

ENVELLIMENT ACTIU

Benvolguts tots i totes : em van designar generosament com a dissertant avui sobre aquest tema, sota el títol *envelliment actiu* que és el lema creat des de la O M S

Un servidor sóc supervivent dels primers socis , cofundador d'ASPROS i tinc la sort de viure ~~amb satisfacció~~ un envelliment actiu.

L'any 2012 fou declarat per la Unió Europea *any europeu de l'envelliment actiu*.

Cada vegada trobem més percentatge de persones en edat avançada, cada vegada les persones pensionistes viuen més anys i l'Any Europeu de l'Envelliment Actiu es proposava a llarg abast la solidaritat intergeneracional, la relació fluida i constant entre gent jove i gent gran, evitant els compartiments i augmentant els grups de voluntaris joves que vetllen pels grans. Per la seva banda l'Organització Mundial de la Salut treballa intensament des de fa temps en el tema de la vellesa: la vellesa i la salut, vellesa i societat, vellesa i medi ambient ,i per exemple, va crear el títol de Ciutat Adaptada a les Persones Grans per a aquells nuclis de població on aquestes persones ~~viuen~~ ^{hi estan} còmodament, sense barreres físiques ni psíquiques, amb facilitat d'accés als serveis ,i voluntariat suficient, per la qual cosa és més fàcil a les Persones Grans estar actives i viure saludablement

De fet parlarem de la vellesa ben aprofitada.

Es pot aprofitar la vellesa? Diuen que com qualsevol altra època de la vida. Una vellesa ben aprofitada és aquella que treu benefici essencialment per a la pròpia persona ~~envellida~~ i al mateix temps beneficia ~~en certa mesura~~ els qui l'envolten i la societat.

Posem un exemple : una parella de jubilats decideixen embrancar-se en qualsevol activitat de les que se'n diuen voluntariat. Hi ha mil maneres d'ajudar les empreses o organitzacions que demanen voluntaris. És clar que seran sols unes hores, i que això no és una

professió, ni una activitat retribuïda monetàriament, però només que sigui classificar roba o aliments per a una ONG o Caritas o quelcom semblant, el benefici espiritual que ells mateixos, els voluntaris, en aquest cas persones grans, en reben, s'afegeix al benefici en producció per a l'organització.

Un amic meu, enginyer industrial, va veure plegar l'empresa per a la qual treballava quan estava a punt de jubilar-se. Va anar al carrer amb una compensació econòmica i es va trobar de debò a l'atur, sense feina . En adonar-se que els diners s'acabarien, perquè els diners es consumeixen de seguida, després d'una temporada de fer classes particulars va oferir el seus serveis a una empresa constructora que necessitava formar manobres paletes i mecànics, particularment d'entre obrers sense pràctica, molts d'ells immigrants, sense cap estudi. Va aplicar-se a preparar uns programes- teòrics i pràctics- que no obliguessin qui els seguís a estudiar en cap llibre ni apunt, va muntar uns cursos de molta utilitat perquè els podien seguir amb profit aquells homes sense estudis, que acabaven ben a punt per la tasca i alguns fins i tot amb categoria de capataços. Aquell antic enginyer que formava homes amb la paleta i el totxo va morir quan li arribà l'hora, ben tranquil de consciència, segur que havia fet un bé i sobretot que la seva vida final havia estat plena.

Però no cal que posem exemples tan importants. Fins i tot els que no fan de voluntaris poden aprofitar bé la vellesa. Vull dir que tothom té la llibertat de fer voluntariat o no . Però aleshores , en el cas que no en facin, cal buscar activitats domèstiques, coses que es puguin fer dins de casa , perquè són moltes les hores del dia i no totes ens hem d'estar inactius, mirant els programes de la pantalla o les formigues del terra o contemplant des de la finestra el moviment del carrer.

Hi ha casos extrems d'inactivitat . Gent que s'està a casa sense fer res tot el dia, en realitat malalts , perquè no es gaire fàcil d'imaginar- se algú tan aturat. Qui s'atura, aturat es queda. Avui dia , a casa se n'hi queden pocs, potser una àvia que té cura de l'endrega i el menjar, si és

que algú de la família dina a casa. Però els homes solen anar al club o al centre de dia i ~~ara parlo dels~~ ^{m'hi ha} que són tan parats que ni afagen les cartes per jugar: només es miren la partida amb ulls de lluç. D'altres fan un xic d'exercici involuntari tot anant d'un banc a un altre del parc o del passeig per seure-hi llargues estones. I tots aquests són majoritàriament homes.

