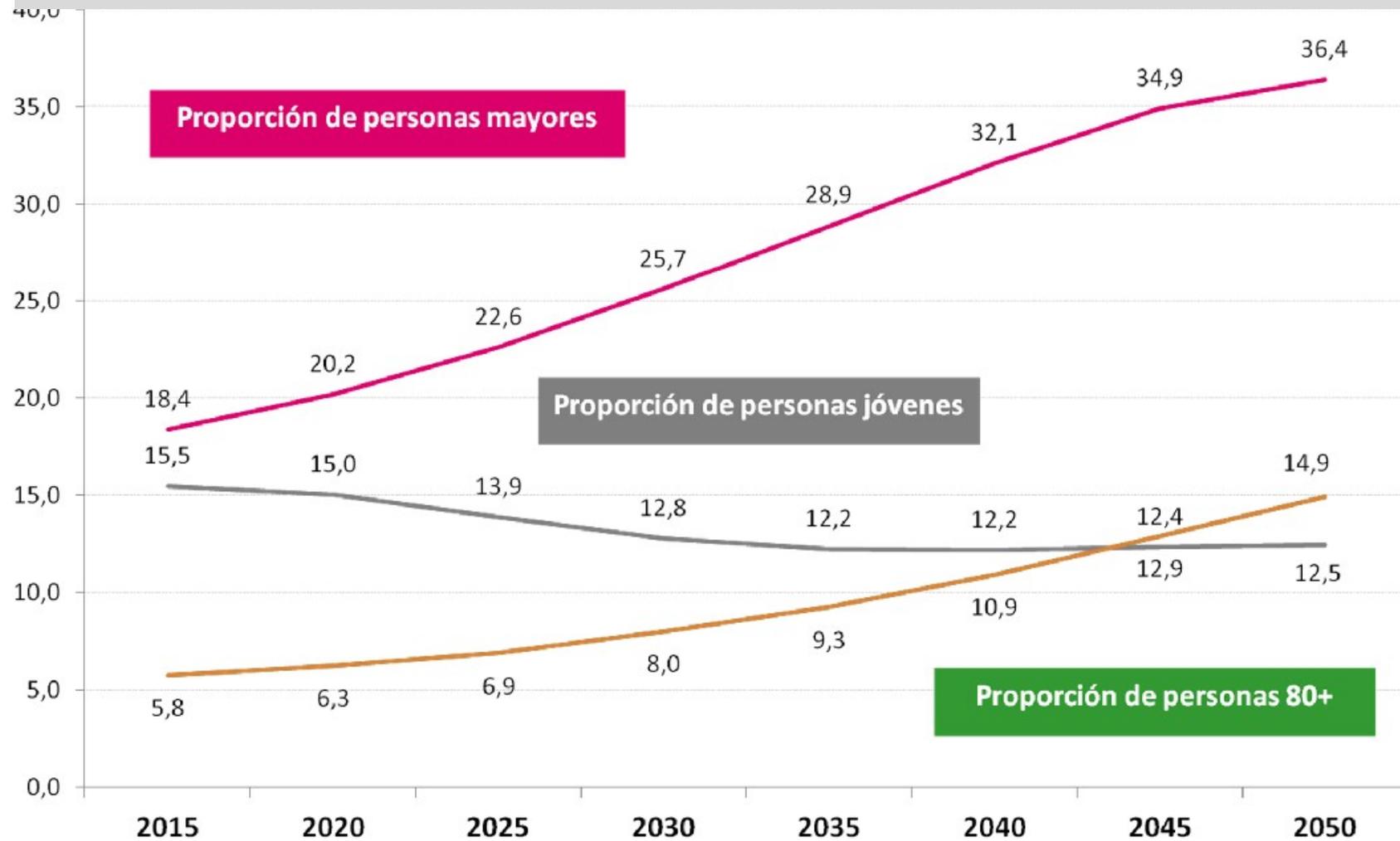


**ENVEJECER CON ALEGRÍA Y  
CONOCIMIENTO.**

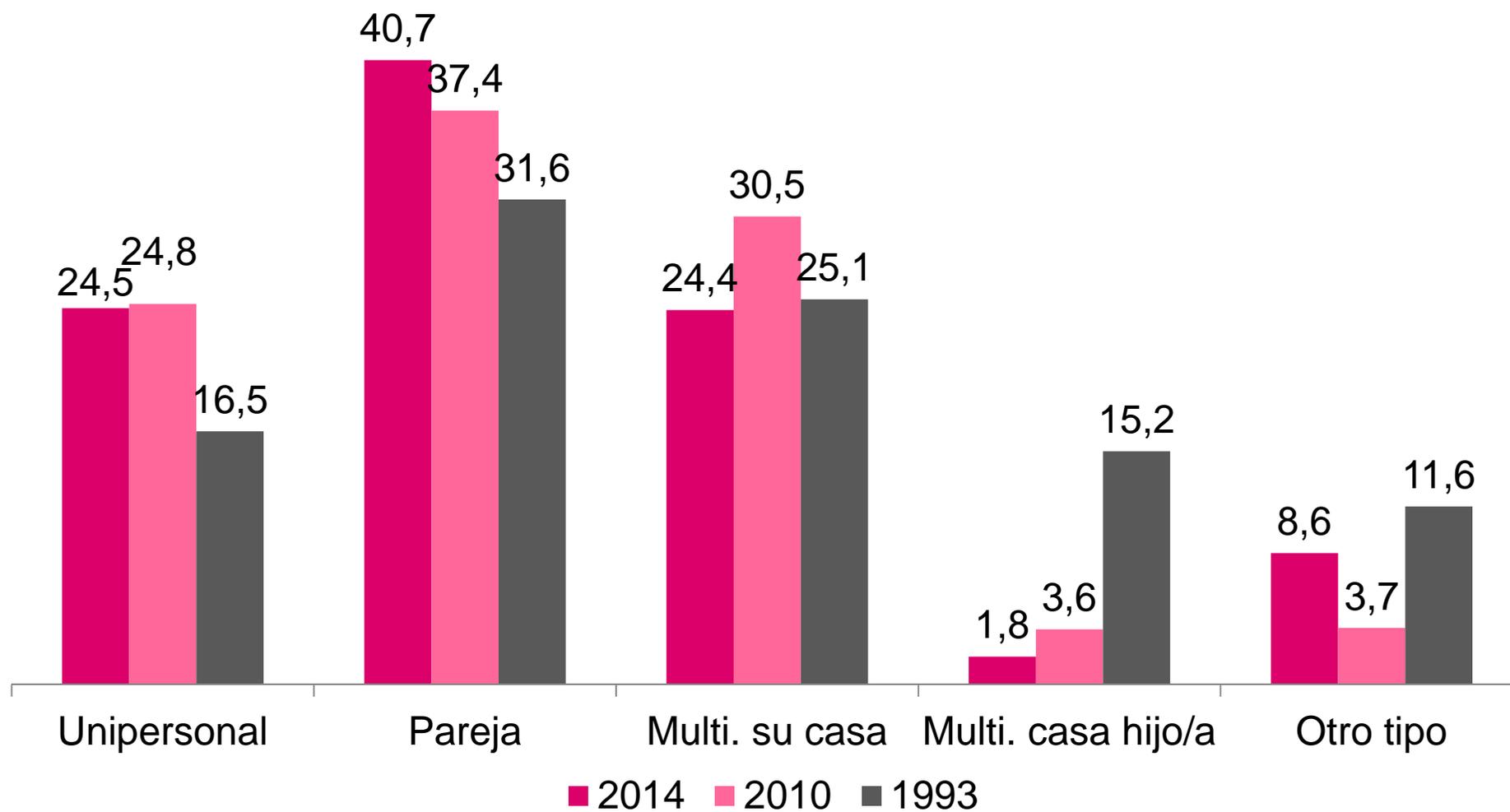
**La importancia del  
envejecimiento en positivo**

