



ZAHARTZEAREN ERRONKAK ETA AUKERAK RETOS Y OPORTUNIDADES DEL ENVEJECIMIENTO

FORO PARTE-HARTZAILEA - FORO
PARTICIPATIVO

Irun, 2018.03.26
Centro Palmera Montero Gunea
09:30 – 13:30
Toki mugatua / Aforo limitado
Izen ematea – Inscripción:
koro.muro@eusko-ikaskuntza.eus

Bideoak / Vídeos

[Laburpena / Resumen](#)

[Aurkezpena / Presentación](#)

[Sintesia / Síntesis](#)

100  **EUSKO
IKASKUNTZA**
Asmoz ta Jakitez

 **Irun**

  **ETORKIZUNA
ERAIKIZ
FUTURE**

IRUNgo foroa. 18.03.26

GRUPO 1	GRUPO 2
<p>Participantes: Elena (BidaOsoa), Elvira (Zenturia), Iciar eta Juani (Asociación Zelai Buru), Ainara (trabajadora en residencia), Lucía (Foro ciudad Irun), Juana y Junkal (Nagusilan), Ane Bustinduy, Elena Basagoiti (GFA). Sergio (Irungo Udala), Ester (técnica social), Ainara (Fundación Matía). 13 personas; 12 mujeres y 1 hombre; 5 pensionistas y 8 no pensionistas. Dinamizadora: Josune</p>	<p>Participantes: Adriana (APTES), José Antonio (pensionista), Begoña (pensionista), Lupe (pensionista), Idoia (profesora en UPV fac. Medicina), Nerea (Caser Residencial), Erika (Caser Residencial), María (55+ Donostia), Natalia (Técnica Personas Mayores Ayto. Irun). 10 personas; 9 mujeres y 1 hombre; 3 pensionistas y 7 no pensionistas. Dinamizadora: Koro</p>

Debate y reflexión en grupos

<p>Para empezar, es imprescindible la contextualización, la reflexión sobre lo conseguido hasta el momento a base del esfuerzo de las generaciones anteriores y el reconocimiento del mismo.</p> <p>Igual de importante es la recuperación del sentimiento de la “comunidad” y de hablar de las cosas (el duelo, la muerte, los testamentos...). Además, se observa mucha diversidad en cuanto a la tipología de personas mayores en la actualidad, que se verá acentuada en el futuro.</p> <p>Al respecto de esta diversidad, se observa que empresas de todo tipo que utilizaban hasta ahora segmentaciones por edad, están viendo que ya no les vale, que algo está cambiando. Las personas mayores están empujando mucho (y lo harán más todavía), pero no son inmunes al entorno y están perdiendo la fuerza que da la comunidad.</p>	<p>Cuando hablamos del envejecimiento es importante centrarnos en ver cómo podemos ser autónomos el mayor tiempo posible y disfrutar de la vida (entornos de domicilio, pensiones, salud... aquello que nos ayude a retrasar la edad de dependencia).</p> <p>Mantenerse activo es muy importante, y tener tiempo para dedicarlo a ti mismo. Estar ocupada en actividades que te llenen y llenan a mucha gente. Y pienso que es lo que más cuesta hoy en día: implicar a las personas de edad Para evitar el envejecimiento es muy importante crear y fomentar otras oportunidades e inquietudes.</p> <p>Se pone como ejemplo el caso de EEUU: personas mayores que ‘trabajan’ como voluntarios: ejemplo de los museos, comercios que tienen a personal de edad que sirven muy amablemente; hospitales... Están organizados (horarios etc.) de tal manera que no se quiten puestos de trabajo sino para dar mejor servicio. Calidad de vida. Trabajar en el voluntariado da una satisfacción tremenda.</p> <p>El voluntariado puede darse: uno, porque te gusta; o dos, como sucede en Alemania, porque no te llega la pensión. Y creo que esta va a ser, un poco, la dinámica que nos va a tocar.</p>
--	---

La calidad de vida es muy importante para retrasar esa independencia.

- . Clave, la actividad.
- . Autonomía y toma de decisiones: (no lo que digan los hijos/as... capacidad de tomar las decisiones que incumben a tu vida)
- . Hay que prepararse para la muerte, para poder tomar tú una decisión, que no lo haga por ti tu hija/o (charlas y grupos de debate).
- . Asistencialismo, darles una participación activa y que ellos propongan los temas.