La inactivitat se sol donar en els graus socials inferiors, aquells que eren peons o treballadors no qualificats, que ara creuen que s'ho passaran més bé no fent cap activitat. És a dir, a les nostres latituds ens trobem encara amb molts de jubilats que no van tenir formació, que van créixer en indrets on la canalla anava a escola fins als vuit o deu anys i després deixaven les aules per fer-se el jornal. Com que van tenir tan poca escola, no estan acostumats a llegir, fins i tot els fa mandra el diari, s'escolten les notícies per la tele. ~~Com que~~ ^{el} seu nivell cultural és baix, no poden entrar en segons quines converses. Precisament això els hauria de fer fer un esforç per aprendre coses, per poder estar al dia i desprendre's del sentiment d'inferioritat.

Aquest és una de les constatacions que ens posen davant els ulls un dels inconvenients per assegurar que existeixi una majoria d'envelliments actius; l'envelliment actiu té molt a veure amb una disponibilitat d'esperit relacionada amb el nivell de sensibilitat i amb la major o menor escolarització rebuda. En les concentracions de persones d'edat -viatges, vacances col·lectives - hom s'adona que molts i molts dels components del grup són persones ben disposades a aprofitar els avantatges, de vegades socials via subvenció, de l'expedició o l'experiència vacacional, i per aconseguir això només els cal una actitud passiva, receptiva; no han comprès que, si no treuen experiències intel·lectuals, espirituals, del viatge. a casa seva continuaran essent potser persones sense cap iniciativa; ens temem que aquest tipus d'ancià encara existeix en gran nombre.

No vull generalitzar : per contra, penso ara en aquell home de nivell senzill que es fa el seu hortet i hi treballa tot el dia i amb profit material i tot, o desplega un envelliment de programa propi, fent una sola cosa : però la fa molt bé i hi posa energia i tota la seva experiència. És un exemple vàlid d'envelliment actiu, malgrat ser una persona de nivell cultural modest.

Aquella dona a qui les tasques extradomèstiques , les maternitats,i moltes altres feixugueses femenines aguditzades en temps moderns, van apartar de la filigrana de les labors en punt de mitja , ganxet o boixets, què?

. Ara hi ha tornat i fins i tot té unes alumnes joves en la miniacadèmia de labors que ha muntat. A més a més intercanvia treballs amb altres afeccionades, té un envelliment actiu. I qui diu això diu la cuina.

L'envelliment actiu és tant una manera d'actuar com un propòsit, una actitud. O potser una facultat natural que ens obre la inquietud, el desig de no estar ociós. Sigui quin sigui el disparador , l'envelliment actiu és l'únic que considerem vàlid. L'envelliment passiu és ja una malaltia.

Les persones viuen avui força més anys i generalment en un bon estat de salut si comparem les estadístiques amb les de setanta o cent anys enrere. Del nostre record, en arribar als seixanta anys es considerava que havies entrat en territori dels ancians i ancianes. La paraula padrí, àvia, padrina o iaio era no només denotadora en el sentit de persona gran , sinó també connotadora, portava aparellada la noció estigmàtica de persona que tothora donava consells , que parlava d'unes èpoques que no interessaven, a la qual se li assignaven tasques més o menys secundàries, tot i que era un component de la família a qui es tenia més respecte que no avui. Avui dir padrí és parlar només de la relació sobre el paper amb els néts, per la seva banda el padrí fa la

seva vida i ja no sol viure aplegat en família, sinó en un pis propi o en règim residencial.

Les residències han estat fruit de les previsions dels països , pel propi pes de les polítiques socials, i també per l'augment de població envellida que no podia residir amb la família per les raons de disgregació exposades abans. Què cal fer, doncs, amb tota aquesta població d'edat avançada , molts d'ells i elles en bon estat de salut, que viuen sols, amb la família o en residències?

He dit adés que anys enrere arribar als seixanta o seixanta i pocs més anys es considerava signe d'haver entrat en la vellesa radical. Aquest error de perspectiva persisteix per a segons qui: una vegada vaig llegir en un diari italià que un ancià de seixanta anys havia estat envestit per una moto, el redactor de la notícia tenia una idea confusa de la vellesa.

