

Det spanska rummet för *La Tercera Edad* - pensionärerna

Hur ser det ut för de spanska pensionärerna? Går pensionen att leva på? Vad gör man för dem från stat och kommun?

En rad frågor tränger sig på oss nordiska pensionärer i vårt dagliga livs iakttagelser av den spanska vardagen.

De äldres plats i det spanska rummet verkar större och mer omhuldad, "varmare", mer aktad, än motsvarigheten i Norden. Säkert beror det på den starkare familjesammanhållningen och att kvinnorna ännu inte deltar fullt ut i yrkeslivet.

För de förvärvsarbetande mödrarna har den äldre generationen en viktig roll som hjälp med barnbarnen. Nu under den utbredda arbetslösheten kan pensionärernas pensioner vara den enda inkomsten att förlita sig på för flera av deras barns familjer och även andra släktingar. Grundpensionen för ensamstående är f.n. 635€ i månaden, knappt 6000 SEK.

Casas de la Tercera Edad

Casas de la Tercera Edad är av kommunen inrättade möteslokaler i de olika stadsdelarna för den tredje ålderns räkning (redan uttrycket "den tredje åldern" vittnar



Casa de La Tercera Edad på San Pascual är ett helt hus i tre våningar enkom för pensionärerna och deras aktiviteter.

enligt min mening om respekt). Här kan man träffas för att ta sitt morgonkaffe med kaka för bara en euro och läsa tidningen i deras lilla café, på anslagstavlan se reseerbjudanden just för dem runt om i Spanien till ett mycket måttligt pris, delta i flera av veckans danstillställningar, som pågår kl.18-20.

Man kan gå på kurs – utbudet är särskilt rikligt hos Casa de la Tercera Edad på calle San Pascual

nr 117 och hos La Matas pensionärsförening på calle Alta nr 19. I stadsdelen La Punta runt Vita kyrkan finns ett Casa på calle Pedro Lorca nr 74 och för Acequión på calle Rafal nr 22 B.

Fysisk träning

Många turister kan se spanjorer utföra morgongymnastik i grupp på stränderna. En spänstig svenska, som provat på att delta, berättade att ett sådant 45-minuterspass var en riktigt svettig genomkörare fast det såg så be- drägligt lättsamt ut.

Till höger en typ av roddmaskin för träning av axlar och magmuskler, i förgrunden ett redskap för sit ups.

I parkerna kan man se fasta gymnastikredskap gjorda av metallrör och med fotplattor och handtag. Där kan man träna en rad muskelgrupper enligt den

tryckta anvisningen på en plåt på redskapet, helt fritt och gratis.

MASBA

MASBA är en förkortning av stiftelsen *Mayores sin Barreras* ("pensionärer utan barriärer"), som sedan sin start för fem år sedan försöker driva på förbättringar för de äldre.

Efter valet 24 maj 2015 ställde stiftelsen samman en lista till alla de nyvalda politikerna med sina önskemål enligt följande:

1. Inrätta en äldreombudsman, *Defensor del Mayor*, för att



försvara de äldres rättigheter och tillgode deras behov.

2. Inrätta ett lokalt äldreråd för att öka medinflytandet i hur resurs-

erna fördelas inom kommunen och höja livskvaliteten för de äldre.

3. En kraftig förbättring av stadens kommunikationer, både vad gäller tillgänglighet och täckning liksom av tidtabellerna.

4. En strategi för att avlägsna arkitektoniska hinder, i första hand ifråga om allmänna platser i staden, skapa säkra överfarter för rullstolar och permobiler, se över och förbättra trafikskyltningen så att den blir otvetydig liksom också ha bättre kontroll av hur handikapp-parkeringarna används.

5. Demokratisera styrningen och förbättra skötseln av äldre-centra och Casas de la Tercera Edad, diversifiera de kulturella och hälsobefrämjande aktiviteterna och skapa zoner för de nya teknologierna med tillgång till gratis wifi.

6. Iordningsställa ytor i parker och intill promenadstråk för de äldre, där särskild personal (av typ fritidsledare) kunde hjälpa de äldre att förbättra sin fysiska förmåga.

7. Ställa kommunal mark till förfogande för de äldre, där de kunde odla trädgårdsland, vilkas produkter skulle användas för sociala ändamål.

8. Snabba på administrationen och öka anslagen för hjälp i hemmet och teleassistans för att få slut på väntetiderna.

9. Dispens från avgifter och licenser för att anpassa bostäder för de äldre, sådana små ändringar skulle öka säkerheten och användbarheten hos deras bostäder.

10. Skapa ett handlingsprogram för omedelbar åtgärd för personer i risksituationer.

Detta är våra högst prioriterade önskemål, som vi hoppas att det skall finnas den politiska viljan att budgetera och genomföra, utan brådska men också utan fördröjning, speciellt riktade till de äldre, men som också kommer hela samhället till del.

De är enligt vårt perspektiv och vår dagliga erfarenhet nödvändiga och möjliga. Vi inbjuder alla de nyss valda representanterna att stödja vårt förslag och slå sig samman för att komma med fler idéer och förbättra vårt initiativ, här framlagt i största ödmjukhet. Så långt MASBA:s önskelista.

Årlig äldremässa

Även om man ännu inte har någon Defensor del Mayor så finns det i alla fall ett idérikt kommunalråd

med särskilt ansvar för de äldre, Inma Montesinos. Man får hoppas att hon får en lika bra efterträdare i det nya kommunstyret. Hon har bl.a. medverkat till att det ordnas en särskild äldremässa, vilken i år hölls för tredje året i Ocio, det s.k. macrodiskot för pensionärer. Här informeras om alla de stöd, verksamheter och uppfinningar, som kan underlätta livet för de äldre.



