

GENT EN MARXA

Butlletí electrònic de la Gent Gran del Baix Llobregat

politiquesbenestar@elbaixllobregat.cat

ÍNDEX

Treball de les comissions	2
Recursos per la Gent Gran	4
Sessions plenàries	5
Consells davant la grip A	7
Gent en Marxa	8

Imatge de la campanya de la XI Marxa de la Gent Gran del Baix Llobregat



Per veure els itineraris de les marxes de la Gent Gran de cada municipi, [clika aquí](#)



El mes de la Gent Gran

A l'octubre els municipis del Baix Llobregat, en el marc del Dia Internacional de la Gent Gran, realitzen activitats per fomentar l'envelliment digne i reconèixer el paper de la gent gran. Entre aquestes destaquen les Marxes de la Gent Gran que cada municipi organitza.



Imatge de la XI Marxa de la Gent Gran de Begues (2009)

Fa onze anys que els municipis del Baix Llobregat organitzen la Marxa de la Gent Gran del Baix Llobregat, iniciativa que es va encetar al 1999, en el marc de l'Any Internacional de la Gent Gran, any que la Organització Mundial de la Salut va convocar la Marxa Popular per un envelliment actiu a nivell mundial.

L'objectiu principal de les marxes és promoure una visió activa i positiva de l'envelliment i de la gent gran en front als estereotips negatius existents.

A continuació reproduïm el Manifest de la Marxa de la Gent Gran del Baix

PER LA SOLIDARITAT ENTRE GENERACIONS

Benvinguts i benvingudes a la XI Marxa de la Gent Gran del Baix Llobregat.

Som avui aquí per reivindicar que nosaltres, la gent gran, formem part activa d'aquesta societat i volem ser considerats ciutadans i ciutadanes de ple dret. Malgrat que, moltes vegades, la visió que es dóna de nosaltres és de persones passives i amb poques inquietuds, això no és cert. Nosaltres diem "no" a aquesta imatge que es transmet de la gent gran. És cert, som persones grans, però també grans persones que continuem tenint les mateixes ganes, els mateixos valors i les mateixes inquietuds que quan érem joves. Ens

preocupa el món i ens preocupa la situació actual.

Tenim molts anys i ens ha tocat viure diverses èpoques de crisi. Constatem que la majoria d'aquestes crisis han estat produïdes per l'afany de lucre d'uns pocs i els efectes sempre els pateixen amb més intensitat els col·lectius més desafavorits i vulnerables. La principal conseqüència de la crisi és l'augment de la pobresa, d'una pobresa que encara queda oculta i que hauria de ser tema prioritari a l'agenda política.

Cada cop són més heterogenis els perfils de la pobresa: persones immigrants

Continua a l'última pàgina

El treball de les comissions del Consell

Comissió A ~ Per un envelliment actiu

Durant les sessions de treball de la comissió A s'han treballat diferents temes. En primer lloc, varem analitzar alguna de les ponències que es van presentar al III Congreso Estatal de Personas Mayores que es va realitzar a Madrid en el mes de maig. Com a Consell de la Gent Gran del Baix Llobregat vam introduir esmenes a les ponències i una companya nostra va assistir al congrés i ens va explicar la seva experiència.

En segon lloc, vam encetar una línia de treball nova consistent en analitzar les polítiques públiques que els municipis de la comarca estan realitzant per fomentar l'envelliment digne. Primerament es va realitzar un informe sobre les pàgines web dels 30 ajuntaments de la comarca, concretament es va veure què és allò que publicaven respecte a la gent gran i a les polítiques d'envelliment actiu. D'altra banda, hem dissenyat una enquesta que enviarem a tots els municipis de la comarca per conèixer més en detall allò que s'està realitzant des del món local.

Ens interessa especialment conèixer quina és la participació de la gent gran en els pobles i ciutats de la nostra comarca, volem conèixer si hi ha espais de participació com ara consells municipals on la gent gran pugui opinar i dir la seva. Considerem necessari obrir aquests espais i crear vies de

comunicació entre el govern local i la gent gran del municipi.

Una altra inquietud que la comissió té és en relació a la conservació del medi ambient i a la necessitat de cuidar el món per tal de que les noves generacions puguin viure en les millors condicions possibles. D'aquí que una companya, Rosa Juncadella, ens va fer una presentació molt pedagògica sobre diferents accions que podem fer en el nostre dia a dia per evitar generar massa residus i contaminar. Va ser a partir d'aquesta sessió que es va decidir que la campanya de la XI Marxa de la Gent Gran del Baix Llobregat anés sobre el reciclatge i la necessitat de vincular-nos amb les generacions futures, de veure més enllà del present i començar a preocupar-nos sobre quin món els estem deixant. Per aquest motiu aquest any, les i els participants en les múltiples marxes de la gent gran que s'han realitzat han tingut com a regal una bossa de tela per tal d'evitar l'ús abusiu de les bosses de plàstic. Considerem que, de mica en mica, hem de



canviar els nostres hàbits i deixar de consumir materials que costa molt reciclar com és el plàstic.