Les previsions teòriques entorn de l'acció a fer sobre aquests col·lectius són, a) procurar-los, visquin on visquin, una atenció sanitària satisfactòria ,i b) vetllar perquè estiguin al més actius possible. Tot això és comprensible, és de sentit comú. Només els països molt poc desenvolupats no prenen aquestes mesures o si ho fan és en molt poca escala.

Qui ha fet les previsions teòriques? Les organitzacions no governamentals, els propis governs i finalment, i de manera molt explícita, l'Organització Mundial de la Salut (coneguda a les Nacions Unides com WHO World Health Organization), la qual ha establert un codi de mesures i de pràctiques molt clar i molt curt. Us el tradueixo tot, perquè precisament s'encapçala amb el nostre lema : Diu així:

Què és l'envelliment actiu?

1-L'envelliment actiu és el procés que fa òptimes les oportunitats de salut, participació i seguretat per tal de millorar la

qualitat de vida a mesura que la gent va envellint; i s'aplica tant als individus com als grups de població.

Fixem-nos que parla de seguida de participació, a banda de salut i seguretat. O sigui que ja sabem que reserven a la gent gran entrada en els afers de la societat, decreta quasi que hi han de participar. És important que assenyali "a mesura que la gent va envellint", o sigui que no es tracta d'un tret de sortida sinó que s'enmotlla a diferents estrats d'edat, una edat progressiva.

Això ens portaria a programar la nostra activitat dins la jubilació ja força abans que aquesa es produeixi; convé pensar, i pensar generosament, en què farem quan entrem en aquella dita tercera edat, què farem en benefici nostre i dels altres.

2- L'envelliment actiu permet a les persones realitzar el seu potencial de benestar físic, social i mental, al llarg de la vida i participar en societat, tot proporcionant-los protecció i cura pertinents sempre que els calgui

Se suposa un potencial, al qual cal aspirar, de benestar físic, social i mental. Un cop més apareix el terme social. Aquest segon punt torna a insistir en la participació en afers socials, un cop garantit el benestar físic i mental de les persones grans i l'ajut quan el necessitin. Se'n dedueix que l'OMS compta amb els vells, però compta que els sigui igualment donada l'atenció deguda. Aquest extrem no depèn del tot de nosaltres, nosaltres hi contribuïrem en l'esfera privada. Són els governants els qui han d'arbitrar els recursos i el marc d'aplicació.

És evident que si els envellits no tenen assistència assegurada altres maldecaps tindran que preocupar-se d'intervenir en societat, perquè, reconeixent alarmats la pròpia feblesa, viuran només pendents de l'assistència a què tenen dret i la demanaran insistentment.

3-El terme actiu es refereix a continuar participant en els afers econòmics, culturals, espirituals i cívics, i no només a la capacitat d'estar físicament actius o de participar en tasques laborals. La gent gran que es retira del marc laboral, i estan malalts o sofreixen incapacitats poden continuar ajudant les seves famílies, consemblants, comunitats i nacions. L'envelliment actiu aspira a ampliar la vida saludable i l'expectativa i qualitat de vida per a totes les persones en procés d'envelliment.

Aquí l'Organització Mundial de la Salut arriba als extrems. Fins en el cas d'incapacitats físiques recomana insistentment que es continuï participant en accions culturals o cíviques. L'única manera d'estar en el món, doncs, és actuant dins i sobre la societat.

D'aquesta manera ens trobem que la persona en edat de retir ha de ser un membre plenament actiu del cos social. No convé que tot i que pertangui a una Associació de Veïns a les assemblees se'l deixi parlar poc o se li faci poc cas. Cal mirar-lo com algú capaç de donar idees i de defensar-les.

Aquest darrer punt té a vure i molt amb la capacitat de comunicar, i amb la fe que es tingui en la necessitat de comunicar-se i de canalitzar cap a metes productives i positives les opcions. Diu Sebastià Serrano que cal tenir molt en compte la comunicació i el reforç de les relacions, cosa que contribuirà a l'estabilitat personal. Una persona estable és altament útil socialment, perquè, entre altres moltes coses, està en disposició de no combregar amb rodes de molí davant l'allau d'informació que els mitjns aboquen avui dia sobre les consciències. Això si la persona anciana està activa: de vegades li és adversa l'apreciació del concepte salut ~~sa~~ en l'esfera popular. Popularment pot dir-se d'un home que té molta salut perquè demostra una gran força física, i tal vegada al mateix temps aquella persona estigui a uns nivells preocupants de colesterol. O es diu d'una dona que ven salut perquè el seu aspecte és sa, i potser el seus ossos són una pura esponja. Tant l'un com l'altre, si interactuen tenen mèrit.