# Población mayor, población joven y población de 80 y más años 2015-2050



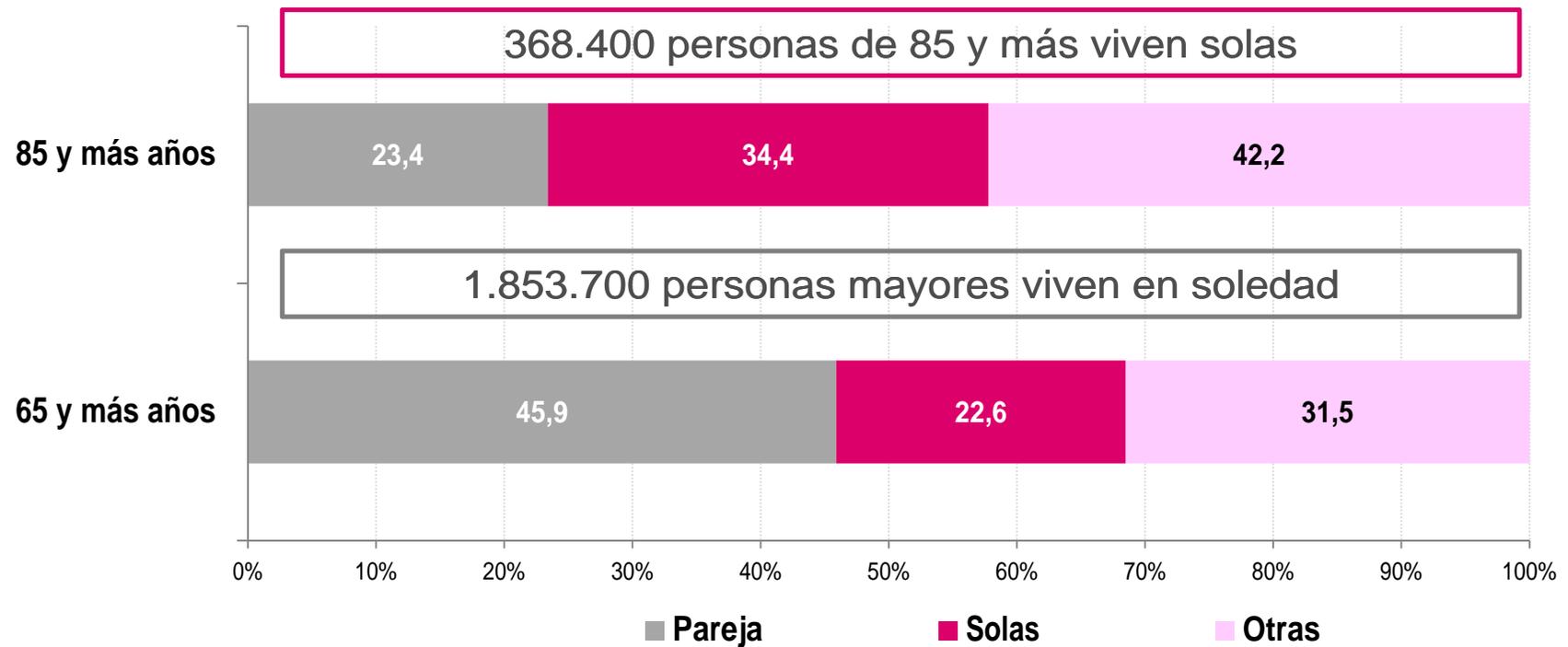
Fuente: INE: INEBASE: Proyecciones de población 2015-2050.  
[www.envejecimientoenred.csic.es](http://www.envejecimientoenred.csic.es)

## Modelos de convivencia, 1993, 2010 y 2014



# FORMAS DE CONVIVENCIA

Formas de convivencia de las personas mayores, 2014



Fuente: INE Encuesta Continua de Hogares 2014. Nota de prensa (17/04/2015)

## Las personas que envejecen en Euskadi

- **Mejor nivel de instrucción.**
