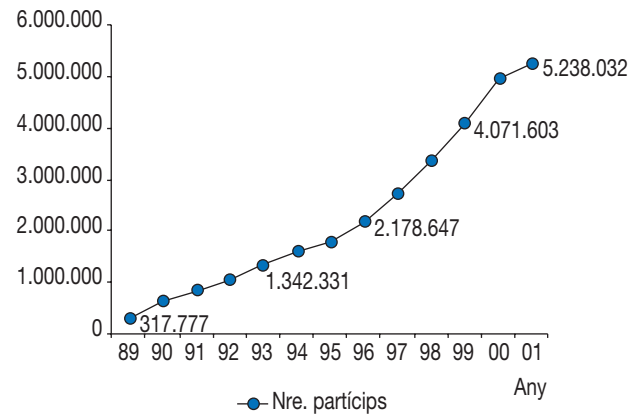
D'altra banda, una de les rendes que complementa i complementarà en major quantia les pensions contributives per jubilació, són les rendes dels plans de pensions privats, els quals incrementen el nombre de partícips de forma creixent any rere any.

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

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

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

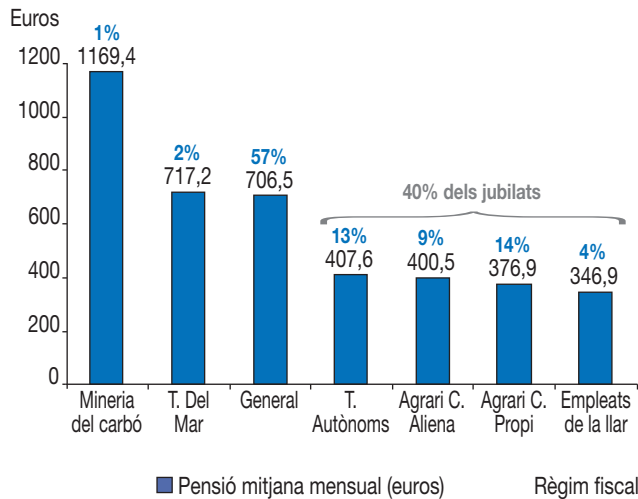
Evolució del nombre de partícips de fons de pensions a Espanya



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

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

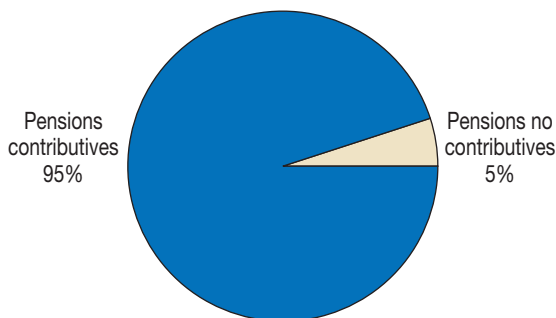
Pensió mensual mitjana de les pensions contributives segons el règim fiscal dels beneficiaris



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

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

Distribució del nombre de beneficiaris de pensions per jubilació



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

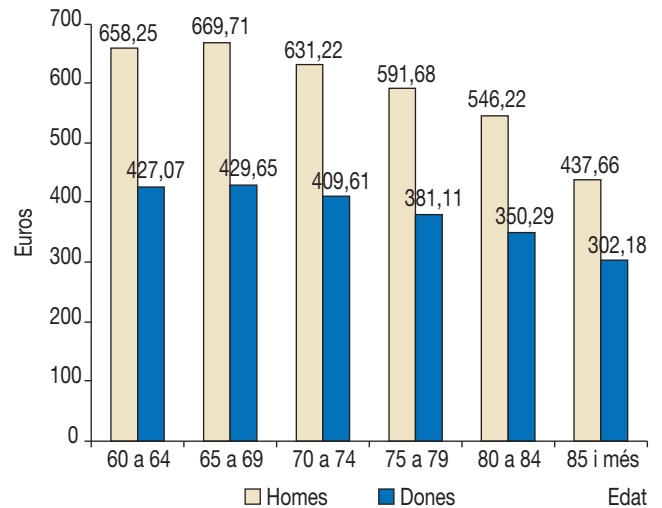
Per trams d'edat, cal destacar que la pensió mitjana de les persones en una edat més avançada és menor a la mitjana del sistema.

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

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

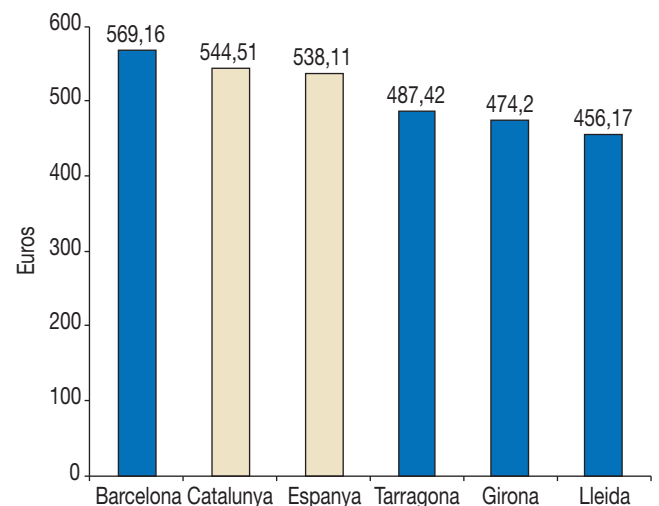
- La pensió mitjana de Catalunya és lleugerament superior a la mitjana d'Espanya.
- Barcelona és la província catalana que té la pensió mitjana més elevada; un 20% més gran que la de Lleida, que és la província amb una pensió mitjana més baixa.

Pensions de jubilació mitjanes segons edat i sexe



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

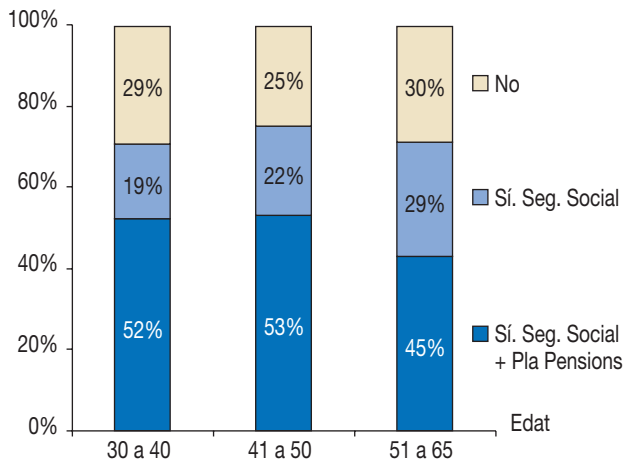
Pensions de jubilació mitjanes per província (dades 2000)



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

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

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



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

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

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

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

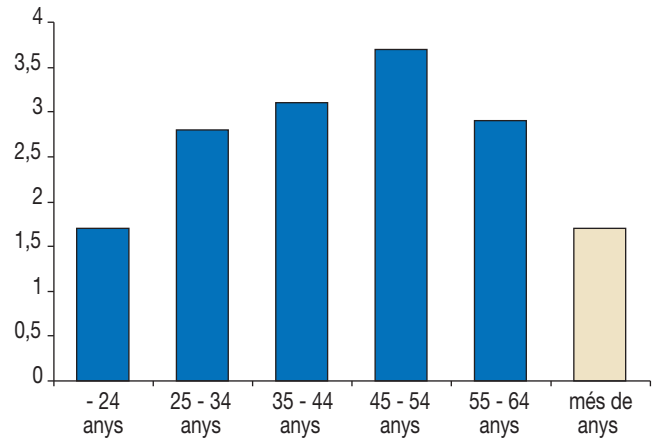
- La major confiança de mantenir el nivell de vida futur ve donat, en gran mesura, per la complementació de la pensió de la Seguretat Social amb un pla de pensions privat.
- De la mateixa manera s'observa que la població menys pròxima a l'edat de la jubilació (entre 30 i 50 anys) dóna una major importància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

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

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

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

Ingrés anual mitjà, segons l'edat del sustentador principal



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

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

Font: Associació Edad&Vida.

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

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

Font: Asociación Edad&Vida.

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

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

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

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

Propostes

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

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

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

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

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

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

5. Fomentar la creació de plans de pensions:

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

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

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

La Necessitat i les «Sis As»

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Propostes

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

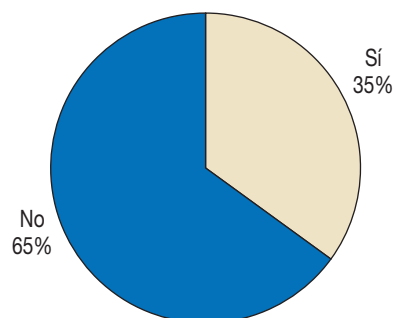
- Alguns dels nous jubilats, són persones que ja han tingut contacte amb les noves tecnologies durant els últims anys de la seva vida laboral.
- Cada dia l'entorn de treball es fa més amigable i fàcil de manejar perquè els entorns són més interactius i incorporen tecnologies multimèdia.
- Actualment,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

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

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

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

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



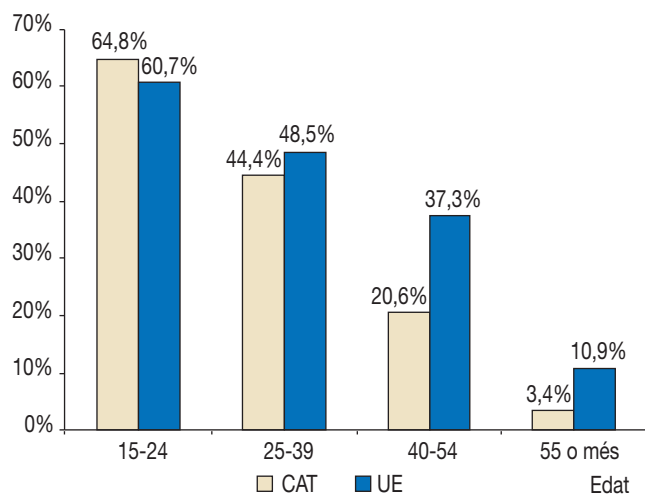
Font: Centre de Recerca Sociològica de l'Insitut d'Estudis Andorrans. *Estudi sobre els més grans de 60 anys i les noves tecnologies*. Abril de 2001.

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

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

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

Usuaris setmanals d'Internet segons l'edat



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

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

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

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

Propostes

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

SÍNTESI DE RECOMANACIONS

1

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

2

Promoure una vida saludable entre les persones grans

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

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

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

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

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

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

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

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

3

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

4

Generalitzar la preparació a la jubilació activa

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

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

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

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

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

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

5

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

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

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

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

6

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

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

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

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

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

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

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

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

7

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

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

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

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

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

Paral·lelament es proposen algunes accions més concretes:

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

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

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

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

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

8

Promoure una imatge positiva de la gent gran

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

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

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

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

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

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

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

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

9

Promoure un disseny per a tothom

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

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

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

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

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

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

Com a accions concretes a portar a terme, recomanem:

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

10

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

11

Fomentar la cultura de la solidaritat

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

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

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

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

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

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

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

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

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

12

Fomentar la cultura de l'oci actiu

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

Per tal d'afavorir l'oci actiu recomanem:

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

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

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

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

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

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

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

13

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

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

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

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

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

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

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

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

(Segueix de la pàgina anterior)

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

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

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

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

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

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

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

14

Promoure un pla d'implantació i seguiment de les recomanacions

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

- Aquesta recomanació té per objectiu garantir que s'implantin amb èxit el major nombre de recomanacions possibles.
- Com a primera mesura, proposem que:
 - Des del Departament de Benestar Social es faci una reflexió profunda sobre totes les institucions, els organismes, les empreses, els col·legis oficials, els col·lectius... a qui s'ha de difondre aquest llibre.
 - Es comencin a desenvolupar accions, relacionant cada «sector» amb les recomanacions que els afecten de forma directa.

109 SÍNTESIS DE RECOMENDACIONES

1

Promover un plan de adaptación de nuestra sociedad a la demografía actual, en la que la gente mayor representa un volumen de población muy importante

Recomendamos que, desde la Administración catalana, se promueva una reflexión por parte de las instituciones, las empresas, los organismos sociales y los ciudadanos, para que se adapten a una sociedad en la que las personas mayores constituyen un amplio sector.

- Esta reflexión también debe ser promovida desde los organismos de participación de la gente mayor.

Consideramos que las distintas organizaciones sociales (organismos públicos, empresas, organizaciones del «tercer sector») deben llevar a cabo una reorientación estratégica en dos vertientes:

- Externamente: definiendo en qué aspectos una población mayor influye en su actividad:
 - Perspectivas de futuro en el sector.
 - Necesidad de incorporar nuevos productos / servicios en su cartera.
 - Necesidad de cambios en el «formato» actual de su producto (accesibilidad, diseño...).
- Internamente: definiendo en qué aspectos los cambios demográficos requieren cambios en la política de recursos humanos.
 - Constatamos que las políticas de recursos humanos siguen estando pensadas mayoritariamente para una población laboral «joven». En la medida en que sea posible, las empresas y las instituciones deberían adecuar progresivamente los puestos de trabajo al aumento de edad de la plantilla, y pensar en facilitar la presencia de figuras «seniores».
 - La política de beneficios sociales necesita incorporar en mayor medida, en el conjunto de la negociación laboral, beneficios propios de la jubilación (por ejemplo planes de pensiones complementarios), que son ya muy frecuentes en otros países.

Para promover esos planes, además de formar parte de la negociación colectiva, hay que tener en cuenta varios elementos que pueden favorecer su proliferación, por ejemplo, que no suponga un gran impacto en el poder adquisitivo de sus beneficiarios, que la legislación ofrezca mayores ventajas a los planes colectivos o que una representación de los beneficiarios participe en el «control» de los planes de pensiones, entre otros.

Promover un plan de adaptación de nuestra sociedad a la demografía actual, en la que la gente mayor representa un volumen de población muy importante.

Este proceso lo está realizando o lo realizará sin duda de forma espontánea la propia dinámica social. Lo que recomendamos es que la Administración pública, las organizaciones patronales, los sindicatos y demás actores con capacidad lideren proactivamente este proceso, para que se lleve a cabo antes de que sea forzado por los problemas de inadaptación que ya se observan en muchos sectores.

- La sociedad evoluciona continuamente y a gran velocidad. Es preciso, por lo tanto, que las administraciones adopten las políticas y los instrumentos necesarios para dar respuestas adecuadas a esos cambios.
- Es preciso, asimismo, crear una mayor complicitad entre las distintas administraciones.

Algunos de los sectores donde hay que centrar esfuerzos de adaptación son los sectores del consumo y el ocio. Además del inevitable proceso de adaptación que han de realizar dichos sectores, recomendamos que las organizaciones de consumidores promuevan un consumo racional, mediante la elaboración de guías de orientación al consumo (y otros elementos de información) para las personas mayores.

Hay que garantizar que este proceso también se realice en el medio rural, donde las dificultades de adaptación pueden ser mayores por la dispersión de la población.

Para la realización de dicho plan de adaptación recomendamos que:

- La Administración catalana lleve a cabo un proyecto de análisis para conocer cuáles son los obstáculos reales que limitan la igualdad de oportunidades de las personas. Ello implica revisar e identificar todos aque-

llos elementos, empezando por leyes y normativas, que puedan contener aspectos discriminatorios por razones de edad, y establecer las medidas o regulaciones correspondientes.

- Los actuales «libros blancos» constituyen la base de una amplia consulta para las organizaciones con capacidad de liderazgo en estos ámbitos.
- Como elemento específico, recomendamos también que desde la Generalitat se elabore una «guía de reflexión». Dicha guía debe ser un documento de referencia para las empresas, las organizaciones y las propias instituciones públicas, ya que tiene que orientarlas sobre los elementos que han de tener en cuenta para adaptarse al nuevo entorno demográfico.

2

Promover una vida saludable entre las personas mayores

La salud es uno de los factores fundamentales para poder mantener una vida activa. Recomendamos, por lo tanto, que el control de los factores de riesgo, la prevención de las enfermedades y la promoción de la salud, entendida en sus dimensiones física, psíquica y social, se extiendan al máximo a todas las personas mayores.

- Constatamos como un gran éxito de nuestra sociedad que tras llegar a los 65 años hoy en día aún queden muchos años por vivir. Y que gozar de buena salud es uno de los requisitos principales para envejecer de forma satisfactoria.
- La evidencia científica ha demostrado que en estas edades aún son de gran eficacia una serie de actividades preventivas y de promoción de la salud.

Recomendamos que las personas mayores aprovechen la oportunidad de la llegada a la jubilación para efectuar, en colaboración con los profesionales sanitarios, un balance de su estado de salud, factores de riesgo y hábitos, y proyecten un plan de mejora de su salud.

Recomendamos, también, que se evalúe periódicamente el conjunto de actividades preventivas que lleva a cabo (de acuerdo con el Plan de Salud de Cataluña) la sanidad pública, en especial la red de atención primaria.

Recomendamos que la Administración siga realizando campañas de sensibilización en contra de los hábitos tóxicos y a favor de la promoción de una vida saludable.

Recomendamos al conjunto de instituciones que fomenten la práctica del ejercicio físico programado para las personas mayores:

- Mediante campañas de sensibilización y la edición de guías de orientación en la realización de ejercicio físico.
- Complementando el consejo con la facilitación. Por lo tanto, recomendamos que los polideportivos, tanto los de la Generalitat y de los ayuntamientos como los privados, ofrezcan actividades específicas destinadas a las personas mayores en los horarios más apropiados.

- Asimismo, la promoción de la actividad física y la vida saludable deberá potenciarse tanto desde las residencias públicas como desde las de entidades privadas.

Recomendamos que se evalúe la posibilidad de crear mecanismos que acrediten los servicios que pueden colaborar en la generación y el mantenimiento de hábitos saludables (como la alimentación y los establecimientos hosteleros), y que se adapten al fomento de la salud.

3

Mejorar la situación económica de las personas mayores, en especial, la de los grupos más desfavorecidos.

Recomendamos que la Administración catalana promueva, en la medida de sus posibilidades y competencias, todas las mejoras que sean factibles respecto a la situación económica de la gente mayor, porque, para hablar de una vida activa entre las personas mayores, es imprescindible que cuenten con seguridad económica.

Las competencias de la Administración autonómica en ese ámbito son mínimas. Pese a ello, recomendamos intervenir:

- Impulsando políticas que contribuyan a la sostenibilidad del sistema de pensiones.
- Trabajando para alcanzar el objetivo de situar las pensiones actualmente más insuficientes, al menos en el nivel del salario mínimo interprofesional, y promoviendo otras políticas que mejoren la situación económica de los pensionistas más desfavorecidos.
- Pidiendo desde la Generalitat de Cataluña el traspaso de mayores competencias para poder complementar las pensiones más desfavorecidas y mejorar así la renta de esas personas.

El estado de viudez no es por definición una situación de carencia y necesidad; no obstante, existe un número importante de viudas en una situación desfavorable. Pese a que hay otros grupos particularmente desfavorecidos, nos referimos a ese grupo en concreto porque hemos de considerar que las soluciones en este campo llegarán a corto plazo, dado que se trata de un problema del presente y es previsible un cambio en la situación futura (de hecho, ya se está produciendo actualmente) por la mayor presencia de la mujer en el mercado laboral. Algunas acciones importantes al respecto consistirían en:

- Hacer compatibles las pensiones de viudedad con el SOVI, para reconocer la contribución de dichas personas al mundo laboral, tal como se indica en los acuerdos del 4t Congrés de la Gent Gran.
- Al mismo tiempo, en el Congreso de los Diputados deberán discutirse varias fórmulas para mejorar la situación de dicho grupo. En este contexto planteamos varias opciones:

- Una opción sería incrementar las pensiones de viudedad a un porcentaje de la base reguladora de la pensión del cónyuge que sea como mínimo el 75%, en función de la existencia, o no, de otras rentas, y que se vaya incrementando gradualmente hasta alcanzar el 100%.
- Otra opción, más que incrementar el porcentaje, consistiría en complementar las pensiones de viudedad que sean más bajas hasta alcanzar el importe del salario mínimo interprofesional, siempre y cuando la pensión constituya la única o principal fuente de ingresos.

Recogemos también varias recomendaciones complementarias, definidas en el 4t Congreso de la Gent Gran:

Establecimiento de la cuantía de la pensión de acuerdo con la totalidad de los años y las bases reguladoras cotizadas. El importe mínimo quedaría definido con el SMI.

Mantenimiento y dotación anual del Fondo de Garantía de las Jubilaciones de acuerdo con los superávits de la Seguridad Social, e inclusión de los posibles superávits de los Presupuestos Generales del Estado. Dotar este Fondo de normas legales que impidan, si viene al caso, que en los momentos de déficit presupuestario se pueda disponer de ellos ni que puedan servir para avalar o garantizar otros compromisos del Estado.

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

También hay que promover, desde la Administración, un sistema que compense con mayores ayudas a las personas con más problemas de dependencia y a la familia, para que puedan afrontar los mayores gastos económicos a los que están sujetas. Otra forma de llevarlo a la práctica sería disminuyendo la presión fiscal sobre los grupos con dependencia y que a la vez cuentan con unas rentas más bajas.

Recomendamos también que se establezcan medidas de reducción de gastos para las personas que cuentan con unos ingresos insuficientes, minimizando, por ejemplo, los costes fijos de disposición de los servicios de gas, electricidad, agua, teléfono...

Recomendamos como medidas complementarias, en relación con el ahorro:

- Que los agentes sociales aborden, en el marco de las negociaciones laborales, la creación de beneficios sociales vinculados al ahorro, con fin de aminorar, en la medida de lo posible, la pérdida de poder adquisitivo que suele acompañar la jubilación.
- En la misma línea, recomendamos a las administraciones que propicien, mediante incentivos fiscales y otras políticas de fomento, el ahorro y la inversión para la jubilación.
- Las entidades financieras pueden crear productos específicos para la gente mayor, y recomendamos que sean innovadoras a este respecto, diseñando productos que protejan los ahorros de este grupo y ofreciendo una información clara y transparente.

Consideramos que la sociedad catalana debe abordar el problema relacionado con la ausencia de protección económica de las amas de casa. Conscientes de que se trata de un problema muy complejo y polifacético, proponemos que, como mínimo, se abra un debate sobre las formas de garantizar una jubilación digna para esas personas.

4

Generalizar la preparación a la jubilación activa

Recomendamos que las actividades de formación para la preparación a la jubilación se generalicen en nuestra sociedad, para que la gran mayoría de los ciudadanos puedan contar con un punto de orientación en esa transición vital tan importante. Entendemos que el término «preparación a la jubilación activa» incluye, en sentido amplio, la preparación para un envejecimiento activo y satisfactorio, tanto de los profesionales que se jubilan como de su entorno familiar más próximo.

Con frecuencia, la jubilación marca más en la vida de muchas personas que la propia edad. Para afrontar la jubilación de un modo positivo, es fundamental que uno mismo vaya descubriendo a lo largo de toda la vida cuáles son sus inquietudes e intereses fuera del ámbito laboral y llene su tiempo de ocio con actividades que le motiven y le mantengan ocupado. Dichas actividades son las que le ayudarán a mantenerse activo y ser una persona activa después de la jubilación. Sin embargo, desgraciadamente, mucha gente no está acostumbrada a cultivar el tiempo de ocio y, por lo tanto, fomentar esta preparación es un buen recordatorio para desarrollar un envejecimiento activo.

Las administraciones públicas y los agentes sociales deben realizar un esfuerzo para que dichas actividades, que hasta ahora tenían un carácter más bien excepcional, se extiendan al conjunto de la población a lo largo de la vida laboral y, en particular, en los años previos a la jubilación. De ahí que sea imprescindible que desde la Administración se establezcan las medidas reguladoras necesarias para que se generalice esta preparación dentro y desde las propias empresas. Esta preparación se puede concretar con seminarios, programas de simulación, psicodramas, etc.

La preparación a la jubilación debería constituir uno de los aspectos que se han de tener en cuenta en la negociación laboral, como parte de los beneficios sociales que se han de incorporar en la vida laboral. No obstante, la presencia mayoritaria de pequeñas y medianas empresas (sin un mínimo de masa crítica para organizar ellas solas dichas actividades) requiere una implicación activa de las administraciones locales.

La Administración catalana puede contribuir a esa labor a través de:

- La implantación activa de la preparación a la jubilación de los trabajadores de las administraciones.
- Facilitar la difusión, entre las organizaciones que pueden encargarse de hacer los cursos, del «Plan de preparación para la jubilación activa» del Departament de Benestar Social, que ya ha sido muy experimentado y valorado.
- El «Plan de preparación para la jubilación activa» debería poderse ofrecer en las aulas y los centros de adultos como aplicación del principio de «formación a lo largo de toda la vida».