Les bosses de tela, la bossa del pa, les cistelles, les ampelles de vidre o de cartró són elements que podem utilitzar per substituir embalatges de plàstic que contaminen i agreugen el problema del l'escalfament global de la terra i el canvi climàtic.

Links d'interès

Amics de la gent gran

www.amicsdelagentgran.org

Memòria Virtual (gent gran del barri de Sant Martí de Barcelona)

www.memoriavirtual.org

de la Gent Gran del Baix Llobregat

Comissió B ~ Per un envelliment digne

Les delegades i delegats que participen d'aquesta comissió tenen moltes inquietuds i ganes de conèixer en detall diferents àmbits relacionats amb els serveis i les polítiques adreçades al benestar de la gent gran. En aquest sentit varem proposar realitzar una sessió plenària amb la col·laboració del Patronat Comarcal de Serveis a la Persona que explicarem posteriorment.

També en una altra sessió varem treballar la llei de serveis socials: els objectius que té, els òrgans participatius que preveu, d'una banda i de l'altra, la cartera de serveis que hi ha prevista i el nombre de professionals per municipi. En aquest sentit, considerem que ens calen dades més exhaustives per conèixer si els serveis existents i el número de professionals són suficients, especialment en aquest moment, on el número de persones sol·licitants d'ajudes ha augmentat degut a la crisi.

Un altre tema que hem treballat són les bones pràctiques que algunes farmàcies fan per tal de



facilitar que la gent gran que necessita medicar-se ho faci en les millors condicions possibles. Així, el company Antonio Morón ens va comentar que hi ha farmàcies que donen només les dosis justes i distribuïdes en els dies que les han de prendre els i les malaltes. D'aquesta manera ens estalviem llençar pastilles i disminueix el risc de prendre-les els dies que no toca.

També hem començat a reflexionar sobre les condicions de les residències per a gent gran del Baix Llobregat. Els casos que han sortit a la premsa sobre el tancament d'algunes residències per les males condicions en què vivien les

persones grans ha posat en evidència la necessitat de fer més controls i aquests més exhaustius de les condicions de les residències.

A més a més, cal repensar l'organització i les activitats que s'imparteixen a les residències per la gent gran ja que calen programes d'activitats que fomentin el desenvolupament personal, físic, intel·lectual i cultural de les persones residents. No podem permetre que hi existeixin residències sense programes d'aquest tipus, tot acabant sent un centre d'aparcament de gent gran, no un espai on la gent gran viu i conviu i es desenvolupa com a persona en aquesta etapa de la seva vida.

FATEC

www.gentgran.org

IMSERSO

www.seg-social.es/imserso

Departament d'Acció Social i Ciutadania

<http://www.gencat.cat/benestar>

Departament d'Acció Social i Ciutadania, apartat adreçat a la gent gran

<http://www.gencat.cat/benestar/persones/gentgran/index.htm>

Comissió C ~ Per la plena igualtat

Durant aquest any les delegades i delegats de la comissió C hem treballat diversos temes. En primer lloc, a principi d'any vam pensar i repensar un nou projecte que consistiria en crear un Premi per l'envelliment actiu. Un premi que tindria l'objectiu de fer un reconeixement públic a la tasca que estan realitzant entitats, organitzacions sense ànim de lucre, casals de la gent gran i altres col·lectius.

Des de la comissió valorem molt positivament la tasca que s'està realitzant als barris i als pobles de la nostra comarca per tal de fomentar un envelliment actiu i proporcionar noves oportunitats a la gent gran. Hi ha molt bones pràctiques en aquest sentit, com ara l'aula d'extensió universitària que organitza la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC) a Castelldefels, on participa molta gent gran amb ganes d'indagar sobre diferents àrees de coneixement; també de bones pràctiques en trobem a les associacions de gent gran com ara la de Gavà que realitza moltes activitats i fan de voluntaris a diverses residències de la gent gran, tenen una coral i un grup de teatre que permet desenvolupar la faceta més artística de moltes persones grans. Un altre exemple de les ganes i l'empenta per fer coses noves i estar participant com a ciutadanes i ciutadans de ple dret és l'associació de gent gran de Castelldefels, de Cornellà, etc. Aquestes i altres entitats de gent gran que tenim a la comarca són un gran orgull per nosaltres ja que

evidencien la força i les ganes d'aprendre i fer coses per la societat i pel bé comú.

