

# “Envelliment actiu i persones en situació d'aïllament a Barcelona”

## DOSSIER DE PREMSA

La Fundació Cuberes Donlo presenta un estudi realitzat per la Fundació Pere Tarrés sobre envelliment actiu, centrat en la relació que s'estableix entre persones grans i adultes o persones grans de diverses generacions en el marc de programes que tenen com a objectiu reduir l'aïllament de les persones grans.

**Presentació: Barcelona, 29 de setembre de 2016**

## Descripció de l'informe

---

Amb la voluntat de produir coneixement útil per millorar la qualitat de vida de les persones grans majors de 70 anys de la ciutat de Barcelona, la Fundació Cuberes Donlo i la Fundació Pere Tarrés han dut a terme un estudi sobre **envelliment actiu**, centrat en la relació que s'estableix entre persones grans i adultes o persones grans de diverses generacions en el marc de **programes** que tenen com a objectiu **reduir l'aïllament de les persones grans**.

### **Autores de l'informe:**

**Rosa Coscolla i Aisa.** Llicenciada en Psicologia, Llicenciada en Sociologia i Diplomada en Treball Social. Cap d'Innovació i metodologia de la Fundació Pere Tarrés.

**Núria Comas López.** Llicenciada en Sociologia. Tècnica de projectes de la Fundació Pere Tarrés.

**Laura Garcia Rodríguez.** Estudiant en pràctiques de la Fundació Pere Tarrés.

### **Entitats col·laboradores amb el treball de camp:**

Amics de la Gent Gran  
Fundació Privada Avismón-Catalunya  
Institut Municipal de Serveis Socials de l'Ajuntament de Barcelona (Projecte Radars)

---

### **Metodologia**

L'estudi "Envelliment actiu en els programes que pal·lien l'aïllament de les persones grans" és qualitatiu i exploratori i per elaborar-lo s'han utilitzat diverses tècniques pròpies de la investigació social. Aquestes s'han desenvolupat en tres fases de treball: exploració temàtica i emmarcament de la recerca, treball de camp i anàlisi.

Els programes amb els quals s'ha treballat són: Acompanyament a domicili de l'entitat Amics de la Gent Gran; Acompanyament assistencial i puntual de la Fundació Privada Avismón-Catalunya i Projecte Radars de l'Institut Municipal de Serveis Social de l'Ajuntament de Barcelona.

---

### **Objectius**

L'objectiu general de l'estudi ha estat fer una **identificació dels impactes** que reben els participants, tant usuaris/es com voluntaris/es, de diversos programes que pretenen pal·liar la soledat no volguda de les persones grans i **analitzar-los des de la perspectiva de l'envelliment actiu**.

Els tres grans objectius plantejats han estat:

1. Identificar i analitzar la percepció que tenen les persones participants en aquests programes sobre les relacions que s'hi estableixen.
2. Identificar i analitzar quin potencial tenen aquestes relacions per afavorir l'envelliment actiu.
3. Avançar en l'avaluació dels programes que combaten l'aïllament de les persones grans, aportant una proposta base de dimensions per tal de contrastar-ne l'alineament amb el paradigma de l'envelliment actiu.

També s'ha detectat la necessitat de treballar per la **sensibilització** de la societat a través de dos objectius:

- Fer **pedagogia** del que és l'**envelliment** i **preparar per a la vellesa**, aplicant la perspectiva de l'envelliment actiu al llarg de la vida.
- Construir una cultura de respecte a l'**autonomia** de les persones grans i de **valoració de les seves capacitats**.

---

### El compromís de la Fundació Pere Tarrés

La Fundació Pere Tarrés va atendre l'any 2015 unes 437.770 persones. El seu compromís educatiu i social es fa present en milers d'alumnes en cursos i en la formació universitària, en milers d'infants en les colònies d'estiu i escolars, en els casals d'estiu, en les escoles bressol i en els programes municipals, en el suport als centres d'esplai i centres socioeducatius, entre d'altres.

