



A Szent Anna-tótól lefelé jövet, a nagy mennydörgésben egy esztenába botlottunk. Épp a szépen kiszáritott szénát pakolták nagy iramban szekérre, hogy lehetőleg még az eső előtt levigyék a faluba. Így beálltunk mi is a család munkájába, amelyet egy legalább 70 éves bácsi diktált. Sőt, a végén ő volt az, aki a rakomány tetején ledöcögött a faluba az ítéletidőben.

Nem sokkal később egy hollandiai parkban láttam egy kétszemélyes elektromos mopeden kutyát sétáltatni egy viszonylag túlsúlyos, de nem mozgássérült, idős párt. A férfi vezetett, a hölgy pedig a labdadobó bottal hajította a labdát a boldogan szaladgáló ebnek

NEM VÉNNEK VALÓ VIDÉK ÖREGEDŐ EURÓPA

▷ SZÖVEG: SZIGETI-BÖRÖCZ FERENC

Akét eset nyilvánvalóan túlzó, de arra pont jó, hogy rávilágítson az idősök merőben eltérő élethelyzetére, társadalmi-gazdasági körülményeire és kilátásaira Európa két ellentétes szegletében, hiszen Kelet-Közép-Európa időseinek nagy része koránt sincs abban a szerencsés helyzetben, mint a székely bácsi. Ő – legalábbis nyugat-európai társaihoz képest – viszonylagos szegénységben, de szerető családban, harmonikus környezetben és saját közegében éli tevékeny napjait (mint ahogy ez később, már lent a faluban kiderült számunkra). Az is igaz, hogy a mienknél általánosságban hosszabb várható élettartammal rendelkező, az egészségi állapotuk és a gazdasági helyzetük miatt jelentősen aktívabb életet élő nyugati társaknak sem mindegyike a fogyasztói kultúra fent említett ambivalens példája.

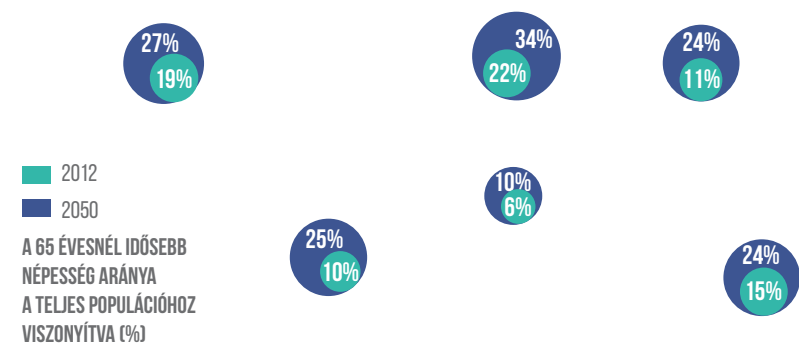
Köztudott, hogy Európa lakossága jelentős mértékben öregszik, amely mögött a várható élettartam fokozatos növekedése és az egyre alacsonyabb születésszám áll. Sőt, az ún. baby-boom generáció (a II. világháborút követő években született, kifejezetten népes generáció) korosztályai ezekben az években érik el tömegesen a nyugdíjkorhatárt. Emiatt az európai munkaképes lakosság markáns zsugorodása figyelhető meg, miközben a 60 évesnél idősebb korosztály jelentősen gyarapodik.

2012 és 2050 között a 65 év feletti aránya az egész európai társadalmon belül 22%-ról 34%-ra nő. Ezt a kedvezőtlen népesedési trendet árnyalja a bevándorlók egyre nagyobb aránya, akik nélkül sok nyugat-

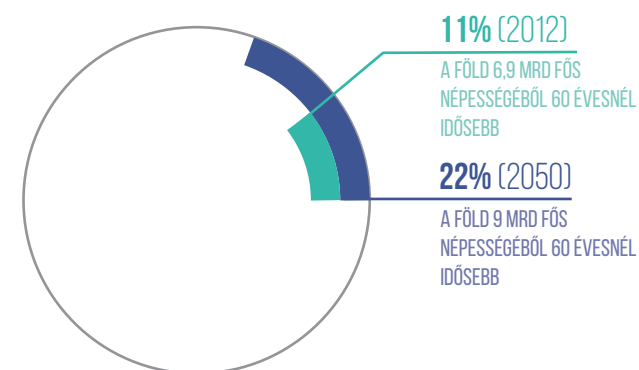
Az ún. baby-boom generáció (a II. világháborút követő években született, kifejezetten népes generáció) korosztályai ezekben az években érik el tömegesen a nyugdíjkorhatárt.