. El porcentaje de las personas activas en Irun, es mayor que el de las personas dependientes. Más que a la muerte, el mayor miedo que hay es a la dependencia.

. La vida es un viaje y tienes que aprovechar todo ese viaje de la vida para prepararnos para que la dependencia llegue lo más tarde posible, tener los hábitos saludables. Hay que ir preparando a las generaciones anteriores, y hay que sensibilizar a todos, pero sobre todo a las generaciones que vienen.

. La idea del cuidador colectivo, es una idea muy interesante (oportunidad). Sentirse parte de un objetivo más importante, de la comunidad. Ahora no existe excepto Nagusilan. Relación de vecindad, ayuda a mantener la autonomía de las personas.

. La importancia del entorno preparado. Son importantes las redes de proximidad, que se hace de manera informal, no hay nada organizado. Una persona cuando no puede salir de casa, cada uno tiene que buscarse la vida. Estaría bien desarrollar algo que sería una combinación entre la red vecinal y los servicios de proximidad, pero tenemos que estar todos concienciados.

. Respecto al tema de los **servicios de proximidad**, surgió **BidaOsoa**: diferentes empresas que trabajábamos con personas mayores, pilotado también con los servicios sociales de Irun, Hondarribia y la Diputación –que era quienes financiaban el proyecto- y Bidasoa Activa, con este enfoque. **Primero se acude a la red vecinal, porque los servicios sociales no son conocidos, han estado ligados a colectivos ‘marginados’.**

. **Tenemos que centrarnos en todo lo que hay antes de la dependencia y todo lo que podemos hacer para que esa dependencia se retrase lo máximo posible. Y no solo los hábitos de la vida saludable; también es, educación, redes vecinales, ciudades amigables, centros sociales -que entre lo lúdico y no lúdico pueden hacer muchas cosas-, es todo el voluntariado, el seguir aprendiendo... Hay muchas maneras de seguir llevando una vida plena, muy autónoma. Tomando tú tus decisiones, y haciendo lo que te gusta.**

. Auto realización. Ofrecer un abanico de oportunidades y poner en valor las cosas que ellos saben y pueden ofrecer; desde las maneras a relacionarse, de aprender a cuidar, a enfrentarse a las pérdidas, capacidad de sacrificio, etc. Aspectos que nosotros en esta sociedad cada vez más individualista estamos perdiendo.

. Cursos de preparación para jubilados, aun hoy no se tiene, en general, un proyecto de vida. ¿Cómo aprovechamos el potencial de esas personas que se están jubilando? Un paso es que las empresas hagan ese tipo de programas; como actuación a contemplar o impulsar

.. Otro tema que tenemos que tratar es el tema de la soledad. Estamos hablando de personas que participan en grupos de jubilados pero hay un colectivo que no tiene una red de apoyo. **En el Ayto. de Irun, desde Servicios Sociales, ya existe un programa dirigido a personas mayores de 75 años.** Es un programa preventivo. Cuando se detecta un patrón de aislamiento social, se le ofrece unos cursos de habilidades sociales. El programa marcha muy bien y.

. Por eso mismo hay que trabajar en esas redes, en crear redes de confianza. Hay que dar a conocer esas redes y generar confianza. Con un apoyo institucional sin duda se logra crearla.