La voluntat de la Fundació Pere Tarrés és acompanyar a les persones en tot el cicle de la seva vida i molt especialment en el cas de les persones grans, un col·lectiu potencialment vulnerable. Per promoure la participació de les persones grans en la vida social i comunitària, la Fundació Pere Tarrés ofereix programes universitaris per a gent gran, gestiona casals de gent gran i imparteix formació per atendre gent gran i en situació de dependència. Conscient de la importància de l'envelliment actiu, la Fundació promou la participació social de la gent gran ja que tot considera que les persones, independentment de la seva edat, tenen dret a seguir desenvolupant-se.

D'altra banda, la Fundació Pere Tarrés té la voluntat de contribuir a la construcció d'una societat més justa i cohesionada mitjançant la reflexió i el coneixement a través dels estudis i la recerca que analitzin la realitat i donin resposta als reptes socials i educatius actuals.

---

### El compromís de la Fundació Cuberes Donlo

La Fundació Cuberes Donlo va ser creada el 2008 després de la mort del matrimoni format per l'Antoni Donlo i la Maria Cuberes. En els darrers anys de la seva vida, van poder constatar la situació de soledat i, moltes vegades, de precarietat, en la que es troba la gent gran. Es per això que, com a acte de darrera voluntat, van decidir destinar tots els seus béns a la creació de la Fundació que duu el seu nom.

En vida, el matrimoni Cuberes Donlo es va entregar a ajudar a les persones necessitades. Com a infermera de l'Hospital de Sant Pau, la Maria Cuberes va recolzar sempre, de forma desinteressada, aquelles persones que no tenien els mitjans econòmics per rebre una atenció sanitària adequada.

Actualment, a la Fundació Cuberes Donlo estem plenament compromesos amb la voluntat social dels seus fundadors: millorar la qualitat de vida de la gent més gran de 70 anys de veïnatge civil català per tal d'esdevenir una entitat de referència a Barcelona en l'estudi i la promoció de la intergeneracionalitat i l'envelliment actiu.

## 1. Creix el nombre de persones grans

---

**A Catalunya hi ha 1.385.476 persones majors de 65 anys**, un 18,3% de la població, segons dades de l'Institut d'Estadística de Catalunya (Idescat). L'envelliment progressiu de la població és un fenomen que ens acompanya des de fa anys i que marcarà gran part de la societat en què viurem en el futur.

L'increment de l'esperança de vida, sumada a la baixa taxa de natalitat, estan originant un **creixement accelerat en el percentatge de persones grans**, que té com a conseqüència l'envelliment de la població. La millora de la qualitat de vida i els avenços en la ciència mèdica de les últimes dècades són responsables de l'augment significatiu del número de persones grans.

---

### A Barcelona

Segons dades de l'Ajuntament de Barcelona, **el municipi concentra més d'un 25% de les persones majors de 65 anys que viuen a Catalunya**. A la capital catalana, un 25-30% de la gent gran viu sola i el 20% presenta algun tipus de discapacitat. A més, el context econòmic per a moltes d'aquestes persones no és favorable, un 55% dels majors de 60 anys viuen amb menys de 1.065 euros al mes, i més d'un 25% ho fa amb menys de 532,51 euros al mes.

Davant aquesta realitat demogràfica, el repte que se'ns presenta com a societat, és doncs, el d'arribar al final de vida en condicions òptimes per gaudir-ne a través de l'envelliment actiu. En concepte entén l'**envelliment** com un procés que s'estén al llarg de la vida que optimitza les oportunitats de salut, de participació i de seguretat per tal d'aconseguir una millora de la qualitat de vida en la mesura que les persones envelleixen.

Des de l'Organització Mundial de la Salut va començar a treballar aquest concepte, a finals dels anys noranta, s'ha convertit un el marc principal des del qual es dissenyen les polítiques i programes per a la gent gran en la nostra societat.

---

### Reptes de l'envelliment de la població

El ràpid envelliment de la població en les pròximes dècades genera veritables desafiaments:



- La soledat de les persones grans.
- La imprescindible solidaritat entre generacions.
- La perspectiva de gènere en el procés d'envelliment on la dona sol viure més i amb unes condicions econòmiques habitualment més precàries.
- L'exercici de la cura, l'atenció a la persona dependent.
- Les pensions i les rendes necessàries per a un manteniment digne del nivell de vida.
- La igualtat d'oportunitats, vinculada també a l'hàbitat urbà o rural, a l'habitatge o centre residencial en el qual es visquin els darrers anys de cadascú.

