
Les veus d'ArtGran: què ens han dit les persones que hi han participat?



©2024 Agència de Salut Pública de Barcelona

Tots els drets reservats.

<https://www.aspb.cat/>

Edita: Agència de Salut Pública de Barcelona, 2 d'abril de 2024

Aquesta publicació està sota una llicència Creative Commons

Reconeixement – No Comercial – No Derivades (BY-NC-ND)

<https://creativecommons.org/>



Les veus d'ArtGran: què ens han dit les persones que hi ha participat

Responsables de l'Informe

Rosa Puigpinós^{1, 2, 3}, M^a José López^{1, 2, 3}

Col·laboradors/es

Carolina Lapena^{4, 5}, Júlia Masip⁶, Teresa González⁷

Agraïments

A totes les persones que han treballat i col·laborat en ArtGran fent que sigui possible. A totes les persones que hi ha participat i que a més han fet part dels grups de discussió que ens han permès fer aquesta avaluació.

Cita recomanada

Puigpinós, R.; Lapena, C., Masip, J., González, T, López MJ. Metodologia i resultats de l'avaluació qualitativa de la intervenció ArtGran en museus i centres culturals de Barcelona Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona; 2023.

¹ Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB), Pl. Lesseps 1, 08023 Barcelona, Spain

² Institut de Recerca Sant Pau (IR SANT PAU), Sant Quintí 77-79, 08041 Barcelona, Spain

³ Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP), Madrid, Spain

⁴ Institut Català de la Salut (ICS). Gran Via Corts Catalanes 587, 08007 Barcelona, Spain

⁵ Instituto Universitario de Investigación en Atención Primaria (IDIAP-JordiGol). Gran Via Corts Catalanes 587, 08007 Barcelona, Spain.

⁶ Institut Municipal de Serveis Social (IMSS). c/ València 344, 08009 Barcelona, Spain

⁷ Museu arqueologia de Catalunya (MNAC), Passeig de Santa Madrona, 39-41, 08038, Barcelona, Spain

Índex

ArtGran: En què consisteix	4
L'avaluació d'ArtGran.....	6
Objectiu.....	7
Mètodes	8
Marc Conceptual.....	9
Participació en ArtGran.....	11
Canvi en la salut de les persones.....	15
Mecanismes per als resultats en Salut.....	29
L'aproximació a l'art i al patrimoni	41
Mecanismes dels resultats en art.....	48
Satisfacció	59
Propostes.....	65
Reflexions al voltant d'ArtGran	69
Conclusions	71
Bibliografia.....	74

ArtGran: En què consisteix

ArtGran és un intervenció adreçada a disminuir el sentiment de solitud en persones grans. En grups d'entre 8 i 12 persones del mateix barri van durant 10 setmanes seguides un dia a la setmana a un museu o centre cultural de la ciutat.

Per a dur a terme el pilotatge i avaluació de la intervenció es van seleccionar 6 barris de la ciutat i 6 museus i centres culturals: les persones de Porta i Prosperitat (Nou Barris) anaven al CaixaFòrum i al Museu Picasso, respectivament. Les persones de Guinardó-Baix Guinardó i Vall d'Hebron-Montbau (Horta-Guinardó) varen anar a l'Espai Modernista Sant Pau i al Museu d'Art Contemporani de Barcelona (MACBA), respectivament. Tanmateix, les persones de Vil·la de Gràcia-Camp d'en Grassot i La Salut (Gràcia) varen anar al Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC) i al Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB), respectivament.



Una mediadora social els anava a recollir al seu barri i feia el trajecte amb ells en transport públic fins al museu. Un cop allà, els rebia la mediadora cultural. Amb ella feien cada dia una activitat diferent sempre al voltant de l'art: l'arquitectura de l'edifici, les obres que s'hi exposen, la història de l'edifici, etc. A continuació se'ls proposaven activitats diverses vinculades al tema treballat (pintar, fer els sons d'una pel·lícula, crear un vídeo, fer un collage, fer una performance, etc). Conjuntament debatien i opinaven sobre tot el viscut i experimentat i programaven una consigna per a la sessió de la setmana següent.