Molt especialment si l'avi o l'àvia s'aïlla o viu sol de debò, corre el risc de tenir poca o gens interacció amb les persones, depèn del que llegeix o veu per la televisió, i una de dues ; a) si té consciència d'envelliment actiu la informació que rep l'obligarà a pensar, filtrar, i alimentar el cervell ; si és un avi o àvia passiu, passiva, l'excés d'informació el debilitarà, li llevarà la facultat de discernir

La qüestió de la salut ,és clar, és fonamental en tot aquest procés. Per salut es poden entendre moltes coses: l'Organització Mundial de la Salut defineix salut com : **benestar físic, mental i social que permeti mantenir autonomia i independència a les persones grans per intervenir en el marc polític gràcies a l'envelliment actiu. L'envelliment es produeix dins el context d'amics, socis de feina, veïns i familiars. És per això que la interdependència i la solidaritat intergeneracional són factors importants de l'envelliment actiu.**

És una gran definició. L'autonomia i independència es defineixen sempre en funció de la interdependència, precisament, de la solidaritat intergeneracional.

La salut per davant de tot. Per això el tema manca de salut dificulta o esborra la qualificació d'actiu. Una persona afectada de malalties neurològiques només pot rebre assistència des de la seva malaurada passivitat.

La societat que veiem

Si mirem entorn nostre veurem una societat molt diferent de la de la nostra joventut; per començar , 1-- és multiracial, hi ha gent de totes les parts del món, i això passa a tot Europa; 2-- hi ha molta gent gran que viu sola, perquè ha perdut la parella per defunció o separació o divorci; però hi ha també gent que viu sola i és un jove o noia a qui no cal viure acompanyat ; 3---Parlem de famílies patriarcals, o matriarcals, quan una persona gran n'està al front, de famílies monoparentals quan els infants només viuen amb el pare o la mare; i 4--també de famílies formades per persones del mateix sexe; la varietat

ens ha vingut de sobte, i és acceptada plenament per les generacions més joves, aquests ja han nascut dins aquesta societat, i per això estan més lliures de prejudicis i poden aparellar-se amb persones d'altres ètnies allunyades. Quan jo era petit i un membre de la família es casava amb algú de l'altre cap d'Espanya ja em semblava que es tractava d'un molt "de fora", i més i es casava amb un francès o una italiana, tot i que en cap cas ens movíem d'Europa. Ara, en canvi, podeu trobar-vos amb un fill nebot o nét, o filles etc. que s'aparella amb un/una indonèsica o hongaresa, o de l'Àfrica negra. Que s'hi aparelli, a més, tant aquí com a l'altre cap de món.

Una altra de les característiques de la societat confrontada amb la família es la disgregació, les famílies d'avui cada cop són més desfetes, no apareixen agrupades fora d'alguna celebració: els fills volen tenir el seu pis – qui el paga és una altra cosa – els petits dinen a escola, els grans si treballen en una gran ciutat han de fer l'àpat del migdia fora de casa, el pis queda desert bona part del dia, si no hi ha un avi o àvia que s'hi quedi. Que això darrer és escàs de trobar, perquè molt sovint àvies i avis són o voltant o al centre de dia llargues hores o totes les hores ja dins una residència.

Les residències, per sort diferents dels antics asils, s'han fet necessàries perquè si no, molts avis quedarien desatesos, em refereixo als qui necessiten una atenció específica, en raó d'aquella dispersió familiar que deixa buida la casa moltes hores del dia. Del nostre record d'infants, sempre hi havia una mestressa de casa, o figura semblant – una tia, per exemple – que no treballava fora, i consegüentment tenia cura de l'avi o àvia, persones grans que si estaven bé, ajudaven i tot en alguna feina. A la casa, en summa, tothora hi havia algú.