5

Profundizar en las medidas de una jubilación gradual y flexible y evitar la discriminación en el trabajo por razones de edad

Recomendamos profundizar en la ruptura de barreras para garantizar la compatibilidad entre la pensión de jubilación y la realización de trabajo a tiempo parcial. Por ese motivo proponemos crear mecanismos de seguimiento de las medidas establecidas por la nueva ley (Real Decreto-ley 16/2001, de 27 de diciembre, de medidas para el establecimiento de un sistema de jubilación gradual y flexible), con el fin de conocer sus implicaciones en la práctica y adoptar las medidas correctoras apropiadas.

El actual sistema de jubilación debería tender, manteniendo el derecho a la jubilación voluntaria, a un sistema de jubilación basado en la capacidad y no en la edad.

Al mismo tiempo, desde la Administración deben establecerse las medidas reguladoras adecuadas para evitar en el trabajo la discriminación por razones de edad, dando igualdad de oportunidades a todas las personas en cuestiones de contratación, formación, promoción, etc.

6

Fomentar la formación para las personas mayores como una manera de seguir realizándose y adaptarse a los cambios sociales a lo largo de la vida, así como aprovechar sus valores y conocimientos para dar formación

Recomendamos que la formación sea un instrumento privilegiado para mantener la actividad de la gente mayor después de la jubilación. Ello incluye tanto la transmisión de conocimientos y valores adquiridos por las personas mayores a las más jóvenes como la formación de carácter general o específico destinada a las personas mayores.

El concepto «aprender a lo largo de la vida» exige que se redefinan los marcos, las estrategias y los métodos para que las personas mayores puedan seguir aprendiendo.

- Es importante, por lo tanto, que la Administración y las propias instituciones docentes realicen un esfuerzo para dar a conocer entre las personas mayores los programas de formación ya existentes (AFOPA, Formación de Adultos de la Generalitat, programa UAB, etc.).
- Por otra parte, hay que fomentar la utilización de los equipamientos actuales (universidad, colegios...), abriéndolos a la incorporación de actividades parciales para personas mayores.
- Al mismo tiempo, recomendamos que se amplíe la oferta de las distintas instituciones docentes, adaptando las actividades al ritmo de aprendizaje y a los conocimientos previos de las personas. Se trata de ofrecer una enseñanza en la que las personas adultas puedan sentirse cómodas, independientemente de su edad. Ello implica ser innovadores en los medios didácticos, las metodologías, los horarios, etc.
- Las universidades deben proporcionar una oferta innovadora para las personas mayores que incluya por ejemplo:
 - Acercar la universidad a las personas mayores en aquellos núcleos que se encuentran ubicados fuera de las grandes ciudades y, por lo tanto, alejados de las universidades, a través de programas específicos móviles, en los que la persona que se desplaza es el profesor y no el alumno.

– Abrir una oferta específica con la finalidad de que las personas mayores puedan participar en la formación universitaria, estableciendo unos mecanismos de acceso que lo faciliten.

● Recomendamos también aprovechar los canales tradicionales de formación por correspondencia y sobre todo las nuevas tecnologías para la formación.

Desde la Administración y las propias universidades se debería crear un sistema de becas que les permitiera, a las personas mayores con pocos recursos económicos y ganas de aprender, seguir aquellos estudios que desean. Por lo demás, hay que promover la incorporación de personas mayores en la formación de otras personas, a través de la creación de programas liderados por gente mayor que sean incorporados a las escuelas, las universidades, las asociaciones, etc.

● Como ejemplo de iniciativas a este respecto llevadas a cabo desde asociaciones, podemos mencionar las experiencias de CONEX o SECOT.

7

Incorporar las personas mayores a las nuevas tecnologías, como una forma de promocionar la igualdad de oportunidades

Recomendamos que se realice un esfuerzo especial por incorporar las personas mayores a las nuevas tecnologías. Esta iniciativa trata de establecer los medios necesarios para que las personas mayores estén en pie de igualdad con las generaciones jóvenes, completamente incorporadas ya a las nuevas tecnologías.

Las nuevas tecnologías son en sí mismas una herramienta y, por lo tanto, no deben convertirse en una finalidad. Lo más importante es, pues, despertar el interés de las personas a través del diseño de actividades que tengan dicha finalidad.

A este respecto, recomendamos un esfuerzo proactivo desde la Administración, las organizaciones de gente mayor, las obras sociales de las entidades financieras, etc., con el fin de desplegar un esfuerzo sostenido en el tiempo. Por lo tanto, se recomienda en primera instancia:

- Efectuar un estudio que ayude a identificar y definir cuáles son realmente los elementos y las actividades de ese entorno que despierta o pueden generar un mayor interés entre las personas mayores.
- Promover cursos de formación especialmente adaptados a una generación que ha estado alejada de esas tecnologías.

Paralelamente se proponen varias acciones más concretas:

- Animamos a obras sociales y demás instituciones a facilitar equipamiento informático a centros y residencias.
- Las empresas de software deberían facilitar licencias de programas de un modo gratuito a las organizaciones o asociaciones sin ánimo de lucro.
- Favorecer las posibilidades de adquirir equipos a precios asequibles para las personas mayores con pocos recursos (como, por ejemplo, estaciones de trabajo específicas para el acceso telemático).
- Las compañías de telefonía deberían establecer ofertas especiales, por ejemplo, en los precios de las tarifas planas y banda ancha, para las personas con menos recursos, entre ellas las personas mayores que se hallan en esta situación.

- La Administración y las asociaciones de gente mayor deberían promocionar la creación de experiencias que promuevan la participación interactiva de las personas mayores, mediante, por ejemplo, la creación de comunidades virtuales.

- Las asociaciones de consumidores deberían orientar a los usuarios en este terreno, mediante la elaboración de informaciones claras y estructuradas que minimicen la confusión y la desinformación que existe en buena parte de la población.

Recomendamos promocionar la investigación y el desarrollo de productos que faciliten la utilización de los sistemas para las personas que tienen algún tipo de incapacidad (amplificadores de imagen, reproductores de relieve, conversores táctiles...).

Hay que propiciar también, desde la Administración y las empresas, el conocimiento y el acceso a las nuevas tecnologías que contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas mayores (teleasistencia, telemedicina...) y ayuden a mantener su autonomía e independencia, sobre todo de las personas que viven solas.

8

Promocionar una imagen positiva de la gente mayor

Recomendamos que, desde el Departament de Benestar Social, se ponga en marcha una política activa para eliminar los estereotipos negativos que afectan a las personas mayores en nuestra sociedad. El incremento de la esperanza de vida sin incapacidad ha convertido en obsoletos muchos conceptos relacionados con las personas mayores, pero siguen en pie una serie de estereotipos vinculados con la edad que hay que combatir, tanto en el conjunto de la sociedad como entre las propias personas mayores.

Consideramos que el esfuerzo debe centrarse en generar una política de comunicación permanente que facilite la difusión de las capacidades y del gran número de actividades y contribuciones que se realizan, en especial las acciones ciudadanas solidarias llevadas a cabo por iniciativas individuales o colectivas.

- Las organizaciones de gente mayor incorporan con normalidad programas de defensa del medio ambiente, de nuevas tecnologías, de cooperación internacional, etc. Habría que reconocer el esfuerzo de las organizaciones por adecuarse a esas nuevas realidades. Son esfuerzos renovadores y pueden ayudar a superar viejos tópicos.

Por otra parte, sería recomendable que, desde la Generalitat, se investigue con periodicidad la situación real de la presencia y las características de esos estereotipos en nuestra sociedad.

- Sería muy conveniente que desde alguna institución se llevara a cabo una monitorización del abordaje que de las personas mayores se hace desde los medios de comunicación. Por lo tanto, desde la Administración deben promoverse estudios que analicen, por ejemplo, los anuncios publicitarios para corregir que publicidad que haga un uso inadecuado de la imagen de la gente mayor.

- A este respecto, se pueden establecer mecanismos de reconocimiento para los publicistas que transmitan una imagen positiva de la gente mayor.

También sería positivo promocionar, desde el Departamento de Bienestar Social, seminarios a los medios de comunicación, periodistas y publicistas para ayudar a que dichos agentes cambien los estereotipos y difundan una imagen positiva, plural y objetiva de la gente mayor.

- Los profesionales de los medios tienen que ser conscientes de que todos somos potencialmente personas mayores y de que este grupo, además de ser heterogéneo, vive una vida tan plena como los grupos que forman cualquier otro tramo de edad.

9

Promocionar un diseño para todos

Recomendamos que la sociedad catalana incorpore de un modo sistemático los principios del «diseño para todos» en el urbanismo, la edificación, los medios de transporte y la producción industrial, con el fin de conseguir un país accesible para todos. Dichos principios no deben limitarse a los aspectos relacionados con el diseño arquitectónico, sino que hay que ampliarlos a toda clase de servicios y productos (libros, aparatos electrónicos, señalizaciones...). Así pues, es preciso, por un lado, construir y producir sin barreras y, por otro, incorporar las ayudas técnicas necesarias que propicien el uso de espacios y productos.

Por lo tanto, recomendamos que las universidades incorporen en los programas de formación de profesionales (arquitectos, ingenieros, etc.) la realidad de la situación demográfica y los principios del diseño para todos, porque no es coherente que una sociedad en la que las personas mayores ocupan una franja muy significativa forme a sus profesionales olvidando esta circunstancia.

Las viviendas que se diseñan actualmente tienen una vida útil de varias décadas; por lo tanto, recomendamos que todos los profesionales que diseñan viviendas hoy en día tengan en cuenta, de forma preferente, todos los elementos relacionados con la accesibilidad; de no ser así, el problema de la falta de accesibilidad subsistirá durante muchos años.

El esfuerzo, realizado por nuestro país en las últimas décadas, en el ámbito del desarrollo de normativa de accesibilidad y seguridad debe tener continuidad. Recomendamos que se estimule tanto el esfuerzo normativo como el seguimiento de su cumplimiento.

- La revisión de la normativa debería incluir requerimientos específicos para garantizar la «convertibilidad» del interior de las viviendas en espacios accesibles cuando se presente la necesidad.

En cuanto a las tecnologías que favorecen la movilidad y la accesibilidad a la vivienda, deben ser asequibles y fiables. Además, es necesaria una buena difusión de los adelantos, ya que a menudo se da un gran desconocimiento de esos elementos entre la población, sobre todo entre la que vive sola o en zonas más rurales.

Como acciones concretas que llevar a cabo, recomendamos:

- Facilitar ayudas económicas desde la Administración para posibilitar el acceso a las viviendas que no tengan ascensor, ya que una de las principales causas de soledad y de carencia de una vida activa es precisamente la dificultad de salir de casa.
 - Promocionar, desde las distintas asociaciones de voluntariado, grupos de voluntarios que ayuden a salir de casa a las personas que están en viviendas con mala accesibilidad.
- Diseñar programas para facilitar que las personas que están solas en viviendas deficientes, y con frecuencia muy grandes, y que no cuentan con grandes recursos económicos, puedan compartir pisos más idóneos a sus características.
- Establecer programas de revisión de las viviendas de las personas con un mayor riesgo (personas mayores que viven solas, personas con deterioro cognitivo...), con el fin de garantizar las condiciones mínimas de accesibilidad y de seguridad.
- Estudiar, sistematizar y difundir las causas de accidentes y los elementos de riesgo que afecten a la seguridad de las personas mayores, relacionados con las características de los espacios físicos y sus elementos para promocionar un entorno físico seguro.
- Poner al alcance de los profesionales las recomendaciones técnicas del diseño para todos, asumiendo desde las administraciones públicas un rol facilitador.
- Considerar, por parte de la Administración y las empresas, la incorporación de los sistemas de etiquetado de productos adaptados al «diseño para todos».
- Incentivar, desde la Administración, a las industrias para que investiguen y fabriquen productos accesibles para todos.
 - Un ejemplo podría ser la creación de un premio anual en el que se reconozcan los «productos que tienen un diseño adecuado para todos».
- Difundir más ampliamente los servicios que se ofrecen desde el «Centro para la autonomía personal SÍRIUS», el CRID y demás instituciones.
- Promocionar una campaña para sensibilizar al conjunto de la sociedad de la prioridad en la utilización de asientos en los transportes públicos o en otros ámbitos, y establecer los mecanismos necesarios para garantizar el cumplimiento de las normativas existentes.

10

Participar cívica y activamente en una sociedad *para todas las edades*

Recomendamos fomentar la participación activa de la gente mayor en nuestra sociedad, para que aporten su importante contribución a la construcción «de un país para todas las edades».

- Recomendamos, por lo tanto, que se hagan campañas dinámicas que muestren que todos, al margen de la edad, tienen cosas que aportar y que hacer en el mundo del asociacionismo y el voluntariado. Hay que evitar que las personas dejen de llevar a cabo iniciativas por falta de confianza en sus posibilidades de participación.

- Recomendamos que las personas mayores procuren que su actividad social no responda sólo a intereses específicos de la gente mayor y que interactúe con las demás organizaciones de la sociedad. Esa idea debe incorporar los principios de «intergeneracionalidad» y «corresponsabilidad» tal como fueron elaborados en el 3r Congreso Nacional de la Gent Gran. Hay que fomentar, a este respecto, la participación transversal, de modo que las personas mayores encabezen proyectos con un interés social, ético, económico, ambiental... y que permitan la interrelación de personas de distintas edades con un mismo interés común.

- Recomendamos que se promueva el rico tejido de asociacionismo existente en Cataluña para incrementar las posibilidades de las personas mayores de asociarse, tanto en organizaciones específicas de gente mayor como en otro tipo de asociaciones.

- Las actuales asociaciones y equipamientos de gente mayor deberían revisar su situación para aprovechar todas las oportunidades de «abrir» sus puertas a actividades intergeneracionales, mediante la creación, por ejemplo, de vínculos entre asociaciones de personas mayores y de otros sectores.

- Las administraciones deben respaldar y establecer los puentes de comunicación necesarios para poner en marcha iniciativas que propicien la cooperación entre asociaciones y evitar que se cierren en sí mismas. Por ello deben fomentarse los encuentros entre asociaciones y la realización de proyectos conjuntos.

- La Administración debería promocionar una investigación que ayudara a identificar cómo son, cómo funcionan, como se configuran las dinámicas participativas en las asociaciones, especialmente en proyectos intergeneracionales y acciones solidarias.
- Promocionar el voluntariado es, sin lugar a dudas, una de las mejores formas de colaboración entre generaciones.

Debe mantenerse y reforzarse el apoyo al voluntariado, tanto de las personas mayores en cuanto voluntarias de la sociedad como de los más jóvenes en cuanto voluntarios para ayudar a la gente mayor necesitada.

Dado el rico tejido asociativo existente, consideramos que debe realizarse un esfuerzo por sistematizar y facilitar la información sobre las actividades y las organizaciones existentes.

● Recomendamos a la Administración catalana que, conjuntamente con las asociaciones, defina una política de información de actividades y experiencias. Por ello recomendamos que se cree un «observatorio» de las iniciativas que se realizan desde el mundo asociativo y del voluntariado, que revise las experiencias internacionales con el objetivo de difundir las más interesantes e innovadoras a otros grupos, así la gente que tiene ganas y capacidad de ponerlas en práctica las pueda «replicar» y extenderlas a otros territorios o formar parte de las ya existentes. Y, al mismo tiempo, hay que fomentar la creación de redes de asociaciones. A este respecto, recomendamos que la plataforma tecnológica del Institut Català de Voluntariat, que promueve la red asociativa y de voluntariado de Cataluña y facilita el trabajo en red de las entidades, sirva también como elemento específico para la difusión y conocimiento de las buenas prácticas.

Hay que desarrollar instrumentos y caminos que propicien el envejecimiento activo y la participación de todas las personas mayores, pensando no únicamente en las que disfrutan de un buen estado de salud física y mental, sino además en las que están en una situación de fragilidad o dependencia.

También recomendamos incrementar la participación de la gente mayor, a través de los órganos correspondientes, en el diseño de los servicios de titularidad pública o privada, lo que ayudará a conocer cuáles son las necesidades reales, las respuestas más adecuadas, etc., en el diseño de todo tipo de programas.

- Muchas necesidades o soluciones establecidas servirán, al mismo tiempo, a otros colectivos de la sociedad. Un ejemplo podría ser el de la participación de la gente mayor en el diseño de programas de atención domiciliaria.

Participar activamente en estas actividades implica, por parte de los participantes, disponer de tiempo, tener una actitud y unas habilidades determinadas. No obstante, las administraciones deben poner al alcance de las personas los mecanismos de apoyo para llevar los programas a la práctica, por ejemplo, mediante la organización de talleres que faciliten la operativa de la participación.

La incorporación de la mujer en la participación social es un fenómeno creciente; no obstante, dicha participación no se refleja en la misma proporción en los grupos directivos de las entidades y asociaciones. Así pues, hay que animar a las asociaciones a transformar esa situación.

Creemos, asimismo, que la participación de la gente mayor debe tener lugar en el entorno familiar, donde las personas mayores vuelven a desempeñar un papel activo, sobre todo en la atención a los nietos, tras la incorporación de la mujer en el mundo laboral. También debe potenciarse la participación en el entorno de proximidad, para colaborar en la mejora de elementos de su «microentorno» en el ámbito de barrio o de vecindario, por ejemplo.

Finalmente, conviene tener en cuenta que la creación de instituciones demasiado específicas para la gente, que en teoría son para ayudarla, puede tener un efecto perverso que genere exclusión. Así pues, hay que concienciar y reforzar las instituciones existentes sobre las necesidades y especificidades de esa población en vez de crear instituciones nuevas que pueden generar un distanciamiento entre generaciones.

- Tal como se manifiesta en el 4º Congreso de la Gente Gran, «el que entre la gente mayor existan denominadores comunes no justifica la aplicación de actuaciones específicas, salvo en casos de clara necesidad».

11

Fomentar la cultura de la solidaridad

Recomendamos que desde la Administración catalana y sus órganos pertinentes, como el Institut Català del Voluntariat, se fomente la cultura de la solidaridad canalizada a través del voluntariado. El grupo de población formado por las personas mayores posee un gran potencial de crecimiento en cuanto a número de voluntarios, y ésta es, a la vez, una elección que hace hincapié en la vida activa. Recomendamos, pues, que se potencien las campañas destinadas a difundir las distintas tareas que se llevan a cabo desde el voluntariado.

Las entidades y asociaciones de voluntariado, por su parte, tienen que cambiar el enfoque de «pedir voluntarios» por el de «invitar a las personas» a participar en proyectos concretos que entusiasmen, por ello recomendamos que éstas definan el perfil de los lugares de acción voluntaria, para dar una respuesta adecuada a las «necesidades» de todos los interesados (voluntarios, entidades, beneficiarios y sociedad).

Los cursos de preparación a la jubilación deben incorporar la presentación de «el asociacionismo y el mundo del voluntariado», con el objetivo de difundir esa opción como alternativa para llevar una vida activa.

Actualmente se dan cursos de formación de voluntarios, creemos que dicha tarea es muy necesaria y que vale la pena promoverla lo más posible e incorporarla como práctica habitual en las entidades, estableciendo incluso planes de formación anuales para los voluntarios.

Sería interesante que desde las empresas, y con un marco de responsabilidad social, se favoreciera una línea de promoción del «voluntariado de empresa» (*corporate volunteering*), a través del cual el trabajador fuera destinando gradualmente una parte mayor de su jornada a colaborar con una organización sin ánimo de lucro. Ese tipo de participación debe responder a intereses tanto de la empresa como del propio trabajador y facilitar una jubilación gradual y flexible.

La carta del voluntariado de Cataluña establece, como derecho del voluntario, «estar cubierto de los riesgos derivados de la actividad que lleva a cabo como volun-

tario». No obstante, se observa que las personas mayores tienen dificultades para ser aseguradas por las empresas aseguradoras. Recomendamos, por lo tanto, que dichas compañías faciliten seguros para este grupo y que la Administración establezca las regulaciones correspondientes para encontrar y garantizar una solución a esa situación.

Finalmente, conviene sensibilizar a la población en general ante los grandes problemas éticos, sociales y económicos del mundo (fenómenos como por ejemplo la globalización, la pobreza, la inmigración o el medio ambiente, entre muchos más), tanto en los países desarrollados como en los países en vías de desarrollo. Se trata de problemas que también conciernen a la gente mayor, y para solucionarlos este grupo puede realizar tareas a través del mundo asociativo y del voluntariado.

- Es preciso que la preocupación por esos temas esté presente en todas las asociaciones, independientemente de cuál sea su ámbito de actuación u objetivo principal.

12

Fomentar la cultura del ocio activo

Es evidente que la preparación al ocio activo empieza mucho antes de llegar a mayor. Las personas deben aprender a «hacer cosas» y a llenar el tiempo libre antes de llegar a la jubilación, aprovechando el tiempo que proporciona la jornada laboral actual. Cuanto más arraigado es el hábito de hacer ciertas actividades y más grande es el «dominio» adquirido, más fácil será desarrollar las aficiones después de la jubilación.

Para fomentar el ocio activo recomendamos:

- Sistematizar la realización de un balance personal de competencias, aficiones, deseos y posibles actividades para realizar después de la jubilación.
- Potenciar las actuales políticas de apoyo general al ocio activo alrededor del asociacionismo, tanto de la gente mayor como en general de toda la sociedad.
- Sistematizar los servicios de información y orientación para hacer accesible la amplia oferta de actividades existente entre la gente mayor.
- Favorecer la intergeneracionalidad en la utilización compartida de los recursos de ocio disponibles.

En las actividades de ocio destinadas a todo el público en general, recomendamos que se tengan en cuenta los aspectos de ergonomía y diseño, para hacerlos accesibles a la gente mayor.

Las nuevas generaciones de gente mayor poseen un nivel cultural y unas costumbres diferentes de las generaciones más viejas y, en consecuencia, los requerimientos de ocio están cambiando. Recomendamos, pues, que las residencias, las empresas, las instituciones o cualquier organización vinculada con actividades de ocio, revisen periódicamente sus programas y adapten su oferta a las nuevas necesidades.

Recomendamos que las actividades que se impulsen desde la Administración y las residencias potencien la combinación de los aspectos puramente lúdicos con los culturales y el fomento de la participación social. Las actividades deberían estar orientadas a otros elementos «enriquecedores», que vayan más allá del «entretenimiento».

- Como referencia más conocida, podemos citar la organización de viajes relacionados con el «turismo cultural», el «turismo gastronómico», etc.

El «turismo virtual» o los «viajes virtuales» pueden constituir una forma alternativa de ocio, en particular para las personas que tengan dificultades para desplazarse, o formar parte de la preparación de viajes.

- Ejemplo: «Viaje virtual» por la web de varios museos que albergan obras de un autor, etc.

13

Promocionar el ejercicio de los derechos y los deberes de las personas mayores

Queremos recoger, en este punto, varios fragmentos de las conclusiones del 4t Congrés Nacional de la Gent Gran, que se ha celebrado durante el mes de mayo de este año y que ha coincidido con la realización de este trabajo, pues refuerza en gran medida muchas de las ideas que se recogen a lo largo de este libro.

CONCLUSIONES DE LA PONENCIA A. UN PAÍS PARA TODOS. LA APORTACIÓN DE LA GENTE MAYOR EN LA PERSPECTIVA DEL NUEVO MILENIO.

LA APORTACIÓN DE LA GENTE MAYOR EN LA PERSPECTIVA DEL NUEVO MILENIO, hay que considerarla en todos los ámbitos. Podemos aportar nuestra opinión y trabajar conjuntamente con y para la sociedad, con voluntad de compartir, sin aislarnos entre la gente con edades o formas de pensar afines. Envejecer es una experiencia que ha de vivirse en positivo, desde la madurez y desde el reconocimiento de un trabajo realizado y de un nuevo trabajo a realizar para poder valorar nuestra trayectoria como una vida plena. Por ello, con esa voluntad participativa, avanzaremos para cambiar la imagen que en la actualidad aún tiene la sociedad de la gente mayor, más centrada en mostrar que somos personas receptoras de recursos y servicios que en las posibilidades que tenemos de seguir aportando. Como conjunto de personas, *tenemos el derecho de ser receptores, pero también el deber de seguir aportando.*

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

CONCLUSIONES DE LA PONENCIA B: LA CALIDAD DE VIDA EN EL MARCO DE LA SOCIEDAD DEL BIENESTAR. LA CALIDAD DE VIDA DE LA GENTE MAYOR. LA ATENCIÓN A LA GENTE MAYOR.

