

IL

LECTURA



PROGRAMA SÈNIOR

**Universitaris amb
molta experiència**

SUPLEMENT DOMINICAL DE SEGRE
14 de novembre del 2021
Núm. 1.225



84370012550301 0 1 2 5

El saber n



IA SÈNIOR

no té edat



En els últims anys hi ha hagut a tot Europa un gran reclam per l'augment en la qualitat de vida de les persones grans. El creixement dels programes de formació per a adults ha sigut una constant des de llavors. La Universitat de Lleida des de l'any 2006 ofereix una formació contínua per als majors de 50 anys. Es tracta del Programa Sènior, i permet tornar a la universitat després de molts anys o anar-hi per primera vegada, ja que no és requisit tenir estudis previs. Una oportunitat per continuar formant-se, compartir experiències i enriquir la vida en una etapa en la qual no s'està tan lligat a altres responsabilitats. Parlem amb alguns dels alumnes.

Per **MARC CODINAS** / Fotos: **UDL I MC**



CIÈNCIA. Visita al Parc Científic i Tecnològic Agroalimentari de Gardeny.



JORNADA DE PORTES OBERTES. Durant el Dia dels Sèniors de la UdL té lloc una jornada de portes obertes.

Cinc minuts abans que el rellotge marqui les quatre la Núria ja està asseguda al costat de la Tere comentant una de les idees explicades durant la classe d'Humanisme Europeu de la setmana passada. Mentrestant, en Joan i en Josep intenten aclarir dubtes sobre l'últim treball que en Ramon, el professor, els ha encomanat. Els darrers estudiants van entrant, se saluden efusivament entre ells, s'asseuen en grupets i es preparen per a la classe. Tots atents, en silenci. A punt per aprendre. En Ramon comença a escriure a la pissarra. Una pregunta

marca l'inici de la lliçó d'avui: és bo que es deixi d'estudiar filosofia a la secundària? Diverses mans s'aixequen. El debat està servit.

Cal destacar que en Ramon és de les persones més joves que hi ha a l'aula tot i ser-ne el professor. Això és perquè els alumnes formen part del Programa Sènior de la Universitat de Lleida. Un programa per a persones de més de 50 anys que és una aposta clara per l'aprenentatge permanent i l'envelliment actiu, una eina de participació de la gent gran que facilita les relacions inter i intrageneracionals i que potencia l'ús de les noves tecnologies. És un grau sense objectiu professi-

onalitzador, per la qual cosa resta obert a tothom. No cal titulació prèvia i permet adquirir nous coneixements; ampliar la xarxa de relacions socials amb persones d'interessos similars i afavoreix l'establiment de nous vincles personals. Enguany hi ha un total de 83 alumnes inscrits, amb una mitjana d'edat de 61 anys i, des de l'any 2006 fins ara, ja s'han graduat un total de 87 persones. Vuitanta amb el Diploma Sènior en Cultura, Ciència, Tecnologia i Societat, que té una durada de quatre anys, i 7 amb un dels títols d'Especialista Universitari, que tenen una durada d'un any i poden ser en Salut i Benestar; Món i Natura; Dret i Hu-





PERFILS DIVERSOS. En Joan, la Núria, la Rosario i en Jordi venen de diferents mons laborals i acadèmics.

MÓN I NATURA. Alumnes de l'assignatura de Jardineria i Paisatgisme durant una classe pràctica.

manitats i Comunicació, Llengua i Literatura. Aquests estudis també poden facilitar la possibilitat d'introduir-se en el món de la recerca universitària alhora que promouen les relacions intergeneracionals.

“L'ambient és molt bo i relaxat. No mirem el professor com un avaluador, sinó com algú que ens vol ensenyar i compartir el seu coneixement amb nosaltres”, explica en Jordi Peralta (68 anys), un dels alumnes del grau. I és que el professorat que imparteix les classes és molt variat, i hi ha, entre d'altres, catedràtics i doctors. Com molts altres alumnes, en Jordi no va tenir l'opció d'anar a la universitat a formar-se i va haver de començar a treballar de ben jove. És per això que remarca que “ara que tinc temps tinc ganes d'aprendre, m'és igual el què”. En la mateixa línia, cal destacar que les dones, que tradicionalment van tenir menys oportunitats per estudiar quan eren joves, són majoria en aquests programes a nivell de Catalunya, on el 6% de la població universitària forma part de programes de formació contínua. Així mateix, l'alumnat amb menys formació prèvia, i especialment les dones, està més satisfet amb els beneficis d'anar a la universitat, ja que estudis demostren que aquesta mena de formació impacta positivament en la salut física i psíquica. Com més anys fa que una persona està matriculada en un programa de formació universitària sènior, més beneficis hi percep, sobretot en termes de salut i relacions socials.