## 2. L'envelliment com un procés que té lloc al llarg de la vida

---

La definició de l'Organització Mundial de la Salut (2002) parla de l'envelliment actiu com el procés d'optimitzar les oportunitats **de salut, aprenentatge al llarg de la vida, participació i seguretat** per tal d'aconseguir una millora de la qualitat de vida a mesura que les persones envelleixen. L'estudi recull la necessitat d'**entendre l'envelliment com un procés que té lloc al llarg de la vida** i, per tant, la noció de cicle de vida esdevé clau. Cal, per tant, emprendre accions en diverses dimensions des de la infància, passant per la joventut i l'edat adulta, i fins arribar a la vellesa.

Una de les dimensions de treball que s'identifica com a prioritària és **aprofundir en el coneixement i la consciència del que és envellir** i de què cal fer per envellir de manera saludable. L'experiència de les persones que s'enfronten amb inseguretat i por a la nova etapa posterior a la jubilació és només una mostra d'aquesta necessitat.

A aquest primer repte cal afegir-ne un altre, que hi està molt vinculat. A la nostra societat hi tenen molta força representacions socials negatives de les persones grans, de manera que fins i tot s'arriben a considerar una càrrega social. Tot plegat facilita que es donin comportaments com la indiferència o la discriminació per edat. Això té un reflex també en la pròpia subjectivitat de les persones grans, que poden arribar a interioritzar aquests estereotips negatius. Cal, doncs, **difondre una cultura que posi en valor l'autonomia de decisió i les capacitats de les persones grans**.

---

### Reptes en la promoció de l'envelliment actiu

Malgrat que durant els darrers anys, en el context de la ciutat de Barcelona, s'han fet notables avenços en el desenvolupament de polítiques públiques i programes des d'una perspectiva de l'envelliment actiu, encara hi ha molt de recorregut en relació amb alguns aspectes. Entre els reptes i àrees de millora hi ha:

1. Sovint es confon la idea d'**activitat** amb la d'estar físicament actiu. Una manifestació d'això és que alguns programes de promoció de l'envelliment actiu estan orientats gairebé exclusivament a la realització d'activitats d'exercici físic per a gent gran. Per una altra banda, una altra concepció esbiaixada de la idea d'activitat és la d'estar "actiu, fent coses". Tanmateix, la idea d'activitat fa referència també a la **implicació** significativa en la vida familiar, social, cultural, comunitària i espiritual.



2. En segon lloc, els experts assenyalen que l'envelliment actiu té a veure amb els individus de totes les edats i en qualsevol situació d'autonomia i/o dependència. Tot i que segons la idea mencionada al punt 1, sovint els programes de promoció de l'envelliment actiu són pensats per a persones grans amb plenes capacitats funcionals. Des de l'estudi, es reconeix que actualment, a la ciutat de Barcelona, els serveis i programes existents no cobreixen les necessitats en relació amb l'envelliment actiu de les persones grans **en situació de dependència** de diferents graus i tipus.
3. Cal avançar en la promoció de l'envelliment actiu **al llarg de la vida per a totes les franges d'edat**, desenvolupant polítiques públiques d'una òptica de **prevenció**.
4. Es necessari fer **pedagogia** al voltant de **què és envellir i de com fer-ho per gaudir d'una bona qualitat de vida**. Així doncs, cal potenciar, per exemple, activitats com els cursos per a la preparació de la jubilació.
5. Al mateix temps, però, l'estudi reconeix que cal ampliar la mirada i **desvincular aquesta formació del trànsit entre el món laboral i la jubilació**, afavorint una concepció de l'envelliment com un procés que es dóna al llarg de tota la vida i tenint en compte la diversitat de trajectòries personals.
6. Es necessària una estratègia per a difondre una **cultura que valori l'autonomia i les capacitats de les persones grans**, una necessitat reconeguda també per la comissió d'experts. Es reconeix així la naturalesa relacional i **intergeneracional** de l'envelliment actiu.
7. Dels anteriors punts se'n deriva generar un **canvi cultural** que creï un entorn adequat per a garantir que les persones grans poden viure de manera autònoma i satisfactòria.
8. Finalment, l'estudi assenjala alguns reptes més, com l'adequació dels diversos serveis i programes relacionats amb l'envelliment actiu als **diversos perfils de gent gran** (incloent les persones procedents d'altres cultures, LGTB, etc.) i també la incorporació efectiva de la gent gran a la **societat digital**, tenint en compte que els canvis tecnològics se succeeixen amb rapidesa i que totes les generacions necessitaran anar-s'hi adaptant.