▲ **A SZÉNÉGETŐ ÉS UNOKÁJA**
HARGITA MEGYE, ROMÁNIA (KEZDŐ OLDALPÁR)

▼ **A VÉN KONTINENS**
E JELZŐ EGYRE IGAZABB EURÓPÁRA – MÁR, HA A DEMOGRÁFIAI TRENDKEM VÁLTOZNAK



AZ IDÓSODÓ NEMZEDÉKEKRE FORDÍTOTT LEGNAGYOBB KÖLTSÉGRÁSSAL JAPÁN, ÍRORSZÁG ÉS CIPRUS SZEMBESÜL MAJDA A KÖVETKEZŐ ÉVTIZEDEBEN



2050-BEN 3-BŐL EGY EMBER LESZ 65 ÉVESNÉL IDŐSEBB



2050-BEN 10-BŐL EGY EMBER LESZ 80 ÉVESNÉL IDŐSEBB



FORRÁS: FACTALL.COM

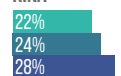
50 ÉVESNÉL IDŐSEBBEK ARÁNYA A TELJES NÉPESSÉGEHEZ KÉPEST

2006 2011 2016

BRAZÍLIA



KÍNA



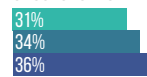
INDIA



JAPÁN



ORSZORSZÁG



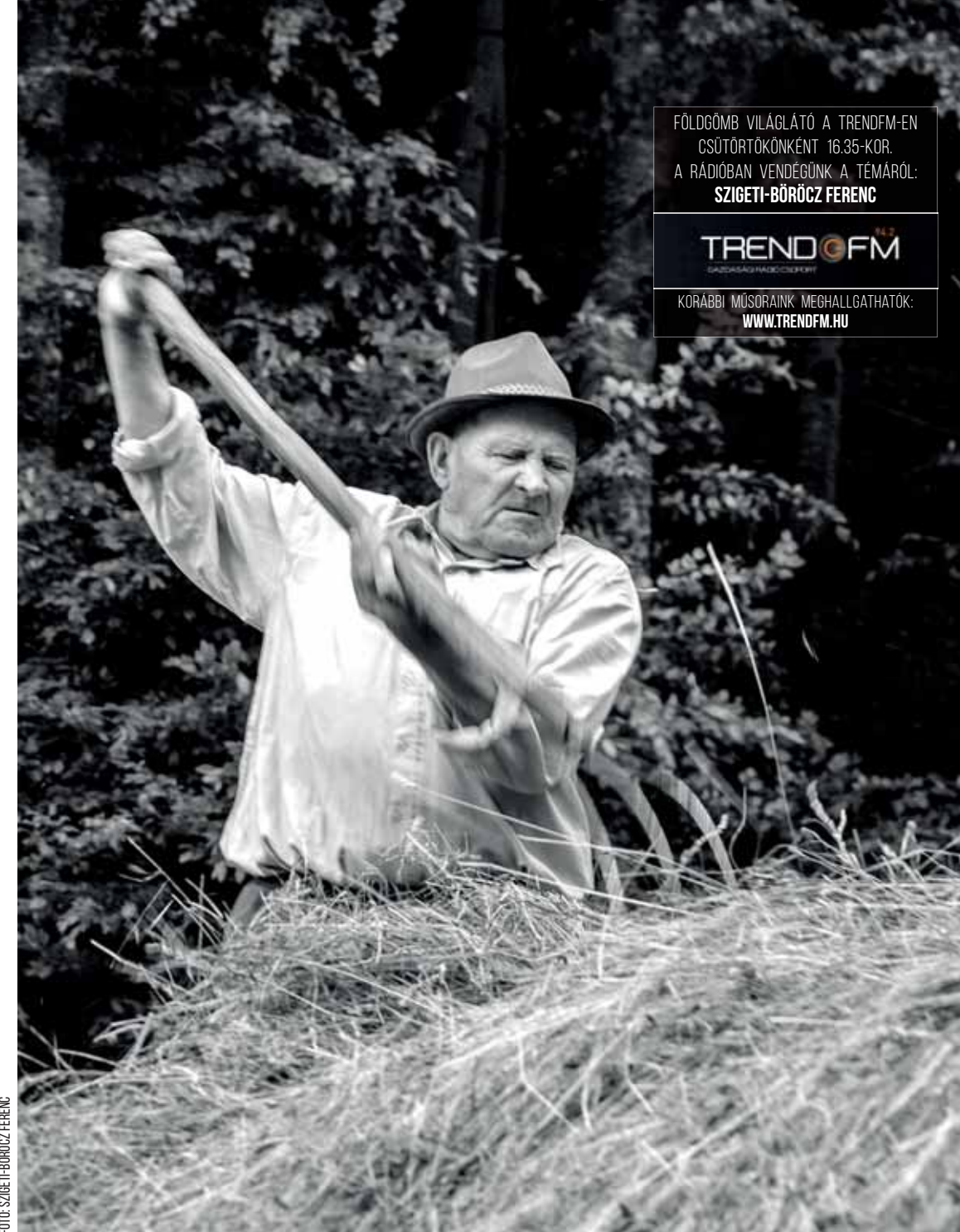
EGYESÜLT KIRÁLYSÁG



USA



FOTÓ: SZIGETI-BŐRÖCZ FERENC



FÖLDGÖMB VILÁGLÁTÓ A TREND FM-EN CSÜTÖRTÖKÖNKÉNT 16.35-KOR. A RÁDIÓBAN VENDEGÜNK A TÉMÁRÓL: SZIGETI-BŐRÖCZ FERENC

TREND FM
GAZDASÁGI MEGHALLGATÓ

KORÁBBI MŰSORAINK MEGHALLGATHATÓK: WWW.TRENDFM.HU

LANKADATLAN ERŐVEL

VAJON HÁNY EMBERNEK ADATIK MEG, HOGY SAJÁT, HAGYOMÁNYOS KÖRNYEZETÉBEN, CSALÁDJÁ TÁMOGATÁSÁVAL, AKTÍVAN ÖREGEDJEN MEG?

európai ország egyszerűen nem lenne verseny- és működőképes. De itt korántsem az Európába való bevándorlás az egyedüli tényező: a 2000-es években vált egyre nyilvánvalóbbá a kontinens nyugati és keleti fele közötti, vándorlásban megnyilvánuló különbség. Amíg