Aún somos jóvenes är affischens undertitel: Än är vi unga



Ovan ses några exempel på pensionärernas skicklighet: spetsknyppling, träslöjd och träskulpturer, keramik. Därutöver sågs smyckeslöjd, tavlor, lapptäcken, mantiljakammar i sköldpadd och mycket mera.

VESTA TELEASISTENCIA - AVANZA 24 LEVANTE S.L
TARIFAS 2015

SERVICIOS PRIVADOS DE TELEASISTENCIA

SERVICIOS DE TELEASISTENCIA DOMICILIARIA	TARIFA (IVA INCLUIDO)
CUOTA DE ALTA + INSTALACION	23 €
SERVICIO BÁSICO	25 €/mes
FRANJA REFINANCIABLE	100 € (sin permanencia)
2º BENEFICARIO - PULSADOR ADICIONAL	18 €/mes
SUSPENSIÓN TEMPORAL	8,5 €/mes
TERMINAL GSM DESPLAZABLE - (1 tipo desplazable)	35 €/mes - (según estudio)

SERVICIOS DE TELEASISTENCIA MÓVIL	TARIFA (IVA INCLUIDO)
CUOTA MÍNIMA con Terminal Propia *	35 €/mes
TERMINAL TELEFONIA GH 300 3MMOV	157,30 €

* El dispositivo móvil utiliza una tarjeta SIM que ofrece VESTA

SERVICIOS OFERTADOS:

- Atención telefónica personalizada
- Servicio 24 horas, 365 días por personal titulado
- Llamadas periódicas de seguimiento
- Servicio de agendas y recordatorios
- Llamadas de soledad

Dirección de delegación en Torre Vieja
Delegado: Jonathan González Moreno
Vivero de Empresas de Torre Vieja
Calle de Comercio de Alicante
Avda. Nemesio S/N - 03181
Oficina nº 7 - 965 722 207 - 695 449 657
Mail: avanza24levante2012@gmail.com

www.vestateleasistencia.es

Oferta 25€/mes sin cuota instalación 36

Ovan en prislista: ett trygghetslarm kostar ungefär detsamma som i Sverige.



Olika typer av permobiler är ganska vanliga i Torre Viejas trafik. De finns både att hyra och köpa.

Nedan en rad apparater för teleassistans, såväl för fast installation i bostaden som för att ha med sig utomhus på stan. Trycker man



på nödknappen blir man hittad via GPS var man än är i Torre Vieja.



Makrodiskot

Paso doble, sevillanas, salsa, line dance, flamenco, tango, kastanjettövningar fyller alla veckans vardagar i den jättestora salen på husets övervåning. Dansläraren Paquita Sánchez leder hundratalet pensionärer steg för steg i dansernas turer.



“Pensionärsdiscot”, “macrodiscot”, “Ocio” är några av smeknamnen på Centro de Mayores de Ocio, förkortat CMO. Det ligger intill Carrefour-varuhuset mellan Habaneras-varuhuset och N332, varifrån den egendomliga snedväggen är väl synlig.

På nedervåningen finns en restaurang, som för ett pensionärsvänligt pris erbjuder dagens meny, serverad vid bord med tygdukar. För att få tillträde till makrodiskot med god mat och gratis danslektioner krävs att man är skriven i Torre Vieja, innehar *padrón*, men det finns också möjlighet att få komma in som tillfällig gäst till någon som redan har passerkort dit.



Då och då ordnas fester med danskvällar, öppna för alla, ofta i samband med uppvisning vid kursavslutningar eller danstävlingar.



Till vänster förrätten beredd att serveras i restaurangen ovan.



Día del Mayor - De äldres dag

Denna dag firas naturligtvis med fest och dans – annars vore vi inte i Spanien!

Men vad har vi i Norden? Mors och Fars och Barnens Dag - när får vi Farmors och Morfars eller Pensionärernas Dag?



Vid strandpromenadens södra ände hade en scen byggts upp framför monumentet Coralistas. Därifrån leddes danserna som publiken gjorde efter.



Efter en tvekande start var det snart fullt av dansande pensionärer. Sedan bjöds på ett mellanmål med smörgås, frukt och vatten.

Äldreboenden – också för oss nordbor?

Det finns privata äldreboenden med full service på flera ställen i Torrevieja med omnejd men kostnaden är så hög att ingen normal nordisk pension förslår (1600€ per månad och uppåt). Sedan finns det en rad ålderdomshem för ensamma spanska medborgare. Därmed står det klart att när man inte längre klarar sig själv utan behöver stöd dygnet runt, så har Spanien ännu inte någon rimlig lösning för en nordisk resident pensionär.

En scen ur minnet

Vid ett tillfälle var det matlagingsdemonstration inför publik i Saluhallen och vi var många som stod och lyssnade och tittade på. Då kom där en mycket gammal dam i rullstol och sällade sig till publiken tillsammans med sin ledsagare. Genast vände sig de kringstående mot henne, hälsade på henne, pussade och kramade henne och klappade henne på kinderna. Hon bemöttes med sådant intresse och sådan värme, som man bara ser i Norden när en baby visas i motsvarande situation. Jag blev röd och föll i tankar ...

Text och foto Birgitta Kruckenberg juni 2015