La mediadora social es quedava amb ells i els ajudava i participava en la realització de les activitats del museu i novament feia el trajecte de tornada amb ells fins al seu barri.

Amb aquestes activitats es pretén potenciar el saber i l'opinió de cada persona del grup, implicar-los en activitats que els motivin i interessin i així mica en mica, anar creant una xarxa entre ells amb **l'objectiu de reduir la solitud de les persones grans de la ciutat de Barcelona.**

L'avaluació d'ArtGran

Per a avaluar ArtGran, es va fer un estudi pilot amb disseny quasi experimental pre-post amb grup comparació, utilitzant metodologia mixta (quantitativa i qualitativa). En cadascun dels barris esmentats a l'apartat anterior, es va seleccionar un grup intervenció (GI) i un grup comparació (GC) amb 10-15 persones. En total es van portar a terme 12 grups: 6 GI i 6 GC.

A finals de març del 2022 se'ls va passar un qüestionari per recollir informació, entre d'altres, sobre com se sentien respecte a solitud, estat d'ànim, qualitat de vida, salut percebuda i salut mental. Un cop fet això, els GI van fer la intervenció durant la primavera, entre els mesos d'abril i juny. A final de juny, es va tornar a passar el mateix qüestionari a tots els grups. A més, es va fer un grup de discussió a cada barri amb les persones que ja havien fet la intervenció i amb les mediadores socials i culturals.

Els resultats obtinguts mostren que les persones que han fet la intervenció, han millorat de manera significativa respecte a les persones que no han fet la intervenció en solitud, sentiment d'alegria i capacitat per a dur a terme les activitats quotidianes. Aquests resultats han estat publicats a l'informe d'avaluació que podeu trobar a https://www.aspb.cat/wp-content/uploads/2023/10/ASPB-Avaluacio_ArtGran.pdf¹

Objectiu

L'objectiu d'aquest informe és exposar i explicar en profunditat tot allò que, tant les persones participants en ArtGran com les mediadores socials i culturals, van explicar als grups de discussió que van formar part de l'avaluació qualitativa de la intervenció. És per tant un anàlisi exhaustiu i detallat dels resultats obtinguts en aquesta, agrupats en 7 temes principals: participació en ArtGran, canvis en la salut de les persones, mecanismes per als resultats en salut, aproximació a l'art i al patrimoni, mecanismes dels resultats en art, satisfacció i propostes.

Mètodes

Per a obtenir la informació, s'han dut a terme 6 grups de discussió durant juny i juliol, un per cadascun dels barris que han participat en l'ArtGran: Porta, Prosperitat, Guinardó-Baix Guinardó, Montbau-Vall d'Hebron, Vil.la de Gràcia-Camp d'en Grassot i La Salut. D'altra banda, també es va fer un grup de discussió amb les mediadores culturals i socials que havien treballat amb els grups per tal de tenir la visió des de la perspectiva dels professionals.