- **Buena percepción de salud**
- **Acceso a las tecnologías de la información.**
- **Comprometidos con su entorno**
- **Una sociedad mas preparada para envejecer bien**

# **Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020.**

**1. Adaptación de la sociedad al envejecimiento  
Un nuevo modelo de Gobernanza.**

**2. Anticipación y prevención para envejecer mejor.**

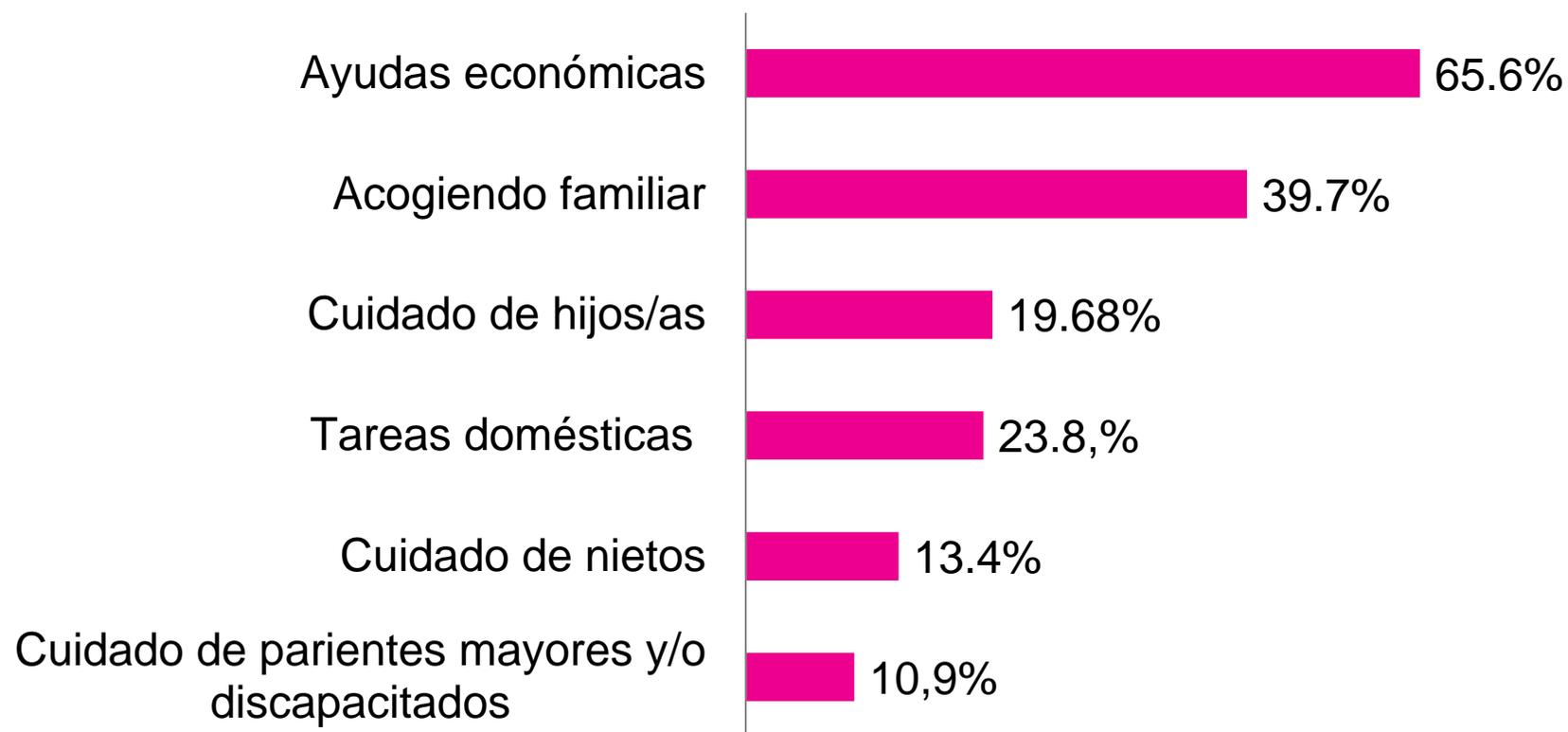
**3. Amigabilidad y participación en la construcción de una sociedad del bienestar.**