Cal fer l'aclariment que parlo de circumstàncies ciutadanes, de famílies que viuen a la ciutat. A les viles és més fàcil anar a dinar a casa, particularment les persones grans i els xics si viuen prop de l'escola. Hi ha més sovint gent a la casa familiar. Però, igual que a les ciutats, la família tendeix si no a disgregar-se sí a oferir més distància

entre els membres de les diferents edats; el nét demana poques vegades aclariments a l'avi o àvia, els adolescents es tanquen a les seves cambres reblats a l'ordinador la tauleta tàctil o el mòbil, i com més ginys i atuells d'aquesta mena surten al mercat, hi ha menys motius perquè tota la família parli d'un tema determinat.

També és cert que el món modern ha introduït a les llars tot d'arguments i objectius d'atenció que abans no es donaven, ara la televisió ens porta la darrera notícia, i més encara la ràdio, i parlem més de les coses de fora que de les de dins de la família. Si sortim, el carrer és incòmode, el transport públic obliga a cues o a llargues caminades pels passadissos del metro, de manera que si has de fer un viatge curt i la teva estació és a molts metres de profunditat sota terra ,pots perdre entre passadissos i escales mecàniques més temps que no passaries dins el vagó. Semàfors, glops de gent apressada, les constants sirenes de bombers ,policia i ambulàncies...i aquesta complexitat i incomoditat augmenta i s'endureix quan la sofreix una persona d'edat avançada.

Tampoc no tenim temps d'absorbir l'allau de novetat, tanta notícia, tan d'oferiment, tants de contrastos. La rapidesa s'ha ensenyorit del món. Tot va de pressa, tot se substitueix al cap de poc, tot decau vertiginosament. I ens demanem :

Què hi fan les persones grans en aquest món que de segur no és exactament com ells es pensaven que seria?

Hi fan, o hi poden fer moltes coses ; per començar, l'expectativa de vida ha augmentat els darrers cent anys , una persona de setanta anys era presa per molt més vella a mitjan segle XX que no avui. Recordeu allò de l'ancià de seixanta anys.En alguns països, com el nostre, l'esperança de vida depassa de mitjana els vuitanta anys llargs per a les dones i quasi el mateix per als homes; això es tradueix en més quantitat de persones grans , la majoria ,si no són permanentment allotjats en

residències, fan vida normal enmig dels altres conciutadans; el fet és que són molt visibles, als autobusos, als espectacles, al carrer, a les botigues. Els bancs, els comerços., anuncien avantatges a la gent de la tercera edat, formen un grup social molt nodrit, cal tenir-los en compte.

La Previsió Social ha donat una base de seguretat a les persones grans. les quals, per exemple, acudeixen als ambulatoris i a les consultes d'especialistes amb freqüència. Em deia el meu metge de família: "Avui els metges som tots ,a la força, geriatres "

L'estat de salut en general permet entrar en la jubilació amb molta energia i imaginació per actuar. Actuar amb naturalitat. Des de l'ex botiguer que, sense despatxar, baixa cada dia al seu establiment a fer-hi un cop d'ull, o fa voluntariat, fins al que es reuneix amb la colla per discutir sobre política o economia o futbol ; i elles es reuneixen encara més per garrlar, treballar, seguir els serials televisius, intercanviar experiències d'agulla o paella. I els naips o el domino que no faltin.

La persona gran es veu, es deixa veure. Les institucions han hagut de prendre mesures de favor per a aquest sector de la societat que en algunes zones representa el 30% de la població.

Hi havia el risc – hi és sempre- que aquests ciutadans i ciutadanes mostressin una actitud passiva, es consideressin receptors d'ajuts en diner o serveis i res mes. Tanmateix, el plantejament dels decrets sobre vellesa, apunten només a la pensió econòmica, o sigui a la percepció per part de la persona jubilada d'una quantitat regular, generalment mensual. Per tant, és perfectament lícit que el jubilat o jubilada adopti una actitud passiva, esperi només rebre la pensió i decideixi no tenir cap intervenció social, tota la cura i interès se li acaba en ella mateixa, la seva persona. La pensió és un dret. Alguns ja en tenen prou cobrant-la . No fer res altre és una opció personal legítima, però se li poden fer objeccions perquè el risc de l' actitud passiva és doble : per a la persona mateixa i per a la societat.

