

## #SoyMayorSoyComoTú Manifestua 2021

Aurreko urteetan bezala, **Grandes Amigos, Fundación Pilares para la Autonomía Personal, Envejecimiento en Red, HelpAge España eta Matia Fundazioa**, hainbat arlotatik adineko pertsonen eskubideen eta ongizatearen alde lan egiten dugun erakundeak gara, bat egiten dugu egunero pertsona askok **adinagatik bizi dituzten desberdintasunak ikusarazteko eta salatze**ko. Adinaren ondoriozko bereizkeriak, gizartearen maila guztietan, eskubideak mugatzen ditu, eta eragotzi egiten du dagozkien ondasun eta zerbitzuak gainerakoek baldintza berberetan izatea.

Bosgarren urtez, **Adinekoen Nazioarteko Eguna** ospatzeko elkartu gara, **urteak betetzeak ezin dituela gure giza eskubideak eta duintasuna murriztu** salatzeko. Urte eta erdi baino gehiagoz, pandemiak agerian utzi du zahartzearekin eta adinekoekin lotutako aurreiritziak eta estereotipoak daudela, eta jarrera edadistak eta diskriminatzaileak eragiten dituztela gizarte-talde horrekiko. Horregatik, **gizarte osoari eskatu nahi diogu adin guztietarako mundu bat eraikitze**ko eta zahartzaroari buruz dugun ikuspegia aldatzeko.

**Ahalik eta urte gehien bete nahi baditugu, bizi-kalitateaz eta gure eskubide guztiez gozatuz, lehenik eta behin gure jarrera edadistak aitortu behar ditugu, gure gizartean adinagatik dagoen diskriminazioa gainditzeko eta zahartzaroarekin dugun harremana aldatzeko: (kolore korporatiboa)**

- **Eskubideak, diskriminazioa eta zahartzaroa.**

**Adinak ezin du gure bizitzaren eta duintasunaren balioa zehaztu.** Pertsona guztiok gozatu ahal izan behar dugu gure eskubideez eta bizitza-kalitate gorenaz, diskriminaziorik gabe gure bizitzako etapa guztietan. Jarrera edadistek desberdintasunak, indarkeria, pobrezia eta bazterketa eragiten dituzte, gure giza eskubide oinarritzkoenak urratzen dituzte eta balio sozial txikiagoa ematen diete adinekoek, eta, ondorioz, mundu osoan sozialki eta kulturalki existitzen den adinagatik diskriminazioa justifikatzen da.

**Adinekoen eskubideei buruzko Nazio Batuen Konbentzio** bat sortzea lagungarria izango litzateke adinekoek, beren dibertsitate osoan, **bizitza d**uin, oso eta seguruak izan ditzaten bermatzeko.

- **Paradigma-aldaketa zainketetan.**

Zahartzaroari lotutako ohiko iruditeria sozialaren aurka, adineko pertsonak oso talde anitza dira. Hala ere, nagusi den gizarte-narratibak pertsona horiek adinagatik (edo edadismoagatik) diskriminatzea sustatzen du, eta, bereziki, eguneroko bizitzan laguntza behar duten pertsonak.

Pentsatzeko modu horrek berekin dakar "guztiontzako kafea" praktikatzeko, eta haien eskariak asebetetzeko joera dago, baina ez du inola ere erantzuten norbanako

bakoitzaren benetako premiei eta nahiei. Horregatik, beharrezkoa da zaintza-eredu berri baterantz urrats sendoak ematea, pertsonengan oinarritutako laguntza profesionala sustatzeko, aberastasun eta berezitasun hori aitortu eta artatzeko, nortasuna eta gaitasunak zainduz, autonomia pertsonala bultzatuz eta egunerokoan zentzua emanez, bakoitzarentzat esanguratsua den horretatik. Azken batean, adina edo egoera edozein dela ere, pertsona bakoitzak behar eta nahi duen zaintza jasotzea.

Hori lortzeko, baliabideak berrantolatu behar dira, pertsona bakoitzera eta bere familia- eta komunitate-ingurunera egokitu ahal izateko, arreta integraleko eta pertsona ardatz duen eredutik planteatzen den bezala: kalitatezko zaintza integralak eskaintzea eta bizitza-proiektuen jarraitutasuna babestea, zentzua izaten jarrai dezan.

- **Bizi-kalitatea hobetzeko ezagutza eta ikerketa.**

Zahartzea **errealitate sozial eta demografiko** heterogeneoa da eskala globalean, biztanleriaren arrakasta da eta,aldi berean, diziplina anitzeko hainbat ikuspegitatik aurre egin beharreko erronka. Horien artean, zahartze aktiboari, bizi-kalitateari eta generoari buruzko I+G proiektuak eta zientzia-dibulgazioko jarduerak garatzearen aldeko apustua egiten dugu, edadismoaren aurrean zahartzearen eta zahartzearen irudi positiboa sustatzeko.