# **Adaptación de la sociedad al envejecimiento.**

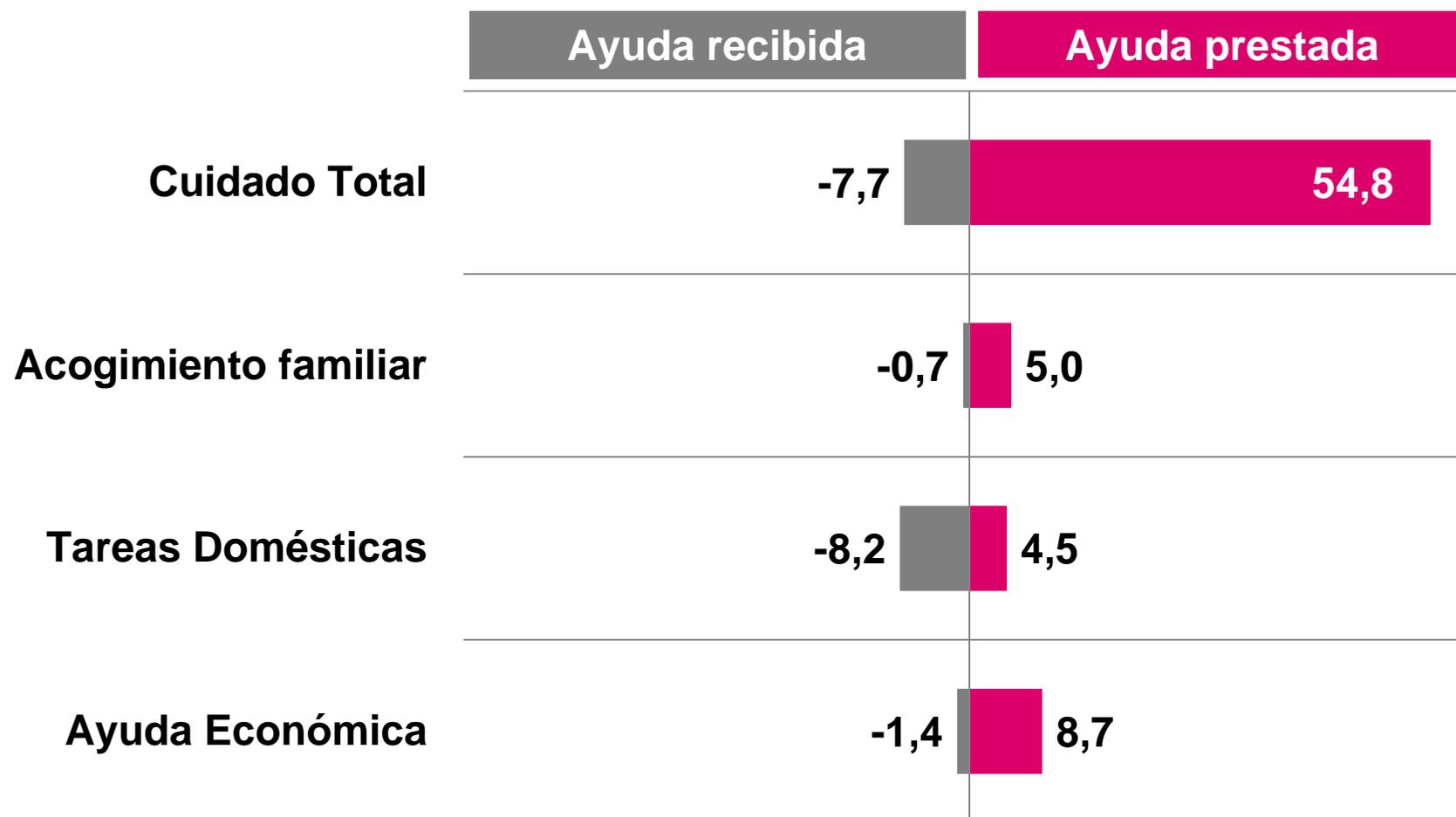
## **Un nuevo modelo de gobernanza**

- **Mejorar la Gobernanza.**
- **Derechos y luchar contra la discriminación.**
- **Seguridad e inclusión social de las personas que envejecen.**
- **Desarrollo económico en torno al envejecimiento.**

## Porcentaje de personas que han incrementado las ayudas por causa de la crisis