Nyugat-Európa gazdag régióiban sok esetben éppen a bevándorlás miatt növekszik a lakosság, addig Kelet-Közép-Európában az amúgy is nagyon alacsony születésszám által kialakult demográfiai trendet igazi válsággá rontja az egyre növekvő elvándorlás. Hogyan is néz ki tehát az öregedés európai térképe?

ROGER ALLSOPP

„Sosem szerettem a babérjaimon ülni. A nyugdíj csodás dolog, kétségkívül a civilizáció nagy vívmánya, de tudom, mennyire fontos szellemileg és fizikailag is aktívnak maradni, hogy azt élvezni is tudjuk. Ezért aztán felállítottam magamnak egy kihívás- vagy bakancslistát, hogy egészséges maradjak” – mondja magáról a brit Roger Allsopp, akibe a Csatorna-szigetekhez tartozó Guernsey tengerpartján botlottunk. Én akkor bemelegkedtem az alig 15 °C-os vízbe, feleségem inkább megvárt, igaz, egy polárpulóverben. A 68 éves Roger pedig – aki korábban orvosként dolgozott, nyugdíjas éveire ismert civil aktivista és úszófenomén lett – éppen edzett... Azóta ő képviseli szememben az aktív nyugat-európai nyugdíjast. Roger kétszer is átúszta a La Manche csatornát: először 2006-ban, 65 évesen, hogy pénzt gyűjtsön a mellrákkutatásáért, majd 2011-ben, hogy Guinness-rekorderként ő legyen a legidősebb átjutó. Hasonló akcióért az Independent nevezetű újság fel is vette azon 100 ember közé, akik Nagy-Britanniát jobb helyé tették.