Horregatik, uste dugu adinekoen irudi askotarikoa, positiboa eta parte-hartzailea defendatzeko, diskriminazioa, aurreiritziak eta adinaren arabera estereotipoak saihestuko dituen, funtsezkoa dela zahartzearekin lotutako alderdiei buruzko eztabaida informatua erraztea, ezagutza zientifikoa oinarrituta; baita zahartzearen arloko ikerketaren eta berrikuntzaren inguruko diziplinarteko jardueraren integrazioa ere; zahartzean interesa duten profesionalei kalitateko eta erabilgarritasuneko informazioa eta baliabideak ematea; Eta pertsonen bizi-kalitatea hobetzen laguntzen duten ikerketa, esperientzia eta ekimen berritzaileak zabaltzea eta laguntzea.

- **Rol aktiboa gizartean**

Edadismoak errotik kentzeko eskatzen diogu gizarte osoari, herritar guztiei eragingo dien erronka gisa, lehenago edo geroago. Administrazio publikoek, enpresek eta pertsona bakoitzak, bere esparru pribatuan, kontuan hartu behar dituzte adinekoak eguneroko bizitzan hartzen dituzten ekintza, keinu edo erabaki bakoitzean. Zahartzaroan eskubideen babesa bermatzera bideratutako lege-neurri horiez gain, beharrezkoa da eremu publiko eta pribatuetatik ekimenak bultzatzea, adinekoak beren ingurune hurbileneko bizitzan eta, oro har, gizartean modu aktiboan sar daitezen, boluntariora-proiektuen, auzo-sareen, sozializazioaren eta herritarrek parte hartzeko beste modu batzuen bidez. Adinekoek eta beste edozeinek bizitza publikoan protagonista izateko duten eskubide bera dute. Era berean, edadismoen aurrean eta ohitura osasungarriak hartzearen garrantziaz txikitatik sentsibilizatzeko jarduketak aldarrikatzen ditugu, hala nola sozialki aktibo mantentzeko beharraz eta bizitzako etapa guztietan eta belaunaldien arteko harremanez baliatzea, zahartzearen errealitatea aurreiritzirik eta estereotiporik gabe belaunaldi ezberdinetara hurbilduz. Era berean, eten digitala murrizteko ahaleginak ez ditu administrazio publikoak eta enpresak salbuesten edozein pertsonari bide tradizionalen bidez oinarrituko zerbitzuetarako sarbidea bermatzen jarraitzeko erantzukizunetik.

## **Biharko gizartea are edadistagoa izango da gaur jarduten ez bada**

Proiektzio demografiko eta soziologikoez gaur egungoa baino gizarte zaharragoa eta bakartiagoa aurreikusten dute, eta adinekoekin adiskidetasun gutxikoa. Gaur egun, Espainian bizi diren 5 pertsonatik batek 65 urte edo gehiago baditu, mende erdi baino gutxiagoan, 3 pertsonatik 1 izango da. Hori, familia-sare gero eta txikiagoen, jaiotza-tasa baxuaren eta familia-eredu berrien testuinguruan. Era berean, biztanleria gero eta hirigune handiagoetan biltzen da, eta horrek distantziak eta desplazamendu-denborak handitzen ditu, maite dituzten pertsonekin sozializatzea zailduz, hori guztia bizimodu inpersonalean eta individualistekin nahasita. Zahartzeko moden eta zimurren aurkakoen gorakadak ere ez du laguntzen; izan ere, milioika etxetako kontsumo-ohiturak zehazteaz gain, bizitzaren ikuspegi nagusi bat definitzen dute, gaztetasuna goraiatzeko duena eta zahartzaroa zigortzeko duena, batez ere adineko emakumeentzat. Gainera, mundu supermerkantilizatu horrek pertsonen balioa beren produktibitatearen arabera neurtzen du, erretiroa hartzen dutenentzat dakarrenarekin. Are gehiago, pandemia honetan egiaztatu den bezala, osasun-laguntzarako eta bizitzarako eskubidea dosifikatu duen sistema batean bizi gara, pazienteen adinaren arabera.

Egoera horretan, gizarte edadista batek, zahartzaroa arbuia duenak eta adinagatik bakarrik zahartzen direnak bakardadera kondentzen dituenak, are ondorio larriagoak izan ditzake adinekoen osasunean, ongizatean eta duintasunean.

Erakunde sinatzaileak batzen dituen borroka hori gizarteko estamentu guztiak goitik behera biltzen dituen zeharkako kausa bat izan behar da, sektore publiko eta pribatuak, gizarte zibileko erakundeak eta herritarrak edadismoak desagerrarazten, zahartze duin eta osasungarria errazten eta berdintasunean tratatuko duen mundu bat eraikitzen inplika daitezkeen, eta edozein pertsonari aukera berdina eman diezazkieten, adina edozein dela ere.