# Balance de cuidados +55



# Anticipación y prevención para envejecer mejor

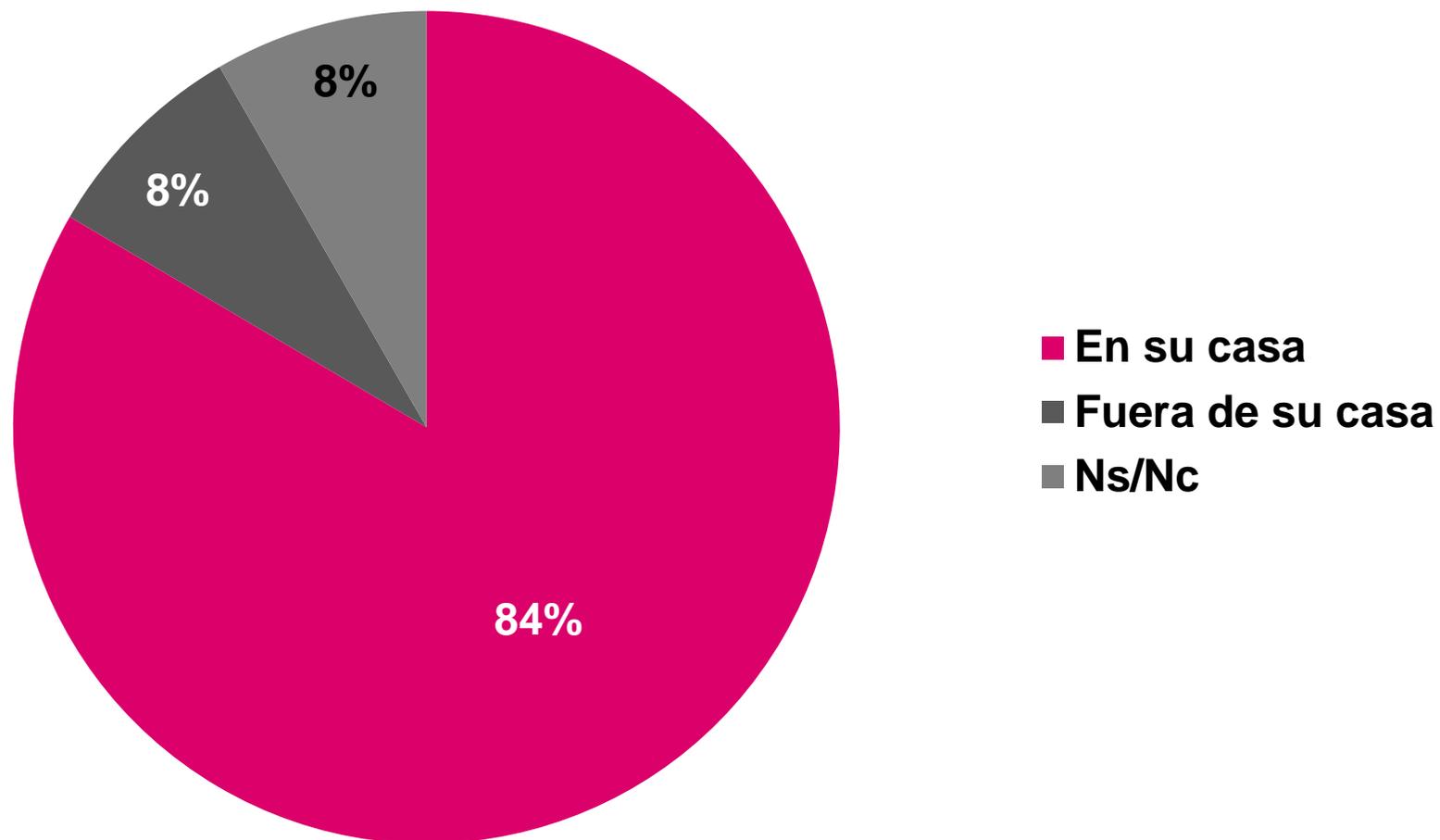
- **Orientación y consejo desde la promoción de la autonomía de las personas.**
- **Transición positiva de la vida laboral a la jubilación.**
- **Preparar la vivienda y el entorno doméstico.**
- **Promover un envejecimiento saludable.**
- **Incorporar el aprendizaje a lo largo de la vida**