En segon lloc, des de la comissió es va proposar realitzar una sessió plenària sobre la pobresa, concretament sobre l'impacte de la crisi en els diferents col·lectius que estan en risc d'exclusió social. Per fer-ho vam pensar que el millor era convidar a les organitzacions que treballen per eradicar la pobresa com són Càrites i Creu Roja i, a més a més, a les organitzacions sindicals de Comissions Obreres i UGT per la tasca que estan realitzant reivindicant pensions dignes per totes les persones.

A més a més, donat que una companya nostra participa com a delegada al Consell de Salut del Baix Llobregat-Litoral, l'Aida Peralta, hem pogut estar informades sobre les actuacions que estan realitzant des del Consell de la Salut, com ara la campanya iniciada sobre la vacunació contra la grip A. Una acció que ens queda pendent pel proper any és analitzar què és això de la recepta electrònica. La nostra companya ens ho ha explicat i pel proper any volem realitzar una sessió per tal de solucionar els dubtes que podem tenir i facilitar, d'aquesta manera, la implantació de la recepta electrònica a la nostra comarca.

A més a més, totes juntes també hem consensuat els continguts del nostre butlletí electrònic, tot afegint enllaços que considerem d'interès com ara els de les pàgines web d'associacions de gent gran de



la comarca o de Catalunya. Així doncs, volem que el proper any sigui tan profitós com aquest per tal de continuar desenvolupant tot allò que ens ha quedat pendent i les noves iniciatives que tindrem.

A un click

Enllaços d'interès

Recursos per la Gent Gran

Les aules d'extensió universitària

AFOPA, Agrupació d'Aules de Formació Permanent per a la Gent Gran de Catalunya, és una entitat socio-cultural sense afany de lucre, declarada d'Utilitat Pública a l'any 2001 pel Ministeri de l'Interior. Es dedica essencialment a la promoció i difusió de la cultura a través de les seves Aules per a la Gent Gran, distribuïdes arreu de Catalunya.

El Consell Interuniversitari d'[AFOPA](http://www.afopa.org) és la plataforma que agrupa les diferents aules de Catalunya; tenen representació les universitats catalanes amb aules sota la seva tutela (UB, UPC, UPF, URV, UVic, UDL i UDG, a més de la pròpia representació d'AFOPA).

Aquest consell té per objectiu seguir el funcionament de totes les Aules de Gent Gran de Catalunya, pensar en noves iniciatives de formació i buscar solucions als problemes que puguin trobar-se les aules en la seva relació amb les universitats.

Enllaços per veure l'oferta formativa

Agrupació d'Aules de Formació Permanent per a la Gent Gran de Catalunya (AFOPA)

<http://www.afopa.org>

Universitat Politècnica de Catalunya. Programa de la Gent Gran

<http://www.univers.upc.edu/programagentgran>

Universitat de la Gent Gran de Cornellà de Llobregat (2008-09)

Universitats amb Programes per la Gent Gran

Universitat de Barcelona

<http://www.ub.cat>

Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)

<http://www.uab.cat>

Universitat Ramón Llull

<http://www.url.es>

Associació de Gent Gran de Castelldefels

<http://gentgran.entitatscastelldefels.cat>

CRC Castelldefels

<http://crccastelldefels.blogspot.com>

Casal de Gent Gran el Centre de Gavà

<http://casalgentgranelcentre.blogspot.com>

Casal de la Riera de Cornellà de Llobregat

<http://cornellcasalriera.blogspot.com>

Casal de Gent Gran Sant Corneli de Cornellà de Llobregat

<http://casalsancorneli.blogspot.com>



El desplegament de la Llei de Promoció de l'Autonomia Personal a la comarca del Baix Llobregat

El 30 d'abril passat des del Consell de la Gent Gran del Baix Llobregat, juntament amb la col·laboració del Patronat Comarcal de Serveis a la Persona del Baix Llobregat, vam organitzar una sessió plenària on es va analitzar el desplegament de la Llei de Promoció de l'Autonomia Personal a la comarca del Baix Llobregat.

Per fer-ho vam comptar amb la presència de Natàlia Aguilera, referent Prodep Baix Llobregat Centre-Nord i l'equip de professionals del Patronat Comarcal que donen recolzament als municipis de menys de 15.000 habitants de la comarca: la Pilar Saenz, l'Imma Segarra i la Pilar López.