Resumen de ideas			
Retrasar la edad de dependencia	<ul style="list-style-type: none"> . Para evitar el envejecimiento es muy importante crear y fomentar otras oportunidades e inquietudes . Buscar unas implicaciones amplias 	Últimas voluntades	<ul style="list-style-type: none"> . Hablar en charlas y preparar grupos de debate . Más que a la muerte el mayor miedo que hay es a la dependencia
Calidad de vida	<ul style="list-style-type: none"> . Es el colectivo más heterogéneo en lo que es la vida 	Redes de vecindad	<ul style="list-style-type: none"> . Relación de vecindad, ayuda a mantener la autonomía de las personas. . La sociedad, a todos los niveles, ha de participar en todo. . Muchas veces somos nosotros quienes queremos poner vendas a algo que es natural
Actividad Evitar la pobreza social	<ul style="list-style-type: none"> . Buscar estrategias diferentes . Que las personas mayores se relacionen 	Autonomía	<ul style="list-style-type: none"> . Capacidad en la toma de decisión
Coste económico	<ul style="list-style-type: none"> . Participación activa y que ellos propongan los temas. 	Empresa privada	<ul style="list-style-type: none"> . Impulsar la empresa privada siempre y cuando no haya un ánimo de lucro . Lo público no puede llegar a todo y la administración en muy torpe a la hora de moverse, le cuesta mucho; y si es cierto que lo privado tiene una flexibilidad que a veces es muy necesaria. . O empezamos en los gastos sociales, en el concepto que tenemos de colectivo y de las oportunidades o retos que tenemos, o volveremos otra vez a ayudar a una parte que es un porcentaje pequeño. . No podemos caer en la dicotomía de que todo lo público en bueno y lo privado es todo malo. . La innovación siempre va a venir por el lado privado. . Tener en cuenta un ámbito de oportunidades que vamos a impulsar, para no precarizar. . Aquí en Gipuzkoa [esto ya tiene una tradición] lo que hay que hacer es controlarlo, mantenerlo y mejorarlo
Auto realización	<ul style="list-style-type: none"> . Ofrecer un abanico de oportunidades para que cada uno tenga su manera de auto realizarse. . Poner en valor las cosas que ellos saben y pueden ofrecer 	Cohesión de la sociedad gipuzkoana	<ul style="list-style-type: none"> . No importa cuál sea tu situación económica. . Servicio de calidad.
Cursos de preparación para jubilados	<ul style="list-style-type: none"> . Elaborar un proyecto de vida . Cómo aprovechamos el potencial de esas personas que se están jubilando 	Distintas leyes servicios sociales	<ul style="list-style-type: none"> . Es muy difícil coordinar cuando la persona es única y necesita la coordinación de todos los servicios
La soledad	<ul style="list-style-type: none"> . Tener a las personas identificadas es un elemento preventivo 	Partidos políticos	<ul style="list-style-type: none"> . Falta cultura política de aceptar lo anterior.
Crear redes de confianza	<ul style="list-style-type: none"> . Trabajar e implicar también a los hijos en el tema de las decisiones/empoderamiento 		

Sesión de síntesis

- . La información de los servicios oficiales ofrecida ha de ser a todos los niveles, no sólo lo que a nivel municipal ofrece la administración, incluir también los servicios que ofrece la empresa privada.
- . Asistencia a las personas dependientes: sería un reto lograr un equilibrio en la mejora de la demanda (lo que el usuario reivindica: que sea siempre la misma persona) y la oferta (es evidente que el asistente va a ir cambiando de cara). Lo que prima es que la persona esté asistida.
- . La persona tiene que ser consciente de que una parte muy importante la tiene que hacer ella misma, tiene mucho que hacer por sí misma. Y de que a pesar de la jubilación le queda aún una etapa larga en la vida.
- . Evitar la exclusión: actividades gratuitas – voluntariado. El coste de las actividades: gracias al voluntariado se consigue que las actividades que el gasto de las actividades sea menor e incluso pueda ser gratuitas para los usuarios. Al ser actividades gratuitas, el riesgo que hay es que no se le de valor.
- . Política de vivienda: Opciones que disponemos: centro de día, residencia, pisos tutelados para personas autónoma, y luego están los cohousing (viviendas colaborativas y autogestionadas). Para las generaciones futuras el cohousing toma mucho partido (funciona como cooperativa).
- . Pisos compartidos: personas mayores con estudiantes. Es importante que la persona mayor sea una persona autónoma.
- . Adaptación a la política de la vivienda: Vivienda pública que las personas mayores pueden pagar una hipoteca.