### 3. Les relacions intergeneracionals com a oportunitat

---

Les **relacions intergeneracionals** són les interaccions que es donen entre membres de diferents generacions que conviuen en un mateix temps. Tot i que es tracta d'interaccions inherents a la condició humana, en la nostra societat s'està produint una reducció d'aquestes relacions, alhora que la presència quantitativa de les persones grans creix i que s'allarga l'esperança de vida.

---

#### Programes intergeneracionals

En les darreres dècades hi ha hagut un gran desenvolupament dels anomenats **programes intergeneracionals**, programes que persegueixen, a través de l'intercanvi de coneixements i la vivència d'experiències conjuntes, beneficis tant

individuals com socials, i proporcionen oportunitats per a la creació de relacions solidàries entre generacions. Aquests programes van orientats a diversos objectius: l'educació i el desenvolupament d'activitats, la millora de la salut, el desenvolupament emocional dels infants i joves, el recolzament a les famílies, el desenvolupament comunitari, etc.

L'estudi parteix del reconeixement d'una oportunitat: la de l'**activitat intergeneracional** com a espai de creació i difusió d'una cultura per a l'envelliment actiu. En quina mesura aquests programes i les relacions intergeneracionals que s'hi estableixen poden afavorir l'envelliment actiu de les persones participants, siguin usuàries o voluntàries?

Aquesta ha estat la pregunta general que ha guiat l'estudi, fixant-se concretament en les persones voluntàries que es troben en la franja d'edat entre els 55 i 70 anys. Alhora, l'aproximació als programes que combaten l'aïllament de les persones grans han donat pistes sobre com afavorir l'envelliment actiu d'un col·lectiu de persones que sovint queda fora de nombrosos programes i activitats precisament pel fet de trobar-se en aquesta situació, font d'exclusió social. Per fer-ho, l'estudi s'ha apropiat a la tasca desenvolupada per Amics de la Gent Gran, Fundació Privada Avismón-Catalunya i el Projecte Radars a través d'entrevistes al seu personal tècnic, a persones usuàries i a persones voluntàries que es troben en la franja entre els 55 i 70 anys.

## 4. Relacions intergeneracionals i envelliment actiu

---

Arribats a aquest punt, l'estudi es pregunta en què afavoreixen les **relacions intergeneracionals a l'envelliment actiu**. La resposta és que a través dels programes intergeneracionals es poden treballar diverses dimensions rellevants des del punt de vista de l'envelliment actiu. Per il·lustrar-ho es desglossen els impactes dels programes intergeneracionals vinculant-los als 4 pilars de l'envelliment actiu.

### SALUT

---

- Millores en **salut** (activitat física, cognitiva i social) i menor abús de les **drogues** en joves
- Sentiment de **felicitat**, de satisfacció amb la vida pròpia, millora de l'**autoestima**, sentiment de ser valorat/da, estimat/da i necessari/a
- Millora de la **motivació** i les ganes de viure, actituds **optimistes**, resiliència, capacitat de gaudir de la vida

### APRENTATGE AL LLARG DE LA VIDA

---

- Millor comprensió i apreciació de l'envelliment, mort i **cicle de vida**
- Preparar-se per a **envellir i morir**
- Aprenentatge sobre **història i històries de vida**
- Ruptura d'**estereotips** envers les persones grans i major respecte pels seus assoliments. Millora en la relació amb les **persones grans**: habilitats comunicatives, comoditat
- Transmetre **experiències** de la seva vida i prendre el **relleu** de les persones més grans

- Desenvolupament d'**habilitats socials** i vinculats amb les **noves tecnologies**