Tras haber trabajado la ponencia «La calidad de vida en el marco de la sociedad del bienestar. La calidad de vida de la gente mayor. La atención a la gente mayor», QUEREMOS DESTACAR el artículo 25 de la Declaración universal de derechos humanos, porque entendemos que recoge toda la esencia de este concepto. Por ello insistimos a transcribirlo como primer punto de estos acuerdos:

(Segueix de la pàgina anterior)

«Toda persona tiene derecho a un nivel de vida que asegure su salud, su bienestar y el de su familia, especialmente en cuanto a alimentación, a vestido, a vivienda, a atención médica y a los servicios sociales necesarios; toda persona tiene derecho a la seguridad en caso de paro, enfermedad, invalidez, viudedad, vejez o en otros casos de pérdida de los medios de subsistencia a causa de circunstancias ajenas a su voluntad»

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

CONCLUSIONES DE LA PONENCIA C: CIVISMO Y PARTICIPACIÓN. EL PAPEL ACTIVO DE LAS PERSONAS MAYORES EN LA SOCIEDAD.

ENTENDEMOS EL CIVISMO como un conjunto de valores y actitudes, como los derechos y los deberes de las personas en relación con la sociedad. Esas cualidades no vienen dadas por imposición administrativa, sino que se concretan en maneras de hacer de las personas de todas las edades. Participar es el resultado de poner en práctica el civismo en la vida cotidiana y en nuestra relación con los demás, conlleva actuar y comprometerse. La participación se basa en los derechos y los deberes de las personas. En una sociedad para todas las edades, las personas mayores, en cuanto personas, hemos de tener los mismos derechos y deberes que todo el mundo. Las personas mayores somos ciudadanos y ciudadanas de pleno derecho.

CONSIDERAMOS COMO DERECHOS DE LAS PERSONAS, entre otros, el derecho a la no discriminación por razones de edad, discapacidad, raza, creencia..., el derecho a ser consultados y escuchados y, por lo tanto, el derecho a decidir; el derecho a la información y a la formación permanente; en conclusión, el derecho a ser reconocidos desde los valores y desde los referentes propios. CONSIDERAMOS COMO DEBERES DE LAS PERSONAS, entre otros, hacer un uso responsable de los derechos desde la corresponsabilidad; el deber de respetar la diversidad; el deber de participar activamente en la sociedad desde actitudes cívicas basadas en el diálogo, la comprensión, la tolerancia mutua y la coherencia, así como el deber de transmitir conocimientos y experiencia en los distintos ámbitos de participación.

PARA FOMENTAR EL CIVISMO Y LA PARTICIPACIÓN EN LA CATALUÑA DE HOY, las personas mayores tenemos que desempeñar un papel activo en la sociedad. Sólo desde la corresponsabilidad podremos alcanzar una participación implicada en un civismo construido entre todas las edades. Nuestra parti-

(Segueix de la pàgina anterior)

cipación activa e implicada debe fomentar actitudes y comportamientos cívicos centrados más en el SER, desde el civismo, que en el TENER. SER es importante, pero para poder SER hay que TENER lo que es mínimo para vivir con calidad y dignidad.

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

14

Promocionar un plan de implantación y seguimiento de las recomendaciones

A lo largo de este libro se recoge una serie de propuestas y recomendaciones, algunas son más globales y otras más concretas; no obstante, todas ellas necesitan operativizarse para ser llevadas a la práctica. Recomendamos, pues, que se cree un equipo dentro del Departament de Benestar Social que se encargue de planificar, priorizar, implantar o facilitar, y hacer un seguimiento de las acciones necesarias para llevar a la práctica las recomendaciones. Habrá que tener en cuenta las consideraciones y aportaciones que haga el Consell de la Gent Gran de Catalunya.

- Esta recomendación tiene por objetivo garantizar que se aplique con éxito el mayor número posible de recomendaciones.
- Como primera medida, proponemos que:
 - Desde el Departament de Benestar Social se lleve a cabo una reflexión profunda sobre todas las instituciones, los organismos, las empresas, los colegios oficiales, los colectivos... a los que se tiene que difundir este libro.
 - Se empiecen a realizar acciones, relacionando cada «sector» con las recomendaciones que los afecten de forma directa.

SUMMARY OF RECOMMENDATIONS

1

Promoting a plan to adjust our society to current demographics, in which senior citizens represent a very important part of the population

We advise the Catalan Administration to encourage reflection by institutions, companies, social organisations and citizens in order for them to adapt to a society where senior citizens represent a wide segment of the population.

- This reflection also needs to be promoted by organisations in which senior citizens take part.

We feel that the different social organisations (public entities, companies, senior organisations) should re-orient themselves strategically in two directions:

- Externally, by determining the aspects in which the senior population has an influence on their activity:
 - Future plans in the sector.
 - Need to introduce new products/services into their portfolio.
 - Need to change their product's current «format» (accessibility, design...).
- Internally, by determining in which aspects demographic changes require changes in their human resource policy.
 - We can see for ourselves that human resource policies continue to be mostly designed for a «young» working population. Where possible, companies and institutions should progressively adjust job positions in line with the increase in age of their staff, and think about introducing «senior» profiles.
 - In the context of collective bargaining, social benefit policies need to incorporate more benefits associated with retirement (such as supplementary pension plans), which are already commonplace in other countries.

- In order to further these plans, concomitant with the collective bargaining process, some elements should be considered to help proliferate these plans. To name a few: They should not have a great impact on the purchasing power of beneficiaries; legislation should offer greater advantages to collective plans; or a beneficiary representative should participate in the «control» of pension plans, among others.

This process is certainly being implemented or will be implemented spontaneously through the social dynamic itself. What we suggest is that the public administration, employer organisations, labour unions and other empowered players should lead this process proactively, so that it can be carried out before it needs to be forced in due to the adjustment problems that are already noticeable in many sectors.

- Society evolves continuously and rapidly. Therefore, administrations need to adopt the required policies and instruments with which to provide appropriate answers to these changes.
- It is also necessary to create a greater complicity among the different administrations.

Some of the sectors that require adjustment efforts are those of consumption and leisure. In addition to the inevitable adjustment process these sectors need to implement, we advise consumer organisations to promote rational consumption, by creating consumer guides (and other informative elements) targeted to senior citizens.

This process also needs to be implemented in rural environments, where adjustment difficulties may be greater due to population dispersion.

The following are our recommendations for the implementation of this adjustment plan:

- The Catalan administration should conduct an analysis of what are the real obstacles that restrict people's equality of opportunities. This implies verifying and identifying all those elements –starting with laws and regulations– that may contain discriminatory aspects because of age, and establishing appropriate measures or regulations.

- The existing «white books» constitute an extensive source for research available to organisations that are able to lead in these areas.
- As a specific element, we recommend that the Generalitat [Catalan Government] produce a «guide for reflection.» This guide should be a reference document for companies, organisations and public institutions themselves; as such it should orient them on the elements to consider when adjusting to a new demographic environment.

2

Promoting a healthy lifestyle among senior citizens

Health is a fundamental factor in order to keep an active life. We therefore recommend facilitating the control of risk factors, disease prevention, and health promotion, understood in its physical, mental and social dimensions, to senior citizens to the highest extent.

- We notice that a major success in our society now is that when people reach 65 years of age, they still have plenty of years to live. Further to this point, living in good health is a major requirement for growing older in a satisfactory way.
- Scientific evidence has shown that, at these ages, a series of preventive activities and health promotion are extremely useful.

We encourage senior citizens to take advantage of the opportunity that comes with retirement to do, in collaboration with health professionals, a balance sheet of their health status, risk and habit factors, and devise a scheme to improve their health.

We also advocate for the periodic evaluation of preventive activities provided by the public health system—under the Catalonia Health Plan—especially by the primary healthcare network.

We recommend that the administration continue to conduct campaigns to build awareness against unsafe habits and for the promotion of a healthy life.

We advise the different institutions to facilitate the practice of physical exercise especially designed for senior citizens:

- By way of campaigns to build awareness and by publishing orientation guides on how to do physical exercise.
- Supplementing the advice with action. Therefore, we recommend that sports complexes, both the Generalitat's and municipal ones, as well as private ones, offer activities with the most suitable schedules specifically targeted towards senior citizens.
- Likewise, promotion of physical activity and a healthy lifestyle should be encouraged in public community centres and private facilities.

We propose evaluating the possibility of creating mechanisms to accredit those services that may contribute to the generation and keeping of healthy habits (such as food and hospitality establishments), and which conform to the promotion of health.

3

Improving the economic status of senior citizens, especially of the most disadvantaged groups

We recommend that the Catalan administration promote, to the extent of its possibilities and powers, all feasible improvements with regard to the economic status of senior citizens. For seniors to have an active life, it is indispensable that they have economic certainty.

The powers of the autonomous administration in this area are minimal. Nonetheless, we recommend getting involved with:

- Promoting policies that contribute to the sustainability of the pension system.
- Working to meet the goal of setting those pensions that are currently insufficient to, at least, the equivalent of minimum wage, and promoting other policies that upgrade the economic status of the most disadvantaged pensioners.
- The Generalitat of Catalonia should request the transfer of more powers in order to supplement the lowest pensions, thereby improving these people's income.

Widowhood is not by definition a situation of lack or necessity. However, there are a great number of widows who live in an unfavourable situation. Although there are other disadvantaged groups, we refer to this group in particular because we must take into account that the solutions in this area need to arrive within the short term, as this is a problem of the present, and a change in the future situation is foreseeable (in fact it is happening now) due to the greater presence of women in the workforce. Some important action in this direction would be as follows:

- Making widows' pensions and SOVI [mandatory insurance for old age and disability] compatible, to recognise the contribution of these people to the workforce, as agreed during the Fourth Conference on Senior Citizens.
- Simultaneously, the Spanish Congress should debate various formulae to improve the situation for this group. In this context, we propose some options:

- One option would be increasing the widowhood pension up to a percentage of the regulatory base for the spouse's pension equal to or greater than 75%, depending on the existence or not of other sources of income, and gradually increasing it until it reaches 100%.
- Another option would consist in, rather than increasing the percentage, supplementing the lowest widowhood pensions until they reach an amount equal to minimum wage, provided that the pension is the only or main source of income.

We are also including some additional recommendations, as defined in the Fourth Conference on Senior Citizens:

Setting the amount of the pension according to the total number of years worked and to regulatory base contributions. The minimum amount would be equal to the minimum wage.

Yearly maintenance and funding of the Fons de Garantia de les Jubilacions [Retirement Security Fund] based on surpluses from Social Security, and inclusion of possible surpluses from the Spanish General Budget. Provide this Fund with legal rules preventing, in time of budget deficit, the use of these funds, or using these funds to guarantee or secure other commitments by the State.

Source: Text approved by the Conference's Plenary Session. Fourth National Conference on Senior Citizens. Generalitat de Catalunya. Department of Welfare. Barcelona 2002.

The Administration should promote a system that provides higher aid to those people with the most problems of dependence and their families, so that they can face the higher economic expenses to which they are subject. A way to implement this would be decreasing the fiscal pressure on groups of people that are dependent and have the lowest income simultaneously.

We also recommend that measures be established to cut the expenses for those people that do not have enough income. By minimising, for instance, the set costs of utilities (gas, electricity, water, phone...)

With regard to savings, we recommend the following supplementary measures:

- In the context of labour negotiations, social agents should deal with the creation of social benefits linked to savings, in order to minimise, as much as possible, the loss of purchasing power that tends to come with retirement.
- Along the same lines, we encourage administrations to favour, through tax incentives and other promotion policies, savings and investments for retirement.
- Financial institutions may develop specific products for senior citizens. In this sense, we encourage them to be innovative by designing products that protect the savings of this group of people and by offering clear and transparent information.

We believe that Catalan society needs to tackle the issue of the absence of economic protection for housewives. While we are aware that it is a very complex and multifaceted issue, we propose that, at least, a debate is held about the ways of guaranteeing a dignified retirement for these people.

4

Encouraging preparation for active retirement

We recommend that education programmes for the preparation of retirement be facilitated in our society, so that a great majority of citizens may receive orientation about this highly important vital transition. We understand that the term «preparation for active retirement» includes, in a broad sense, preparation for active and satisfactory aging, both for retiring professionals and their closest relatives.

Oftentimes retirement has a greater impact on people's lives than age itself. To face retirement in a positive way, it is fundamental for a person to discover on his own throughout his entire life what his concerns and interests are outside the work environment, and to fill his leisure time doing activities that motivate and keep him occupied. These are the activities that will help him keep active and remain an active person after retiring. Unfortunately, though, many people are not quite used to cultivating their leisure time. Therefore, encouraging this preparation is a good reminder to developing active aging.

Public administrations and social agents need to make an effort so that these activities, which have been rather exceptional until recently, are spread to the whole population during their work life and, particularly, in the years previous to retirement. To achieve this, the Administration needs to establish the necessary regulatory measures for this preparation to be spread throughout the companies and by the companies themselves. This preparation may be fulfilled with seminars, simulation programmes, psychodramas, etc.

Preparation for retirement should be an aspect to consider in labour negotiations, as part of the social benefits to incorporate into work life. Nevertheless, the majority presence of small and middle-sized companies (lacking a minimum of critical mass to organise these activities on their own), requires an active involvement by local administrations.

The Catalan administration may contribute to this task by way of the following:

- The active introduction of preparation for retirement to Administration employees.
- Publicizing the Department of Welfare's «Preparation plan for active retirement» among organisations that may undertake offering the courses. This plan has a lot of experience and has been well received.
- The «Preparation plan for active retirement» should be available in classrooms and adult centres as an application of the principle of «life-long on-going education».

5

Focusing on measures for a gradual and flexible retirement and preventing workplace discrimination because of age

We recommend looking further into breaking barriers in order to guarantee the compatibility between a retirement pension and the execution of part-time work. For this reason, we propose establishing mechanisms to follow up on the measures set forth under the new law (Executive Order 16/2001, dated December 27, on measures for establishing a gradual and flexible system), in order to discern its practical implications and to establish appropriate corrective measures.

The current retirement system, while maintaining the right to retire voluntarily, should tend towards a system based on capacity, not age.

In parallel, the Administration should establish adequate regulatory measures in order to avoid age-related discrimination in the workplace, giving equal opportunities to all people in terms of hiring, educating, promoting, etc.

6

Promoting education for senior citizens as a way for them to continue achieving and adapting to social changes throughout life, as well as taking advantage of their values and knowledge to provide education

We encourage education as a privileged instrument for maintaining activity for senior citizens after they retire. This includes both the transmission of acquired knowledge and values from old people to younger ones, and general or specific education targeted to senior citizens.

The concept «learning throughout life» requires that contexts, strategies and methods be redefined so that senior citizens can continue to learn.

- It is, therefore, important that the Administration and the education institutions themselves make an effort to let senior citizens know about the existing education programmes (AFOPA, Generalitat's Adult Education, UAB programme, etc.).
- On the other hand, the usage of existing facilities should be encouraged (universities, schools...), by having them incorporate partial activities for senior citizens.
- In parallel, we recommend that the programmes provided by several teaching institutions be expanded, and activities adapted to their learning pace and previous knowledge. The idea is to offer an education whereby adults may feel comfortable regardless of their age. This involves being innovative in the means of teaching, methodologies, timetables, etc.
- Universities should provide an innovative programme for senior citizens that takes into account, for example:
 - Bringing the university closer to senior citizens in those localities that are outside big cities and, therefore, far from universities, by way of specific mobile programmes, in which the commuter is the professor, not the student.
 - Provide a specific programme for senior citizens to take part in university education, establishing some mechanisms of access making this possible.
- We also recommend taking advantage of traditional channels such as distance learning and, especially, new technologies to provide distance education programmes, given that the higher the proficiency in new technologies the higher the accessibility to education.

The Administration and the universities should create a grant system allowing senior citizens with limited economic resources but an interest in learning the possibility to complete those studies they wish to follow.

On the other hand, the recruitment of senior citizens to teach other people should be promoted, by way of creating programmes led by senior citizens that can be introduced into schools, universities, associations, etc.

- Examples of initiatives of this type carried out by associations include CONEX or SECOT.

7

Introducing old people to new technologies as a way to promote equality of opportunities

We recommend that a special effort be made to introduce senior citizens to new technologies. This initiative intends to establish the necessary means for senior citizens to achieve the same degree of equality as young generations, fully introduced to new technologies.

New technologies are per se a tool; therefore, they shouldn't become an aim. So, it is most important to elicit people's interest by designing activities that have this purpose.

In this sense, we recommend that a proactive effort be made by the Administration, senior organisations, financial institution benefit societies, etc., in order to attain an on-going effort in time. Therefore, we propose first and foremost:

- Conducting a study that will help identify and define which are truly the elements and the activities in this context that generate or may generate a greater interest among senior citizens.
- Promoting education courses especially adapted for a generation that has been removed from these technologies.

Simultaneously, more concrete actions are proposed:

- We encourage benefit societies and other institutions to provide computer equipment to facilities and senior centres.
- Software companies should provide program licenses at no cost to non-profit organisations or associations.
- It should be easier for senior citizens with limited resources to purchase workstations at affordable prices (such as specific workstations for telecommunication access).
- Telephone companies should establish special offers, such as flat rates and broadband rates, for those people with the most limited resources; among them, senior citizens.

- The Administration and senior associations should promote the creation of experiences that facilitate the interactive participation by senior citizens, by, for instance, creating virtual communities.

- Consumer associations should orient users in this area by producing clear and structured information that minimises confusion and misleading information existing among an important part of the population.

We recommend promoting the research and the development of products that make the usage of systems easier for people that have some kind of disability (image amplifiers, relief reproducers, tactile converters...).

The Administration and private companies should also encourage knowledge of and access to new technologies, which contribute to a better quality of life for senior citizens (distance assistance, telemedicine...) and help maintain their autonomy and independence, especially for those people that live alone.

8

Promoting a positive image of senior citizens

We recommend that the Department of Welfare put into place an active policy that eliminates the negative stereotypes affecting senior citizens in our society. The increase in life expectancy with no disability has made obsolete many of the concepts related to senior citizens, but a series of age stereotypes remain and they should be fought against, both in society as a whole and among senior citizens themselves.

We believe that efforts should focus on generating a policy of ongoing communication actively publicizing their capacities and the great number of activities and contributions that are being done, especially civic actions carried out by individual or collective initiatives.

- Senior organisations as a matter of course introduce programmes that promote the natural environment, new technologies, international cooperation, etc. The effort done by these organisations to adjust to these new realities should be acknowledged as these organisations set standards and help overcome old topics.

On the other hand, it would be advisable for the Generalitat to periodically investigate the current status of the presence and characteristics of these stereotypes in our society.

- It would be rather helpful if some institution monitored the coverage of senior citizens in the mass media. Therefore, the Administration should promote research that analyses, for instance, advertisements and commercials in order to correct advertising that makes an inappropriate usage of senior citizens.

- In this sense, acknowledgment rewards may be established for advertising professionals that transmit a positive image of senior citizens.

It would also be positive if the Department of Welfare promoted seminars in the mass media—journalists and advertising professionals—to make it easier for these agents to change stereotypes and publicize a positive, plural and objective image of senior citizens.

Summary of recommendations

- Media professionals must be aware that we all are potentially old, and this group of people, besides being heterogeneous, have lives as full as those of groups of any other age.

9

Promoting a design suited for everybody

We advise Catalan society to systematically introduce the principles of «design for everybody» in urban planning, buildings, means of transportation and industrial production, in order to attain a country accessible for everyone. These principles should not be limited to aspects relating to architecture design; they should rather be extended to all kinds of services and products (books, electrical appliances, signs...). In this sense it is necessary, on the one hand, to build and produce with no barriers and, on the other hand, to introduce the required technical assistance that makes the usage of spaces and products easier.

Therefore, we recommend that universities should incorporate into their education programmes for professionals (architects, engineers, etc.) the reality of the demographic situation and the principles of design for everybody, as it is not coherent that a society where senior citizens represent a very significant portion trains its professionals neglecting this circumstance.

Residential buildings are currently designed to have a useful life of several decades long. Therefore, we advise that all professionals designing housing now should consider, preferably, all elements related to accessibility; otherwise, the problem of non-accessibility will persist for many years.

The effort made by our country in the last decades in terms of the development of accessibility and safety rules, should have continuity. We recommend the stimulation of more rule-making efforts and the monitoring of its enforcement.

- The updating of regulations should include specific requirements to ensure the «convertibility» of the inside of residential buildings into accessible spaces when the need arises.

With regard to technologies that ease mobility and accessibility in housing, these need to be affordable and reliable. Furthermore, good publicizing of this progress is necessary, as oftentimes the population ignores these elements, especially those that live alone or in more rural areas.

As concrete actions to implement, we recommend:

- The Administration should provide economic aid in order to make access to buildings with no lift possible, as one of the main causes of loneliness and lack of an active life is precisely the difficulty to leave the house.
 - The different volunteer associations should encourage groups of volunteers to help people living in housing with bad accessibility to leave their houses.
- Designing programmes that make it easier for people that live by themselves in unsuitable and often very big buildings and that have very limited economic resources, to share apartments more suited to their requirements.
- Establishing programmes to check the dwellings of those people that are at greater risk (senior citizens living alone, people with cognitive deterioration...), in order to ensure minimum conditions of accessibility and safety.
- Studying, systematising and publicizing the causes of accidents and risk elements that affect senior citizens' safety, in connection with the characteristics of physical spaces and their elements in order to promote a safe physical environment.
- Providing professionals with technical recommendations with regard to design suited for everybody, thanks to the assistance of public administrations.
- The Administration and private companies should consider introducing systems that label those products that comply with «design for everybody».
- The Administration should encourage industries to research and manufacture products that are accessible for everybody.
 - An example could be the creation of an annual award, acknowledging those «products that have a design adequate for everybody».
- A greater publicizing effort of the services provided by the SÍRIUS Centre for Personal Autonomy, CRID and other institutions should be made.
- Promoting a campaign building awareness in society as a whole about the priority of usage of seats in public transportation or in other areas, and establishing the required mechanisms to enforce existing regulations.

10

Participating civically and actively in a society for all ages

We advocate encouraging the active participation by senior citizens in our society, so that they will contribute their important share in the construction «of a country for all ages».

- We recommend, therefore, that captivating campaigns should be conducted showing that everybody, regardless of their age, has things to contribute and do in the areas of associations and volunteering. People should not cease to carry out initiatives due to a lack of confidence in their possibilities of participation.
- We recommend that senior citizens' social activities do not only respond to interests specific to senior citizens but also interact with other existing organisations. This idea should incorporate the principles of «cross-generationality» and «joint responsibility» as they were established on the occasion of the Third National Conference on Senior Citizens. In this sense, cross participation should be encouraged: having senior citizens lead projects that have a social, economic, environmental interest... and that allow for the interrelationship of people of different ages under the same common interest.
- We recommend that the rich associative network that exists in Catalonia be promoted, in order to strengthen the possibilities for senior citizens to become associated, both in senior citizen specific organisations and in other associations.
 - The existing associations and facilities for senior citizens should evaluate their situation in order to take advantage of all the opportunities to «open» their gates to cross-generational activities, by way, for instance, of creating links between senior associations and other sectors.
 - Administrations must provide support and establish the required gateways to put in place those initiatives that attract cooperation between associations, thus avoiding their remaining insular. It is necessary, therefore, that gatherings between associations are promoted and joint projects carried out.
 - The Administration should promote research that would help identify what participation dynamics in associations are like, how they work, how they are set, especially in cross-generational projects and civic actions.

- Promoting volunteering is, without doubt, one of the best ways of collaboration between generations.

Support for the volunteer force must be maintained and further developed, both senior citizens volunteering for society and young people volunteering to help needy senior citizens.

Given the rich, existing association network, we believe that an effort should be made in order to systematise and provide information on existing activities and organisations.

- We recommend that the Catalan administration, together with associations, establish an informational policy on activities and experiences. To do so, we recommend the creation of a «monitor» of the initiatives that are being carried out from the association and volunteer network, which would implement an evaluation of international experiences aimed at publicizing the most interesting and innovative ones to other groups, so that people that are willing and able to carry them out may «reapply» them and spread them into other territories or integrate them into existing experiences. At the same time, it should favour the creation of association networks. We recommend in this sense that the technological platform of the Catalan Institute on Volunteering, which promotes the association and volunteering network in Catalonia and facilitates networking, should also be used as a specific element in the diffusion and knowledge of good practices.

Tools and paths should be developed that promote active aging and involvement by senior citizens, not only regarding those that enjoy good physical and mental health, but also those people that are in a state of fragility or dependence.

We also recommend increasing the participation by senior citizens, through the appropriate bodies, in the design of services that are publicly or privately held. This will help determine what the real needs are, the most appropriate answers, etc. when designing all sorts of programmes.

- Many of the established needs or solutions will be helpful, at the same time, for other social groups. An example could be that of the participation by senior citizens in the design of home service programmes.

In this sense, actively participating implies that the participants have the time, a set mind and capacities. Nonetheless, administrations should provide people with the support mechanisms required to put them in place, by way, for instance, of organising workshops facilitating the capacity to participate.

The incorporation of women in social participation is a growing phenomenon. However, this participation is not reflected with the same proportion at the executive levels of entities and associations. Therefore, associations should be encouraged to transform this situation.