2021eko urriaren 9a



**Fundación Pilares para la autonomía personal** estatu mailako irabazi-asmorik gabeko erakundea da, eta bere helburua gizartea hobetzen laguntzea da, bizitza osoan duintasuna mantentzen lagunduz, berrikuntzaren, ezagutzaren eta lankidetzaren bidez. Gizarte-arloko programak eta zerbitzuak garatzen ditu, egoera ahulean dauden pertsonen (adinekoak, desgaitasuna duten pertsonak, etab.) bizi-kalitatea hobetzeko, eta konponbide integral eta pertsonalizatuak ematen dituzte, pertsonen autonomia eta bizitza duina izateko dituzten eskubideak babesteko. Arreta Integralaren Eredua eta Pertsonan zentratutako Eredua (MAICP) sustatzen ditu.

**Kontaktua: Rocío Riaño - [comunicacion@fundacionpilares.org](mailto:comunicacion@fundacionpilares.org) / 91 130 52 28**



GRANDES  
AMIGOS

**Grandes Amigos** boluntariotzako GKE bat da, irabazi-asmorik gabea eta estatu-mailakoa, eta 2003az geroztik adineko pertsonen beren etxeetan eta egoitzetan duten bakardadea prebenitzen eta lantzen du. Aurrez aurreko eta telefono bidezko lagun-egite afektiboari, auzo-sareei, sozializazioari eta sentsibilizazioari buruzko programen bidez, adinekoen ongizateari, osasunari eta duintasunari laguntzen dio, bai eta edadismorik gabeko gizarte bat eraikitzen ere, pertsona guztiak berdintasunean zaindu, barne hartu eta tratatuko dituena. Bakardadearen eta zahartzearen zeharkako ikuspegiarekin, eragile publikoak, pribatuak eta herritarrak inplikaturik, Grandes Amigos-ek lotura afektiboak eta herritarren laguntzakoak sortu ditu 2.000 adineko eta boluntario baino gehiagoren artean azken artean.

**Kontaktua:** [comunicacion@grandesamigos.org](mailto:comunicacion@grandesamigos.org) / 689 632 982



Envejecimiento  
en red

**Envejecimiento en Red, EnR?** lankidetzarako web-plataforma bat da, zahartzearen eta adinekoen inguruko zientzia-gizartearen topagune bat. Eremu honetan interesa duten eragileen arteko interakziorako espazio heterogeneoa eta diziplina anitzekoa. EnR?| CSIC Fundazio Orokorren eta CSICeko Ekonomia, Geografia eta Demografia Institutuaren (IEGD) arteko lankidetzatik abiatuta sortu zen, ezagutza eta informazio kontrastatu, zorrotz eta kalitatezkoan erreferentzia izateko asmoz, zahartzearen arloko ikerketa eta berrikuntzari buruz, bai pertsonalari dagokionez, bai biztanleriari dagokionez, oinarri dokumental eta multimedia garrantzitsuarekin.

**Kontaktua:** [envejecimientoenred@cchs.csic.es](mailto:envejecimientoenred@cchs.csic.es) / 639181909



**Matia Fundazioa** irabazi-asmorik gabeko fundazio pribatua da, interes orokorragatik, eta 130 urtetik gorako esperientzia du. Erreferente bat da Gipuzkoan adineko pertsonen ematen zaien arretan eta zahartzeari buruzko ikerketan, maila nazionalean eta nazioartekoan. 2002an, ikerketa-institutu bat sortzea erabaki zuen (Matia Institutua), ikerketa/ekintza integratzeko eta eguneroko ebidentzian eta praktikan oinarritutako ezagutza sortzeko. Pertsonen oinarritutako arretaren printzipioak landuz, pertsonen zahartze-prozesuan laguntzea du helburu, haien ongizatea hobetzeko, ezagutza eta zerbitzu pertsonalizatuak sortuz, haien autonomia eta duintasuna sustatzeko.

**Kontaktua:** Gorka Alias - [gorka.alias@matiafundazioa.eus](mailto:gorka.alias@matiafundazioa.eus) / 636019170



HelpAge  
España

las personas  
mayores cuentan

**HelpAge International España** HelpAge International erakundeko kide da. 2008an sortu zen, Espainiako herritarrak adinekoen premien inguruan kontzientziatzeko eta sarearen nazioarteko lankidetzako eta laguntza humanitarioko proiektuak finantzatzen laguntzeko. Kontzientziazioaren, sentsibilizazioaren eta prestakuntzaren bidez lan egiten dugu, adineko pertsonen beren eskubideak ezagutu eta erreklamatu ditzaten eta diskriminazioari aurre egin diezaioten. Era berean, adinekoen errealitatearekin eta haien eskubideekin maila guztietan sentibera den gizarte atsegin bat eraikitzeke lan egiten dugu.

**Kontaktua:** Inma Mora Sánchez – [inma.mora@helpage-espana.org](mailto:inma.mora@helpage-espana.org) / 660974295