Ha nem tudományos alapon, hanem tapasztalati úton közelítjük meg a kérdést, elég Ausztriáig utazni, hogy szembetűnő legyen, milyen jó „bőrben” vannak a nyugat-európai idősök – legalábbis összehasonlítva kelet-közép-európai társaikkal. Persze, van miből jól élniük, mondhatjuk, és azt is, hogy nem volt olyan kemény az életük. Mindez nagy általánosságban igaz is, de érdemes azt is megnézni, mit és hogyan tesz a társadalom annak érdekében, hogy idős tagjai aktívak maradjanak, gazdag tudásuk és élettapasztalatuk pedig részben hasznosuljon. Rengeteg gazdasági kutatás mérlegeli ugyanis, hogy az idősök növekvő aránya a társadalom részére áldás-e, vagy teher.

Az idős korosztály népességszámának növekedése kétségkívül nyomást gyakorol az állami ellátórendszerekre. Az időskort jellemzően a betegséggel és kiszolgáltatottsággal azonosítjuk, és ennek megfelelően az idős emberek gyakran érzik kirekesztettnek magukat – s nemcsak a munka világából, de a családi és közösségi életből is. Attól félünk, hogy az európai társadalmak gyorsuló öregedése következtében az idősebb generációk elviselhetetlen terhet jelentenek a fiatalabb, munkaképes korú népességre, és ez a generációk közötti feszültségekhez vezet. Ez a nézőpont ugyanakkor figyelmen kívül hagyja az idősebb korosztály jelentős nagyságrendű, tényleges és potenciális értéktermelő képességét.

A népesség előregedésével kapcsolatos kihívásokat az idősök munkaerőpiacon tartásával, egészséges, aktív, valamint önálló nyugdíjas éveik biztosításával lehetséges leginkább kezelni, amely egyben lehetőséget nyújt az idősök tudásának hasznosítására is.

Roger kétszer is átúszta a La Manche csatornát: először 2006-ban, 65 évesen, hogy pénzt gyűjtsön a mellrákkutatásáért, majd 2011-ben, hogy Guinness-rekorderként ő legyen a legidősebb átjutó.

FOTÓ: STEVE MOLNÁR



ROGER ALLSOPP

A NYUGDÍJAZOTT SEBÉSZORVOS KITŰZTE A CÉLT: Ő LESZ A LEGIDŐSEBB EMBER, AKI ÁTÚSZTA A CSATORNÁT! „MÉRHETETLEN TELJESÍTMÉNY ÉS EGYBEN MEGKÖNNYEBBÜLÉS, HOGY SIKERES VOLTAM.” PERSZE AMIG VAN CÉL, VAN ÉLETERŐ IS: ROGER A LONDON MARATONT IS LEFUTOTTA 60 ÉVESEN, S MINDEN BIZONNYAL ÚJ TERVEKET SZÓ



FOTÓ: STEVE MOLNÁR



LUCI MAMA

A gépet hirtelen rántottam elő, mert spontán fényképet akartam készíteni azóta elhunyt apai nagyanyámról, de ő megelőzött. Mozdulata mindent elárul róla, története pedig sokat a korról és a helyről, ahol leélt életét. Lehetett volna másképp is – lehetett volna, hogy mosolyog a képen, mert nagymamám szép volt, szépek voltak a ráncai, csak ő látta magát és egész életét csúnyának. Nagymamám még nyolcvanévesen is simán felkapálta Győr melletti, kicsinek nem mondható kertjét, akár a tűző napon is. Igaz, mindezt leginkább valami furcsa megfelelési kényszerből, azért, hogy nehogy megszólják a szomszédok, meg amúgy is mindig rendes volt a kert, amíg nagypapám élt. Közel két évtizedig ezért kapált nagymamám, bár szíve szerint eladta volna a kertet, mégsem tette. Inkább kapált, amíg bírta.

Aztán egyszer már nem bírta, s járókeretet kapott. És itt dőlt el a sorsa. Járókerettel nem volt hajlandó kimenni az utcára, pedig tudott volna, de mit is szóltak volna ugye a szomszédok? Persze kár boncolgatni a „mi lett volna, ha?” kérdéskört. Mindenestre nagyanyám aztán már nem mozdult ki a lakásból, kevéske társas kapcsolatát is elvesztette, és nemsokára meghalt.