## PARTICIPACIÓ

---

- Millores en **relacions socials**
- Increment del **sentit cívic** i de la responsabilitat de la comunitat
- Necessitat de **compartir** temps amb gent gran i amb els propis **avis**
- Augment del **gaudi** del temps lliure i per l'interès per ser una persona **activa** a la societat
- Sentiment d'estar **involucrat** en quelcom emocionalment significatiu

## SEGURETAT

---

- **Suport** d'adults en moments de necessitat
- Millora en la capacitat de **cuidar** a altres persones i en la dedicació a les **tasques domèstiques**
- Menor sentiment d'**aïllament**
- Menor tendència a la violència

Així doncs, si bé l'àmbit de les relacions intergeneracionals i el paradigma de l'envelliment actiu són dos enfocaments de treball que neixen en contextos i amb intencions diferents, des de fa dècades s'assumeix que es tracta de dues **perspectives complementàries i que s'alimenten l'una a l'altra**.

## 5. L'experiència de les persones usuàries

---

Les persones grans usuàries dels tres programes analitzats a l'estudi tenen alguns trets comuns: es troben en situació de **solitud no volguda** i en risc d'**exclusió social**. En general es tracta de persones amb un nivell d'ingressos baix, amb absència o debilitat de xarxa familiar i/o social i per tant en situació de fort risc d'aïllament. A això cal afegir que algunes d'aquestes persones tenen **limitacions funcionals**. Tot plegat pot donar lloc a situacions de tancament al propi domicili, falta d'higiene personal i de la llar, sentiment d'inseguretat per afrontar la vida quotidiana i desconfiança en la pròpia autonomia, en les pròpies capacitats i en el món extern.

### El perfil de les persones usuàries

- **La majoria són dones**. Al projecte Radars un 72% de les usuàries són dones, a Avismón ho són el 85,5%, i a Amics de la Gent Gran, el 88%.
- **Aproximadament la meitat tenen més de 85 anys** (només per als programes d'Avismón i Amics de la Gent Gran).



- L'accés als programes d'acompanyament d'Amics de la Gent Gran i d'Avismón es fa, normalment, per **derivació des dels serveis socials o de salut**. Tot i així, les mateixes persones grans o algun/a familiar també s'adrecen a aquestes entitats per poder accedir al servei.

---

## Impactes positius per a les persones usuàries vinculats a l'envelliment actiu

### 1. Impactes relacionats amb la salut

- Millora de la **salut emocional** per l'**alegria i la il·lusió** que els proporciona la relació i el contacte.
- **Canvis en la visió del propi món** ja que incorporen una perspectiva més positiva de la vida i considerant un futur que s'espera amb ganes.
- **Creació de rutines i hàbits**. Les visites donen significat al temps de les persones usuàries. El fet d'esperar la visita de la persona voluntària els permet pensar en el dia que són. Alhora, la visita té un component **festiu**, ja que es genera una motivació per tenir cura d'un mateix i de la llar.
- **Augment de contacte amb l'exterior**. Per a algunes de les persones usuàries, que es troben en situació d'aïllament com a conseqüència de limitacions físiques i funcionals, la relació amb la persona voluntària permet disposar d'un espai regular en què es pot **sortir al carrer** o fer activitats impossibles de dur a terme per a la persona en solitari, fins i tot dins del propi domicili.

### 2. Impactes relacionats amb l'aprenentatge al llarg de la vida

- La **conversa** és una de les activitats que té una presència més freqüent i més important ja que permet un intercanvi d'aprenentatges.
- El vincle amb la persona voluntària permet a la persona gran mantenir les **capacitats cognitives** i de **comunicació**.
- La relació amb la persona voluntària permet que la persona gran, que sovint ha passat per una situació d'aïllament, connecti amb la **realitat present** i prengui consciència dels **canvis socials**, gràcies a l'intercanvi d'històries de vida.
- Oportunitat per aprendre com usar les **noves tecnologies**.
- La **ruptura d'estereotips**, trencant amb una determinada imatge de les persones d'altres generacions/edats.
- També hi ha hagut una ruptura dels estereotips **envers un mateix i la pròpia generació**. A mesura que s'han anat donant millores en la salut i la participació, la persona gran ha anat (re)descobrint capacitats pròpies que han canviat l'autoimatge (sortir al carrer, relacionar-se amb altres persones, aprendre coses noves, etc.).