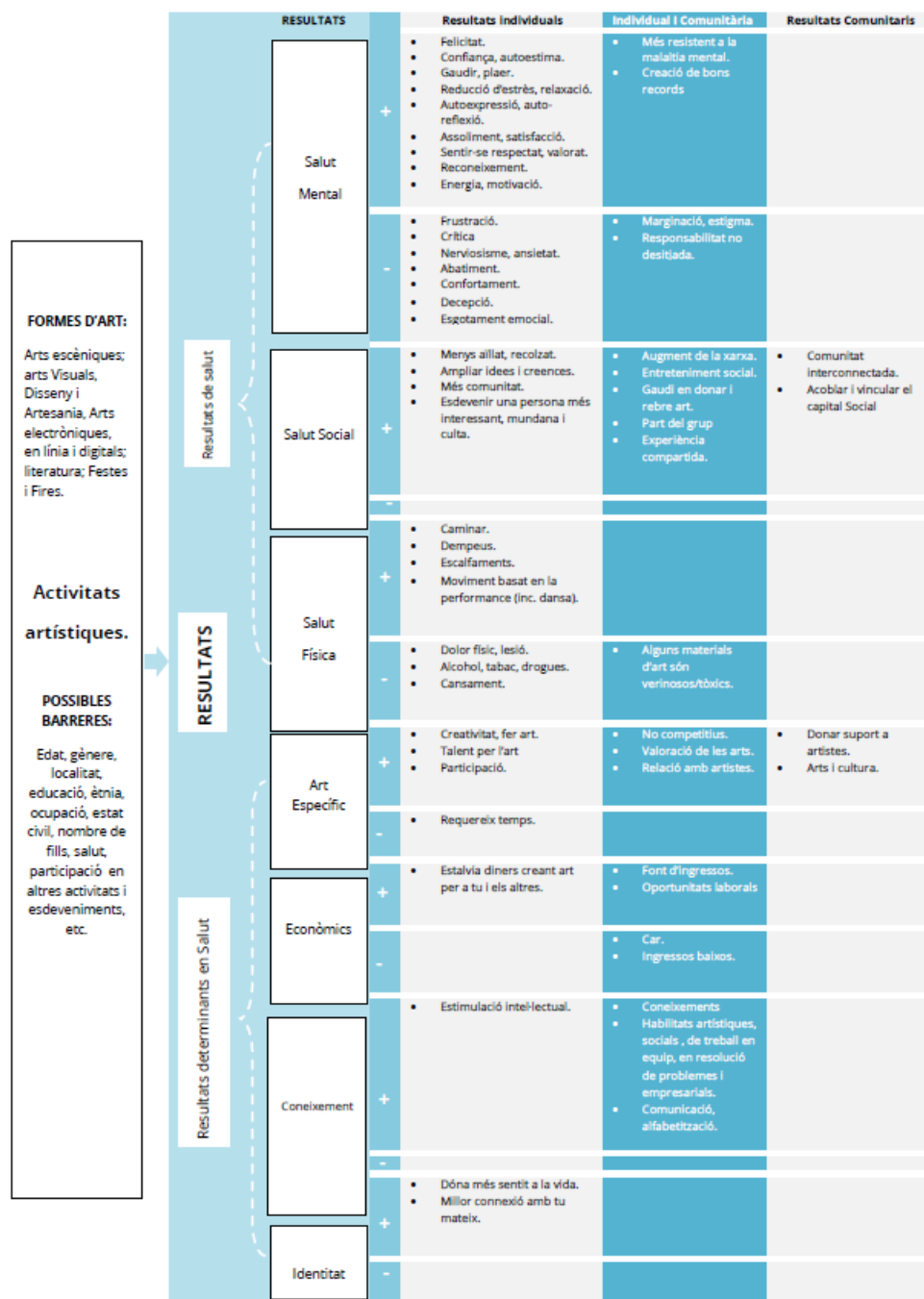
Així doncs, el que han fet les persones dels diferents grups és parlar-nos sobre el que han sentit i viscut cadascun d'ells i com a grup (construcció dels significats), sense posicionar-se en cap altre context ni parlar en nom de ningú.

Per la seva banda, les investigadores han mantingut sempre una postura no participativa, és a dir, han observat des de fora (Actitud ETIC) i han interpretat els discursos de les persones que han participat i han descrit vivències, experiències i percepcions de les persones participants, sense elaborar una teoria, simplement descrivint i explicant el que se'ls ha preguntat. També s'han tingut en compte les observacions personals de les investigadores i altres elements i comportaments que s'han pogut observar i que no surten explícitament en els grups de discussió.

Perspectiva	Fenomenològica
Com es construeixen els significats?	A través de l'experiència viscuda
Com comprèn la investigadora?	Interpretant els discursos
Rol de la investigadora	No participa, observa des de fora: Actitud ETIC
Tipus d'estudi	Descriptiu i explicatiu interpretatiu

Marc Conceptual

Figura 1. Model de Davies ChR, 2014 específic per a les intervencions d'art i salut².