LUCI MAMA

APAI NAGYANYÁM FÉLELMEI, TÉVESZMÉI TERMÉSZETESEN ERŐS KULTURÁLIS JEGYEKET HORDOZNAK MAGUKON. MINDIG IS SZERETTE AUSZTRIÁT, MIT IS GONDOLNA HÁT MAGÁBAN MA, HA LÁTNA EGY OLYAN TURISTACSOPORTOT, AHOL ANNAK NAGY RÉSZE BIZONY JÁRÓKERETES – AMI AZ OSZTRÁK NYUGDÍJASOKNAK – MONDHATNI – TERMÉSZETES...

Nagymamám még nyolcvanévesen is simán felkapálta Győr melletti, kicsinek nem mondható kertjét, akár a tűző napon is. Igaz, mindezt leginkább valami furcsa megfelelési kényszerből, azért, hogy nehogy megszólják a szomszédok.



BÖBE ÉS ZSÓKA NÉNI

ZSÓKA NÉNI JÚLIUS 28-ÁN TÖLTÖTTE BE A 95. ÉLETÉVÉT. EGÉSZSÉGES, A LÁBAI FÁJNAK, ÍGY MÁR CSAK A KÖZELI KISBOLTOKBA TUD EGYEDÜL LEMENNI, DE ALAPVETŐEN MINDEN HÉTEN BÖBE, AZ ÚJBUDA 60+ PROGRAM ÖNKÉNTESÉ ÉS FÉRJE SEGÍT NEKI BEVÁSÁROLNI

BÖBE ÉS ZSÓKA NÉNI – AVAGY EGYÜTT KÖNNYEBB

Valószínűleg mindenkinek van kedvenc története egy-egy „szuper-nagyról” vagy épp a magába fordult öregedésről. Ugyanis korántsem csak a földrajzi hely a meghatározó abban, hogy – sok esetben függetlenül a nehézségektől – egyesek életük kiteljesedését élik át nyugdíjas éveikre, míg mások teljes passzivitásba fordulnak. Vajon mi teszi aktívvá az egyik idős embert és passzívvá a másikat?

„Nyugaton nyilván aktívabbak az idősek, mint Keleten, de nincs általános válasz. És nagyon nehéz meggyőzni a passzivitásba burkolózó időseket, hogy hagyják el otthonukat, jöjjenek le a klubba.” Bőbével egy gazdagréti bevásárlóközpont parkolójában találkoztam, hogy együtt segítsünk be-

vásárolni Zsóka néninek. „2009 végétől vagyok az Újbuda 60+ Program szomszédsági önkéntese, férjem 2012 óta. Mindketten nyugdíjba vonulásunk után – mivel unokánk még nincs – vágunk bele az önkéntes munkába. Öt évig Belgiumban dolgoztam, laktunk kertvárosban és társasházban – mindenhol meglepetéssel láttam, hogy a helyi 70–80 évesek egyetemre járnak előadásokat hallgatni, klubba kártyázni, táncolni és beszélgetni, és figyelnek egymás tulajdonára, biztonságára. Ezt ott úgy hívták, hogy:

„Öt évig Belgiumban dolgoztam, laktunk kertvárosban és társasházban, mindenhol meglepetéssel láttam, hogy a helyi 70-80 évesek egyetemre járnak előadásokat hallgatni, klubba kártyázni, táncolni és beszélgetni és figyelnek egymás tulajdonára, biztonságára.”

»Szomszédok Egymásért Mozgalom«, ami mindenféle állami szervezés nélkül, pusztán a józan ész alapján működik”.

Itthon és a környezetünkben, ahol a társadalmi bizalom szintje alacsony és pont a mai idősök kötelező önkéntes munkán vettek részt a szocializmus évei alatt, kiemelkedően fontosak lennének az ilyen kezdeményezések. Egy, az otthonából nem szívesen kimozduló, idős embert egy másik idős aktivista sokkal könnyebben visz el egy programra, mint bárki más, különösen mint a „tanács” alkalmazottja.