We also believe that participation by senior citizens should be developed in the family environment, where senior citizens again play an active role, especially by taking care of grandchildren due to the incorporation of women in the workforce. Similarly, participation in a close environment should be promoted in order to work together in the improvement of elements in their «microenvironment» in a given neighbourhood, for instance.

Finally, one should consider that creating institutions too specific for people—which in theory are to help them—might have a perverse effect that generates exclusion. Therefore, existing institutions should be made aware of the needs and particularities of this population instead of creating new ones that may generate a distancing effect between generations.

- As stated in the Fourth Conference on Senior Citizens, «the fact that among senior citizens there are common denominators does not justify the application of specific actions, except for clear necessities».

11

Promoting a culture of solidarity

We recommend that the Catalan Administration and its relevant bodies, such as the Catalan Institute for Volunteering, promote a culture of solidarity, channelled through volunteers. The population group made up of senior citizens has great growth potential in terms of number of volunteers, and this is, at the same time, a choice that stresses an active life. We recommend, therefore, that campaigns aimed at publicizing the different tasks done by volunteers be promoted.

For their part, entities and volunteer associations should change the approach of «calling for volunteers» to «inviting the people» to participate in specific and exciting projects. We therefore recommend that these groups define the profile for the volunteer position, in order to give an adequate response to the «necessities» of all interested parties (volunteers, entities, beneficiaries and society).

Those preparatory courses for retirement should incorporate an introduction to the «association network and the volunteering environment», in order to spread this option as an active lifestyle alternative.

Currently courses are being offered to train volunteers. We believe that this task is highly necessary and it is worthwhile to promote it as much as possible and incorporate it as common practice within entities, even establishing yearly training plans for volunteers.

It would be useful if companies, under a social accountability framework, favoured the promotion of corporate volunteering, through which the employee gradually allocated a greater part of his workday towards collaboration with a non-profit organisation. This kind of participation should respond to the interests of both the company and the employee, and provide for gradual and flexible retirement.

The charter of volunteering in Catalonia establishes for volunteers the right, «to be covered against the risks arising from the activity carried out as a volunteer...», however, we notice that senior citizens have difficulty getting insurance from insurance companies. We recommend, therefore, that these companies provide in-

insurance for this group and that the Administration establish appropriate regulations in order to find and ensure a solution to this situation.

Finally, the population in general should be made aware of the great ethical, social and economic issues in the world (phenomena such as globalisation, poverty, immigration or the environment among many others), both those existing in developed countries, and those that exist in developing countries. These issues are also senior citizens' business, and this group may take action through the network of associations and volunteers.

- Concern about these issues should be present in all associations, regardless of their area of activity or main purpose.

12

Promoting a culture of active leisure

It is rather obvious that preparing for active leisure starts well in advance of coming of age. It is necessary that people learn «to do things» and fill in their free time before they reach retirement, taking advantage of the time provided by the current workday. The greater the habit to perform certain activities and the greater the acquired «proficiency», the easier it will be to further develop hobbies after retiring.

In order to encourage active leisure, we recommend the following:

- Systematising the production of a personal balance of competencies, hobbies, desires and possible activities to do after retirement.
- Strengthening the current policies of general support for active leisure in the association milieu, both for senior citizens and the general public.
- Systematising information and orientation services to make the existing wide offer of activities available to senior citizens.
- Promoting cross-generational relationships in the shared usage of available leisure resources.

In the design of leisure activities aimed at the entire public in general, we recommend taking into account ergonomics and design, in order to make the activities accessible to senior citizens.

New generations of senior citizens have a different cultural level and customs than older generations and, therefore, the leisure requirements are changing. We recommend, for this reason, that community centres, companies, institutions, or any organisation related to offering leisure activities, should periodically re-evaluate their programmes and adapt their offer to the new necessities.

We recommend that activities promoted by the Administration and the community centres encourage the combination of purely amusing aspects with cultural ones and should encourage social participation. In this sense, activities should be oriented to other «enriching» elements that go beyond «entertainment».

- As the most well known references, we make reference to the organisation of travel such as «cultural tourism», «gastronomic tourism», etc.

«Virtual tourism» or «virtual trips» may constitute an alternative way of leisure, especially for those people that have difficulties moving, or they should be made part of the travel preparations.

- Example: «Virtual trip» through the web sites of several museums that have works by an artist, etc.

13

Promoting the exercise of senior citizens' rights and duties

We would like to gather, in this section, some fragments of the conclusions from the Fourth National Conference on Senior Citizens, which was held during the month of May of this year, concomitant with the production of this paper, as we, to a great extent, reinforce many of the ideas that are gathered throughout this book.

CONCLUSIONS OF PRESENTATION A. A COUNTRY FOR EVERYBODY. THE CONTRIBUTION BY SENIOR CITIZENS IN THE PERSPECTIVE OF THE NEW MILLENNIUM.

CONTRIBUTION BY SENIOR CITIZENS IN THE PERSPECTIVE OF THE NEW MILLENNIUM, Should be considered in all areas. We can contribute our opinions and work together with and for society, with a willingness to share, without isolating ourselves between people of similar ages or ways of thinking. Aging needs to be lived in a positive manner, from maturity and acknowledgment of completed work and new work to do in order to be able to appreciate our steps as a full life. For this reason, with this participative willingness, we will work to change the image that society today still has about senior citizens: more focused on showing that we are recipients of resources and services than in the possibilities that we have to continue contributing. As a group of people, *we have the right to be recipients but also the duty to continue contributing.*

Source: *Conclusions from the Fourth National Conference on Senior Citizens.* Generalitat de Catalunya. Barcelona 2002.<http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>

CONCLUSIONS FROM PRESENTATION B: QUALITY OF LIFE IN THE FRAMEWORK OF THE WELFARE SOCIETY. THE QUALITY OF LIFE FOR SENIOR CITIZENS. CARE SERVICE FOR SENIOR CITIZENS.

After having dealt with the presentation «Quality of life in the framework of welfare society. Quality of life among senior citizens. Care service for senior citizens», WE WOULD LIKE TO HIGHLIGHT article 25 of the World Declaration on Human Rights, as we understand it contains all the essence of this concept. This is why we insist on listing it as the first point of these agreements:

(Segueix de la pàgina anterior)

«Everybody has the right to a level of life ensuring his health, his wellbeing and that of his family, especially regarding food, clothing, housing, medical care and the necessary social services; everybody has the right to security in case of unemployment, disease, disability, widowhood, being old, or in other cases of loss of the means of subsistence due to circumstances beyond their control»

Source: *Conclusions from the Fourth National Conference on Senior Citizens*. Generalitat de Catalunya. Barcelona 2002. <http://www.gen-cat.es/benestar/congres/concluponen.htm>

CONCLUSIONS FROM PRESENTATION C: CIVICS AND PARTICIPATION. THE ACTIVE ROLE OF SENIOR CITIZENS IN SOCIETY.

WE UNDERSTAND CIVICS as a set of values and attitudes, as the rights and duties of people in respect of society. These qualities are not defined by administrative imposition, but they are materialised in ways of behaviour by people of all ages. Being involved is the result of putting into practice civic-mindedness in daily life and in our relationship with others; it entails acting and being committed. Participation is based on the rights and duties of people. In a society for all ages, we senior citizens, as persons, must have the same rights and duties as everybody else. We senior citizens are citizens with full rights.

WE CONSIDER AS PEOPLE'S RIGHTS, among others, the right to non-discrimination because of age, disability, race, creed and so on, the right to be consulted and listened to and, therefore, the right to decide; the right to information and ongoing education; in conclusion, the right to be recognized from our own values and referents. WE CONSIDER AS PEOPLE'S DUTIES, among others, making responsible use of the rights with joint responsibility; the duty to respect diversity; the duty to get actively involved in society with civic-minded attitudes based on dialogue, understanding, mutual tolerance and coherence, as well as the duty to transmit knowledge and experience in varied areas of participation.

TO PROMOTE CIVIC-MINDEDNESS AND PARTICIPATION IN TODAY'S CATALONIA, we senior citizens must have an active role in society. Only with joint responsibility will we be able to reach participation committed to civic-mindedness built by all ages. Our active and committed participation must promote civic-minded attitudes and behaviours more focused on BEING, from a civic sense, than on HAVING. BEING is important, but in order to BE it is necessary to HAVE that which is the minimum to live with quality and dignity.

(Segueix de la pàgina anterior)

Source: *Conclusions from the Fourth National Conference on Senior Citizens*. Generalitat de Catalunya. Barcelona 2002. <http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>

14

Promoting an introduction plan and following up on recommendations

Throughout this book a series of proposals and recommendations have been compiled, some of which are more global and others which are more specific. Nevertheless, all of them need to be made operational in order to be put into practice. We therefore recommend creating a team within the Department of Welfare that takes charge of planning, prioritising, introducing or facilitating, and doing a follow-up of the actions needed to put into practice the above recommendations. It will be necessary to take into account the considerations and contributions by the Catalan Council of Senior Citizens.

- This recommendation is intended to ensure that the greatest number possible of recommendations is successfully introduced.
- As a first measure, we propose the following:
 - The Department of Welfare should deeply reflect on the institutions, organisations, companies, professional associations and guilds, communities... to whom this book must be circulated.
 - Start developing actions, attaching each «sector» to the recommendations directly affecting them.

173 SYNTHÈSE DES RECOMMANDATIONS

1

Promouvoir un plan d'adaptation de notre société à la démographie actuelle, dans laquelle les personnes âgées représentent un volume de population très important

Nous recommandons que, depuis l'Administration catalane, une réflexion soit encouragée de la part des institutions, des entreprises, des organismes sociaux et des citoyens, pour qu'ils s'adaptent à une société dans laquelle les personnes âgées constituent un vaste secteur.

- Cette réflexion doit également être encouragée par les organismes de participation des personnes âgées.

Nous considérons que les différentes organisations sociales (organismes publics, entreprises, organisations du « secteur tertiaire ») doivent procéder à une réorientation stratégique à deux niveaux :

- Au niveau externe : en définissant de quelle manière une population âgée influence leur activité :
 - Perspectives de futur dans le secteur.
 - Nécessité d'incorporer de nouveaux produits / services dans leur portefeuille.
 - Nécessité de changements dans le « format » actuel de leur produit (accessibilité, conception...).
- Au niveau interne : en définissant sous quels aspects les changements démographiques réclament des modifications dans leur politique de ressources humaines.
 - Nous constatons que les politiques de ressources humaines sont toujours majoritairement conçues par une population travaillante « jeune ». Dans la mesure du possible, les entreprises et les institutions doivent adapter progressivement les postes de travail à l'élévation de l'âge du personnel, et penser à faciliter la présence de figures « seniors ».
 - La politique d'avantages sociaux requiert une plus grande incorporation, dans l'ensemble de la négociation de travail, d'avantages propres à la retraite (comme des plans de retraites complémentaires) qui sont déjà très fréquents dans d'autres pays.

- Pour promouvoir ces plans, en plus de participer à la négociation collective, il faut tenir compte de certains éléments qui peuvent favoriser leur prolifération comme, par exemple, que cela ne suppose pas un grand impact sur le pouvoir d'achat de leurs bénéficiaires, que la législation offre de plus grands avantages aux plans collectifs, ou qu'une représentation des bénéficiaires participe au « contrôle » des plans de retraite, entre autres.

Ce processus se réalise ou se réalisera sans doute de façon spontanée de par la dynamique sociale elle-même. Ce que nous recommandons, c'est que l'Administration publique, les organisations patronales, les syndicats et autres acteurs ayant capacité, dirigent activement ce processus, pour qu'il soit mené à terme avant qu'il soit rendu obligatoire par les problèmes d'inadaptation qu'on observe déjà dans de nombreux secteurs.

- La société évolue de façon continue et à grande vitesse, et il faut donc que les administrations adoptent les politiques et les instruments nécessaires pour répondre comme il convient à ces changements.
- Il faut créer aussi une plus grande complicité entre les différentes administrations.

Certains des secteurs dans lesquels il faut concentrer les efforts d'adaptation sont les secteurs de la consommation et des loisirs. En plus de l'inévitable processus d'adaptation que doivent réaliser ces secteurs, nous recommandons que les organisations de consommateurs encouragent une consommation rationnelle, moyennant l'élaboration de guides d'orientation à la consommation (et d'autres éléments d'information) des personnes âgées.

Il faut garantir que ce processus soit aussi réalisé en milieu rural, où les difficultés d'adaptation peuvent être plus importantes en raison de la dispersion de la population.

Pour la réalisation de ce plan d'adaptation, nous recommandons que :

- L'Administration catalane mène à terme un projet d'analyse pour savoir quels sont les obstacles réels qui limitent l'égalité des chances des personnes. Cela implique la révision et l'identification de tous les éléments, en commençant par les lois et les normes qui

peuvent contenir des aspects discriminatoires pour des raisons d'âge, et l'établissement des mesures ou des règles correspondantes.

- Les « livres blancs » actuels constituent la base d'une vaste consultation pour les organisations ayant une capacité de direction dans ces domaines.

- Comme élément spécifique, nous recommandons aussi que la Generalitat élabore un «guide de réflexion». Ce guide doit être un document de référence pour les entreprises, les organisations et les institutions publiques elles-mêmes car il doit les orienter sur les éléments dont il faut tenir compte pour s'adapter au nouvel environnement démographique.

2

Promouvoir une vie salubre entre les personnes âgées

La santé est un des facteurs fondamentaux pour pouvoir maintenir une vie active. Nous recommandons donc que le contrôle des facteurs de risque, la prévention des maladies, et la promotion de la santé, comprise sous tous ses aspects : physique, psychique et social, s'étendent au maximum à toutes les personnes âgées.

- Nous considérons comme un grand succès de notre société qu'à l'âge de 65 ans, il reste encore actuellement de nombreuses années à vivre. Et que, vivre en bonne santé, est une des principales conditions pour vieillir de façon satisfaisante.
- L'évidence scientifique a démontré combien à ces âges, toute une suite d'activités préventives et de promotion de la santé sont encore très efficaces.

Nous recommandons que les personnes âgées tirent parti de l'arrivée de la retraite pour faire, en collaboration avec les professionnels sanitaires, un bilan de leur état de santé, des facteurs de risque et des habitudes, et prévoient un plan d'amélioration de leur santé.

Nous recommandons aussi que l'ensemble des activités préventives menées à terme (en accord avec le Plan de la Santé de Catalogne) par la santé publique, en particulier le réseau d'assistance primaire soit évalué périodiquement.

Nous recommandons que l'Administration continue à réaliser des campagnes de sensibilisation contre les habitudes toxiques et en faveur de la promotion d'une vie salubre.

Nous recommandons à l'ensemble des institutions qui encouragent la pratique de l'exercice physique programmé pour les personnes âgées :

- Par des campagnes de sensibilisation et l'édition de guides d'orientation pour la réalisation d'exercice physique.
- En complétant le conseil par la promotion, nous recommandons donc que les centres sportifs, que ce soit ceux de la Generalitat, ceux des mairies, ou les privés, offrent des activités spécifiques s'adressant aux personnes âgées aux horaires les plus adaptés.

- De la même façon, la promotion de l'activité physique et de la vie salubre doit être renforcée à partir des centres sociaux publics et des centres d'organismes privés.

Nous recommandons que soit évaluée la possibilité de créer des mécanismes qui accèdent ces services qui puissent collaborer à la création et à la maintenance d'habitudes salubres (comme l'alimentation et les établissements hôteliers), et qui s'adaptent à la promotion de la santé.

3

Améliorer la situation économique des personnes âgées, en particulier, celle des groupes les plus défavorisés

Nous recommandons que l'Administration catalane encourage, dans la mesure de ses possibilités et de ses compétences, toutes les améliorations faisables en ce qui concerne la situation économique des personnes âgées, parce que, pour parler d'une vie active chez les personnes âgées, il est indispensable qu'elles aient une sécurité économique.

Dans ce domaine, les compétences de l'Administration autonome sont infimes. Nous recommandons malgré tout d'intervenir :

- En encourageant des politiques qui contribuent au caractère soutenable du système des retraites.
- En travaillant pour atteindre l'objectif qui consiste à situer les retraites qui sont actuellement les plus insuffisantes, au moins au niveau du salaire minimum interprofessionnel, et en renforçant d'autres politiques qui améliorent la situation économique des retraités les plus défavorisés.
- En demandant depuis la Generalitat de Catalunya le transfert d'un plus grand nombre de compétences pour pouvoir compléter les pensions les plus défavorisées et améliorer ainsi le revenu de ces personnes.

L'état de veuvage n'est pas par définition une situation de carence et de nécessité, il existe cependant un nombre important de veuves dans une situation défavorable. Bien qu'il y ait d'autres groupes particulièrement défavorisés, nous faisons référence à ce groupe en particulier parce que nous devons considérer que les solutions dans ce domaine doivent arriver à court terme, car il s'agit d'un problème du présent, et un changement dans la situation future est prévisible (en fait il se produit déjà actuellement) en raison de la plus grande présence de la femme sur le marché du travail. Certaines actions importantes dans ce sens consisteraient à :

- Rendre compatibles les pensions de veuvage et le SOVI, pour reconnaître la contribution de ces personnes au monde du travail comme il est indiqué dans les accords du 4^e Congrès des Personnes Âgées.
- Parallèlement, il faut qu'au Congrès des députés

soient débattues différentes formules pour améliorer la situation de ce groupe. Dans ce contexte, nous présentons certaines options :

- Une option consisterait à augmenter les pensions de veuvage à un pourcentage de la base régulatrice de la retraite du conjoint qui soit au minimum de 75%, en fonction de l'existence d'autres revenus ou non, et qui augmente progressivement jusqu'à atteindre les 100%.
- Une autre option, consisterait, plutôt qu'à augmenter le pourcentage, à compléter les pensions de veuvage les plus basses, jusqu'à atteindre le montant du salaire minimal interprofessionnel, à condition que la pension constitue l'unique ou la principale source de revenus.

Reprenons aussi certaines recommandations complémentaires définies au 4^e Congrès des Personnes Âgées :

Établissement du montant de la retraite en fonction de la totalité des années et des bases régulatrices cotisées. Le montant minimal serait défini par le SMI.

Maintenance et dotation annuelle du Fonds de Garanties des Retraites en fonction des excédents de la Sécurité Sociale, et inclusion des éventuels excédents des Budgets Généraux de l'État. Doter ces Fonds de normes légales qui empêchent, le cas échéant, qu'en période de déficit budgétaire, on puisse en disposer, ou qu'on puisse les utiliser pour avaliser ou garantir d'autres engagements de l'État.

Source : *Texte approuvé en séance plénière au Congrès National des Personnes Âgées*. Generalitat de Catalunya. Département du Bien-Être Social. Barcelone 2002.

Il faut également que l'Administration promeuve un système qui compense par des aides plus importantes les personnes ayant davantage de problèmes de dépendance et la famille, pour qu'elles puissent faire face aux dépenses économiques plus importantes dont elles font l'objet. Une façon de le mettre en pratique consisterait à réduire la pression fiscale sur les groupes ayant une dépendance y qui ont aussi les revenus les plus bas.

Nous recommandons aussi que soient établies des mesures pour la réduction de dépenses pour les per-

sonnes qui ont des revenus insuffisants, en réduisant, par exemple, les coûts fixes de disposition des services du gaz, d'électricité, d'eau, de téléphone...

Nous recommandons comme mesures complémentaires en rapport avec l'épargne :

- Que les agents sociaux abordent, dans le cadre des négociations de travail, la création d'avantages sociaux liés à l'épargne, pour réduire, dans la mesure du possible, la perte de pouvoir d'achat qui accompagne généralement la retraite.
- Dans cette même ligne, nous recommandons aux administrations d'encourager, moyennant des aides fiscales et d'autres politiques d'encouragement, l'épargne et l'investissement pour la retraite.
- Les organismes financiers peuvent mettre au point des produits spécifiques pour les personnes âgées, et nous recommandons qu'ils soient innovateurs dans ce sens, en concevant des produits qui protègent les économies de ce groupe tout en offrant une information claire et transparente.

Nous considérons que la société catalane doit aborder le problème lié à l'absence de protection économique des maîtresses de maison. Conscients du fait qu'il s'agit d'un problème très complexe et aux multiples facettes, nous proposons qu'un débat soit au moins ouvert sur les façons de garantir une retraite digne à ces personnes.

4

Généraliser la préparation à la retraite active

Nous recommandons que les activités de formation à la préparation à la retraite soient généralisées dans notre société, pour que la grande majorité des citoyens puissent avoir un point d'orientation dans cette transition vitale si importante. Nous pensons que le terme « préparation à la retraite active » comprend, au sens large, la préparation à un vieillissement actif et satisfaisant, des professionnels qui prennent leur retraite et de leur entourage familial le plus proche.

La retraite marque souvent davantage la vie de nombreuses personnes que l'âge lui-même. Pour faire face à la retraite d'une manière positive, il est fondamental de découvrir tout au long de la vie quelles sont les inquiétudes et les intérêts de chacun en dehors du domaine du travail, et de passer son temps libre à réaliser des activités motivantes et qui occupent. Ces activités sont celles qui aideront le retraité à rester actif et à être une personne active après la retraite. Malheureusement, beaucoup de gens ne sont pas assez habitués à cultiver le temps libre et, par conséquent, promouvoir cette préparation est un bon moyen de développer un vieillissement actif.

Les administrations publiques et les agents sociaux doivent faire un effort pour que ces activités, qui ont eu jusque-là un caractère plutôt exceptionnel, s'étendent à l'ensemble de la population tout au long de la vie de travail, et surtout dans les années qui précèdent la retraite. Pour ce faire, il est nécessaire que l'Administration établisse les mesures régulatrices nécessaires pour que cette préparation se généralise dans et à partir des entreprises elles-mêmes. Cette préparation peut être concrétisée par des séminaires, des programmes de simulation, des psychodrames, etc.

La préparation à la retraite devrait constituer un des aspects à prendre en compte dans la négociation de travail, comme une partie des avantages sociaux à incorporer dans la vie de travail. Cependant, la présence majoritaire de petites et moyennes entreprises (sans un minimum de masse critique pour organiser seules ces activités), requiert une implication active des administrations locales.

L'Administration catalane peut contribuer à cette tâche à travers :

- L'implantation active de la préparation à la retraite des travailleurs des administrations.
- Faciliter la diffusion, auprès des organisations qui peuvent se charger de donner les cours, du « Plan de préparation à la retraite active » du Département du Bien-être Social qui est déjà bien expérimenté et évalué.
- Le « Plan de préparation à la retraite active » devrait pouvoir être réalisé dans les salles et les centres d'adultes en application du principe de « formation tout au long de la vie ».

5

Approfondir les mesures d'une retraite progressive et flexible et éviter la discrimination dans le travail pour raison d'âge

Nous recommandons d'approfondir sur le thème de l'élimination de barrières pour garantir la compatibilité entre la retraite et la réalisation d'un travail à temps partiel. Nous proposons, pour cette raison, d'établir des mécanismes de suivi des mesures établies par la nouvelle loi (Décret-loi Royal 16/2001, du 27 décembre, sur les mesures pour l'établissement d'un système de retraite progressif et flexible), pour connaître leurs implications dans la pratique et établir les mesures correctrices adéquates.

Le système de retraite actuel devrait tendre, en maintenant le droit à la retraite volontaire, à un système de retraite basé sur la capacité et non sur l'âge.

Parallèlement, les mesures régulatrices appropriées doivent être établies par l'Administration pour éviter la discrimination dans le travail pour raison d'âge, en donnant une égalité des chances à toutes les personnes en matière d'embauchage, de formation, promotion, etc.

6

Encourager la formation des personnes âgées comme une manière de continuer à se réaliser et à s'adapter aux changements sociaux tout au long de la vie, et aussi de profiter de leurs valeurs et connaissances pour donner une formation

Nous recommandons que la formation soit un instrument privilégié pour maintenir l'activité des personnes âgées après la retraite. Cela comprend aussi bien la transmission des connaissances et des valeurs acquises des personnes âgées aux plus jeunes, que la formation générale ou spécifique destinée aux personnes âgées.

Le concept « apprendre tout au long de la vie » implique une redéfinition des cadres, des stratégies et des méthodes pour que les personnes âgées puissent continuer à apprendre.

- Il est donc important que l'Administration et les institutions éducatives elles-mêmes fassent un effort pour faire connaître aux personnes âgées les programmes de formation qui existent déjà (AFOPA, Formation pour Adultes de la Generalitat, programme UAB, etc.).
- D'autre part, il faut encourager l'utilisation des équipements actuels (université, écoles...), en les ouvrant à l'incorporation d'activités partielles pour personnes âgées.
- Parallèlement, nous recommandons que l'offre des différentes institutions éducatives soit élargie, en adaptant les activités au rythme d'apprentissage et aux connaissances antérieures des personnes. Il s'agit d'offrir un enseignement dans lequel les personnes adultes puissent se sentir à l'aise, indépendamment de leur âge. Cela implique d'être innovateurs dans les moyens didactiques, les méthodologies, les horaires, etc.
- Les universités doivent fournir une offre innovatrice aux personnes âgées qui prévoit, par exemple :
 - De rapprocher l'université des personnes âgées dans les centres situés en dehors des grandes villes et donc éloignés des universités, à travers des programmes spécifiques mobiles, dans lesquels la personne qui se déplace est le professeur et non l'élève.
 - Créer une offre spécifique pour que les personnes âgées puissent participer à la formation universitaire, en établissant des mécanismes d'accès qui la facilitent.