Amb l'exposició de Natàlia Aguilera, les delegades i delegats del Consell de la Gent Gran del Baix Llobregat van conèixer els trets generals de la Llei, la seva aplicació pràctica i diferents aspectes d'interès, com ara les diferències entre els serveis i les prestacions, les particularitats de Catalunya alhora d'aplicar la Llei o les incompatibilitats entre alguns ajuts.

Les treballadores socials del Patronat van realitzar una exposició sobre la seva experiència professional en el dia a dia. Entre d'altres aspectes, van explicar la importància de valorar i elaborar el Pla Individual d'Atenció (PIA) a la casa de la persona amb dependències ja que els proporcionava coneixement sobre el seu entorn social i situació. També van informar de les prestacions més demandades per les i els usuaris i les seves famílies.

Les delegades i els delegats del Consell de la Gent Gran del



Baix Llobregat van poder realitzar preguntes a les ponents i van poder reflexionar públicament sobre alguns aspectes del desplegament de la Llei que els preocupa. En primer lloc, alguns membres del Consell de la Gent Gran del Baix Llobregat van posar en evidència els problemes que generaven algunes incompatibilitats de la llei i van posar en qüestió l'adequació de les quantitats assignades per algunes prestacions en relació amb el cost real en el mercat privat (d'una plaça de residència, d'un professional de la cura, etc).

També es va posar en relleu la lentitud alhora d'aplicar la llei, tot i tenir caràcter retroactiu. La novetat de la llei i la manca de recursos econòmics són considerats els principals obstacles per un bon

desplegament. Les elevades expectatives que l'aprovació de la Llei va generar, fa que actualment existeixi un sentiment una mica decebedor.

El Consell de la Gent Gran del Baix Llobregat valora molt positivament tenir aquesta Llei, malgrat els problemes, però considera que aquests obstacles s'han d'identificar i solucionar a mig termini. Cal una anàlisi de la situació actual, dels recursos públics, del nombre de professionals que es dediquen i del número de persones que han sol·licitat o, en els propers anys, sol·licitaran els ajuts. Cal una planificació a mig i llarg termini per tal de complir les expectatives que la Llei va generar i, per tant, veure realitzat un dels drets de ciutadania més innovadors que tenim.



La Gent Gran davant la crisi

A partir d'una proposta de la comissió C -Per la Plena Igualtat, el dia 17 de setembre es va organitzar a la seu del Consell Comarcal del Baix Llobregat una sessió plenària sobre l'impacte de la crisi en els col·lectius més vulnerables com és el cas de la gent gran.

Per tractar aquesta qüestió vam comptar amb la presència de Gemma Rocés, responsable dels Programes de la Gent Gran de la

Creu Roja Catalunya, Josep Francesc Canal, coordinador de l'equip Baix Llobregat-Nord de Càritas Diocesanas de Barcelona, Lorenzo Blanco, secretari institucional de la Federació de Pensionistes i Jubilats de CCOO i amb Rosa Maria Guàrdia, responsable de Polítiques Socials de la UGT.

Especialment vam indagar sobre els nous perfils de pobresa. Tant Càritas com Creu Roja van coincidir en senyalar que la situació ha variat molt des de que es va iniciar la crisi. Per una banda, ha augmentat enormement la demanda dels seus serveis; a més, projectes que tenien pensats finalitzar com ara la distribució d'aliments són ara més reclamats que mai.

D'altra banda, el perfil de persones que s'apropen a dema-

nar a ajuda s'ha diversificat molt. Moltes són famílies que no poden fer-se càrrec de la hipoteca i que estan sense feina. També hi ha joves que es troben en una situació complicada, especialment si no tenen recolzament familiar.



Respecte a la gent gran, continuen sent les dones vídues que no tenen recursos les principals demanants d'ajut.

En aquest sentit, des de la comissió exigim que s'augmentin les pensions d'aquestes dones que, malgrat haver treballat tota la vida, no han tingut cap tipus de reconeixement de la seva tasca de cura. Tot tipus de pensió, sigui contributiva o no contributiva, ha d'assolir uns mínims per tal de poder sobreviure; no podem permetre pensions amb les quals no s'arriba a finals de mes. Demanem una repartició justa i equilibrada dels recursos.

És per aquest motiu que exigim que el creixement anual de les pensions sigui lineal i no percentual per tal de que totes i tots podem gaudir de forma igualitària de pensions dignes.

Aquestes reivindicacions són qüestions de justícia social que mai ens cansarem de demanar.



Consells davant la Grip A

Què és la grip A?

La grip A és una malaltia infecciosa produïda per un nou virus que no havia circulat mai abans entre els humans. Fins ara la malaltia té un caràcter lleu i segueix un curs sense complicacions en la majoria dels casos (les complicacions, habitualment, es presenten en persones amb factors de risc).