„Arra vágytam, hogy itthon is tevékeny, programokkal teli, vidám, társas együttlét legyen az időskor. Láttam, hogy aki így éli az időskort, az egészségesebb, fiatalosabb és sokkal boldogabb. Újbudán is látom ezt azoknál, akik gátlásaikat legyőzve csatlakoznak egy kedvükre való közösséghez!” Böbe kétségtelül a program egyik motorja: szervezi a kerületi klubéletet, pályázatokat ír, eszközöket szerez be, és aktívan segít más idősöknek. Többek között a 95 éves Zsóka néninek a heti nagyobb bevásárlásban és a hivatalos ügyintézkésekben.

„Arra vágytam, hogy itthon is tevékeny, programokkal teli, vidám, társas együttlét legyen az időskor. Láttam, hogy aki így éli az időskort, az egészségesebb, fiatalosabb és sokkal boldogabb.”

Nyugdíjasnapjait nem búslakodással, hanem gyermekkori álmának megvalósítására használja fel: első verseskötetének kiadásán dolgozik.

ROTARU ÚR

Az 1939-ben született Rotaru úrral a romániai Galați egyik meglehetősen szürke negyedében találkoztam 2014-ben. Ahogy elmesélte, nehéz élete volt, mert felesége korai halála miatt egyedül nevelte fel

két gyermekét. Azért költözött akkoriban nyugdíjasotthonba is, hogy ne legyen teher gyermekei számára. Nyugdíjasnapjait azonban nem búslakodással, hanem gyermekkori álmának megvalósítására használja fel: első verseskötetének kiadásán dolgozik. Emellett pedig lelkes önkéntes aktivista, mert az jót tesz mind a lelkének, mind a testének.

A helyszín a Duna deltájához közel eső, a II. világháborúban szétbomlott, ezért meglehetősen lehangoló Galați, és Rotaru úr esete meglehetősen szimbolikus. Ez a térség ugyanis az Unió egyetlen makrorégiója, ahol a lakosság szám csökken. Igaz ugyan, hogy a térség országai az elmúlt években nagyobb gazdasági növekedést mutattak fel, mint az EU vezető országai, de ez egyrészt messze nem elég a valódi felzárkózáshoz, másrészt a növekedés üteme nem tűnik fenntarthatónak. Ráadásul a belső gazdasági-társadalmi folyamatok sem túl kecsegtetőek. Az előrejelzések szerint a nagyvárosok és közvetlen környezetük ugyan virágoznak majd, de a vidéki térségek az elnéptelenedés rémével néznek szembe. A társadalom öregedése ráadásul a tanult fiataloknak a válság óta egyre fokozódó elvándorlásával párosul (e tekintetben térségünk országai közül hazánk rendelkezik az egyik legrosszabb mutatókkal).

Egyértelmű tehát, hogy Kelet-Közép-Európában az egyre kevesebb adófizető és a több, ráadásul viszonylag rossz egészségi állapotban lévő idős ember valóban jelentős nyomást gyakorol az ellátórendszerekre. Milyen jövőképe lehet tehát egy, a lakosságát fokozatosan elvesztő kisvárosban vagy faluban egy középkorú embernek? Ha van benne elszántság, megtanulhatja a számítógépet kezelni és egy idegen nyelvet is, hogy legalább az unokáival valahogy tudja tartani a kapcsolatot...

AKTÍVAN IDŐSNEK LENNI

A kép nem is annyira elrugaskodott a valóságtól, mint talán elsőre gondolnánk. „Európa számos pontján működnek ún. harmadikkor-, vagyis szenioregyetemek, ahol a legnépszerűbb tantárgyak pont az idegen nyelvek és az egyszerű számítástechnikai ismeretek elsajátítását célozzák” – ezt már Aleksandra Cięglewicz-Wachowiak, egy lengyel szenioregyetem vezetője mondja. Nem mellesleg Lengyelországban a városok kötelezettsége hasonló intézmények felállítása. Számos program bebizonyította már, hogy olyan egyszerű dolgok, mint az internetes videohívások használata mekkora csodát tesz az idős emberekkel. Még az egészségi állapotukra is egyértelműen kihat...