## Anticipación y prevención para envejecer mejor

**Preparar la vivienda y el entorno doméstico para poder disfrutarla durante toda la vida.**

- **Diagnostico precoz de la vivienda y el entorno.**
- **Servicios de orientación y consejo en la toma de decisiones sobre la vivienda: adaptación, reformas...**
- **Nuevas formas de alojamiento para personas en proceso de envejecimiento . La importancia del COHOUSING**

## Preferencia de vivienda en caso de necesitar ayuda



## Anticipación y prevención para envejecer mejor

### **Promover un envejecimiento saludable.**

- **Iniciativas de ejercicio físico y formación de profesionales de la educación física.**
- **Actividad física en los entornos laborales y educativos.**
- **Programas de actividad física para personas frágiles o en situación de dependencia.**
- **Aprendizaje a lo largo de la vida.**

## Ocio y tiempo libre

Personas de 55 y más años que realizan actividades según tipo



# Participación

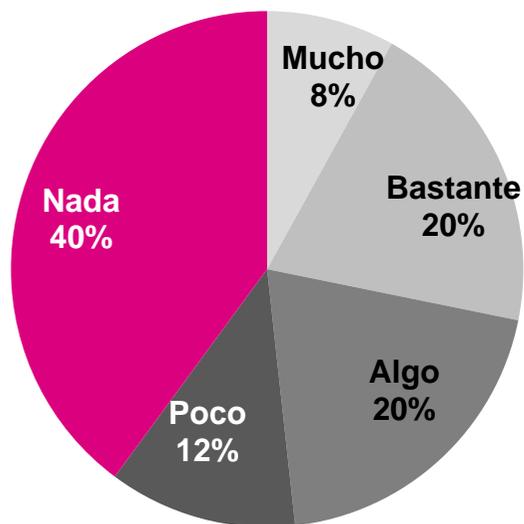
## Ámbitos

## Tipos

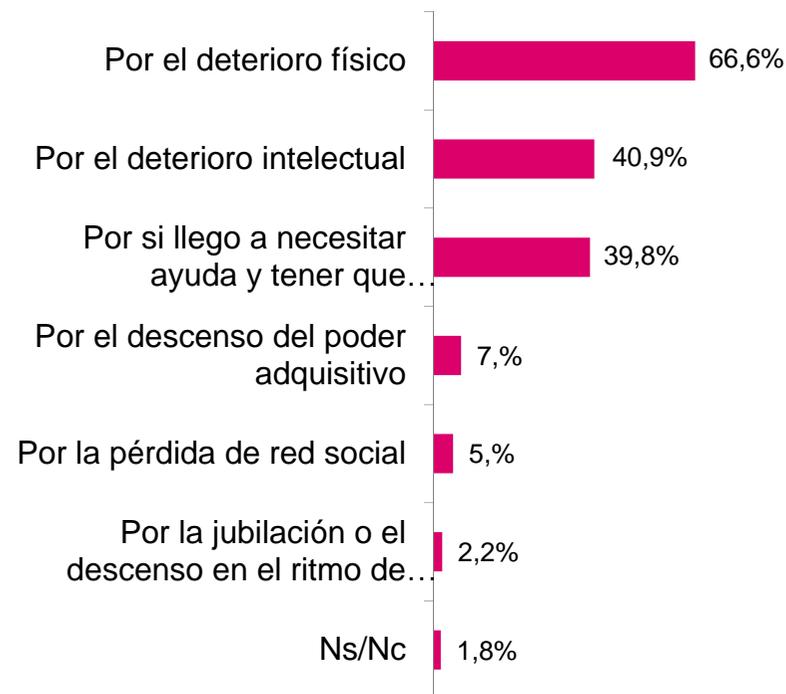
- Familia → Apoyos y cuidados
- Entorno comunitario → Interrelaciones sociales (intergeneracionales)
- Sociedad → Asociacionismo y voluntariado