Joan Flores (69 anys), de professió metge i que ara és alumne del quart curs del grau, remarca “la importància de mantenir el cervell actiu a mesura que ens fem grans” i valora de manera molt positiva “la



TALLERS.
Estudiants sèniors visiten l'exposició de bolets de l'IEI.

APRENTATGE VITAL

Seguir formant-se al llarg de la vida

A més del Programa Sènior, des de la UdL s'ofereixen diversos programes de formació contínua com són l'Aula Oberta o les Aules d'Extensió Universitària. Quant a la primera, té un format de curta durada i s'adreça a totes aquelles persones que tinguin interès i motivació per l'aprenentatge i/o per ampliar coneixements en una temàtica concreta en l'àmbit de la cultura, les ciències i les arts i que siguin majors d'edat. A més, s'ofereix amb modalitats horàries diferents per poder adaptar-se millor a tothom. Respecte a les Aules d'Extensió Universitària, són cicles de conferències i xerrades per gent de més de 60 anys i que tenen una oferta molt variada. A la demarcació de Lleida hi ha una vintena d'aules en diferents poblacions, com Tàrraga, Lleida, el Palau d'Anglesola o Mollerussa i sumen més de 5.000 alumnes cada any.

EL PLAER D'ESTUDIAR

possibilitat de fer nous amics". "La universitat t'ensenya a espavilar-te. A més, el coneixement t'obre noves visions, i la manera d'ensenyar dels docents és molt personalitzada", destaca en Joan, que afegeix que "l'important no és el destí sinó el que aprens durant el viatge".

Tot i que la pandèmia ha afectat negativament l'estudiantat sènior, el pas a una formació en línia ha esdevingut una oportunitat per aprofundir en les noves tecnologies, però cal remarcar que aquesta és una generació que prefereix el contacte. La Núria Arraràs (65 anys), que tota la vida ha exercit com a metgessa i que actualment és alumna d'un dels cursos d'Especialista, assegura que "les classes presencials no les canvio per res, ja que

La calor i la boira poden arribar a treure les ganes de sortir de casa. Les classes són una motivació per tirar endavant

la tecnologia acompanya, però no substitueix". Per una altra banda, en Joan valora positivament el fet "d'haver tingut matèria per estudiar durant el confinament i la pandèmia i ocupar així el temps d'una manera gratificant".

La Rosario Lahuerta (54 anys), que de jove va estudiar administració i es va dedicar a la família, diu que "haver començat aquest grau m'ha fet sentir com si fos la primera vegada que m'enfronto al món en 50 anys, i això m'ha permès seguir



INTERCANVI. Cada any es mira d'organitzar un intercanvi d'alumnes, en aquest cas a Vic.



HUMANISME EUROPEU.
Una de les assignatures optatives del grau.

La pandèmia ha suposat una oportunitat per aprofundir en les noves tecnologies, tot i que no hi ha res com el contacte

evolucionant psicològicament, intel·lectualment i emocionalment”. “He notat un abans i un després, és una cosa addictiva i molt satisfactòria”, assegura. A més, la Rosario destaca la metodologia del professorat a l’hora d’ensenyar. “Molts són més

joves que nosaltres, i sembla que gaudeixin ensenyant-nos, ja que a més de temari també aprenem disciplina, metodologia... d’una manera molt personalitzada, com un metge”, diu.

Aquest programa és també una oportunitat per al professorat, ja que es requereix un esforç per adequar el contingut a les necessitats dels alumnes grans, òbviament diferents a la resta d’alumnes de la universitat. S’opta per un to més proper, divulgatiu i accessible en les explicacions, tot i que no es renuncia a tractar temes elevats. En aquest sentit, la Núria, que ve del món de la ciència, destaca que “hem tornat a estudiar de la manera que ens hauria agradat fer-ho anys enrere”. Quant al Jordi, opina que “els docents s’impliquen moltíssim, són com companys que et guien i et motiven i, a més, són molt respectuosos”. Els quatre alumnes coincideixen que el programa Sènior “és quelcom que ens omple la vida social i ens fa molt feliços”.

El que està clar és que acumular saber sense haver de fer exàmens resulta engrescador. És una experiència que ajuda a vèncer temors i complexos, reduir sentiments d’ansietat o depressius, superar situacions vitals traumàtiques, millorar la capacitat intel·lectual i de memòria i a incrementar les relacions amb l’entorn més proper. A més, té un impacte en la vida dels que hi participen més enllà de les hores de formació a l’aula, ja que aquests estudiants augmenten la seua activitat cultural, fet que incrementa els seus coneixements. Per a molts, a més de ser un gran complement per al seu currículum vital, és una motivació per tirar endavant.

TROBADES D’ALUMNES. No tan sols queden i surten els joves. Un sopar dels alumnes de l’assignatura de Nutrició i Dietètica.



VIATGES I EXCURSIONS. El curs 2014-2015 els alumnes Sènior van anar a Roma.