- Nous recommandons aussi de profiter des voies traditionnelles de formation par correspondance et surtout des nouvelles technologies pour ouvrir des offres de formation à distance, car l'accessibilité à la formation augmente au fur et à mesure qu'augmente la maîtrise des nouvelles technologies.

L'Administration et les universités elles-mêmes devraient créer un système de bourses qui permette aux personnes âgées avec peu de moyens économiques et ayant envie d'apprendre, de suivre les études qu'elles veulent suivre. D'autre part, il faut promouvoir l'incorporation des personnes âgées à la formation d'autres personnes, à travers la création de programmes dirigés par des personnes âgées qui soient incorporées aux écoles, universités, associations, etc.

- Comme exemple d'initiatives dans ce sens menées à terme par des associations, nous pouvons citer les expériences de CONEX ou SECOT.

7

Incorporer les personnes âgées aux nouvelles technologies, comme une manière de promouvoir l'égalité des chances

Nous recommandons qu'un effort spécial soit fait pour initier les personnes âgées aux nouvelles technologies. Cette initiative prétend établir les moyens nécessaires, pour que les personnes âgées soient sur un pied d'égalité avec les jeunes générations, déjà pleinement initiées aux nouvelles technologies.

Les nouvelles technologies sont en elles-mêmes un instrument et ne doivent donc pas devenir une finalité. Le plus important, c'est donc d'éveiller l'intérêt des personnes à travers la conception d'activités ayant cette finalité.

Dans ce sens, nous recommandons un effort actif de l'Administration, des organisations de personnes âgées, des œuvres sociales des organismes financiers, etc., pour obtenir un effort soutenu dans le temps. Par conséquent, il est recommandé en premier lieu :

- De faire une étude qui permette d'identifier et de définir quels sont réellement les éléments et les activités de cet environnement qui éveillent ou puissent susciter un plus grand intérêt chez les personnes âgées.
- De promouvoir des cours de formation spécialement adaptés à une génération qui a été éloignée de ces technologies.

Parallèlement certaines actions plus concrètes sont proposées :

- Nous encourageons les œuvres sociales et d'autres institutions à fournir l'équipement informatique aux centres et associations.
- Les entreprises de software devraient fournir des licences de programmes à titre gratuit aux organisations ou associations à but non lucratif.
- Favoriser les possibilités d'acquisition d'équipements à des prix accessibles pour les personnes âgées avec peu de moyens (par exemple pour des postes de travail spécifiques pour l'accès télématique).
- Les compagnies de téléphonie devraient établir des offres spéciales, par exemple, dans les prix des forfaits et à bande large, pour les personnes avec moins de

moyens, entre autres, les personnes âgées qui sont dans cette situation.

- L'Administration et les associations de personnes âgées devraient promouvoir la création d'expériences qui favorisent la participation interactive des personnes âgées, moyennant, par exemple, la création de communautés virtuelles.

- Les associations de consommateurs devraient orienter les usagers en ce domaine, moyennant l'élaboration d'informations claires et structurées qui réduisent la confusion et la désinformation qui existent chez une bonne partie de la population.

Nous recommandons de promouvoir la recherche et la mise au point de produits qui facilitent l'utilisation des systèmes par les personnes qui ont un certain type de handicap (amplificateurs d'image, reproducteurs de relief, convertisseurs tactiles...).

Il convient aussi que l'Administration et les entreprises encouragent la connaissance et l'accès aux nouvelles technologies qui contribuent à l'amélioration de la qualité de vie des personnes âgées (télé-assistance, télé-médecine...) et aident à maintenir leur autonomie et leur indépendance, surtout pour les personnes qui vivent seules.

8

Promouvoir une image positive des personnes âgées

Nous recommandons que le Département du Bien-être Social mette en marche une politique active, pour éliminer les stéréotypes négatifs qui touchent les personnes âgées dans notre société. L'augmentation de l'espérance de vie sans handicap a rendu obsolètes nombre des concepts relatifs aux personnes âgées, mais toute une suite de stéréotypes liés à l'âge persistent qu'il faut combattre, dans l'ensemble de la société et chez les personnes âgées elles-mêmes.

Nous considérons que l'effort doit être centré sur la création d'une politique de communication permanente, qui facilite la diffusion des capacités et du grand nombre d'activités et de contributions réalisées, en particulier les actions citoyennes solidaires menées à terme à travers des initiatives individuelles ou collectives.

- Les organisations de personnes âgées incorporent avec normalité des programmes de défense de l'environnement, de nouvelles technologies, de coopération internationale, etc. Il faudrait reconnaître l'effort des organisations pour s'adapter à ces nouvelles réalités de normalisation qui peuvent contribuer à dépasser de vieux topiques.

D'autre part, il serait recommandable que la Generalitat étudie périodiquement la situation réelle de la présence et les caractéristiques de ces stéréotypes dans notre société.

- Il serait plus que recommandable que certaines institutions réalisent un monitoring de la façon dont les moyens de communication abordent le sujet des personnes âgées. L'administration doit, par conséquent, promouvoir des études qui analysent, par exemple, les annonces publicitaires pour corriger la publicité qui fait un usage inadéquat de l'image des personnes âgées.

- Dans ce sens, on peut établir des mécanismes de reconnaissance pour les publicistes qui transmettent une image positive des personnes âgées.

Il serait également positif que le Département du Bien-être Social promeuve des séminaires aux moyens de communications, journalistes et publicistes, pour contribuer à faire en sorte que ces agents changent les

stéréotypes et diffusent une image positive, plurielle et objective des personnes âgées.

- Les professionnels des médias doivent être conscients du fait que nous sommes tous potentiellement âgés, et que ce groupe, en plus d'être hétérogène, vit une vie aussi pleine que les groupes qui forment tous les autres segments d'âge.

9

Promouvoir une conception pour tout le monde

Nous recommandons que la société catalane incorpore de façon systématique les principes de la « conception pour tout le monde » en matière d'urbanisme, de construction, de moyens de transport et de production industrielle, pour obtenir un pays accessible pour tous. Ces principes ne doivent pas se limiter aux aspects relatifs au design architectural, mais ils doivent être appliqués à toutes sortes de services et de produits (livres, appareils électroniques, signalisations...). Dans ce sens, il faut, d'une part, construire et produire sans barrières et, d'autre part, incorporer les aides techniques nécessaires qui facilitent l'usage des espaces et des produits.

Par conséquent, nous recommandons que les universités incorporent aux programmes de formation de professionnels (architectes, ingénieurs, etc.) la réalité de la situation démographique et les principes de la conception pour tous, parce qu'il n'est pas cohérent qu'une société dans laquelle les personnes âgées occupent une frange très significative forme ses professionnels en oubliant cette circonstance.

Les habitations conçues actuellement ont une vie utile de plusieurs décennies, et nous recommandons donc que tous les professionnels qui conçoivent des habitations aujourd'hui tiennent compte, de préférence, de tous les éléments en rapport avec l'accessibilité ; si ce n'est pas le cas, le problème de la non-accessibilité durera de nombreuses années.

L'effort fait par notre pays au cours des dernières décennies en ce qui concerne le développement des normes d'accessibilité et de sécurité, doit être poursuivi. Nous recommandons que soient encouragés l'effort de création de normes et le suivi de leur application.

- La révision des normes devrait inclure des conditions spécifiques, pour garantir la « possibilité de transformation » de l'intérieur des habitations en des espaces accessibles en cas de besoin.

En ce qui concerne les technologies qui favorisent la mobilité et l'accessibilité dans l'habitation, elles doivent être accessibles et fiables. En outre, une bonne diffusion des progrès est nécessaire, car il y a souvent

une grande méconnaissance de ces éléments par la population, surtout celle qui vit seule ou dans les zones les plus rurales.

- Que l'Administration fournisse des aides économiques pour permettre l'accès aux habitations qui n'ont pas d'ascenseur, car une des principales causes de la solitude et du manque de vie active est précisément la difficulté pour sortir de chez soi.

- Que les différentes associations de bénévolat encouragent les groupes de bénévoles qui aident à sortir de chez elles les personnes qui vivent dans des habitations d'accès difficile.

- La conception de programmes pour faire en sorte que les personnes qui vivent seules dans des habitations inappropriées et souvent très âgées, et qui ne disposent pas de grands moyens économiques, puissent partager des logements mieux adaptés à leurs caractéristiques.

- L'établissement de programmes de révision des habitations des personnes qui présentent un risque plus important (des personnes âgées qui vivent seules, des personnes avec une détérioration cognitive...), pour garantir les conditions minimales d'accessibilité et de sécurité.

- D'étudier, de systématiser et de diffuser les causes d'accidents et les éléments de risque qui touchent la sécurité des personnes âgées, en rapport avec les caractéristiques des espaces physiques et leurs éléments pour promouvoir un environnement physique sûr.

- De mettre à la portée des professionnels les recommandations techniques de la conception pour tous, les administrations assumant un rôle de facilitation.

- Que l'Administration et les entreprises prennent en considération l'incorporation des systèmes d'étiquetage de produits adaptés à la « conception pour tous ».

- Que l'Administration encourage les industries à rechercher et produire des produits accessibles pour tous.

- Un exemple pourrait être la création d'un prix annuel, qui reconnaisse les « produits qui ont une conception valable pour tous ».

- De réaliser une plus grande diffusion des services qui sont offerts par le « Centre pour l'autonomie personnelle SIRIUS », le CRID et d'autres institutions.

- De promouvoir une campagne pour sensibiliser l'ensemble de la société à la priorité dans l'utilisation de sièges dans les transports publics ou dans d'autres domaines, et d'établir les mécanismes nécessaires pour garantir l'application des normes existantes.

10

Participer civiquement et activement à une société *pour tous* les âges

Nous recommandons d'encourager la participation active des personnes âgées à notre société, pour qu'elles apportent leur contribution importante à la construction « d'un pays pour tous les âges ».

- Nous recommandons donc que soient faites des campagnes enthousiasmantes qui montrent que tout le monde, indépendamment de l'âge, a des choses à apporter et à faire dans le monde des associations et du bénévolat. Il faut éviter que les personnes arrêtent de mener à terme des initiatives, par manque de confiance dans leurs possibilités de participation.

- Nous recommandons que les personnes âgées essaient de faire en sorte que leur activité sociale ne réponde pas seulement à des intérêts spécifiques des personnes âgées, mais qu'elles aient une interaction avec les autres organisations de la société. Cette idée doit incorporer les principes « d'interaction des générations » et de « coresponsabilité » comme ils ont été élaborés au 3^e Congrès National des Personnes Âgées. Il faut encourager, dans ce sens, la participation transversale, en faisant en sorte que les personnes âgées dirigent des projets ayant un intérêt social, éthique, économique, environnemental... et qui permettent l'interrelation de personnes d'âges différents ayant un même intérêt commun.

- Nous recommandons que soit encouragé le riche tissu des associations qui existe en Catalogne, pour renforcer les possibilités des personnes âgées de s'associer, sous forme d'organisations spécifiques de personnes âgées ou sous forme d'autres associations.

- Les associations et équipements actuels des personnes âgées devraient réviser leur situation pour tirer parti de toutes les occasions « d'ouvrir » leurs portes à des activités intéressant plusieurs générations, moyennant, par exemple, la création de liens entre des associations de personnes âgées et d'autres secteurs.
- Les administrations doivent soutenir et établir les ponts de communication nécessaires pour mettre en marche des initiatives qui encouragent la coopération entre associations, et éviter qu'elles ne se referment sur elles-mêmes. Il faut donc multiplier les rencontres entre associations et la réalisation de projets conjoints.

- L'Administration devrait promouvoir une recherche qui aide à voir comment sont, comment fonctionnent, comment sont configurées les dynamiques participatives dans les associations, en particulier sur des projets intéressant plusieurs générations et des actions solidaires.
- Promouvoir le bénévolat est sans aucun doute une des meilleures formes de collaboration entre les générations.

Il faut maintenir et approfondir le soutien au bénévolat, des personnes âgées et des bénévoles de la société et des plus jeunes comme bénévoles pour aider les personnes âgées dans le besoin.

Étant donné le riche tissu des associations existant, nous considérons qu'il faut faire un effort pour systématiser et fournir l'information sur les activités et les organisations existantes.

● Nous recommandons à l'Administration catalane de définir, conjointement avec les associations, une politique d'information d'activités et d'expériences. C'est pourquoi nous recommandons la création d'un « observatoire » des initiatives réalisées à partir du monde des associations et du bénévolat, qui mène à terme une révision d'expériences internationales dans le but de diffuser les plus intéressantes et innovatrices à d'autres groupes, pour que les gens qui en ont envie et en aient la capacité puissent les mettre en pratique, puissent les « reproduire » et les étendre à d'autres territoires ou faire partie de celles qui existent déjà. Il faut en même temps favoriser la création de réseaux d'associations. Nous recommandons, dans ce sens, que la plateforme technologique de l'Institut Catalan du Bénévolat qui promeut le réseau des associations et du bénévolat en Catalogne et facilite le travail en réseau des organismes, serve aussi d'élément spécifique pour la diffusion et la connaissance des bonnes pratiques.

Il faut mettre au point des instruments et des voies qui encouragent le vieillissement actif et la participation de toutes les personnes âgées, en pensant non seulement à celles qui jouissent d'un bon état de santé physique et mental, mais aussi à celles qui sont en situation de fragilité ou dépendance.

Nous recommandons aussi d'augmenter la participation des personnes âgées, à travers les organes cor-

respondants, à la conception des services publique ou privée. Cela aidera à savoir quelles sont les nécessités réelles, les réponses les plus appropriées, etc. à la conception de tous les types de programmes.

- Nombre des nécessités ou des solutions établies serviront, en même temps, à d'autres collectifs de la société. Un exemple pourrait être celui de la participation des personnes âgées à la conception de programmes d'assistance à domicile.

Participer activement dans ce sens implique de disposer de temps, d'avoir une attitude et des habiletés des participants. Malgré cela, les administrations doivent mettre à la portée des personnes les mécanismes de soutien pour les mettre en pratique, moyennant, par exemple, l'organisation d'ateliers qui facilitent les opérations de participation.

L'incorporation de la femme à la participation sociale est un phénomène croissant, mais malgré cela, cette participation ne se reflète pas dans la même proportion dans les groupes de direction des organismes et des associations, et il faut donc encourager les associations à transformer cette situation.

Nous pensons aussi que la participation des personnes âgées doit se développer dans l'entourage familial, où les personnes âgées ont à nouveau un rôle actif, surtout quand il s'agit de s'occuper des petits-enfants, depuis l'incorporation de la femme au monde du travail. De même, il faut renforcer la participation dans l'environnement de proximité, pour collaborer à l'amélioration d'éléments de leur « micro-environnement » du quartier ou du voisinage, par exemple.

Finalement, il faut tenir compte du fait que la création d'institutions trop spécifiques pour les gens qu'elles doivent théoriquement aider, peut avoir un effet pernicieux qui engendre l'exclusion. Il faut donc faire prendre conscience et renforcer les institutions existantes en matière de nécessités et de spécificités de cette population au lieu d'en créer de nouvelles qui puissent générer un éloignement entre les générations.

- Comme il est manifesté au 4^e Congrès des Personnes Âgées, « le fait que chez les personnes âgées il y ait des dénominateurs communs ne justifie pas l'application d'actions spécifiques, mais des nécessités claires ».

11

Encourager la culture de la solidarité

Nous recommandons que l'Administration catalane et ses organes pertinents, comme l'Institut Catalan du Bénévolat, encouragent la culture de la solidarité canalisée à travers le bénévolat. Le groupe de population formé par les personnes âgées a un grand potentiel de croissance en ce qui concerne le nombre de bénévoles, et il s'agit aussi d'un choix qui met l'accent sur la vie active. Nous recommandons donc que soient renforcées les campagnes destinées à diffuser les différentes tâches réalisées par les bénévoles.

De leur côté, les organismes et les associations de bénévoles doivent remplacer leur attitude qui consiste à « demander des bénévoles » par « inviter les personnes » à participer à des projets concrets et enthousiasmants, c'est pourquoi nous leur recommandons de définir le profil des lieux d'action bénévole, pour apporter une réponse adéquate aux « nécessités » de tous les intéressés (bénévoles, organismes, bénéficiaires et société).

Les cours de préparation à la retraite doivent incorporer la présentation « des associations et du monde du bénévolat », pour diffuser cette option comme alternative pour avoir une vie active.

Des cours de formation de bénévoles sont actuellement donnés et nous pensons que cette tâche est nécessaire et que sa promotion vaut la peine dans la mesure du possible et qu'il faut l'incorporer comme pratique habituelle dans les organismes en établissant même des plans de formation annuels pour les bénévoles.

Il serait intéressant que les entreprises, dans un cadre de responsabilité sociale, encouragent une ligne de promotion du « bénévolat d'entreprise » (*corporate volunteering*), par lequel le travailleur destine progressivement une plus grande partie de sa journée à la collaboration dans une organisation à but non lucratif. Ce type de participation doit répondre à des intérêts corporatifs et du travailleur lui-même et faciliter une retraite progressive et flexible.

La charte du bénévolat de Catalogne établit comme droit du bénévole le fait d'« être couvert pour les

risques qui découlent de l'activité qu'il mène à terme comme bénévole... » ; malgré cela, on observe que les personnes âgées ont des difficultés à être assurées par les compagnies d'assurances. Nous recommandons donc que ces compagnies fournissent des assurances pour ce groupe et que l'Administration établisse les règlements correspondants pour trouver et garantir une solution à cette situation.

Finalement, il faut sensibiliser la population en général face aux grands problèmes éthiques, sociaux et économiques du monde (des phénomènes comme la globalisation, la pauvreté, l'immigration ou l'environnement, parmi de nombreux autres), à ceux des pays développés et à ceux des pays en voie de développement. Ce sont des sujets qui touchent aussi les Personnes Âgées, et sur lesquels ce groupe peut faire des tâches à travers le monde des associations et du bénévolat.

- Il faut que la préoccupation pour ces thèmes soit présente dans toutes les associations, indépendamment du domaine d'action ou de l'objectif principal.

12

Encourager la culture des loisirs actifs

Il est bien évident que la préparation aux loisirs actifs commence bien avant de devenir âgé. Il faut que les personnes apprennent à « faire des choses » et à remplir le temps libre avant d'arriver à la retraite, en tirant parti du temps que donne la journée de travail actuelle. Plus l'habitude de réaliser certaines activités est importante, plus le « domaine » acquis le sera, et plus il sera facile de développer les penchants après la retraite.

Pour favoriser les loisirs actifs, nous recommandons de :

- Systématiser la réalisation d'un bilan personnel de compétences, de penchants, de désirs et d'activités éventuelles à réaliser après la retraite.
- Renforcer les politiques actuelles de soutien général aux loisirs actifs autour du monde des associations, des personnes âgées et, en général, de toute la société.
- Systématiser les services d'information et d'orientation, pour donner accès à la vaste offre d'activités qui existe aux personnes âgées.
- Favoriser l'interaction entre les différentes générations dans l'utilisation partagée des ressources de loisirs disponibles.

Pour la conception des activités de loisirs destinées au grand public en général, nous recommandons de tenir compte des aspects d'ergonomie et de design, pour les rendre accessibles aux personnes âgées.

Les nouvelles générations de personnes âgées ont un niveau culturel et des coutumes différentes de celles des générations plus âgées et, les besoins de loisirs changent donc. Nous recommandons donc que les centres sociaux, les entreprises, les institutions, ou toute autre organisation se consacrant aux activités de loisirs, révisent périodiquement leurs programmes et adaptent leur offre aux nouvelles nécessités.

Nous recommandons que les activités encouragées par l'Administration et les centres sociaux renforcent les aspects purement ludiques, de même que les culturels, et le développement de la participation sociale. Dans ce sens, les activités devraient être orientées vers d'autres éléments « enrichissants », qui aillent au-delà du « divertissement ».

- La référence la plus connue qui nous puissions citer est l'organisation de voyages liés au « tourisme culturel », « tourisme gastronomique », etc.

Le « tourisme virtuel » ou les « voyages virtuels », peuvent constituer un type alternatif de loisirs, surtout pour les personnes qui ont des difficultés pour se déplacer, ou faire partie de la préparation de voyages.

- Exemple : « Voyage virtuel » sur les webs de différents musées ayant des œuvres d'un auteur, etc.

13

Promouvoir l'exercice des droits et des devoirs des personnes âgées

Nous voulons reprendre, dans ce point, certains fragments des conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées, qui s'est déroulé au mois de mai de cette année et qui a coïncidé avec la réalisation de ce travail, car, ils comprennent en grande partie nombre des idées reprises dans ce livre.

CONCLUSIONS DE LA CONFÉRENCE A. UN PAYS POUR TOUS. L'APPORT DES PERSONNES ÂGÉES DANS LA PERSPECTIVE DU NOUVEAU MILLÉNAIRE.

L'APPORT DES PERSONNES ÂGÉES DANS LA PERSPECTIVE DU NOUVEAU MILLÉNAIRE, doit être considérée dans tous les domaines. Nous pouvons apporter notre opinion et travailler ensemble avec et pour la société, avec la volonté de partager, sans nous isoler pour raison d'âge ou des façons de penser analogues. Vieillir doit être vécu de façon positive, depuis la maturité et la reconnaissance d'un travail fait et d'un nouveau travail à faire pour pouvoir évaluer notre trajectoire comme une vie pleine. C'est pourquoi, avec cette volonté participative, nous avancerons pour changer l'image que la société se fait encore actuellement des personnes âgées, plus centrée à montrer que nous sommes des personnes réceptrices de ressources et de services que sur les possibilités que nous avons de continuer à apporter. Comme ensemble de personnes, nous avons le droit d'être récepteurs mais aussi le devoir de continuer à apporter.

Source : *Conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées.* Generalitat de Catalunya. Barcelone 2002. <<http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>>

CONCLUSIONS DE LA CONFÉRENCE B : LA QUALITÉ DE VIE DANS LE CADRE DE LA SOCIÉTÉ DE BIEN-ÊTRE. LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES ÂGÉES. L'ASSISTANCE AUX PERSONNES ÂGÉES

Après avoir travaillé la conférence « La qualité de vie dans le cadre de la société du bien-être. La qualité de vie des personnes âgées. L'assistance aux personnes âgées », NOUS VOULONS METTRE L'ACCENT SUR l'article 25 de la Déclaration universelle des droits de l'homme, parce que nous pensons qu'il reprend toute l'essence de ce concept. C'est pourquoi nous insistons pour le transcrire comme premier point de ces accords :

(Segueix de la pàgina anterior)

« Toute personne a droit à un niveau de vie qui assure sa santé, son bien-être et celui de sa famille, en particulier dans le domaine de l'alimentation, de l'habillement, du logement, des soins médicaux et des services sociaux nécessaires ; toute personne a droit à la sécurité en cas de chômage, de maladie, d'invalidité, de veuvage, de vieillesse, ou dans d'autres cas de perte de moyens de subsistance pour des circonstances étrangères à sa volonté »

Source : Conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées. Generalitat de Catalunya. Barcelone 2002. <http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>

CONCLUSIONS DE LA CONFÉRENCE C : CIVISME ET PARTICIPATION. LE RÔLE ACTIF DES PERSONNES ÂGÉES DANS LA SOCIÉTÉ.

NOUS CONSIDÉRONS LE CIVISME comme un ensemble de valeurs et d'attitudes, comme les droits et les devoirs des personnes vis-à-vis de la société. Ces qualités ne sont pas données par imposition administrative, mais sont concrétisées dans des façons de faire des personnes de tous les âges. Participer est le résultat de la mise en pratique du civisme dans la vie quotidienne et dans nos relations avec les autres, et implique d'agir et de s'engager. La participation est basée sur les droits et les devoirs des personnes. Dans une société pour tous les âges, les personnes âgées, en tant que personnes, doivent avoir les mêmes droits et les mêmes devoirs que tout le monde. Les personnes âgées sont des citoyens et des citoyens à part entière.

NOUS CONSIDÉRONS COMME DROIT DES PERSONNES, entre autres, le droit à la non-discrimination pour raison d'âge, handicap, race, croyance..., le droit d'être consultées et écoutées et, donc, le droit de décider ; le droit à l'information et à la formation permanente ; en conclusion, le droit d'être reconnues avec les valeurs et les références propres. NOUS CONSIDÉRONS COMME DEVOIRS DES PERSONNES, entre autres, faire un usage responsable des droits dans le cadre de la coresponsabilité ; le devoir de respecter la diversité ; le devoir de participer activement à la société avec des attitudes civiques basées sur le dialogue, la compréhension, la tolérance mutuelle et la cohérence, et aussi le devoir de transmettre des connaissances et une expérience dans les différents domaines de participation.

