

Manifest de la X Marxa de la Gent Gran del Baix Llobregat

UN ESTIL DE VIDA SALUDABLE

Benvingudes amigues i amics a la X Marxa de la Gent Gran del Baix Llobregat. Efectivament, avui estem d'aniversari perquè ja tenim 10 anys; una dècada caminant pels drets de la gent gran i reivindicant un envelliment actiu i digne.

L'any 1999 vam començar a caminar per commemorar l'any Internacional de la Gent Gran, proclamat per les Nacions Unides per tal de senyalar un dels principals reptes del mil·lenni com és l'envelliment mundial.

Els avenços tecnològics i socials han aconseguit que vivim més anys, cosa impensable pels nostres avantpassats. Malgrat això, la prolongació de la vida no ha significat en molts casos viure de forma digna i autònoma. El principal repte radica en això, en aconseguir que totes les persones, en tots els períodes de la seva vida, visquin de forma digna, autònoma i lliure.

La pobresa amenaça, especialment a les dones grans que viuen soles, a aquelles dones que, tot i treballar tota la vida per tenir cura dels demés, avui en dia ni tan sols han estat reconegudes com a treballadores. Han considerat que la tasca que han fet tota la seva vida no tenia el valor suficient per dir-li feina, malgrat que aquesta va ser una peça essencial pel creixement de les generacions d'adults que avui ens governen. Exigim un reconeixement de les dones grans i de la importància que van tenir en el desenvolupament social del nostre país.

Durant aquests anys de llargues caminades hem reivindicat la protecció de les persones més vulnerables, la majoria de les quals són grans. La seva invisibilitat davant la resta de la societat contribueix a l'estigma que pateixen, a l'aïllament social. Una societat sana és aquella que es dedica especialment a millorar les condicions de vida dels més febles per tal de garantir la igualtat de totes i tots els ciutadans. Hem caminat i seguim caminant per eradicar la pobresa, per denunciar els abusos flagrants i per aconseguir que la gent gran visqui amb pensions dignes i justes.

Hem caminat perquè l'envelliment no sigui sinònim de mala salut o incapacitats, per senyalar que les pràctiques saludables contribueixen a mantenir a la gent gran en plena forma. Hem sensibilitzat sobre la necessitat de moure's, de fer esport, de parlar amb els demés perquè totes aquestes són pràctiques que milloren la salut i redueixen el risc de malalties i de discapacitats, no només per la gent gran, sinó per tothom en general.

Hem caminat per donar reconeixement a la tasca de les cuidadores i els cuidadors. S'ha de dignificar una tasca essencial per la nostra societat, un d'aquests treballs que passa

desapercebut i s'ha valorat prou quan veritablement és un pilar clau pel sosteniment de la nostra societat.

Continuem caminant per una cultura inclusiva que fomenti la convivència entre totes i tots, independentment de la seva edat, procedència, religió o sexe. Els valors universals de la igualtat, la llibertat i la justícia social han de ser els principis rector de tots nosaltres i tots els poders públics. Demanem, exigim un tracte digne per a tothom i l'eradicació de qualsevol discriminació.

En definitiva, hem caminat i seguint caminant per un envelliment actiu. És a dir, per fomentar una visió de la gent gran més adequada a la realitat. Gent gran activa, amb ànsia de coneixement i de seguir contribuint pel benestar social. Una gent gran amb unes trajectòries vitals que val la pena recuperar, que val la pena conèixer perquè són part de la nostra història col·lectiva. Una gent gran amb opinió pròpia, amb esperit crític i amb capacitat per exigir als poders públics l'eradicació de les desigualtats i de la pobresa. Una gent saludable i activa que sap la necessitat de practicar esport, mantenir una vida sana i, sobretot, sap seguir caminant.

Moltes gràcies

Octubre 2008