El marc conceptual amb el que s'ha treballat en ArtGran és el model de Christina Davies. Segons aquest model, a través de les activitats artístiques digitals, visuals, electròniques etc., les persones experimenten canvis en la seva salut física, mental i social. Aquests canvis, la majoria són positius, però en alguna ocasió es pot desencadenar algun aspecte negatiu, com en qualsevol intervenció, aquestes poden produir iatrogènia. Així, pel que fa a la salut mental a nivell individual les persones es poden sentir més felices, augmentar la confiança en elles mateixes, la seva autoestima, es poden divertir, poden gaudir, relaxar-se, reflexionar.... però també poden sentir frustració, nerviosisme, ansietat, sentir-se sobrepassats. A nivell de salut social, no descriuen aspectes negatius i en els positius s'identifica una disminució del sentiment de solitud, augment del suport social, sentir més interès, adquirir coneixements, i la qual cosa els feia sentir bé i més acompanyats. A nivell de salut física fan moviments, caminen, ballen, i tot això els activa. En contrapartida, si s'esforcen massa pot provocar dolor, que tinguin algun accident, cansament. Tot això, té unes repercussions a nivell social, perquè els canvis que les persones experimenten a nivell individual acaben repercutint en com es comporten i actuen a nivell social.

Hi ha també una sèrie de canvis o impactes a nivell del que Davies classifica com a determinants dels canvis observats en la salut. Aquests determinants són específics d'art (creativitat, participació, desenvolupament del talent), de coneixements i per tant de l'estimulació intel·lectual que això comporta i també d'identitat (dona un sentit a la vida, millora la connexió amb si mateix).

En l'avaluació d'ArtGran s'ha seguit aquest model, analitzant aspectes dels diferents nivells exposats. En els següents apartats s'exposen els resultats obtinguts respecte diferents outcomes del model, així com en relació a la participació i la satisfacció de les persones grans amb la intervenció.

Participació en ArtGran

Barreres

Algunes aspectes que poden influir de manera negativa són doncs, tal com ja s'ha apuntat, el fet d'haver de sortir del barri i no tenir un transport fàcil i específic per a persones grans. Sobretot després d'haver passat una pandèmia que els va retenir durant molt de temps a casa i va potenciar la por a determinades coses com utilitzar transport públic, on s'hi acumula molta gent, no sempre es pot seure i es percep a vegades fins i tot com un lloc perillós on et poden robar i/o agredir.

"...no entiendo por qué cuando son personas tan mayores no había un microbús para llevarlos. Yo esto si lo pienso de este modo." (Dona, Grup Porta)

"perqué una cosa es dir, bueno, si és dos carrers més avall que t'hi portin, ostres però és que hem atravesat tot Barcelona..." (Dona, Grup Porta)

"...porque yo, sabes, tenía pavor a entrar en el metro, porque yo llevaba año y medio con ansiedad casi dos años, a través de lo del covid y bueno, otros problemas que haya tenido y vino el covid no? y entonces me vino la ansiedad." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Hi ha també aspectes lligats al fet de **no conèixer a ningú, tenir un caràcter tímid o tenir alguna dificultat física que fa que sigui difícil integrar-se en un grup**. Concretament en més d'un grup hi havia persones amb problemes d'audició, persones que es bellugaven amb certa dificultat i fins i tot una senyora amb cadira de rodes.

"...es que a veces me cuesta entender, cuando hay mucho barullo...no, de que a veces me cuesta mucho seguir la conversación, pero vamos". (Home, Grup Porta)

Els problemes de tipus auditius, que poden ser bastant freqüents en persones d'una certa edat, a vegades poden generar un aïllament que pot portar a que fins i tot s'abandoni l'activitat. En aquests casos el paper de les mediadores i dels companys és molt important per a que la persona afectada no abandoni.