Quins són els símptomes?

Els símptomes habituals són: febre alta (igual o superior 38°C), malestar general, manca de gana i tos. També pot haver-hi augment de la secreció nasal, mal de coll, nàusees, vòmits i diarrea.

Què heu de fer?

Cal que us quedeu a casa i truqueu al telèfon de Sanitat Respon **902 111 444**, des del qual un grup expert d'especialistes en infermeria us explicaran el que és millor en cada cas.

Si patiu malalties cròniques greus, alguna malaltia immunosupressora (com ara, trasplantament, tractament amb quimioteràpia per un tumor, sida, i altres), esteu embarassada i teniu símptomes de grip, o el vostre fill menor de 6 mesos els té, heu de trucar, al més aviat possible, a Sanitat Respon o contactar amb el vostre centre d'atenció primària per rebre orientació sobre el que heu de fer.

Teniu en compte que

Fins ara la malaltia té un caràcter lleu i segueix un curs sense complicacions en la majoria dels casos.

Si us han diagnosticat grip A amb símptomes lleus:

- Quedeu-vos a casa.
- Preneu medicaments per fer baixar la febre (com ara paracetamol).
- Beveu molt líquids.
- Feu repòs.
- Eviteu el contacte proper amb altres i l'estància en llocs concorreguts.
- Si us puja molt la febre o porteu més de 7 dies malalts consulteu al vostre metge o metgessa.
- La millor manera de protegir-vos i evitar la propagació de la grip A és seguir unes bones pràctiques d'higiene.

GENT EN MARXA



Imatge de la Marxa de la Gent Gran de Molins de Rei.



Imatge de la Marxa de la Gent Gran d'Abdera.



Imatge de la Marxa de la Gent Gran de Gavà.

sense papers, dones reagrupades, dones divorciades o homes divorciats, joves sense treball, etc. La gent gran també té una elevada presència en el col·lectiu de persones en risc d'exclusió social, especialment les dones vídues que viuen soles. Des d'aquí volem demanar més suport de les institucions públiques per a aquests col·lectius, i també volem expressar el nostre reconeixement als i a les professionals que treballen per ajudar aquestes persones a sortir de la situació de pobresa en la qual es troben.

Però no només volem solucions a curt termini, volem que no hi hagi més èpoques de crisi. Volem una societat sense desigualtats econòmiques, una societat més justa, que pugui anar cap endavant sense generar pobresa, desigualtats i residus.

Volem una societat sempre renovada, vàlida per a les properes generacions. Volem un món reciclable, que es pugui tornar a utilitzar al cent per cent. Volem respirar aire pur, sense contaminar. Volem veure els boscos i els rius nets i plens de riquesa i diversitat. Volem que els aliments tinguin els sabors que tenien abans, volem menjar sa perquè en depèn la nostra qualitat de vida i la de les futures generacions.

Tothom arribarà a vell algun dia però, si no vetllem pel manteniment del nostre ecosistema, les futures generacions envelliran en pitjors condicions. Per evitar-ho, hem d'implicar-nos en la construcció d'una societat on prevalgui la solidaritat entre generacions i les actuacions i plantejaments a llarg termini.

Caminem per viure amb dignitat, de forma autònoma i lliure. Caminem, i no ens cansarem de caminar, per reivindicar un estil de vida saludable, una forma de vida digna que ens faci viure tots els anys de la nostra vida en les millors condicions possibles. Per fer-ho hem d'estar en forma tant físicament com intel·lectualment. Hem de conèixer els nous avenços tecnològics i utilitzar-los perquè són un gran ajut per evitar la soledat i l'abandonament. Amb Internet podem comunicar-nos amb amics llunyans, podem conèixer noves cultures i diferents formes de percebre el món. En definitiva, a través de la xarxa podem estar més pròxims els uns amb els altres. En aquest sentit, demanem que les institucions públiques impulsin les tecnologies de la informació i la comunicació entre la gent gran i es vetlli per tal que ningú no en quedi exclòs.

Avui caminem per recordar tot això, per recordar que som presents en aquesta societat, que hi tenim veu i que volem donar veu a aquelles persones que no la tenen. Tenim coses a dir, ens sentim implicats i volem participar en la presa de decisions per tal que aquestes qüestions no quedin en l'oblit.

No ens faltarà camí per seguir avançant. Queda molt per fer. Moltes coses per millorar a la nostra societat. Només esperem que aquesta marxa sigui un altre gra de sorra que contribueixi a fer del nostre món, un lloc millor.

Octubre 2009

participa!!