I és aquí on entra una de les palanques que més efectivitat tenen a l'hora d'inserir plenament els ciutadans grans en tota la problemàtica que afecta la ciutadania tota. Si hi ha factors desencadenants de

situacions que reclamen l'atenció i la presa de mesures de tota la ciutadania, no en poden quedar fora els qui ja estan jubilats laboralment. Són ciutadans de ple dret, i cada vegada més tenen possibilitat d'intervenir en les associacions de veïns, ateneus de barri, i fins institucions. I se senten motivats per les mobilitzacions ciutadanes que tant abunden a l'Europa d'avui. A l'històrica manifestació de l'onze de setembre de 2012, els avis i àvies estaven barrejats amb les criatures, s'havien sentit cridats a fer pinya, perquè són membres vàlids de la societat. Només els hipocondríacs o els que han agafat manies van pregonant que ningú no els en fa cas, que són uns inútils...

Cal fer un dolorós incís. Tota l'atenció que pugui fer-se a les persones grans ha d'incrementar-se en el cas dels que viuen sols i no estan internats. Que són molts. Aquests corren un gran risc de desequilibrar-se. Estar sol en els anys darrers de la vida és quelcom abismal.... No tenir ningú, cap familiar, o tenir-los lluny físicament o pitjor, espiritualment.

A Catalunya hi ha 250.000 persones més grans de 65 anys que viuen soles, i d'aquest exèrcit 150.000 no només viuen soles sinó que pateixen una soledat no volguda deguda a l'aïllament social. Afegim que les pensions solen ser molt minses i que en força casos afegeixen a la soledat i l'abandonament, la misèria..

Pot ser que una part de la família, si n'hi ha, els visiti un cop al mes o a la setmana. Poca cosa és; un petit respir, perquè la veritat, com confessen alguns, "estar sol és una malaltia ". Més aviat els avis i àvies en aquestes condicions es refien d'organitzacions de voluntariat com els batejats d'Amics de la Gent gran , que els fan estones de companyia. Més de 700 voluntaris visiten un cop la setmana vora 900 persones velles aïllades socialment.

Calia fer esment d'aquests grups de població en estat crític. I cal denunciar amargament els pocs ajuts que reben institucionalment. Qui considerarà honorable i justa una pensió per sota dels 500 euros?

Això ens porta a considerar, una vegada més, que no pot vantar-se de ser un país avançat modern i just socialment aquell que no té resolt en gran mesura l'atenció als desvalguts. Un país que vulgui estar orgullós de si mateix, ha d'atendre degudament, més ben dit, minuciosament, en primer terme els més necessitats materialment físicament i mentalment.

Existeix entre els ciutadans que estan en edat laboral, una falsa percepció, que tendeix a considerar la persona que viu la vellesa com algú a qui ha d'assegurar-se un benestar físic i un aliment espiritual suficients o quasi, estigui o no internat. I molts se senten tranquil·litzats si aquestes premisses s'acompleixen. Diria que nosaltres, en la nostra societat del sud d'Europa, no ens hem després de la falsa satisfacció de tenir els avis i les àvies en aqueixa situació de comoditat passiva, i no pensem que molts d'ells i elles volen alguna cosa més. En països més septentrionals, al nord d'Europa, i als EE UU d'Amèrica, el cas és diferent. ~~Hi entrarem de seguida. Abans,~~ Però, truquem a la porta de les famílies per demanar o indagar quines activitats per pròpia iniciativa desenvolupen els avis i les àvies, entenguem-nos, els jubilats. L'exemple més corrent és el d'aquelles afeccions que sempre han mantingut i no havien tingut lleure de conrear que ara, amb tot el temps a la seva disposició, poden dur a terme.

- Sí, veurà, la padrina és jardinera de vocació; té unes flors que són l'admiració de propis i estranys. En té una cura exquisida, una dedicació absorbent. Pensi que va guanyar aquesta primavera la Rosa d'Or del concurs ciutadà

-El padrí ha entrat en la informàtica i és capaç de programar. A més a més, fa tot de muntatges sobre fotografies de viatges fets, recordatoris de bodes, etc. Podria crear una empresa.

-El nostre jubilat fa gàbies per a ocells, el nostre té un petit obrador mecànic i es dedica a fer soldadures. Sabíeu que la nostra padrina

treballa el cuiro? Fa cinturons artístics, repujats, i ha arribat a fabricar-se moneders.