"...perquè ell tenia problemes d'oïda i ens va costar la manera d'apropar-nos a ell perquè se sentia incòmode primer, o sigui primer ens va costar identificar que no hi sentia bé i que li costava explicar-nos quines dificultats tenia, i un cop ho va fer l'agobiava molt que li fessin un cas especial..." (Mediadora cultural)

Un altre factor que pot actuar com a barrera en **persones que no havien anat mai a un museu o centre cultural**, és el fet que no els hi resulti atractiva la proposta d'anar a un museu o pensen que cal tenir uns coneixements de base o en definitiva, pensen que ells no estan preparats. La seva vida havia estat treballar per guanyar-se la vida, amb pocs moments d'esbarjo.

"...y aquello que no habíamos ido, no habíamos participado ninguna vez en ningún museo ni nada de esto, nerviosismo, pero positivo..." (Home, Montbau)

"...yo es que es una experiència porque yo toda la vida trabajando...y cuando me dijeron esto de los museos yo estaba flotando, porque yo esto es un mundo nuevo para mi." (Home, Porta)

Finalment, un aspecte que es va detectar en tots els grups, va ser el fet **que el que se'ls hi ofería no era el que ells esperaven**. Abans de començar l'activitat, es va fer una sessió informativa a cada barri, en la que se'ls explicava en què consistia ArtGran i, malgrat que se'ls hi deia que les 10 sessions de les que constava el programa les farien sempre al mateix museu, majoritàriament van interpretar que anirien a diferents museus.

"...pero al principio yo estaba enfadada porque habían dicho que íbamos a ir a varios museos y al final era un solo museo y yo decía, a la próxima no voy, porque encontré que no era lo que habían dicho, pero bueno después me gustó. Lo que pasa es que al principio yo estaba enfadada porque dijeron que íbamos a ir a varios museos." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"...esperava algo més de museus...visitar museus que era la meva idea." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

"Jo comparteixo una mica la impressió, perquè també ens va passar al MACBA que el primer dia algunes persones no havien entès exactament en què consistia l'activitat, esperaven anar a diferents centres...i això jo recordo que algunes s'ho van prendre, bé, no és el que em pensava però, "lo que me echen" no? i alguna persona pot ser estava més decebuda o més reticent perquè no quadrava amb la seva perspectiva." (Mediador cultural)

Després, però, tots van entendre i fins i tot agrair la importància d'estar sempre en el mateix museu.

"Jo hi veig la part positiva d'haver-ho fet al mateix lloc. Al principi em va frapar però després vaig veure la part positiva de que aquelles dues persones d'allà, eren dues persones que estaven i havien mamat allò i per això ho sabien fer d'aquella manera."
(Dona, Grup La Salut)

"Estic molt satisfeta perquè si només haguéssim anat dos dies a aquest museu, no haguéssim captat tot el que hem captat de l'art contemporani, que ens ho han explicat molt bé, jo crec eh" (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Pel que fa a les mediadores culturals dels museus, també va suposar un repte professional aconseguir captar l'interès del grup i que continuessin les 10 sessions de l'activitat. Al final valoren de manera molt positiva l'evolució viscuda tant a nivell de grup en el canvi de percepció cap al centre, com també a nivell de persones concretes.

"... i va haver-hi un canvi molt molt fort entre el que vàrem percebre a l'inici i el que va acabar succeïnt al final que va ser com que es va configurar un grupet bastant més reduït del que vàrem començar, unes 8 persones però que varen ser molt fidels al projecte." (Mediadora cultural)

Un tema altrament sempre present en el col·lectiu de persones grans, que pot influir en que puguin tenir una participació més o menys regular, és el de l'elevada freqüentació als serveis de salut i també el rol de cuidadores que solen fer pels nets. Son els motius principals que provoquen que algun dia no acudeixin a l'activitat per molt a gust que s'hi trobin.

Facilitadors

Altres factors, en canvi, poden facilitar aquest interès, com son el fet de ser persones aficionades a l'art i a les activitats culturals, que visitar museus i exposicions ja hagués fet part de les seves vides, amb la qual cosa la proposta d'ArtGran els pot cridar especialment l'atenció.

"Yo ya lo había conocido entonces cuando lo abrieron, había conocido todos los datos curiosos porque me encantan todos los museos." (Home, Grup Prosperitat)

"Yo yo me ha gustado mucho porque yo me he dedicado al arte, soy licenciada en bellas artes y aun doy clases..." (Dona, Grup Porta)

També el fet de ser persones que encara que no fossin especialment aficionades a l'art, fossin actives i els agradés participar en activitats.