Para ese nuevo curso de vida son necesarios/as:

Cambios	Adecuaciones	Reivindicaciones
<ul style="list-style-type: none"> . Mejorar la red de servicios (público + privado) .- Incorporar servicios tecnológicos al SAD 	<ul style="list-style-type: none"> . Dar a conocer todos los servicios sociales .- INNOVACIÓN SOCIAL: políticas adecuadas 	<ul style="list-style-type: none"> . Investigar otras alianzas (importancia de las empresas del sector servicios) . Compromiso político: no cambiar las decisiones tomadas anteriormente. . La administración debería ser más flexible.
<ul style="list-style-type: none"> . Tener un proyecto de vida (empezar a trabajarlo desde la escuela) .- Autoreflexión y recuperación de la memoria histórica 	<ul style="list-style-type: none"> . La persona tiene que cambiar: Envejecimiento consciente. . Cambio de ideología . Participación activa 	<ul style="list-style-type: none"> .- RECONOCIMIENTO, con justicia y sin “sublimaciones” ficticias
<ul style="list-style-type: none"> . Hablar de las personas (en diferentes momentos de la vida), no de los colectivos. FIN DEL EDADISMO 	<ul style="list-style-type: none"> . Trabajar para que las personas no se excluyan. 	<ul style="list-style-type: none"> . Valor de lo Comunitario; PIB ≠ “CIP (Comunidad Interior Bruta)”
<ul style="list-style-type: none"> . Sensibilizar e implicar a todas las generaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> .- Adecuar la terminología y acabar con la connotación negativa 	<ul style="list-style-type: none"> . Centros sociales donde acudan otras generaciones (donde el cliente pueda elegir a dónde acudir).
<ul style="list-style-type: none"> . Adaptación en la política de la vivienda 	<ul style="list-style-type: none"> . Evitando las colectividades; crear redes (transversales, es más rico crear zonas comunes) . Ofertar viviendas públicas tipo cohousing 	<ul style="list-style-type: none"> . Cohousing intergeneracional.
<ul style="list-style-type: none"> . En el discurso de los medios de comunicación: MARKETING SOCIAL .- Cambiar la visión de la edad 	<ul style="list-style-type: none"> .- EDUCACIÓN 	<ul style="list-style-type: none"> . Decálogo de buenas prácticas dirigido a los medios de comunicación: de cómo se visibiliza la vejez, en el tema de sucesos para quitar los miedos y generar confianza, tratamiento de edad...
<ul style="list-style-type: none"> . Reivindicar el inconformismo y romper las etiquetas sociales 	<ul style="list-style-type: none"> .- Definición de objetivos comunes 	<ul style="list-style-type: none"> . Replanteamiento de las jornadas de trabajo (4.0)
<ul style="list-style-type: none"> .- Criterios en base a salud y no a edad 	<ul style="list-style-type: none"> .- Vida comunitaria 	<ul style="list-style-type: none"> . Feminización del final de la vida: influencia femenina CLAVE en el futuro
<ul style="list-style-type: none"> . “Aitona-amonas sin fronteras”= ayuda SI, esclavitud NO 	<ul style="list-style-type: none"> .- Trabajo multidisciplinar y transversal 	<ul style="list-style-type: none"> . + AÑOS, + SALUD, + DINAMISMO (Vibrant)

A corto medio/plazo, qué OPORTUNIDADES nos brindan estos cambios:

- ❖ **Recuperar la vida colectiva**, para ello es necesario:
 - Trabajar en la empatía.
 - Poner en valor lo que nuestros mayores han hecho.
 - Importancia de los procesos participativos.
 - Reinserción social del “marginado”
 - Reducción de la individualidad: mayor libertad y autonomía
 - Espacios públicos comunes, múltiples y diversos
- ❖ **Diseño social:**
 - MÁS RAZONABLE
 - MÁS DIVERSO
 - MÁS INCLUSIVO
- ❖ **Corresponsabilidad (empoderamiento ciudadano)**
- ❖ **Envejecimiento: cambio en el mensaje:**
 - Inicio de otra fase más de la vida
 - Nueva valoración de la edad
 - Prisma positivo: oportunidad, reto, FUTURO
- ❖ **Adaptación de servicios a demandas sociales reales (no solo físicas):** abordajes más específicos
- ❖ **Nuevos puestos de trabajo**
 - Cuidados más especializados
 - Enfoque social y comunitario
- ❖ **Activación de los capitales sociales**
- ❖ **Experiencias intergeneracionales** (enriquecimiento personal y profesional)
- ❖ **Sociedad más igualitaria**