### 3. Impactes relacionats amb la participació

- El **vincle amb la persona voluntària** i el **contacte amb el món exterior** no només afavoreixen la millora de la salut emocional per si mateixos, sinó que també serveixen com a porta d'entrada a una xarxa de relacions prèviament inexistents.
- Algunes de les persones grans usuàries participen en les **activitats i sortides que organitza la entitat de la que formen part**. Aquestes activitats van des de la celebració de Nadal o de Sant Jordi, fins a passar una setmana de vacances conjuntament amb altres usuàries i voluntàries.
- S'identifica l'establiment de **relacions personals** a dos nivells: d'una banda, relacions esporàdiques que no van més enllà del dia senyalat i organitzat per l'entitat, permetent una interacció de manera limitada; de l'altra, aquestes trobades de voluntaris i usuaris han donat lloc a algunes relacions més properes al marge dels espais de l'entitat, com poden ser amistats que es truquen per telèfon o el cas de dues persones grans que es troben en la mateixa residència i que tenen cura l'una de l'altra.
- Modificacions o enfortiment en el vincle **familiar**, en fer-se explícita la solitud de la persona gran i la voluntat d'una persona d'una altra generació de voler compartir el seu temps amb ella. En aquesta mateixa línia, hi ha un cas on l'acompanyament desperta interès en el **veïnat**, quant a la relació amb la persona gran prèviament aïllada.

### 4. Impactes relacionats amb la seguretat

- El vincle afectiu amb el voluntari és important per al **sentiment de seguretat, protecció i tranquil·litat de la persona gran**: el fet de saber que es disposa d'un suport en qualsevol moment de necessitat i que algú està pendent d'ells de manera constant permet acabar amb la sensació de desprotecció i desemparament.
- Les persones voluntàries transmeten **conductes adequades a l'hora de relacionar-se amb el món exterior**, com pot ser l'ús apropiat d'internet o la precaució a l'hora d'obrir la porta del domicili.
- Prevenció i identificació de problemes de salut, d'higiene, d'alimentació, d'accessibilitat o de manteniment domèstic.
- La connexió amb l'entitat proporciona molta **informació** sobre els propis **drets** de les persones grans, que les fan menys vulnerables.

## 6. L'experiència de les persones voluntàries

---

L'inici de la vinculació de les persones voluntàries amb els programes d'acompanyament a les persones grans s'ha produït en diversos contextos. Algunes d'elles combinen l'activitat voluntària amb la laboral; en alguns d'aquests casos, la **jubilació** ha servit per intensificar la dedicació al voluntariat. Per a la majoria, però, l'arribada de la jubilació va representar el moment clau per iniciar-s'hi. En menor mesura, la vinculació ha arribat per a algunes persones trobant-se en situació d'**atur**.

Quant a les motivacions, en primer lloc s'identifica una motivació general per dur a terme una activitat **socialment útil** i es fa referència a la voluntat de fer un retorn a la societat. Alhora, pren molta importància en el discurs de les persones voluntàries la voluntat d'**omplir el temps**, un temps que es presenta com a nou arran de la jubilació. En general, però, es posa l'èmfasi en què aquest temps es vol omplir d'una activitat significativa i gratificant.

Per una altra banda, les experiències d'acompanyament en **la vellesa dels propis pares i mares** també s'han esmentat com una vivència que ha contribuït a la participació en aquest tipus de voluntariat. En aquests casos, es tracta de persones que han cuidat durant molt de temps a algun familiar i que, segons expliquen, això els ha ajudat a ser **conscients** de la necessitat de les persones grans de rebre suport i acompanyament i les ha motivat a seguir donant-lo a altres persones més enllà de l'entorn familiar.