"...yo me he encontrado más o menos igual, porque como ya estoy acostumbrada a hacer muchas actividades pues tampoco no..." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Quant al tema del transport i sortir del barri per a algunes persones tampoc és cap barrera, ja que ja tenen interioritzat el fet de bellugar-se i sortir del barri.

Altrament, en el cas de les persones que poden tenir alguna dificultat, el fet d'anar tots junts i acompanyats per les mediadores socials, va fer que s'atreuissin a donar el pas.

"Yo cada día tenía que coger el metro, el autobús nocturno, o sea la novedad en sí, no ha sido el transporte." (Dona, Porta)

Finalment, el fet de ser una activitat diferent al que estan acostumats que se'ls proposi i fora del barri, en algunes persones i sobretot en un primer moment, podria ser un factor que frenés la participació; però al mateix temps, va suposar un atractiu.

Canvi en la salut de les persones

Salut emocional

Participar en l'ArtGran els ha donat energia i impuls, els ha reforçat mentalment i els ha fet sortir de la zona de confort i de solitud en la que estaven i més a partir de la pandèmia degut al tancament i sentiment de pèrdua experimentat. Han trencat amb la rutina.

*"...pues nos ha dado un impulso...nos ha dado un impulso para seguir la vida, para no achicarnos, porque esto es un enchufe de...como diría yo, un enchufe de energía."
(Home, Grup Porta)*

*"...te refuerza mentalmente, por supuesto, claro, porque te ves actitudes que tu tienes que al hacer las cosas que nos mandaban hacer, la pintura, lo que hacíamos, los muñequitos aquellos etc, pues eso te reconforta."
(Home, Grup Prosperitat)*

*"...han sabido sacarnos las palabras, que nos expliquemos, sacarnos de nuestro ...caparazón...porque las palabras ...nos hemos podido ir abriendo para que habláramos de nosotras mismas que a lo major hacía tiempo que no hablábamos de nosotras".
(Dona, Grup Guinardó)*

S'han sentit revifats, s'han sentit bé, tranquils i amb ganes de fer coses i els ha permès a través d'un procés de creixement personal, tornar a ser ells mateixos i connectar amb aspectes de la seva vida que tenien apagats.

*"Si perquè una persona...a la meva edat no em pensava poder diguem...revifar una mica lo que, lo que estic ara. Impensable pensar que faríem lo que estic fent ara."
(Dona, Grup Porta)*

"...ha servit per mi de creixement personal, perquè se't mouen emocions, que es mouen moltes emocions i per mi m'ha servit de creixement personal, al estar en un grup i al

*estar doncs experimentant coses i viure entre tots lo del programa aquest del MACBA.”
(Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)*

*“He posat expressió d'art precisament per això, perquè bueno, jo tenia moltes ganes de tornar a pintar ... perquè pintava i tal i no podia i ara al menys ja tinc el cavallet posat.
(Dona, Vil.la de Gràcia)*

Mentre fan l'activitat s'obliden dels problemes, de les penes, dels dolors i per a la majoria d'elles quan surten del museu aquests efectes beneficiosos els mantenen força durant un temps. Altres que pot ser estan en uns processos personals més complicats, amb situacions depressives o de tristesa o de pèrdues recents, els ajuda bàsicament a distreure's i sentir-se millor mentre fan l'activitat, tot i que la tristesa torna; quan surten i tornen a casa, les parets segueixen en el mateix lloc, però durant l'activitat recuperen la part social perduda i afronten pors acompanyades.