POUR ENCOURAGER LE CIVISME ET LA PARTICIPATION DANS LA CATALOGNE D'AUJOURD'HUI, les personnes âgées doivent jouer un rôle actif dans la société. Ce n'est que dans le cadre de la coresponsabilité que nous pourrions obtenir une participation im-

(Segueix de la pàgina anterior)

pliquée dans un civisme construit entre tous les âges. Notre participation active et impliquée doit encourager des attitudes et des comportements civiques centrés davantage sur l'ÊTRE, dans le cadre du civisme que sur l'AVOIR. ÊTRE est important, mais pour ÊTRE il faut AVOIR le minimum pour vivre avec qualité et dignité.

Source : *Conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées*. Generalitat de Catalunya. Barcelone 2002. <http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>

14

Promouvoir un plan d'implantation et de suivi des recommandations

Ce livre recueille une série de propositions et de recommandations, dont certaines sont plus globales et d'autres plus concrètes, mais elles ont toutes besoin d'être opérationnelles pour être mises en pratique. Nous recommandons donc la création d'une équipe au Département du Bien-être Social qui se charge de planifier, de donner priorité, d'implanter ou de faciliter, et de faire un suivi des actions nécessaires pour mettre en pratique les recommandations. Il faudra tenir compte des considérations et des apports du Conseil des Personnes Âgées de Catalogne.

- Cette recommandation a pour objectif de garantir l'implantation réussie du plus grand nombre de recommandations possibles.
- Comme première mesure, nous proposons que :
 - Le Département du Bien-être Social doit faire une réflexion profonde sur toutes les institutions, les organismes, les entreprises, les ordres officiels, les collectifs... auxquels ce livre sera distribué.
 - Des actions commencent à être développées, pour mettre chaque « secteur » en rapport avec les recommandations qui les touchent directement.

173 SYNTHÈSE DES RECOMMANDATIONS

1

Promouvoir un plan d'adaptation de notre société à la démographie actuelle, dans laquelle les personnes âgées représentent un volume de population très important

Nous recommandons que, depuis l'Administration catalane, une réflexion soit encouragée de la part des institutions, des entreprises, des organismes sociaux et des citoyens, pour qu'ils s'adaptent à une société dans laquelle les personnes âgées constituent un vaste secteur.

- Cette réflexion doit également être encouragée par les organismes de participation des personnes âgées.

Nous considérons que les différentes organisations sociales (organismes publics, entreprises, organisations du « secteur tertiaire ») doivent procéder à une réorientation stratégique à deux niveaux :

- Au niveau externe : en définissant de quelle manière une population âgée influence leur activité :
 - Perspectives de futur dans le secteur.
 - Nécessité d'incorporer de nouveaux produits / services dans leur portefeuille.
 - Nécessité de changements dans le « format » actuel de leur produit (accessibilité, conception...).
- Au niveau interne : en définissant sous quels aspects les changements démographiques réclament des modifications dans leur politique de ressources humaines.
 - Nous constatons que les politiques de ressources humaines sont toujours majoritairement conçues par une population travaillante « jeune ». Dans la mesure du possible, les entreprises et les institutions doivent adapter progressivement les postes de travail à l'élévation de l'âge du personnel, et penser à faciliter la présence de figures « seniors ».
 - La politique d'avantages sociaux requiert une plus grande incorporation, dans l'ensemble de la négociation de travail, d'avantages propres à la retraite (comme des plans de retraites complémentaires) qui sont déjà très fréquents dans d'autres pays.

- Pour promouvoir ces plans, en plus de participer à la négociation collective, il faut tenir compte de certains éléments qui peuvent favoriser leur prolifération comme, par exemple, que cela ne suppose pas un grand impact sur le pouvoir d'achat de leurs bénéficiaires, que la législation offre de plus grands avantages aux plans collectifs, ou qu'une représentation des bénéficiaires participe au « contrôle » des plans de retraite, entre autres.

Ce processus se réalise ou se réalisera sans doute de façon spontanée de par la dynamique sociale elle-même. Ce que nous recommandons, c'est que l'Administration publique, les organisations patronales, les syndicats et autres acteurs ayant capacité, dirigent activement ce processus, pour qu'il soit mené à terme avant qu'il soit rendu obligatoire par les problèmes d'inadaptation qu'on observe déjà dans de nombreux secteurs.

- La société évolue de façon continue et à grande vitesse, et il faut donc que les administrations adoptent les politiques et les instruments nécessaires pour répondre comme il convient à ces changements.
- Il faut créer aussi une plus grande complicité entre les différentes administrations.

Certains des secteurs dans lesquels il faut concentrer les efforts d'adaptation sont les secteurs de la consommation et des loisirs. En plus de l'inévitable processus d'adaptation que doivent réaliser ces secteurs, nous recommandons que les organisations de consommateurs encouragent une consommation rationnelle, moyennant l'élaboration de guides d'orientation à la consommation (et d'autres éléments d'information) des personnes âgées.

Il faut garantir que ce processus soit aussi réalisé en milieu rural, où les difficultés d'adaptation peuvent être plus importantes en raison de la dispersion de la population.

Pour la réalisation de ce plan d'adaptation, nous recommandons que :

- L'Administration catalane mène à terme un projet d'analyse pour savoir quels sont les obstacles réels qui limitent l'égalité des chances des personnes. Cela implique la révision et l'identification de tous les éléments, en commençant par les lois et les normes qui

peuvent contenir des aspects discriminatoires pour des raisons d'âge, et l'établissement des mesures ou des règles correspondantes.

- Les « livres blancs » actuels constituent la base d'une vaste consultation pour les organisations ayant une capacité de direction dans ces domaines.

- Comme élément spécifique, nous recommandons aussi que la Generalitat élabore un «guide de réflexion». Ce guide doit être un document de référence pour les entreprises, les organisations et les institutions publiques elles-mêmes car il doit les orienter sur les éléments dont il faut tenir compte pour s'adapter au nouvel environnement démographique.

2

Promouvoir une vie salubre entre les personnes âgées

La santé est un des facteurs fondamentaux pour pouvoir maintenir une vie active. Nous recommandons donc que le contrôle des facteurs de risque, la prévention des maladies, et la promotion de la santé, comprise sous tous ses aspects : physique, psychique et social, s'étendent au maximum à toutes les personnes âgées.

- Nous considérons comme un grand succès de notre société qu'à l'âge de 65 ans, il reste encore actuellement de nombreuses années à vivre. Et que, vivre en bonne santé, est une des principales conditions pour vieillir de façon satisfaisante.
- L'évidence scientifique a démontré combien à ces âges, toute une suite d'activités préventives et de promotion de la santé sont encore très efficaces.

Nous recommandons que les personnes âgées tirent parti de l'arrivée de la retraite pour faire, en collaboration avec les professionnels sanitaires, un bilan de leur état de santé, des facteurs de risque et des habitudes, et prévoient un plan d'amélioration de leur santé.

Nous recommandons aussi que l'ensemble des activités préventives menées à terme (en accord avec le Plan de la Santé de Catalogne) par la santé publique, en particulier le réseau d'assistance primaire soit évalué périodiquement.

Nous recommandons que l'Administration continue à réaliser des campagnes de sensibilisation contre les habitudes toxiques et en faveur de la promotion d'une vie salubre.

Nous recommandons à l'ensemble des institutions qui encouragent la pratique de l'exercice physique programmé pour les personnes âgées :

- Par des campagnes de sensibilisation et l'édition de guides d'orientation pour la réalisation d'exercice physique.
- En complétant le conseil par la promotion, nous recommandons donc que les centres sportifs, que ce soit ceux de la Generalitat, ceux des mairies, ou les privés, offrent des activités spécifiques s'adressant aux personnes âgées aux horaires les plus adaptés.

- De la même façon, la promotion de l'activité physique et de la vie salubre doit être renforcée à partir des centres sociaux publics et des centres d'organismes privés.

Nous recommandons que soit évaluée la possibilité de créer des mécanismes qui accréditent ces services qui puissent collaborer à la création et à la maintenance d'habitudes salutaires (comme l'alimentation et les établissements hôteliers), et qui s'adaptent à la promotion de la santé.

3

Améliorer la situation économique des personnes âgées, en particulier, celle des groupes les plus défavorisés

Nous recommandons que l'Administration catalane encourage, dans la mesure de ses possibilités et de ses compétences, toutes les améliorations faisables en ce qui concerne la situation économique des personnes âgées, parce que, pour parler d'une vie active chez les personnes âgées, il est indispensable qu'elles aient une sécurité économique.

Dans ce domaine, les compétences de l'Administration autonome sont infimes. Nous recommandons malgré tout d'intervenir :

- En encourageant des politiques qui contribuent au caractère soutenable du système des retraites.
- En travaillant pour atteindre l'objectif qui consiste à situer les retraites qui sont actuellement les plus insuffisantes, au moins au niveau du salaire minimum interprofessionnel, et en renforçant d'autres politiques qui améliorent la situation économique des retraités les plus défavorisés.
- En demandant depuis la Generalitat de Catalunya le transfert d'un plus grand nombre de compétences pour pouvoir compléter les pensions les plus défavorisées et améliorer ainsi le revenu de ces personnes.

L'état de veuvage n'est pas par définition une situation de carence et de nécessité, il existe cependant un nombre important de veuves dans une situation défavorable. Bien qu'il y ait d'autres groupes particulièrement défavorisés, nous faisons référence à ce groupe en particulier parce que nous devons considérer que les solutions dans ce domaine doivent arriver à court terme, car il s'agit d'un problème du présent, et un changement dans la situation future est prévisible (en fait il se produit déjà actuellement) en raison de la plus grande présence de la femme sur le marché du travail. Certaines actions importantes dans ce sens consisteraient à :

- Rendre compatibles les pensions de veuvage et le SOVI, pour reconnaître la contribution de ces personnes au monde du travail comme il est indiqué dans les accords du 4^e Congrès des Personnes Âgées.
- Parallèlement, il faut qu'au Congrès des députés

soient débattues différentes formules pour améliorer la situation de ce groupe. Dans ce contexte, nous présentons certaines options :

- Une option consisterait à augmenter les pensions de veuvage à un pourcentage de la base régulatrice de la retraite du conjoint qui soit au minimum de 75%, en fonction de l'existence d'autres revenus ou non, et qui augmente progressivement jusqu'à atteindre les 100%.
- Une autre option, consisterait, plutôt qu'à augmenter le pourcentage, à compléter les pensions de veuvage les plus basses, jusqu'à atteindre le montant du salaire minimal interprofessionnel, à condition que la pension constitue l'unique ou la principale source de revenus.

Reprenons aussi certaines recommandations complémentaires définies au 4^e Congrès des Personnes Âgées :

Établissement du montant de la retraite en fonction de la totalité des années et des bases régulatrices cotisées. Le montant minimal serait défini par le SMI.

Maintenance et dotation annuelle du Fonds de Garanties des Retraites en fonction des excédents de la Sécurité Sociale, et inclusion des éventuels excédents des Budgets Généraux de l'État. Doter ces Fonds de normes légales qui empêchent, le cas échéant, qu'en période de déficit budgétaire, on puisse en disposer, ou qu'on puisse les utiliser pour avaliser ou garantir d'autres engagements de l'État.

Source : *Texte approuvé en séance plénière au Congrès National des Personnes Âgées*. Generalitat de Catalunya. Département du Bien-Être Social. Barcelone 2002.

Il faut également que l'Administration promeuve un système qui compense par des aides plus importantes les personnes ayant davantage de problèmes de dépendance et la famille, pour qu'elles puissent faire face aux dépenses économiques plus importantes dont elles font l'objet. Une façon de le mettre en pratique consisterait à réduire la pression fiscale sur les groupes ayant une dépendance y qui ont aussi les revenus les plus bas.

Nous recommandons aussi que soient établies des mesures pour la réduction de dépenses pour les per-

sonnes qui ont des revenus insuffisants, en réduisant, par exemple, les coûts fixes de disposition des services du gaz, d'électricité, d'eau, de téléphone...

Nous recommandons comme mesures complémentaires en rapport avec l'épargne :

- Que les agents sociaux abordent, dans le cadre des négociations de travail, la création d'avantages sociaux liés à l'épargne, pour réduire, dans la mesure du possible, la perte de pouvoir d'achat qui accompagne généralement la retraite.
- Dans cette même ligne, nous recommandons aux administrations d'encourager, moyennant des aides fiscales et d'autres politiques d'encouragement, l'épargne et l'investissement pour la retraite.
- Les organismes financiers peuvent mettre au point des produits spécifiques pour les personnes âgées, et nous recommandons qu'ils soient innovateurs dans ce sens, en concevant des produits qui protègent les économies de ce groupe tout en offrant une information claire et transparente.

Nous considérons que la société catalane doit aborder le problème lié à l'absence de protection économique des maîtresses de maison. Conscients du fait qu'il s'agit d'un problème très complexe et aux multiples facettes, nous proposons qu'un débat soit au moins ouvert sur les façons de garantir une retraite digne à ces personnes.

4

Généraliser la préparation à la retraite active

Nous recommandons que les activités de formation à la préparation à la retraite soient généralisées dans notre société, pour que la grande majorité des citoyens puissent avoir un point d'orientation dans cette transition vitale si importante. Nous pensons que le terme « préparation à la retraite active » comprend, au sens large, la préparation à un vieillissement actif et satisfaisant, des professionnels qui prennent leur retraite et de leur entourage familial le plus proche.

La retraite marque souvent davantage la vie de nombreuses personnes que l'âge lui-même. Pour faire face à la retraite d'une manière positive, il est fondamental de découvrir tout au long de la vie quelles sont les inquiétudes et les intérêts de chacun en dehors du domaine du travail, et de passer son temps libre à réaliser des activités motivantes et qui occupent. Ces activités sont celles qui aideront le retraité à rester actif et à être une personne active après la retraite. Malheureusement, beaucoup de gens ne sont pas assez habitués à cultiver le temps libre et, par conséquent, promouvoir cette préparation est un bon moyen de développer un vieillissement actif.

Les administrations publiques et les agents sociaux doivent faire un effort pour que ces activités, qui ont eu jusque-là un caractère plutôt exceptionnel, s'étendent à l'ensemble de la population tout au long de la vie de travail, et surtout dans les années qui précèdent la retraite. Pour ce faire, il est nécessaire que l'Administration établisse les mesures régulatrices nécessaires pour que cette préparation se généralise dans et à partir des entreprises elles-mêmes. Cette préparation peut être concrétisée par des séminaires, des programmes de simulation, des psychodrames, etc.

La préparation à la retraite devrait constituer un des aspects à prendre en compte dans la négociation de travail, comme une partie des avantages sociaux à incorporer dans la vie de travail. Cependant, la présence majoritaire de petites et moyennes entreprises (sans un minimum de masse critique pour organiser seules ces activités), requiert une implication active des administrations locales.

L'Administration catalane peut contribuer à cette tâche à travers :

- L'implantation active de la préparation à la retraite des travailleurs des administrations.
- Faciliter la diffusion, auprès des organisations qui peuvent se charger de donner les cours, du « Plan de préparation à la retraite active » du Département du Bien-être Social qui est déjà bien expérimenté et évalué.
- Le « Plan de préparation à la retraite active » devrait pouvoir être réalisé dans les salles et les centres d'adultes en application du principe de « formation tout au long de la vie ».

5

Approfondir les mesures d'une retraite progressive et flexible et éviter la discrimination dans le travail pour raison d'âge

Nous recommandons d'approfondir sur le thème de l'élimination de barrières pour garantir la compatibilité entre la retraite et la réalisation d'un travail à temps partiel. Nous proposons, pour cette raison, d'établir des mécanismes de suivi des mesures établies par la nouvelle loi (Décret-loi Royal 16/2001, du 27 décembre, sur les mesures pour l'établissement d'un système de retraite progressif et flexible), pour connaître leurs implications dans la pratique et établir les mesures correctrices adéquates.

Le système de retraite actuel devrait tendre, en maintenant le droit à la retraite volontaire, à un système de retraite basé sur la capacité et non sur l'âge.

Parallèlement, les mesures régulatrices appropriées doivent être établies par l'Administration pour éviter la discrimination dans le travail pour raison d'âge, en donnant une égalité des chances à toutes les personnes en matière d'embauchage, de formation, promotion, etc.

6

Encourager la formation des personnes âgées comme une manière de continuer à se réaliser et à s'adapter aux changements sociaux tout au long de la vie, et aussi de profiter de leurs valeurs et connaissances pour donner une formation

Nous recommandons que la formation soit un instrument privilégié pour maintenir l'activité des personnes âgées après la retraite. Cela comprend aussi bien la transmission des connaissances et des valeurs acquises des personnes âgées aux plus jeunes, que la formation générale ou spécifique destinée aux personnes âgées.

Le concept « apprendre tout au long de la vie » implique une redéfinition des cadres, des stratégies et des méthodes pour que les personnes âgées puissent continuer à apprendre.

- Il est donc important que l'Administration et les institutions éducatives elles-mêmes fassent un effort pour faire connaître aux personnes âgées les programmes de formation qui existent déjà (AFOPA, Formation pour Adultes de la Generalitat, programme UAB, etc.).
- D'autre part, il faut encourager l'utilisation des équipements actuels (université, écoles...), en les ouvrant à l'incorporation d'activités partielles pour personnes âgées.
- Parallèlement, nous recommandons que l'offre des différentes institutions éducatives soit élargie, en adaptant les activités au rythme d'apprentissage et aux connaissances antérieures des personnes. Il s'agit d'offrir un enseignement dans lequel les personnes adultes puissent se sentir à l'aise, indépendamment de leur âge. Cela implique d'être innovateurs dans les moyens didactiques, les méthodologies, les horaires, etc.
- Les universités doivent fournir une offre innovatrice aux personnes âgées qui prévoit, par exemple :
 - De rapprocher l'université des personnes âgées dans les centres situés en dehors des grandes villes et donc éloignés des universités, à travers des programmes spécifiques mobiles, dans lesquels la personne qui se déplace est le professeur et non l'élève.
 - Créer une offre spécifique pour que les personnes âgées puissent participer à la formation universitaire, en établissant des mécanismes d'accès qui la facilitent.

- Nous recommandons aussi de profiter des voies traditionnelles de formation par correspondance et surtout des nouvelles technologies pour ouvrir des offres de formation à distance, car l'accessibilité à la formation augmente au fur et à mesure qu'augmente la maîtrise des nouvelles technologies.

L'Administration et les universités elles-mêmes devraient créer un système de bourses qui permette aux personnes âgées avec peu de moyens économiques et ayant envie d'apprendre, de suivre les études qu'elles veulent suivre. D'autre part, il faut promouvoir l'incorporation des personnes âgées à la formation d'autres personnes, à travers la création de programmes dirigés par des personnes âgées qui soient incorporées aux écoles, universités, associations, etc.

- Comme exemple d'initiatives dans ce sens menées à terme par des associations, nous pouvons citer les expériences de CONEX ou SECOT.

7

Incorporer les personnes âgées aux nouvelles technologies, comme une manière de promouvoir l'égalité des chances

Nous recommandons qu'un effort spécial soit fait pour initier les personnes âgées aux nouvelles technologies. Cette initiative prétend établir les moyens nécessaires, pour que les personnes âgées soient sur un pied d'égalité avec les jeunes générations, déjà pleinement initiées aux nouvelles technologies.

Les nouvelles technologies sont en elles-mêmes un instrument et ne doivent donc pas devenir une finalité. Le plus important, c'est donc d'éveiller l'intérêt des personnes à travers la conception d'activités ayant cette finalité.

Dans ce sens, nous recommandons un effort actif de l'Administration, des organisations de personnes âgées, des œuvres sociales des organismes financiers, etc., pour obtenir un effort soutenu dans le temps. Par conséquent, il est recommandé en premier lieu :

- De faire une étude qui permette d'identifier et de définir quels sont réellement les éléments et les activités de cet environnement qui éveillent ou puissent susciter un plus grand intérêt chez les personnes âgées.
- De promouvoir des cours de formation spécialement adaptés à une génération qui a été éloignée de ces technologies.

Parallèlement certaines actions plus concrètes sont proposées :

- Nous encourageons les œuvres sociales et d'autres institutions à fournir l'équipement informatique aux centres et associations.
- Les entreprises de software devraient fournir des licences de programmes à titre gratuit aux organisations ou associations à but non lucratif.
- Favoriser les possibilités d'acquisition d'équipements à des prix accessibles pour les personnes âgées avec peu de moyens (par exemple pour des postes de travail spécifiques pour l'accès télématique).
- Les compagnies de téléphonie devraient établir des offres spéciales, par exemple, dans les prix des forfaits et à bande large, pour les personnes avec moins de

moyens, entre autres, les personnes âgées qui sont dans cette situation.

- L'Administration et les associations de personnes âgées devraient promouvoir la création d'expériences qui favorisent la participation interactive des personnes âgées, moyennant, par exemple, la création de communautés virtuelles.

- Les associations de consommateurs devraient orienter les usagers en ce domaine, moyennant l'élaboration d'informations claires et structurées qui réduisent la confusion et la désinformation qui existent chez une bonne partie de la population.

Nous recommandons de promouvoir la recherche et la mise au point de produits qui facilitent l'utilisation des systèmes par les personnes qui ont un certain type de handicap (amplificateurs d'image, reproducteurs de relief, convertisseurs tactiles...).

Il convient aussi que l'Administration et les entreprises encouragent la connaissance et l'accès aux nouvelles technologies qui contribuent à l'amélioration de la qualité de vie des personnes âgées (télé-assistance, télé-médecine...) et aident à maintenir leur autonomie et leur indépendance, surtout pour les personnes qui vivent seules.

8

Promouvoir une image positive des personnes âgées

Nous recommandons que le Département du Bien-être Social mette en marche une politique active, pour éliminer les stéréotypes négatifs qui touchent les personnes âgées dans notre société. L'augmentation de l'espérance de vie sans handicap a rendu obsolètes nombre des concepts relatifs aux personnes âgées, mais toute une suite de stéréotypes liés à l'âge persistent qu'il faut combattre, dans l'ensemble de la société et chez les personnes âgées elles-mêmes.

Nous considérons que l'effort doit être centré sur la création d'une politique de communication permanente, qui facilite la diffusion des capacités et du grand nombre d'activités et de contributions réalisées, en particulier les actions citoyennes solidaires menées à terme à travers des initiatives individuelles ou collectives.

- Les organisations de personnes âgées incorporent avec normalité des programmes de défense de l'environnement, de nouvelles technologies, de coopération internationale, etc. Il faudrait reconnaître l'effort des organisations pour s'adapter à ces nouvelles réalités de normalisation qui peuvent contribuer à dépasser de vieux topiques.

D'autre part, il serait recommandable que la Generalitat étudie périodiquement la situation réelle de la présence et les caractéristiques de ces stéréotypes dans notre société.

- Il serait plus que recommandable que certaines institutions réalisent un monitoring de la façon dont les moyens de communication abordent le sujet des personnes âgées. L'administration doit, par conséquent, promouvoir des études qui analysent, par exemple, les annonces publicitaires pour corriger la publicité qui fait un usage inadéquat de l'image des personnes âgées.

- Dans ce sens, on peut établir des mécanismes de reconnaissance pour les publicistes qui transmettent une image positive des personnes âgées.

Il serait également positif que le Département du Bien-être Social promeuve des séminaires aux moyens de communications, journalistes et publicistes, pour contribuer à faire en sorte que ces agents changent les

stéréotypes et diffusent une image positive, plurielle et objective des personnes âgées.

- Les professionnels des médias doivent être conscients du fait que nous sommes tous potentiellement âgés, et que ce groupe, en plus d'être hétérogène, vit une vie aussi pleine que les groupes qui forment tous les autres segments d'âge.

9

Promouvoir une conception pour tout le monde

Nous recommandons que la société catalane incorpore de façon systématique les principes de la « conception pour tout le monde » en matière d'urbanisme, de construction, de moyens de transport et de production industrielle, pour obtenir un pays accessible pour tous. Ces principes ne doivent pas se limiter aux aspects relatifs au design architectural, mais ils doivent être appliqués à toutes sortes de services et de produits (livres, appareils électroniques, signalisations...). Dans ce sens, il faut, d'une part, construire et produire sans barrières et, d'autre part, incorporer les aides techniques nécessaires qui facilitent l'usage des espaces et des produits.

Par conséquent, nous recommandons que les universités incorporent aux programmes de formation de professionnels (architectes, ingénieurs, etc.) la réalité de la situation démographique et les principes de la conception pour tous, parce qu'il n'est pas cohérent qu'une société dans laquelle les personnes âgées occupent une frange très significative forme ses professionnels en oubliant cette circonstance.