-A casa l'àvia ha fet fora de la cuina tothom i ens sorprèn amb uns plats molt elaborats, de sempre havia cuinat, com tantes dones, però ara experimenta, innova, ha anat a cursos de cuina avançada, és una crack.

-La nostra padrina surt amb d'altres i visiten en grup famílies en situació econòmica difícil i ho fa conèixer als serveis socials de l'Ajuntament. És una assistenta social aficionada, i ha ajudat a resoldre algunes situacions compromeses.

-El nostre padrí, com que havia estat comptable, fa classes particulars gratuïtes sobre economia pràctica.

-L'avi i l'àvia, que van tenir la sort de viatjar molt, fan xerrades amb diapositives sobre les cinc parts del món.

-La padrina es dedica fer puntes de coixi.

-L'àvia va a la piscina i al gimnàs.

-L'avi no fa res. Quan ha esmorzat se'n va al centre de dia a llegir el diari o seu en un banc a passar les hores.

-L'avi té un carnet de lector i ha llegit més des que s'ha jubilat que en tota la seva vida anterior.

-El padrí i la padrina només miren la televisió.

-El padrí és el president de l'Associació de veïns. Té una feinada...!

De tots aquests exemples i més que en podríem aportar, se'n dedueixen així, per damunt, almenys tres posicions diferents:

Primer, aquells que satisfan una afecció per plaer i profit personal. La senyora jardinera, el lector, la de la piscina, la de les puntes de coixí.

Els que fan quelcom que beneficia els altres, president de l'Associació, el qui fa classes d'economia, la que ajuda les assistents socials..

Els qui no fan res que beneficia els altres però tampoc res de profit personal, els qui seuen en un banc o veuen la televisió.

La doctrina moderna sobre la inserció dels jubilats en l'activitat social tendeix a fer que tant els que només satisfan una afecció personal com els que es mostren totalment passius, modifiquin la seva postura ; són més fàcils de convèncer els que ja es mouen , treballen, són actius fent quelcom per plaer personal que no els totalment passius; els passos a donar serien inclinar, doblegar, els passius que, almenys facin alguna activitat creativa personal ; i el que ja la fan, aquesta activitat personal, que s'integrin més en la societat.

Hi ha una activitat que darrerament ha crescut molt : els cursos universitaris .- dits així perquè sovint es fan a les universitats – sobre temaris variats dedicats a la gent gran. I és un índex vàlid per qualificar aquelles persones el fet que s'hi apuntin amb tant d'entusiasme, aquest és el mot. S'explica l'èxit d'aquestes universitats per a grans pel fet que moltes d'aquelles persones no havien passat dels estudis primaris o van veure interrompudes les seves trajectories com estudiants per raons diverses , la guerra, per exemple...-i ara les refan, recusen aquells trossos de teixit cultural que havien quedat despresos. Personalment he tingut ocasió d'impartir un o dos cursos i de pronunciar conferències i mots de clausura i repartiment de diplomes a Lleida, Cervera i Tàrrrega, i arreu he constatat el profit que aquells estudiants de la meua o pareguda edat treien dels cursos seguits. Apunto tot seguit un altre fruit, més important que l'acadèmic: el social. Moltes de les persones que s'apunten a les Univesitats de la gent gran són inicialment solitàries, i si a casa feien alguna manualitat o esmerçaven el temps més o menys creativament, no deixaven d'estar sols ; ara, reunits tots ells i elles en el que en diríem "esperit col·lectiu de curs" tenen més horitzons, es fan col·legues amb els altres, i perllonguen la col.laboració mútua,poden reunir-se fins fora del marc de les classes.

Encara, entre els jubilats de les nostres àrees , sobretot fora de les ciutats, trobem homes i dones que van fer estudis molt limitats, i els correspon ànsia de saber més . Per altra banda, l'espectre dels assistents als cursos esmentats és generós, perquè hi hem trobat persones amb

estudis superiors que s'han apuntat a cursets que no són de les especialitats o esferes que ja dominen: llicenciades en químiques que s'han apuntat a història o exdirectius d'empreses que segueixen lliçons de decoració.

Tot menys quedar-se passius. La passivitat accelera el final, i t'hi fa arribar baix de defenses.