ROTARU ÚR

ÉPP VERSET ÍR EGY GALAȚI BELVÁROSI PADON. DE NEMCSAK ÍRNI SZERET, SZENVEDÉLYE AZ OLVASÁS ÉS AZ ASZTRONÓMIA IS. AHOGY MONDJA: NEM ÉR RÁ UNATKOZNI ÉS ÉRTELMETLEN DOLGOKON RÁGÓDNI...

FOTÓ: POPA MIRCEA BOGDAN



FOTÓ: SZIGETI-BÖRÖCZ FERENC

KENYÉRDAGASZTÁS SZÉKELYFÖLDÖN

AZ AKTÍV IDŐSKOR ELENEDHETETLENÜL FONTOS ELEME A GENERÁCIÓK KÖZÖTTI KAPCSOLATOK ERŐSÍTÉSE, VAGY ÉPP ÚJJÁÉLESZTÉSE. HA VAN KINEK KENYERET SÜTNI, AZ A JOBBIK HELYZET. ÁM, HA NINCSEK MÁR KAPCSOLAT, LEHET KREATÍVAN TEREMTENI. HOLLANDIÁBAN VAN OLYAN IDŐSEK OTTHONA, AHOL EGYETEMISTÁKNAK ADNAK KI SZOBÁT INGYEN, PONTOSABBAN AZ IDŐSEK SZÁMÁRA NYÚJTANDÓ ÖNKÉNTES MUNKA FEJÉBEN, EGYES PORTUGÁL EGYETEMI VÁROSOKBAN PEDIG – SZINTÉN A LAKÁSPROBLÉMÁK MIATT – A VÁLLALKOZÓ KEDVŰ FIATALOKAT BEKÖLTÖZTETIK A SZINTÉN VÁLLALKOZÓ KEDVŰ MAGÁNYOS IDŐSEKHEZ

VISSZA A KAPTAFÁHOZ!

A KÖZÖSEN VÉGZETT MUNKA NEMCSAK TESTILEG, DE LELKILEG IS AKTÍVAN TART, ÉS MÉG CSAK NEM IS KELL AZ „ELIDEGENEDETT” NYUGATRA UTAZNUNK, MAGYARORSZÁGON IS TALÁLUNK OLYAN TELEPÜLÉST, AHOL AZ ÖNKORMÁNYZAT „BESZÉLGETŐPADOKAT” HELYEZETT KI



FOTÓ: SZIGETI-BÖRÖCZ FERENC

Az Egészségügyi Világszervezet úgy határozza meg az aktív időskort, mint az egészségügy, a társadalmi részvétel és a szociális biztonság területén lévő lehetőségek kihasználása az idősödő emberek életminőségének javítása érdekében. És közben egyre több nyugati önkormányzat jön rá, hogy kis pénzből, egy kis szervezéssel nagy csodákat lehet tenni. Európa-szerte igen népszerű és hatékony eszköz például az időszerű önkéntes

munkában való részvételének támogatása, vagy az idősök társadalmi befogadását elősegítő közösségek civil szervezetek általi kiépítése.

Kissé leegyszerűsítve azt mondhatjuk tehát, hogy a nyugat-európai idősök számára továbbra is rendelkezésre áll pénz, paripa és fegyver, s talán kevesebb belső gátat kell legyőzniük, hogy aktívak maradjanak, továbbá az aktív időskort saját, jól megfogható érdekei miatt az állam is támogatja.

Kelet-közép-európai társainknak azonban gazdasági kényszerből kell leginkább aktívnak maradniuk (ha tudnak), s a passzivitást erősítő belső gátak is nagyobbak, még akkor is, ha az aktív időskort támogató kezdeményezések térségünkben is rohamosan nőnek.

Nyugaton megvétni továbbra sem trendi, Keleten pedig sok embernek továbbra is csak luxusnak tűnik az aktív időskor. De talán lehetne másképp, talán lehetne a székely bácsi életkörülményeit legalább részben általánosabbá tenni...

Számos program bebizonyította már, hogy olyan egyszerű dolgok, mint az internetes videohívások használata mekkora csodát tesz az idős emberekkel. Még az egészségi állapotukra is egyértelműen kihat...



SZIGETI-BÖRÖCZ FERENC
GEOGRÁFUS, TELEPÜLÉS-
ÉS TERÜLETFEJLESZTŐ.