---

### El perfil de les persones voluntàries

Pel que fa als programes d'Amics de la Gent Gran i d'Avismón:

- **La majoria són dones.** A Avismón ho són el 60% i a Amics de la Gent Gran, el 73%.
- Hi ha voluntariat de totes les edats, a partir dels 18 anys. **El 30% tenen entre 55 i 69 anys.** A més, **hi ha un percentatge destacable de majors de 70 anys:** 22,7% a Avismón i 11% a Amics de la Gent Gran.
- La majoria de persones voluntàries del Projecte Radars tenen **més de 65 anys** i, per tant, la majoria estan **jubilades**. També hi ha una majoria de **dones**. Tanmateix, la naturalesa comunitària del projecte fa que el perfil de les persones voluntàries variï molt en funció del barri on es desenvolupa el projecte.

---

### Impactes positius per a les persones voluntàries vinculats a l'envelliment actiu

#### 1. Impactes relacionats amb la salut

- Millora de la **salut emocional**.
- La satisfacció de veure com **vencen la desconfiança** de les persones a qui truquen i de veure com aquestes acaben esperant la trucada i es mostren amb ganes de parlar amb elles.
- L'**amistat** que pot néixer a partir de la relació usuari/voluntari, basada sobretot en l'escolta i la companyia.
- Les persones voluntàries sovint s'acaben convertint en una "**persona de referència**" per a la persona usuària.

## 2. Impactes en relació amb l'aprenentatge al llarg de la vida

- Els voluntaris han après sobre la **manera de viure de cadascú** i això els permet reflexionar i comparar formes de vida.
- Els voluntaris han adquirit aprenentatges sobre **aspectes del passat** que van més enllà de la persona en si mateixa: costums i estils de vida, maneres d'alimentar-se, esdeveniments o processos històrics com la guerra civil o els processos migratoris, etc.
- Els voluntaris han **pres consciència d'algunes de les problemàtiques que pateixen les persones grans**, com la soledat no volguda i l'aïllament, a través de personalitzar alguns fenòmens que coneixien en abstracte.

## 3. Impactes en relació amb la participació i la seguretat

- Les persones voluntàries s'incorporen en una **xarxa de relacions** que pot estar conformada per persones usuàries dels programes, altres persones voluntàries, professionals de l'entitat i altres persones vinculades a la comunitat.

Ara bé, l'estudi alerta que les necessitats i situacions de les persones grans voluntàries i usuàries no són tan diferents i que les persones voluntàries també poden ser susceptibles de trobar-se en situació de soledat no volguda. La "**llosa de la solitud**" pot afectar fins i tot a les persones voluntàries més actives si, per exemple, perden la parella.

L'activitat voluntària dins els programes d'acompanyament pot ser molt **solitària**. Un voluntari pot acompanyar una persona gran durant anys, essent bàsicament aquesta l'activitat que desenvolupi, de manera que la vinculació amb la xarxa de relacions de l'entitat sigui molt minsa o inexistent. Si bé les entitats organitzen activitats de formació per les persones voluntàries, a més de les trobades habituals en què es troben usuaris i voluntaris, aquests contactes poden quedar-se en la superficialitat.

Un exemple que es considera paradigmàtic d'això és el fet que **algunes persones voluntàries dels programes d'acompanyament acaben sol·licitant ser-ne usuàries**. Des de la comissió d'experts s'assenyala això com una mostra que quelcom s'hauria de millorar en el marc de l'activitat voluntària: aquesta persona hauria d'haver pogut construir una xarxa de relacions sòlida que li permetés no estar aïllada durant la seva vellesa. Des de la Fundació Privada-Avismón, s'ha desenvolupat una iniciativa que pretén acabar amb això: un espai de trobada entre persones voluntàries que desenvolupen activitats de lleure de manera conjunta.

## 7. Conclusions i recomanacions

---

L'estudi ens permet afirmar que aquests programes **contribueixen a l'envelliment actiu**, en diversos sentits, de les persones que en són **usuàries**, però que, en canvi, tenen un **potencial poc explorat** per afavorir l'envelliment actiu de les persones que hi participen com a **voluntàries**.

---

## Les persones usuàries

Les **persones usuàries** dels programes experimenten millores en la seva salut emocional, veuen incrementada la seva sensació de seguretat i disminuïda la sensació d'aïllament i augmenten les seves relacions socials i les seves oportunitats de participació.

---

## Les persones voluntàries

Per la seva banda, s'identifica en les **persones voluntàries** alguns dels impactes habituals en la realització d'activitats de voluntariat, vinculats a la salut emocional i la presa de consciència de les problemàtiques del col·lectiu amb el qual desenvolupen la seva activitat.