Les habitations conçues actuellement ont une vie utile de plusieurs décennies, et nous recommandons donc que tous les professionnels qui conçoivent des habitations aujourd'hui tiennent compte, de préférence, de tous les éléments en rapport avec l'accessibilité ; si ce n'est pas le cas, le problème de la non-accessibilité durera de nombreuses années.

L'effort fait par notre pays au cours des dernières décennies en ce qui concerne le développement des normes d'accessibilité et de sécurité, doit être poursuivi. Nous recommandons que soient encouragés l'effort de création de normes et le suivi de leur application.

- La révision des normes devrait inclure des conditions spécifiques, pour garantir la « possibilité de transformation » de l'intérieur des habitations en des espaces accessibles en cas de besoin.

En ce qui concerne les technologies qui favorisent la mobilité et l'accessibilité dans l'habitation, elles doivent être accessibles et fiables. En outre, une bonne diffusion des progrès est nécessaire, car il y a souvent

une grande méconnaissance de ces éléments par la population, surtout celle qui vit seule ou dans les zones les plus rurales.

- Que l'Administration fournisse des aides économiques pour permettre l'accès aux habitations qui n'ont pas d'ascenseur, car une des principales causes de la solitude et du manque de vie active est précisément la difficulté pour sortir de chez soi.

- Que les différentes associations de bénévolat encouragent les groupes de bénévoles qui aident à sortir de chez elles les personnes qui vivent dans des habitations d'accès difficile.

- La conception de programmes pour faire en sorte que les personnes qui vivent seules dans des habitations inappropriées et souvent très âgées, et qui ne disposent pas de grands moyens économiques, puissent partager des logements mieux adaptés à leurs caractéristiques.

- L'établissement de programmes de révision des habitations des personnes qui présentent un risque plus important (des personnes âgées qui vivent seules, des personnes avec une détérioration cognitive...), pour garantir les conditions minimales d'accessibilité et de sécurité.

- D'étudier, de systématiser et de diffuser les causes d'accidents et les éléments de risque qui touchent la sécurité des personnes âgées, en rapport avec les caractéristiques des espaces physiques et leurs éléments pour promouvoir un environnement physique sûr.

- De mettre à la portée des professionnels les recommandations techniques de la conception pour tous, les administrations assumant un rôle de facilitation.

- Que l'Administration et les entreprises prennent en considération l'incorporation des systèmes d'étiquetage de produits adaptés à la « conception pour tous ».

- Que l'Administration encourage les industries à rechercher et produire des produits accessibles pour tous.

- Un exemple pourrait être la création d'un prix annuel, qui reconnaisse les « produits qui ont une conception valable pour tous ».

- De réaliser une plus grande diffusion des services qui sont offerts par le « Centre pour l'autonomie personnelle SIRIUS », le CRID et d'autres institutions.

- De promouvoir une campagne pour sensibiliser l'ensemble de la société à la priorité dans l'utilisation de sièges dans les transports publics ou dans d'autres domaines, et d'établir les mécanismes nécessaires pour garantir l'application des normes existantes.

10

Participer civiquement et activement à une société *pour tous* les âges

Nous recommandons d'encourager la participation active des personnes âgées à notre société, pour qu'elles apportent leur contribution importante à la construction « d'un pays pour tous les âges ».

- Nous recommandons donc que soient faites des campagnes enthousiasmantes qui montrent que tout le monde, indépendamment de l'âge, a des choses à apporter et à faire dans le monde des associations et du bénévolat. Il faut éviter que les personnes arrêtent de mener à terme des initiatives, par manque de confiance dans leurs possibilités de participation.

- Nous recommandons que les personnes âgées essaient de faire en sorte que leur activité sociale ne réponde pas seulement à des intérêts spécifiques des personnes âgées, mais qu'elles aient une interaction avec les autres organisations de la société. Cette idée doit incorporer les principes « d'interaction des générations » et de « coresponsabilité » comme ils ont été élaborés au 3^e Congrès National des Personnes Âgées. Il faut encourager, dans ce sens, la participation transversale, en faisant en sorte que les personnes âgées dirigent des projets ayant un intérêt social, éthique, économique, environnemental... et qui permettent l'interrelation de personnes d'âges différents ayant un même intérêt commun.

- Nous recommandons que soit encouragé le riche tissu des associations qui existe en Catalogne, pour renforcer les possibilités des personnes âgées de s'associer, sous forme d'organisations spécifiques de personnes âgées ou sous forme d'autres associations.

- Les associations et équipements actuels des personnes âgées devraient réviser leur situation pour tirer parti de toutes les occasions « d'ouvrir » leurs portes à des activités intéressant plusieurs générations, moyennant, par exemple, la création de liens entre des associations de personnes âgées et d'autres secteurs.
- Les administrations doivent soutenir et établir les ponts de communication nécessaires pour mettre en marche des initiatives qui encouragent la coopération entre associations, et éviter qu'elles ne se referment sur elles-mêmes. Il faut donc multiplier les rencontres entre associations et la réalisation de projets conjoints.

- L'Administration devrait promouvoir une recherche qui aide à voir comment sont, comment fonctionnent, comment sont configurées les dynamiques participatives dans les associations, en particulier sur des projets intéressant plusieurs générations et des actions solidaires.
- Promouvoir le bénévolat est sans aucun doute une des meilleures formes de collaboration entre les générations.

Il faut maintenir et approfondir le soutien au bénévolat, des personnes âgées et des bénévoles de la société et des plus jeunes comme bénévoles pour aider les personnes âgées dans le besoin.

Étant donné le riche tissu des associations existant, nous considérons qu'il faut faire un effort pour systématiser et fournir l'information sur les activités et les organisations existantes.

● Nous recommandons à l'Administration catalane de définir, conjointement avec les associations, une politique d'information d'activités et d'expériences. C'est pourquoi nous recommandons la création d'un « observatoire » des initiatives réalisées à partir du monde des associations et du bénévolat, qui mène à terme une révision d'expériences internationales dans le but de diffuser les plus intéressantes et innovatrices à d'autres groupes, pour que les gens qui en ont envie et en aient la capacité puissent les mettre en pratique, puissent les « reproduire » et les étendre à d'autres territoires ou faire partie de celles qui existent déjà. Il faut en même temps favoriser la création de réseaux d'associations. Nous recommandons, dans ce sens, que la plateforme technologique de l'Institut Catalan du Bénévolat qui promeut le réseau des associations et du bénévolat en Catalogne et facilite le travail en réseau des organismes, serve aussi d'élément spécifique pour la diffusion et la connaissance des bonnes pratiques.

Il faut mettre au point des instruments et des voies qui encouragent le vieillissement actif et la participation de toutes les personnes âgées, en pensant non seulement à celles qui jouissent d'un bon état de santé physique et mental, mais aussi à celles qui sont en situation de fragilité ou dépendance.

Nous recommandons aussi d'augmenter la participation des personnes âgées, à travers les organes cor-

respondants, à la conception des services publique ou privée. Cela aidera à savoir quelles sont les nécessités réelles, les réponses les plus appropriées, etc. à la conception de tous les types de programmes.

- Nombre des nécessités ou des solutions établies serviront, en même temps, à d'autres collectifs de la société. Un exemple pourrait être celui de la participation des personnes âgées à la conception de programmes d'assistance à domicile.

Participer activement dans ce sens implique de disposer de temps, d'avoir une attitude et des habiletés des participants. Malgré cela, les administrations doivent mettre à la portée des personnes les mécanismes de soutien pour les mettre en pratique, moyennant, par exemple, l'organisation d'ateliers qui facilitent les opérations de participation.

L'incorporation de la femme à la participation sociale est un phénomène croissant, mais malgré cela, cette participation ne se reflète pas dans la même proportion dans les groupes de direction des organismes et des associations, et il faut donc encourager les associations à transformer cette situation.

Nous pensons aussi que la participation des personnes âgées doit se développer dans l'entourage familial, où les personnes âgées ont à nouveau un rôle actif, surtout quand il s'agit de s'occuper des petits-enfants, depuis l'incorporation de la femme au monde du travail. De même, il faut renforcer la participation dans l'environnement de proximité, pour collaborer à l'amélioration d'éléments de leur « micro-environnement » du quartier ou du voisinage, par exemple.

Finalement, il faut tenir compte du fait que la création d'institutions trop spécifiques pour les gens qu'elles doivent théoriquement aider, peut avoir un effet pernicieux qui engendre l'exclusion. Il faut donc faire prendre conscience et renforcer les institutions existantes en matière de nécessités et de spécificités de cette population au lieu d'en créer de nouvelles qui puissent générer un éloignement entre les générations.

- Comme il est manifesté au 4^e Congrès des Personnes Âgées, « le fait que chez les personnes âgées il y ait des dénominateurs communs ne justifie pas l'application d'actions spécifiques, mais des nécessités claires ».

11

Encourager la culture de la solidarité

Nous recommandons que l'Administration catalane et ses organes pertinents, comme l'Institut Catalan du Bénévolat, encouragent la culture de la solidarité canalisée à travers le bénévolat. Le groupe de population formé par les personnes âgées a un grand potentiel de croissance en ce qui concerne le nombre de bénévoles, et il s'agit aussi d'un choix qui met l'accent sur la vie active. Nous recommandons donc que soient renforcées les campagnes destinées à diffuser les différentes tâches réalisées par les bénévoles.

De leur côté, les organismes et les associations de bénévoles doivent remplacer leur attitude qui consiste à « demander des bénévoles » par « inviter les personnes » à participer à des projets concrets et enthousiasmants, c'est pourquoi nous leur recommandons de définir le profil des lieux d'action bénévole, pour apporter une réponse adéquate aux « nécessités » de tous les intéressés (bénévoles, organismes, bénéficiaires et société).

Les cours de préparation à la retraite doivent incorporer la présentation « des associations et du monde du bénévolat », pour diffuser cette option comme alternative pour avoir une vie active.

Des cours de formation de bénévoles sont actuellement donnés et nous pensons que cette tâche est nécessaire et que sa promotion vaut la peine dans la mesure du possible et qu'il faut l'incorporer comme pratique habituelle dans les organismes en établissant même des plans de formation annuels pour les bénévoles.

Il serait intéressant que les entreprises, dans un cadre de responsabilité sociale, encouragent une ligne de promotion du « bénévolat d'entreprise » (*corporate volunteering*), par lequel le travailleur destine progressivement une plus grande partie de sa journée à la collaboration dans une organisation à but non lucratif. Ce type de participation doit répondre à des intérêts corporatifs et du travailleur lui-même et faciliter une retraite progressive et flexible.

La charte du bénévolat de Catalogne établit comme droit du bénévole le fait d'« être couvert pour les

risques qui découlent de l'activité qu'il mène à terme comme bénévole... » ; malgré cela, on observe que les personnes âgées ont des difficultés à être assurées par les compagnies d'assurances. Nous recommandons donc que ces compagnies fournissent des assurances pour ce groupe et que l'Administration établisse les règlements correspondants pour trouver et garantir une solution à cette situation.

Finalement, il faut sensibiliser la population en général face aux grands problèmes éthiques, sociaux et économiques du monde (des phénomènes comme la globalisation, la pauvreté, l'immigration ou l'environnement, parmi de nombreux autres), à ceux des pays développés et à ceux des pays en voie de développement. Ce sont des sujets qui touchent aussi les Personnes Âgées, et sur lesquels ce groupe peut faire des tâches à travers le monde des associations et du bénévolat.

- Il faut que la préoccupation pour ces thèmes soit présente dans toutes les associations, indépendamment du domaine d'action ou de l'objectif principal.

12

Encourager la culture des loisirs actifs

Il est bien évident que la préparation aux loisirs actifs commence bien avant de devenir âgé. Il faut que les personnes apprennent à « faire des choses » et à remplir le temps libre avant d'arriver à la retraite, en tirant parti du temps que donne la journée de travail actuelle. Plus l'habitude de réaliser certaines activités est importante, plus le « domaine » acquis le sera, et plus il sera facile de développer les penchants après la retraite.

Pour favoriser les loisirs actifs, nous recommandons de :

- Systématiser la réalisation d'un bilan personnel de compétences, de penchants, de désirs et d'activités éventuelles à réaliser après la retraite.
- Renforcer les politiques actuelles de soutien général aux loisirs actifs autour du monde des associations, des personnes âgées et, en général, de toute la société.
- Systématiser les services d'information et d'orientation, pour donner accès à la vaste offre d'activités qui existe aux personnes âgées.
- Favoriser l'interaction entre les différentes générations dans l'utilisation partagée des ressources de loisirs disponibles.

Pour la conception des activités de loisirs destinées au grand public en général, nous recommandons de tenir compte des aspects d'ergonomie et de design, pour les rendre accessibles aux personnes âgées.

Les nouvelles générations de personnes âgées ont un niveau culturel et des coutumes différentes de celles des générations plus âgées et, les besoins de loisirs changent donc. Nous recommandons donc que les centres sociaux, les entreprises, les institutions, ou toute autre organisation se consacrant aux activités de loisirs, révisent périodiquement leurs programmes et adaptent leur offre aux nouvelles nécessités.

Nous recommandons que les activités encouragées par l'Administration et les centres sociaux renforcent les aspects purement ludiques, de même que les culturels, et le développement de la participation sociale. Dans ce sens, les activités devraient être orientées vers d'autres éléments « enrichissants », qui aillent au-delà du « divertissement ».

- La référence la plus connue qui nous puissions citer est l'organisation de voyages liés au « tourisme culturel », « tourisme gastronomique », etc.

Le « tourisme virtuel » ou les « voyages virtuels », peuvent constituer un type alternatif de loisirs, surtout pour les personnes qui ont des difficultés pour se déplacer, ou faire partie de la préparation de voyages.

- Exemple : « Voyage virtuel » sur les webs de différents musées ayant des œuvres d'un auteur, etc.

13

Promouvoir l'exercice des droits et des devoirs des personnes âgées

Nous voulons reprendre, dans ce point, certains fragments des conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées, qui s'est déroulé au mois de mai de cette année et qui a coïncidé avec la réalisation de ce travail, car, ils comprennent en grande partie nombre des idées reprises dans ce livre.

CONCLUSIONS DE LA CONFÉRENCE A. UN PAYS POUR TOUS. L'APPORT DES PERSONNES ÂGÉES DANS LA PERSPECTIVE DU NOUVEAU MILLÉNAIRE.

L'APPORT DES PERSONNES ÂGÉES DANS LA PERSPECTIVE DU NOUVEAU MILLÉNAIRE, doit être considérée dans tous les domaines. Nous pouvons apporter notre opinion et travailler ensemble avec et pour la société, avec la volonté de partager, sans nous isoler pour raison d'âge ou des façons de penser analogues. Vieillir doit être vécu de façon positive, depuis la maturité et la reconnaissance d'un travail fait et d'un nouveau travail à faire pour pouvoir évaluer notre trajectoire comme une vie pleine. C'est pourquoi, avec cette volonté participative, nous avancerons pour changer l'image que la société se fait encore actuellement des personnes âgées, plus centrée à montrer que nous sommes des personnes réceptrices de ressources et de services que sur les possibilités que nous avons de continuer à apporter. Comme ensemble de personnes, nous avons le droit d'être récepteurs mais aussi le devoir de continuer à apporter.

Source : *Conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées.* Generalitat de Catalunya. Barcelone 2002. <<http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>>

CONCLUSIONS DE LA CONFÉRENCE B : LA QUALITÉ DE VIE DANS LE CADRE DE LA SOCIÉTÉ DE BIEN-ÊTRE. LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES ÂGÉES. L'ASSISTANCE AUX PERSONNES ÂGÉES

Après avoir travaillé la conférence « La qualité de vie dans le cadre de la société du bien-être. La qualité de vie des personnes âgées. L'assistance aux personnes âgées », NOUS VOULONS METTRE L'ACCENT SUR l'article 25 de la Déclaration universelle des droits de l'homme, parce que nous pensons qu'il reprend toute l'essence de ce concept. C'est pourquoi nous insistons pour le transcrire comme premier point de ces accords :

(Segueix de la pàgina anterior)

« Toute personne a droit à un niveau de vie qui assure sa santé, son bien-être et celui de sa famille, en particulier dans le domaine de l'alimentation, de l'habillement, du logement, des soins médicaux et des services sociaux nécessaires ; toute personne a droit à la sécurité en cas de chômage, de maladie, d'invalidité, de veuvage, de vieillesse, ou dans d'autres cas de perte de moyens de subsistance pour des circonstances étrangères à sa volonté »

Source : Conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées. Generalitat de Catalunya. Barcelone 2002. <http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>

CONCLUSIONS DE LA CONFÉRENCE C : CIVISME ET PARTICIPATION. LE RÔLE ACTIF DES PERSONNES ÂGÉES DANS LA SOCIÉTÉ.

NOUS CONSIDÉRONS LE CIVISME comme un ensemble de valeurs et d'attitudes, comme les droits et les devoirs des personnes vis-à-vis de la société. Ces qualités ne sont pas données par imposition administrative, mais sont concrétisées dans des façons de faire des personnes de tous les âges. Participer est le résultat de la mise en pratique du civisme dans la vie quotidienne et dans nos relations avec les autres, et implique d'agir et de s'engager. La participation est basée sur les droits et les devoirs des personnes. Dans une société pour tous les âges, les personnes âgées, en tant que personnes, doivent avoir les mêmes droits et les mêmes devoirs que tout le monde. Les personnes âgées sont des citoyens et des citoyens à part entière.

NOUS CONSIDÉRONS COMME DROIT DES PERSONNES, entre autres, le droit à la non-discrimination pour raison d'âge, handicap, race, croyance..., le droit d'être consultées et écoutées et, donc, le droit de décider ; le droit à l'information et à la formation permanente ; en conclusion, le droit d'être reconnues avec les valeurs et les références propres. NOUS CONSIDÉRONS COMME DEVOIRS DES PERSONNES, entre autres, faire un usage responsable des droits dans le cadre de la coresponsabilité ; le devoir de respecter la diversité ; le devoir de participer activement à la société avec des attitudes civiques basées sur le dialogue, la compréhension, la tolérance mutuelle et la cohérence, et aussi le devoir de transmettre des connaissances et une expérience dans les différents domaines de participation.

POUR ENCOURAGER LE CIVISME ET LA PARTICIPATION DANS LA CATALOGNE D'AUJOURD'HUI, les personnes âgées doivent jouer un rôle actif dans la société. Ce n'est que dans le cadre de la coresponsabilité que nous pourrons obtenir une participation im-

(Segueix de la pàgina anterior)

pliquée dans un civisme construit entre tous les âges. Notre participation active et impliquée doit encourager des attitudes et des comportements civiques centrés davantage sur l'ÊTRE, dans le cadre du civisme que sur l'AVOIR. ÊTRE est important, mais pour ÊTRE il faut AVOIR le minimum pour vivre avec qualité et dignité.

Source : *Conclusions du 4^e Congrès National des Personnes Âgées*. Generalitat de Catalunya. Barcelone 2002. <http://www.gencat.es/benestar/congres/concluponen.htm>

14

Promouvoir un plan d'implantation et de suivi des recommandations

Ce livre recueille une série de propositions et de recommandations, dont certaines sont plus globales et d'autres plus concrètes, mais elles ont toutes besoin d'être opérationnelles pour être mises en pratique. Nous recommandons donc la création d'une équipe au Département du Bien-être Social qui se charge de planifier, de donner priorité, d'implanter ou de faciliter, et de faire un suivi des actions nécessaires pour mettre en pratique les recommandations. Il faudra tenir compte des considérations et des apports du Conseil des Personnes Âgées de Catalogne.

- Cette recommandation a pour objectif de garantir l'implantation réussie du plus grand nombre de recommandations possibles.
- Comme première mesure, nous proposons que :
 - Le Département du Bien-être Social doit faire une réflexion profonde sur toutes les institutions, les organismes, les entreprises, les ordres officiels, les collectifs... auxquels ce livre sera distribué.
 - Des actions commencent à être développées, pour mettre chaque « secteur » en rapport avec les recommandations qui les touchent directement.

BIBLIOGRAFIA

- ABELLÁN, A. «Los problemas estructurales del sistema de la Seguridad Social y el Pacto de Toledo». *Revista de Gerontología*. 1996, vol. 6, p. 192-194.
- ABELLÁN, A. «Problemas de Vivienda y Riesgo de Institucionalización». *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. 1999, vol. 9, p. 253-257.
- Accions realitzades per al compliment dels acords. Generalitat de Catalunya, Direcció General d'Acció Cívica. *3r Congrés Nacional de la Gent Gran*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social, 1998.
- ALFAGEME, C. «La soledad y el género: una aproximación factorial a la desigualdad económica entre los ancianos españoles de los años 90». *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. 1999, vol. 9, p. 147-153.
- ARAGALL, F. *Accessibilitat al municipi: espai públic per a tothom*. Barcelona: Oficina Tècnica de Cooperació (OTC), 1999.
- Asociación Europea para la Educación de Adultos. *Personas Mayores: Personas-Recurso para la Educación de Adultos*. Barcelona: Commission of the European Communities; Generalitat de Catalunya, 1997.
- Australian Institute of Health and Welfare; Office of the Aged in the Commonwealth Department of Health and Family Services. *Older Australia at a glance*. Austràlia: Australian Institute of Health and Welfare, 1997.
- BARBERO, F.; CALVO, J.; CALVO, A.; [et al.]. «Programas de revitalización, mantenimiento físico y deporte en personas mayores: evaluación de la aptitud física». *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. 1996, vol. 6, p. 31-36.
- BAZO, M.T. «La vejez como construcción cultural». *Revista de Gerontología*. 1992, vol 4, p. 237-242.
- BERLO, A. *Elderly on Internet: 2 years of experience with special courses and design of course material*. <[Http://www.stakes.fi/tidecong/321berlo.html](http://www.stakes.fi/tidecong/321berlo.html)>.
- BLÁZQUEZ, F.; GÓMEZ, P. *El impacto de las nuevas tecnologías en las personas mayores*. <[Http://www.ula-val.ca/dgfc/age3/aiuta/textes/blasquez.htm](http://www.ula-val.ca/dgfc/age3/aiuta/textes/blasquez.htm)>.
- BOVENBERG, L.; VAN DER LINDEN, A. «Pension Policies and the Aging Society». *The OECD Observer*. 1997, April/May, no. 205.
- BÜHLER, C. *Assistive Technology Market and Research*. Association for the Advancement of Assistive Technology in Europe (AAATE), 2000.
- CAMPOS, J.A. *Las actividades económicas de las personas mayores*. Madrid: Secot, 1995.
- CAÑAS, G. «Bruselas quiere cotizaciones más elevadas para las pensiones». *El País*. 26 julio 2001.

- Catalunya. «Decret 100/1984, del 10 d'abril, de Supressió de Barreres Arquitectòniques. *Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya*, 18 d'abril de 1984, núm. 427.
- Catalunya. «Decret 135/1995, de 24 de març, de desplegament de la Llei 20/1991, de 25 de novembre, de promoció de l'accessibilitat i de supressió de barreres arquitectòniques, i d'aprovació del Codi d'accessibilitat». *Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya*, 28 d'abril de 1995, núm. 2043.
- Catalunya. «Llei 20/191, de 25 de novembre, de promoció de l'accessibilitat i de supressió de barreres arquitectòniques. Correcció d'errada». *Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya*, 9 de desembre de 1991, núm. 1527, p. 6204.
- CATTANI, R. *The European Disability Forum Manifesto on the Information Society and Disabled People*. European Disability Forum, 2000.
- CEBRIÁN, B. «Últimos en reformar las pensiones». *El País*. 4 febrero 2001.
- Center for Diseases Control. *National Blueprint: Increasing physical activity among adults age 50 and older*.
- Centre de Recerca Sociològica. *Estudi sobre els més grans de 60 anys i les noves tecnologies*. Andorra: Institut d'Estudis Andorrans, 2001.
- Centre de Recerca Sociològica. *Estudi sobre l'oci i el consum cultural a Andorra*. Andorra: Institut d'Estudis Andorrans, 2001.
- CHANG, T. *Added years of life in Asia: Current Situation and Future Challenges*. New York: Economic & Social Commission for Asia & the Pacific, United Nations, 1996.
- CIS. *Ayuda informal a las personas mayores: estudio n.º 2117*. Madrid: CIS, 1996.
- CIS. *La soledad de las personas mayores: estudio n.º 2279*. Madrid: CIS, 1998.
- Comisión de las Comunidades Europeas. *Evolución futura de la protección social desde una perspectiva a largo plazo: Pensiones seguras y viables*. Comunicación de la Comisión al Consejo, al Parlamento Europeo y al Comité Económico y Social. Brusel·les: Comisión de las Comunidades Europeas, 2000.
- Comisión de las Comunidades Europeas. *Hacia una Europa para todas las edades: Fomentar la prosperidad y la solidaridad entre las generaciones*. Brusel·les: Comisión de las Comunidades Europeas, 1999.
- Comisión de las Comunidades Europeas. *Una sociedad de la información para todos*. Brusel·les: Comisión de las Comunidades Europeas, 2000.