Les persones de molta edat són propenses a caure en indiferència; dominats de vegades per aquesta abúlia cerquen excuses i al.ludeixen que ells ja tenen massa anys a sobre i no volen capficar-se amb els temes que potser interessin a d'altres més joves; que ells o elles ja estan bé com estan. Sovint també la família els segueix la beta en aquest punt, Si, avi, sí, avia, tu ben tranquil.la, no? Feliç tu!

Molt mal fet. Aquest idea cal combatre-la amb tacte i pedagogia; no només és important poder comptar amb la seva experiència, sinó també amb la seva iniciativa; és sorprenent com de bé reaccionen si de debò estan integrats de forma activa en la societat , on de segur tindran ocasió d'involucrar-se en algun conflicte i buscar-hi solucions.

I això em porta a parlar d'Aspros i la família. **Aspros** va començar com una associació per trobar la forma d'educar fora de la família els infants amb minusvalidesa psíquica. Avui queda un escàs nombre d'aquells infants dels inicis, perquè ha passat mig segle i n'han desaparegut molts. Paral.lelament al creixement en edat dels primers atesos , creixia ASPROS, i es diversificava,i acollia més i més xicots i xicotes; era un moment que a tot l'Estat espanyol una de les tres primeres associacions en excel·lència i nombre de serveis era ASPROS. L'esforç sostingut de l'associació ha anat dirigit a la cura dels nostre fills, fins que s'ha adquirit un ventall d'envejables tècniques d'atenció i millorament.Però hem arribat a un punt, pel simple pas del temps, que aquells infants tenen l'edat dels avis, i els pares han traspassat, aleshores es pensà en la fórmula de les fundacions.

ASPROS no en tenia prou atenent cada dia millor els seus acollits i socis: volia més. I es creà la fundació privada tutelar , que atén i tutela les persones que queden mancades de familiars. Actualment són vora

vuitanta els beneficiaris de la fundació tutelar. Hom va començar amb aquells que, essent socis i atesos per l'Associació, havien quedat en situació de desempar; es va ampliar més tard a aquells la família dels quals demanava, i ara són moltes aquelles famílies, que, arribat el moment, es fes càrrec dels fills la Fundació. En tercer lloc cal esmentar que pot ser que es produeixi en alguna circumstància concreta una ordre del jutge perquè tal persona discapacitada passi a dependre de la fundació tutelar.

La qual vol deixar la feina molt ben feta, complint les màximes exigències; per això financia també plans d'investigació i un dels seus equips d'estudi sosté reunions amb el Departament de Psicologia de la Universitat de Lleida.

En el tema de l'envelliment actiu la nostra fundació és sensible, necessàriament, al pas dels anys en els ciutadans integrats en els serveis de l'Entitat; al cap i a la fi ASPROS va crear-se com empresa educadora i integradora dels discapacitats. Ara ja n'hi ha molts que són de ple a la tercera edat o que han envellit prematurament La residència on són atesos els dota de l'ambient adequat i el personal que els té a càrrec està molt específicament preparat. De l'experiència de tractar aquests acollits que entren en fase de vellesa hem après molt. També aquest afiliats nostres convé que estiguin actius, i se'ls estimula en totes les facetes de la seva personalitat.

Aspros, a més a més, aspira a ser dinamitzador social en el sentit de la més generosa transversalitat, la seva atenció va a la societat tota, perquè la societat està formada per tota llei de persones, dotades, menys dotades, joves i velles, i entre aquestes darreres ara ja hi ha gent discapacitada pertanyents a l'anomenada tercera edat. Aquestes persones tenen generalment famílies, famílies relacionades amb empreses, o pertanyen als cercles de l'artesanat, de la creació, de la investigació...La nostra entitat vol estar en contacte amb tothom, ajudar tothom, aprendre de tothom, transmetre a tothom la realitat que vivim i les esperances que ens animen. Modestament em sembla que és bo que en la commemoració del cinquantenari d'Aspros, aixequem com

una bandera la seva vocació social. I vocació social en el nostre cas vol dir primordialment fer al més feliços possible els nostres afiliats que han entrat en la vellesa, tot mantenint-los actius.

L'envelliment actiu és una mena de rejuveniment, de renaixença.

Alimentem tots, si us plau el desig que, en acabar 2012, any europeu de l'envelliment actiu, en veiem els fruits.