

La jubilación activa

Carlos Díez y José María Llorente

Seniors Españoles para la
Cooperación Técnica (SECOT)

En el momento en que un profesional se encuentra jubilado o prejubilado, sus hábitos de vida cambian sustancialmente, y, a menos que se preocupe por mantenerse activo, el exceso de tiempo libre puede hacerse interminable. Puede llegar a considerarse inútil, lo que genera conflictos personales y familiares y, en algunos casos, depresiones.

En general, los profesionales jubilados o prejubilados no tienen elaborado un plan para utilizar de forma activa el tiempo libre del que ahora disponen, pero sienten que aún tienen mucho conocimiento y experiencia que aportar a la sociedad. Sienten que no es el momento oportuno para pasar de una vida plenamente activa a otra de inactividad, que todavía tiene

mucho por hacer y por aportar.

Se está extendiendo en los países desarrollados el concepto de envejecimiento activo. La Organización Mundial de la Salud enfatiza la conexión entre actividad y salud, la necesidad de emprender actividades no sólo productivas, sino en particular aquéllas que desarrollen el sentido de la participación y solidaridad. Es importante la máxima de la OMS: Hemos añadido años a la vida; ahora debemos añadir vida a los años.

Estar implicado activamente en la sociedad, a través del voluntariado social de los mayores, es una forma positiva de afrontar la nueva etapa de la vida. Ser voluntario no es distraer el aburrimiento haciéndose socio de una ONG: significa asumir un compromiso de solidaridad y participación activa en el entorno socio-económico de la sociedad.

El movimiento SENIOR inter-

nacional representa la mejor opción para la integración de mayores voluntarios en actividades económico-profesionales. Es en este ámbito en el que SECOT desarrolla su actividad, potenciando la creación de nuevas empresas por jóvenes emprendedores, apoyando el desarrollo de los sectores más desfavorecidos, y la gestión de PYMES y ONG con escasos recursos económicos. Los SENIORS voluntarios son un importante capital humano al servicio de la sociedad, y contribuyen de forma destacada a reforzar el tejido empresarial en España, como han reconocido distintas entidades privadas y públicas con las que SECOT ha establecido convenios de colaboración.

La actividad de los SENIORS es una notable terapia personal para ellos mismos, ya que les ofrece la oportunidad de:

Superar su salida del merca-

do laboral y la tendencia general a menospreciar la valía profesional y personal del jubilado o prejubilado.

Sentirse útiles al ver valorados positivamente sus consejos profesionales.

La posibilidad de mantenerse al día técnica y profesionalmente, adquiriendo nuevos conocimientos en diferentes campos.

Ampliar la red de sus relaciones, mediante el trato con sus compañeros SENIORS.

Mantener una enriquecedora relación intergeneracional con los jóvenes a los que estén asesorando.

SECOT constituye una asociación de voluntariado que desarrolla su labor en el ámbito empresarial, y que pretende ayudar profesionalmente, de forma desinteresada, a los colectivos más desfavorecidos, sin esperar nada a cambio, solamente la satisfacción de sentirse útiles a la sociedad.