- Comisión de Desarrollo Social constituida en Comité Preparatorio de la Segunda Asamblea Mundial sobre el envejecimiento. *Estrategia internacional de acción sobre el envejecimiento*. ONU, 2002. <www.un.org/esa/socdev/ageing/waa/strategy-cons1.htm>
- Commission of the European Communities. *Towards a Barrier Free Europe for People with Disabilities*. Communication from the Commission to the Council, the European Parliament, the Economic and Social Committee and the Committee of the Regions. Brussels: Commission of the European Communities, 2000.
- Commission of the European Communities. *An Evaluation of the BRIDGE phase of TIDE*. Communication from the Commission to the Council, the European Parliament, the Economic and Social Committee and the Committee of the Regions. Brussels: Commission of the European Communities, 2000.
- Comissionat per la Societat de la Informació «Catalunya en xarxa». *Pla Estratègic per la Societat de la Informació: Catalunya en xarxa*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1999.
- CONNELL, B. R.; JONES M.; MACE, R.; [et al.]. *Adaptive Environments Center & Universal design*. Carolina: Center for Universal Design, 2000.
- Consejo y Comisión Europea. *Europe 2002, una sociedad de la información para todos*. Brussels: Comisión de las Comunidades europeas, 2000.
- Consorci de Recursos i Documentació per a l'Autonomia Personal. *Distintiu de compromís del disseny per a tothom*. Seminari 21 de maig 1999.
- Creu Roja Catalunya <[Http://www.creuroja.org](http://www.creuroja.org)>.
- CRUZ, R. «Debate sobre la jubilación en la UE». *El País*. 25 marzo 2002.
- CUBIDES, O. *Los mayores también navegan por Internet*. <[Http://www.ua-ambit.org/internet.htm](http://www.ua-ambit.org/internet.htm)>.
- CUELLAR, M. «Adolescencia, madurez y senectud». *El País Semanal*. Madrid, 20 de mayo de 2001.
- DEHESA, G. DE LA. «Algunas puntualizaciones al debate sobre el futuro de las pensiones». *El País*. 21 febrero 2001.
- DEL POZO, E. «Conozca qué pensión cobrará de la Seguridad Social». *Expansión*. 19 enero 2002.
- Department of Communications, Information Technology and the Arts. *From Telehealth to E-Health: The Unstoppable Rise of E- Health*. Commonwealth of Australia: DOCITA, 1999.
- DÍAZ, M. «La revolución de los mayores». *La Vanguardia, Dinero*. 14 abril 2002.

- Division du vieillissement et des aînés, Santé Canada. *Les principes du cadre national sur le vieillissement: Guide d'analyse des politiques*. Ontario: Ministre des Travaux publics et Services gouvernementaux Canada, 1999.
- Edad&Vida. <<http://edad-vida.org>>.
- «El seísmo demográfico que viene». *La Vanguardia*. 29 abril 2001.
- Envejecimiento activo: una rotación del paradigma*. [s.l.:s.n.,199?].
- Eurolink Age 2000. *Envelliment i ocupació, una proposta de Codi Europeu de Bones Pràctiques*. Barcelona, 2000.
- Espanya. «Real decreto-ley 16/2001, de 27 de diciembre, de medidas para el establecimiento de un sistema de jubilación gradual y flexible». *Boletín Oficial del Estado*. 31 diciembre 2001, núm. 313.
- Eurostat 1980-1996 <<http://www.europa.eu.int/comm/eurostat>>.
- EVANS, W.J. *Exercise and Ageing: Practical Suggestions for Older Adults*. <<http://www.extendedcare.com/library/exercise01.asp>>.
- FARRELL, C.; ROBINSON J.; FLETCHER P. *A New Era for Community Care? What people want from health, housing and social care services*. London: Kings Fund, 1999.
- Federal interagency forum on aging related statistics. *Older Americans 2000: key indicators of well-being*. USA, 2000.
- FERNÁNDEZ, C. Gerontoeconomía, la asignatura pendiente. *ABC Economía*. 14 abril 2002.
- FLAQUER, LL. «Las consecuencias sociales del envejecimiento». *La Vanguardia*. 27 mayo 2001.
- FRANCO, M; BUENO, Y.; DÍAZ BRAVO, E.; [et al.]. *Nuevas tecnologías aplicadas a la intervención psicosocial en personas mayores*. Barcelona: Fundació Intrás, 2001.
- Fundació Catalana de l'Esplai; Creu Roja de Catalunya. *La Integració de la persona gran com a voluntària de l'Entitat*. Barcelona: Fundació Catalana de l'Esplai; Creu Roja, 2002.
- Fundació «la Caixa». *Associar-se per viure millor: Guia d'Associacionisme per a la Gent Gran*. Barcelona: Fundació «La Caixa», 1998.
- Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Memòria del Departament de Benestar Social*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1999.
- Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Pla de preparació per a la jubilació activa*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1996.

- Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social. *Programa Poble amb civisme, barri amb civisme*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1994.
- Generalitat de Catalunya, Departament de la Presidència. *L'Estat del benestar*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1996.
- Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Butlletí Epidemiològic de Catalunya*. 2001, vol. XXII, núm. 11.
- Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Consells de salut per la gent gran*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1999.
- Generalitat de Catalunya, Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Llibre blanc: activitats preventives per la gent gran*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1999.
- Generalitat de Catalunya, Departament d'Universitats, Recerca i Societat de la Informació, Secretaria per a la Societat de la Informació. *Estadístiques de la Societat de la Informació*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2001.
- Generalitat de Catalunya, Direcció General d'Acció Cívica. *3r Congrés Nacional de la Gent Gran*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Benestar Social, 1998.
- Generalitat de Catalunya, Direcció General d'Acció Cívica. *Catalunya, un país per a totes les edats*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1999.
- GLANZ, D.; NEIKRUG, S. «Como dar sentido a la vejez». *Revista de Gerontología*. 1994, vol. 3, p. 207-209.
- GOMÀ, R.; SUBIRATS J. *Les polítiques socials per a les persones grans: Les noves tendències a Europa i el paper dels governs locals*. [s.l.:s.n.,199?].
- GOULA, J. «¿Nos jubilaremos a los 70?». *La Vanguardia, Dinero*. 27 enero 2002.
- GOULA, J. «Los seniors, un mercado al alza». *La Vanguardia, Dinero*. 14 abril 2002.
- GREENE, V.L.; MARTY K. «Generational Investment and Social Insurance for the Elderly: Balancing the Accounts». *The Gerontologist*. 1999, vol. 39, 6, p. 645-647.
- HAROOTYAN, R. «Las casas en que viviremos: accesibilidad y adaptabilidad». *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. 1995, vol.2, p. 118-125.
- HERCE, J.A.; Jimeno, J.F. «La reforma de las pensiones en el contexto internacional». Fundación de Estudios de Economía Aplicada, 2001. Colección Textos Expres.
- HERCE, J.A.; JIMENO, J.F. «La reforma del sistema de pensiones: un reto inaplazable». *El País*. 16 julio 2001.

- ICASS. *Base de dades de l'Institut Català d'Assistència i Serveis Socials*. 2001.
- ICTSB Project Team. *Design for All: Final Report 15.05.00*. European Institute for Design and Disability, 2000.
- Ikääntymisen tutkimusohjelma. *Research Programme on ageing 2000-2002*. <<http://www.uta.fi/laitokset/tsph/itu/english.htm>>
- IMSERSO. *Las personas mayores en España: informe 2000*. Madrid: IMSERSO, 2000.
- IMSERSO. *Plan gerontológico*. Madrid: IMSERSO, 1993.
- Institut Català de la Dona. *Prefaci a l'elaboració dels comptes satèl·lit de la producció domèstica*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2001.
- INE. *Proyecciones de población de Catalunya: 2010 – 2030*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1998.
- INE. *Base de dades de l'Institut Nacional d'Estadística*, 1999.
- INE. *Anuario estadístico de España*. Madrid: INE, 2000.
- INE. *Espanya en cifras 2001*. <<http://www.ine.es>>.
- INE. *Padrón Municipal de 1975 y 1996*. <<http://www.ine.es>>.
- INE. *Encuesta continua de presupuestos familiares (ECPF): Resultados avance, Tercer trimestre 2001*.
- Institut d'Estadística de Catalunya <<http://www.idescat.es>>.
- Institut DEP. *Els catalans i el voluntariat: Principals resultats*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Institut Català del Voluntariat, 2001.
- Institut DEP. *Els catalans i el voluntariat: Sondeig d'opinió*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Institut Català del Voluntariat, 1996.
- Institute of Health and Welfare. *Older Australia at a glance*. Australia: Institute of Health and Welfare, 1997.
- Instituto Nacional de la Seguridad Social, Subdirección General de Estudios Económicos. *Evolución mensual de las pensiones del sistema de la Seguridad Social*. Avance mayo 2001.
- Instituto Nacional de Consumo. *La tercera edad y el consumo*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 2000.
- INSALUD. *Programa de atención a las personas mayores*. Madrid: INSALUD, 1999.
- INVERCO, Asociación de Instituciones de Inversión Colectiva y Fondos de Pensiones. <<http://www.inverco.es>>.
- IRAZUSTA, M.; SIERRA, A. «Las Recetas del Pacto de Toledo». *El Mundo*. 2 junio 1996.

- IRÍBAR, A. «Directivos expertos con contrato temporal». *El País, Suplementos*. 31 marzo 2002.
- Júbilo Comunicación. *Gran Guía Júbilo para las personas mayores y sus familiares 2002*. Madrid, 2001.
- Júbilo Comunicación. *Investigación de mercado sobre las personas mayores en España*. Madrid, 1999.
- KALACHE, A. «El reto de la promoción de la salud en la vejez». *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. 1996, vol.6, p. 5-6.
- KALACHE, A. «Envejecimiento y salud: una perspectiva programática». *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. 1996, vol. 6, p. 182-190.
- KANES, L. *Creating Justice, Sustaining Life: The Role of Universal Design in the 21st Century*. <[Http://www.adaptenv.org/examples](http://www.adaptenv.org/examples)>.
- KATHLEEN, H.; NIELSEN, K. Elder Abuse: New approaches to an Age-Old Problem. *National Academy on an Aging Society*. Winter 2002, vol. 12, num. 2.
- KILBOM, A. When the workforce ages. *Work Life 2000: Workshop Scientific Report*. <http://www.niwl.se/w1200/workshops/workshop2/report_en.asp>.
- KLIGMAN, E.W.; HEWITT M.J.; CROWELL D.L. «Recomending exercise to healthy older adults: the preparation evaluation and exercise prescription». *The physician and sportsmedicine*. 1999, vol. 27, no. 11.
- KRAUTHAUSEN, C. «Alemania da entrada a aportaciones privadas en el sistema de pensiones». *El País*. 12 mayo 2001.
- KUTZA E.A. «Living longer, living better: Policy presumptions and new family structures». *The Public Policy and Aging Report*. 2001, vol. 11, num. 3, p. 12-14.
- «La OCDE pide que los sistemas privados de pensiones sean obligatorios en España». *El País*. 14 junio 2001.
- «La OCDE sitúa a España entre los países más vulnerables al impacto del envejecimiento». *Expansión*. 8 abril 2002.
- LEMIEUX, A. *Los programas universitarios para mayores: Enseñanza e investigación*. Ministerio de Trabajos y Asuntos Sociales, Instituto de Migraciones y Servicios Sociales, 1997.
- Los mayores. <[Http://www.losmayores.com/aprender/informatica/informatica-07.asp](http://www.losmayores.com/aprender/informatica/informatica-07.asp)>
- MACE, R. *Universal Design in Housing*. <[Http://www.adaptenv.org/examples](http://www.adaptenv.org/examples)>.
- MACE, R. *A Perspective on Universal Design: designing for the 21st Century: an International conference on Universal Design*. Adaptative environments Center, 1998. <[Http://www.adaptenv.org/examples](http://www.adaptenv.org/examples)>.

- MANTON, K.G.; GU, X. *Changes in the prevalence of chronic disability in the United States black and non-black population above age 65 from 1982 to 1999*. Durham: Duke University, Center of Demographic Studies, 2001.
- MAÑÓS, Q. «Les oportunitats que ens ofereix la prolongació de la vida». *II Jornades Catalunya Demà*. 1998.
- MARKING, C. *Older people and the Information Society: essential actions for policy makers*. Eurolink Age, 2000.
- MARTÍ, J. «Aproximació a la realitat associativa de Catalunya: Evolució i situació actual». *Fòrum: Revista d'informació i investigació social*. 1996, gener, núm. 4.
- MARTÍN, M.; BUENO, Y. *Nuevas tecnologías aplicadas a la intervención psicosocial en personas mayores*. Fundación Intras. <[Http://www.intras.es/gradior/publicaciones/articulo_rev.pdg](http://www.intras.es/gradior/publicaciones/articulo_rev.pdg)>
- MAS, A. *El desarrollo de las TIC en Cataluña*. <[Http://www.iies.es/teleco/publicac/publbit/bit124/39.html](http://www.iies.es/teleco/publicac/publbit/bit124/39.html)>.
- MAURICE, M. «Les personnes âgées dans la société. Avis et rapports du Conseil Économique et Social». *Les éditions de Journau officiels*. 2001, n° 9.
- MELZER, D.; [et al.]. «Educational Differences in the Prevalence of Mobility in Old Age: The Dynamics of Incidence, Mortality and Recovery». *Journal of Gerontology: Social Sciences*. 2001, vol. 56 B, 5, s294-s301.
- MEUNIER, G. *Sube la edad promedio de los usuarios de Internet*. <[Http://www.clarin.com.ar/diario/2000-12-27/s-04601.htm](http://www.clarin.com.ar/diario/2000-12-27/s-04601.htm)>.
- McDonald-Senior Citizens Briefing. *Positive Ageing*. <<http://www.executive.govt.nz/96-99/minister/mcdonald/briefing/paper7.htm>>
- Ministère de la Santé et des services sociaux. *Bien vivre avec son âge*. Québec: Ministère de la Santé et des services sociaux, 1999. ISBN 2-550-35413-3.
- Ministerio de Fomento; Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Comité Español de Representantes de Minusválidos. *Plan Estatal de Accesibilidad: Aprobado por el Comité Ejecutivo del CERMI el 17 de mayo de 1999*.
- Ministerio de Sanidad y Consumo, Instituto Nacional de Consumo. *La tercera edad y el consumo*. ISBN: 84-86916-80-7.
- Ministerio de Sanidad y Consumo, Instituto Nacional de Consumo. *Las tendencias del consumo y del consumidor en el siglo XXI*.
- Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. *Estadísticas*. <[Http://www.mtas.es](http://www.mtas.es)>.

- Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. *Acuerdo para la mejora y el desarrollo del sistema de protección social*. 2000.
- Ministry of Health and Social Affairs. *The Government's national action plan on policy for the elderly*. Suècia: Ministry of Health and Social Affairs, 1998.
- Ministry of Social Affairs and Health. *A national ageing policy up to 2001*. Finlàndia: Ministry of Social Affairs and Health, 1999. <[Http://www.vn.fi/stm/english/pao](http://www.vn.fi/stm/english/pao)>.
- MISSOC (Mutual Information System on Social Protection in the EU Member States and the European Economic Area). *Comparative Tables on Social Protection in the Member States*. 2000. <[Http://europa.eu.int](http://europa.eu.int)>.
- MISSOC (Mutual Information System on Social Protection in the EU Member States and the European Economic Area). *Social Protection in the Member States in the EU Member States and the European Economic Area: situation on January 1st 2000 and Evolution*. 2001.
- MONTORO, J. «Actitudes hacia las personas mayores y discriminación basada en la edad». *Revista de Gerontología*. 1998, vol. 8, p. 21-30.
- MORAGAS, R. «Experiencias en preparación para la jubilación en la CEE: obstáculos y acciones». *Revista de Gerontología*. 1991, vol. 2, p. 117-123.
- MORAGAS, R. *La jubilación: un enfoque positivo*. Barcelona: Ediciones Grijalbo, 1989.
- Nation United. *Resolución 48/96*. Annex: Standard Rules on the Equalization of Opportunities for Persons with Disabilities. 1993.
- National Academy of the Gerontological Society of America. *The Public Policy and Aging Report, 1999*. Vol. 9, num. 4.
- National Academy on an Ageing Society. *Is Demography Destiny? The Public Policy and Aging Report, 1999*. Vol. 9, num. 4, p. 1-14
- NOGUEIRA, CH. «El plan de la ONU sobre envejecimiento propone retrasar la edad de jubilación». *El País*. 4 abril 2002.
- NOGUEIRA, CH. «Los mayores de 65 años sostienen el 34% de los hogares de España». *El País*. 19 marzo 2002.
- Office of the Deputy President. *White Paper on an Integrated Disability Strategy*. Republic of South Africa, 1997
- Organización Mundial de la Salud. *El abrazo mundial*. 2001.
- OSTROFF, E. *Mining Natural Resources: the User as Expert*. <[Http://www.adaptenv.org/examples](http://www.adaptenv.org/examples)>.

- PÀMIES, T. *L'aventura d'envellir*. Barcelona: Empúries, 2002.
- PAVÓN, F. *Las personas mayores de los ámbitos urbano, semiurbano y rural ante las nuevas tecnologías*. <[Http://www.ulaval.ca/dgfg/age3/aiuta/textes/pavon.htm](http://www.ulaval.ca/dgfg/age3/aiuta/textes/pavon.htm)>.
- «Pensiones mixtas». *El País*. 15 juny 2001.
- PÉREZ, J. «Envejecimiento y esperanza de vida en salud». *23 Congreso de la Sociedad Española de Geriátria y Gerontología*. Barcelona, 8 de junio de 2000.
- PÉREZ, J. La demografía y el envejecimiento de las poblaciones. A: STAAB A.S.; HODGES, L.C. *Enfermería gerontológica*. México DF: McGrawHill, 1998.
- PÉREZ, J. Proyección de personas dependientes al horizonte 2021. A: MORAGAS, R. *El reto de la dependencia al envejecer*. Barcelona: Herder, 1999. P. 69-88.
- PÉREZ, M. «El papel de los profesionales en los procesos de participación de las personas mayores». *1er Congreso de Personas Mayores del Principado de Asturias*. Oviedo: Consejería de Asuntos Sociales, 2001. Documentos de Política Social; 9.
- PÉREZ, M. «Envejecimiento y participación ¿Necesitamos nuevos enfoques?» *Intervención Psicosocial*. 2002, vol. 10, num. 3, p. 285-294.
- PÉREZ, M. Intervencions psicopedagògiques amb gent gran. *Tema «Associacions Projecte – associacions Serveis»*. Barcelona: EdiUOC, 2002.
- PIÑEIRA, J. *Una propuesta de reforma del sistema de pensiones en España*. Madrid: Círculo de Empresarios, 1996.
- POZO E. «Los españoles tienen invertidos 21 billones de pesetas para cobrar una pensión privada». *Expansión*, 5 junio 2001.
- PRESTON, J. *The telemedicine handbook*. Austin: Telemedical Interactive Services, 1993.
- RAGAN, A.; BOXEN, A. «Improving attitudes regarding the elderly population: the effects of information and reinforcement for change». *The Gerontologist*. 2001, vol. 41, no. 4, p. 511-515.
- RAVENTÓS, H. *Discurso: Acto de presentación de la asociación Edad&Vida*. Madrid, 8 mayo 2001.
- REBOLLO, A. *La estructura del consumo en España*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, Instituto Nacional de Consumo, 2000.
- REQUES, P. «El futuro demográfico de la UE, una ecuación con mil incógnitas». *Cinco Días*. 8 abril 2002.
- RILEY, JR. J.W.; RILEY M.W. «Más allá del concepto de vejez productiva. Cambios en las vidas y en las estructuras sociales». *Revista de Gerontología*. 1994, vol. 4, núm. 3, p. 202-206.

- ROCA, M. «La repercusión del envejecimiento en la economía española». *Acto de presentación de la asociación Edad&Vida*. Madrid, 8 mayo 2001.
- RODRÍGUEZ, J.C. «La opinión pública española y el sistema de pensiones». *Expansión*. 13 mayo 2000.
- ROJAS, L. *Aprendre a viure*. Barcelona: Fundació «La Caixa», 1999.
- RUIZ, C. «Los productos del futuro serán para los mayores». *Expansión*, 30 enero 2001.
- SABATER, T. *Nuevas tecnologías para el cuidado de los mayores en el Tercer Milenio*. Barcelona: Iberdrola Instituto Tecnológico, 1998.
- SÁNCHEZ, J.L.; Díaz, P. «Viabilidad del sistema público de pensiones». *El País*. 20 febrero 2001.
- «Se aprueba el plan estratégico para la Sociedad del Conocimiento». *Diario de Administración Pública, Gobierno de la Rioja*. Año 4, núm. 20, noviembre 2000.
- SEBASTIÁN, M.; Herce, J.A. «Por un nuevo Pacto de Toledo». *El País*. 22 enero 2001.
- SICKER, M. «La paradoja del concepto de vejez productiva». *Revista de Gerontología*, 1994, vol. 3, p. 199-201.
- SIERRA, R. «Actividades innovadoras para la integración social de los mayores». *Diario Médico*. 20 febrero 2002.
- «The Fifth Framework programme of TIDE. Technology for inclusive design and equality improving the quality of Life for the European Citizen». *Proceedings of the 3rd TIDE Congress*. Helsinki, June 1998.
- «The House of Representatives Standing committee on Family and Community Affaris». *A Report on Health Information Management and Telemedicine*. Canberra, 1997.
- The Swedish Handicap Institute. *Towards equality*. Vällingby: The Swedish Handicap Institute, 2000.
- TORRENS, G.E. *Design for Ageing and Disability*. Department of Design and Technology. United Kingdom: Loughborough University, 1998.
- TsaoFoundation. *The components of succesful aging*. [s.l.:s.n.,199?].
- United Nations. «Ageing All Ages». *Core concepts and major decisions agreed upon at the Second Expert Consultative Meeting on Development of a Research Agenda on Ageing for the 21st century*. New York: UN, 1999. <[Http://www.un.org/esa/socdev/ageing/ageraany.htm](http://www.un.org/esa/socdev/ageing/ageraany.htm)>.
- United Nations. «Ageing All Ages». *Report of an Expert Consultative Meeting held in Vienna International Centre, 1-3 February 1999*. <[Http://www.un.org/esa/socdev/ageing/ageeraav2.htm](http://www.un.org/esa/socdev/ageing/ageeraav2.htm)>.

- United Nations. General Assembly. *Proclamation on Aging*.
- U.S. Bureau of the Census, International Data Base. *Population Pyramids for Spain (2020 i 2040)*. 2001. <[Http://www.bized.ac.uk/dataserv/idbsum.htm](http://www.bized.ac.uk/dataserv/idbsum.htm)>.
- U.S. Departement of Healt and Human Services. *A report of the General Surgeon: Older adults and physical activity and health*. <[Http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/pdf/olderad.pdf](http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/pdf/olderad.pdf)>
- VALVERDE, M. «Trabajar después de los 65 años». *Expansión*. 9 marzo 2002.
- VALLS I ALTAMIRA M. «La edad de jubilación a juicio». *Revista de Gerontología*. 1991, vol. 1, p. 66-67.
- VAN BERLO, A. «Elderly on Internet: 2 years of experience with special courses and design of course material». *Proceedings of the 3rd TIDE Congress*. Helsinki, June 1998. <[Http://www.stakes.fi/tidecong/321berlo.htm](http://www.stakes.fi/tidecong/321berlo.htm)>.
- VILLAR, F. «Actitudes hacia el envejecimiento: evaluación y relación con la edad». *Revista de Gerontología*. 1996, vol. 6, p. 199-202.
- VILLAR, F.; VILAR, J. «Diseño y evaluación del curso "Informática y comunicación a su alcance"». *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. 1999, 9, p. 177-182.
- VITA, A.J.; TERRY, R.B.; HERBERT, H. B.; [et al.]. «Aging, Health risks, and cumulative disability». *The New England Journal of Medicine*. 1998, vol. 338, 15, p. 1035-1041.
- World Health Organization Europe. *Home Health Topics Country Information Press Releases Publications About WHO/ Europe What's New Search*. <[Http://www.who.dk/zoro/inv/aging.htm](http://www.who.dk/zoro/inv/aging.htm)>.
- World Health Organization. *Health and Ageing: a discussion paper*. Geneva: World Health Organization, Department of Health Promotion, Non-Communicable Disease Prevention and Surveillance, 2001.
- WRIGHT, D. «A Report of Study Group 2 of the ITU Development Sector: Telemedicine and Developing Countries». *Journal of Telemedicine and telecare*. Telecommunication Development Bureau i Ins-marst, 1998.