# Bienestar

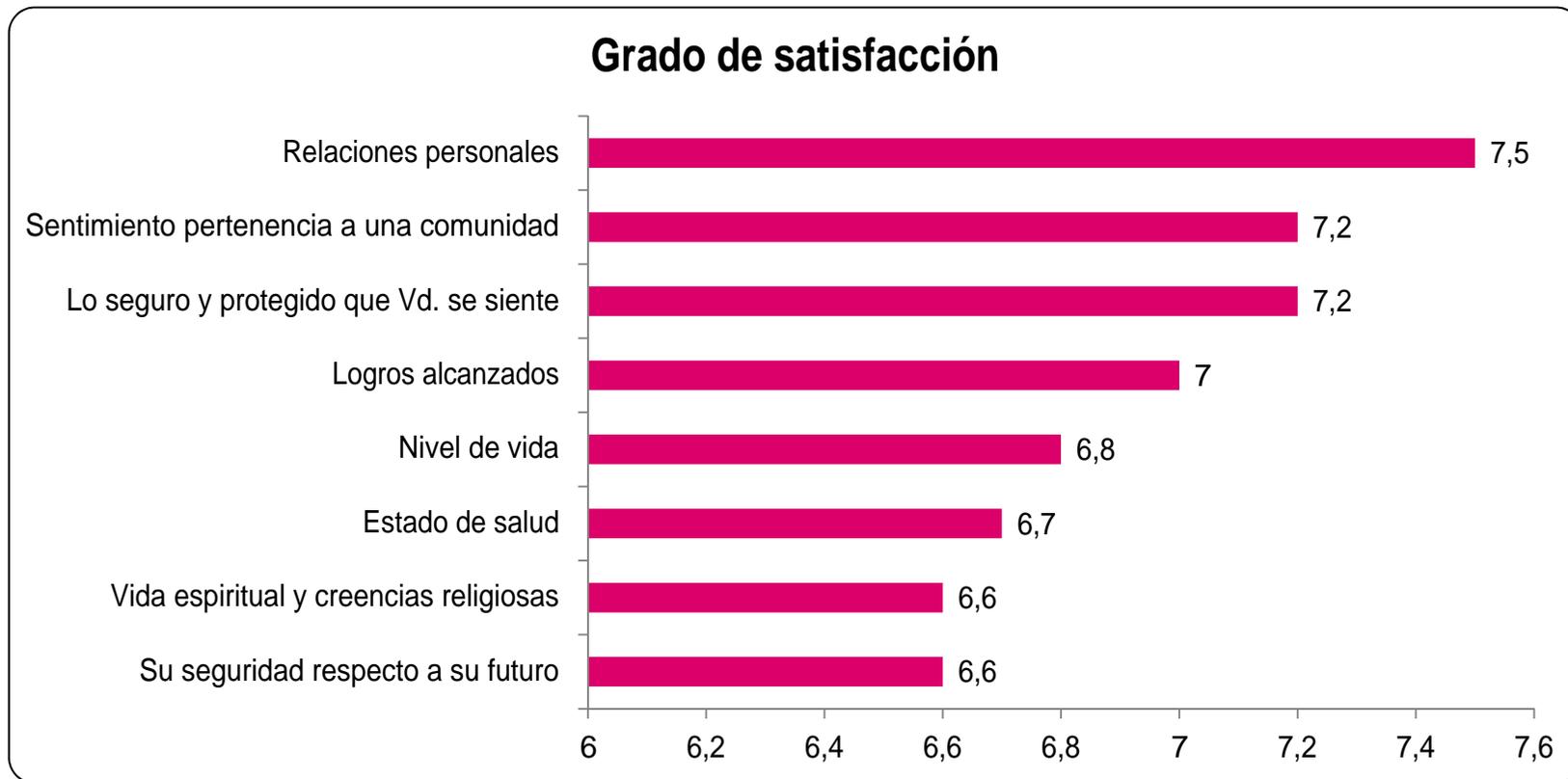
CUÁNTO LE PREOCUPA SU PROPIA VEJEZ



MOTIVOS DE PREOCUPACIÓN POR LA VEJEZ



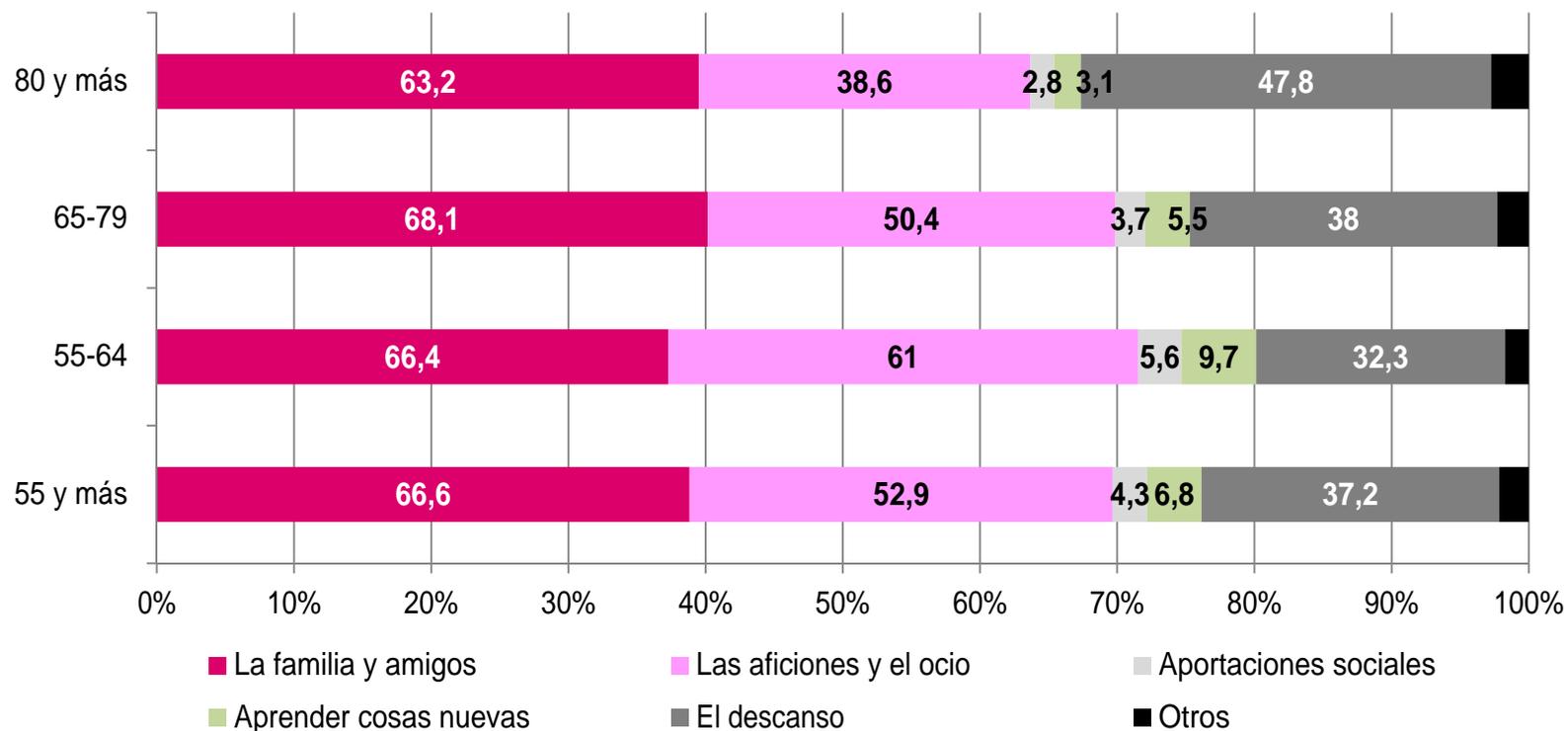
# Bienestar



- ✓ En relación a las puntuaciones en el índice de bienestar (OMS), aproximadamente un 75% de los mayores de 55 se sienten, al menos, más de la mitad del tiempo de buen humor, tranquilos y relajados, activos, descansados y con una vida llena de cosas que les interesan.

# Jubilación

## La jubilación es un tiempo que hay que dedicar a...



- ✓ La edad media de jubilación de las personas de 55 y más años en el País Vasco es de 61 años.
- ✓ La edad media a la que le hubiese gustado o le gustaría jubilarse es un año posterior a la edad media real, 62 años.
- ✓ Un 34.3% de las personas jubiladas declaran que les hubiese gustado seguir trabajando.

## Amigabilidad y participación en la construcción de una sociedad del bienestar

- **Impulsar el crecimiento de la acción voluntaria y de los movimientos participativos de colaboración comunitaria. (SOLEDAD)**
- **Valorar la transferencia de cuidados y apoyos prestada por las personas mayores en el ámbito familiar.**
- **Impulsar los procesos de amigabilidad.**

*Merry Christmas & Happy* **European Year for Active Ageing and Solidarity between Generations** **2**  
*Frohe Weihnachten & alles Gute für das* **Europäische Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen** **0**  
*Feliz Navidad & Próspero* **Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional** **1**  
*Joyeux Noël & Bonne* **Année Européenne du Vieillissement Actif et de la Solidarité Intergénérationnelle** **2**  
*Egu Berri & Zahartze* **Aktiboaren eta belaunaldien arteko Elkartasunaren Urte Europar on izan ditzazuela**  
*Bon Nadal & Feliz* **Any Europeu de l'Envelliment Actiu i la Solidaritat Intergeneracional**  
*Bo Nadal & Feliz* **Ano Europeo do Envelhecimento Activo e a Solidariedade Interxeracional**