---

## Recomanacions

A continuació es fan una sèrie de recomanacions dirigides a alinear els programes estudiats amb el paradigma de l'envelliment actiu.

1. Incorporar com a **objectiu** dels diversos programes la **promoció de l'envelliment actiu** de les persones que hi participin, traduint aquest objectiu general a diversos objectius específics assolibles des de cada espai d'actuació.
2. Orientar la intervenció dels diversos programes envers l'**autonomia personal** de les persones usuàries i formar el voluntariat perquè la pugui promoure.
3. Potenciar l'establiment de **relacions personals significatives** entre persones usuàries i voluntàries com a primer pas per a trencar amb la situació d'aïllament social.
4. Aprofundir en el coneixement de les **necessitats** de les persones que **no estan participant** en les activitats que s'ofereixen des de les pròpies entitats i programes.
5. Identificar diversos **perfils** de persones grans en funció de les seves necessitats per a la promoció de l'envelliment actiu i diversificar les respostes per abordar-les.
6. Incrementar el nombre d'**activitats grupals** en què s'afavoreixen les relacions socials entre diverses persones usuàries i voluntàries, establint espais de trobada regulars.
7. Prioritzar que les persones usuàries de qualsevol programa puguin establir **relacions socials** fora d'aquest i també fora de l'entitat al qual estan vinculats,

amb l'objectiu d'**evitar la dependència** dels voluntaris i professionals i afavorir l'autonomia personal.

8. Generar espais que afavoreixin les **relacions socials** entre les persones voluntàries de les entitats, promovent la trobada de **diverses generacions**.
9. Promoure una **major implicació del voluntariat** dins de les entitats, identificant noves oportunitats de participació, i afavorir la implicació del voluntariat en **d'altres espais de participació** aliens a l'entitat amb què estan vinculats, construint aliances amb altres organitzacions o entorns.
10. Desenvolupar fórmules de **formació** sobre envelliment actiu per al voluntariat, que estiguin orientades tant a assolir una acció voluntària de qualitat, basada en la promoció de la pròpia autonomia, com al desenvolupament personal propi.
11. Generar grups de treball de voluntariat per la detecció de les necessitats i preferències de les properes generacions de gent gran en relació amb les necessitats i desitjos entorn al seu futur.
12. Avançar en l'**avaluació** dels programes que pretenen millorar la qualitat de vida de les persones partint del paradigma de l'envelliment actiu.

---

#### Per a més informació:

#### Àrea de Premsa - Fundació Pere Tarrés

Isabel Vergara, Nati Pareja i Montse Dalmau

Tel.: 93 430 16 06 / Mòbil: 669 84 41 75 / 660 07 34 34 / 619165 282

[premsa@peretarres.org](mailto:premsa@peretarres.org)

---

La **Fundació Cuberes Donlo** va ser creada al 2008, després de la mort del matrimoni fundador, els quals preocupats per la situació que viu la gent gran actualment a Catalunya, decideixen destinar, com acte d'última voluntat, tots els seus béns per a la creació de la Fundació que duu el seu nom. La Fundació té com a missió millorar la qualitat de vida de la gent més gran de 70 anys en situació econòmica vulnerable. [www.cuberesdonlo.org](http://www.cuberesdonlo.org)

La **Fundació Pere Tarrés** és una entitat no lucrativa d'acció social i educativa amb la finalitat de promoure l'educació en el lleure d'infants i joves. Amb el temps, la seva acció s'ha ampliat a altres àmbits de l'acció social com ara la formació, la recerca i la gestió en el Tercer Sector. La tasca social de la Fundació Pere Tarrés està avalada per 50 anys d'experiència, pels més de 400.000 beneficiaris i beneficiàries que cada any participen als diferents projectes i serveis i per l'acreditació de la Fundación Lealtad, prestigiosa institució que cada any analitza la gestió i bones pràctiques de les ONG i ONL més importants de l'Estat Espanyol. L'any 2016 ha rebut la Creu de Sant Jordi que li ha concedit la Generalitat de Catalunya. [www.peretarres.org](http://www.peretarres.org)