“Per això, perquè al moment que salgo de aquí,..., aquí no tinc pena ninguna.” (Dona, Grup Guinardó)

“ Si si, a mi m'ha ajudat perquè sempre barrines i sempre tens històries i problemes i va bé, perquè desconnectes. ” (Dona, Grup La Salut)

“... a penes sortia de casa i quan sortia era perquè em venien a buscar les meves filles i llavors poca cosa puc aportar. Si que jo he après d'elles molt, perquè son valentes que jo no ho era, tenia por de tot, a vegades fins i tot sortia i tenia por que em fessin alguna cosa, perquè he tingut males experiències a la vida, però he sigut al final feliç, he sigut feliç, m'heu donat felicitat, no puc dir res més”. (Dona, Vila de Gràcia)

“...por lo menos ese ratito nos olvidábamos de todo, de los achaques, de los problemas, de todo, nos olvidábamos de todo.” (Dona, Grup Prosperitat)

Tot això, ha implicat unes millores en la pròpia percepció de la salut emocional. En alguns casos diuen que els ha ajudat a sortir del clot en el que estaven, superar una mica la solitud que sentien. Consideren que en general ArtGran té un impacte positiu en la salut emocional, els fa sentir millor.

“... jo també estic sola, visc sola. Però mai m'havia sentit sola i entre la pandèmia que vàrem tenir que estar així i després que vaig tenir un problema d'una caiguda bastant grossa i tal, estava, em sentia,... la primera vegada que em sentia jo realment sola i molt molt baixa i aleshores, gràcies a la meva metgessa que em va dir, doncs a tu que t'agrada tant i has fet tantes coses de pintura i tal, això no? i realment només el primer

dia ja ja bueno, perquè jo no soc d'estar-me a casa sense fer res i al primer dia ja va ser molt maco i si si, m'ha ajudat molt, de veritat, m'ha ajudat molt.” (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

“bueno, porque estaba encerrada en un hoyo, sabes? Un agujero y he salido y mira, estoy mejor.” (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

“ a veure a mi m'ha passat que avui fa 4 mesos que se'm va morir el marit. Llavors això, a mi m'ha anat molt bé molt bé, perquè ha sigut renovar-me, d'estar a casa dos anys tancada amb ell a sortir. Jo ho he agafat com una obligació i el fet que no ho era, però ho he agafat com una abligació i m'ha anat molt bé, molt bé, perquè m'he pogut obrir, he pogut sortir de casa, la pena encara segueix, cada dia sembla que sigui pitjor ... però bueno ja passarà, ja passarà i avui estic molt tova.” (Dona, Grup Guinardó)

Les mediadores culturals i socials van tenir un paper clau a l'hora de cohesionar el grup i reconduir situacions estressants o que podien influir/interferir en les dinàmiques. Alhora van tenir un paper cabdal per objectivar l'evolució del grup i també a nivell individual destacant casos concrets.

“La senyora R...amb 84 o 85 anys ja no ho recordo bé, pot ser 87, amb uns blaus a les cames i que li tremolaven les mans, jo vaig pensar aquesta senyora no torna. Doncs ha sigut la persona que ha vingut durant totes les sessions amb més alegria i això no,..., era una d'aquestes persones més vulnerables que si que ens va sorprendre molt l'empenta que va agafar, és així un cas com bastant especial.” (Mediadora cultural)

“ I sobretot a mi, jo si que destacaria una dona que era la S, que era una dona que bueno, a mi em va semblar al final quan parlaves amb ella, una dona amb un coneixement, un potencial, un caràcter brutal quan parlaves amb ella, però al principi doncs jo la veia molt eh, la S té depressió i llavors es prenia unes pastilles i al principi sempre estava molt adormida i com si la veies com que no té interès, com que no xerrava gaire amb els altres, molt més sola, i al final com no se, li va donar com molt empoderament el tema aquest de poder-se obrir. Moltes vegades també amb el Guillem com que el picava i li deia de tipus...però perquè tenia molt coneixement i a través d'això li va donar com molta força per poder-se expressar, parlar amb els altres, explicar la seva història perquè els últims dies ens la va explicar i tela marinera que se'ns va posar a plorar i tot, i no sé, com el fet d'empoderar-la mitjançant l'art contemporani va fer que ella s'obrís amb un o altre i va ser molt guay aquest cas.” (Mediadora social)

“Bueno, al Picasso, així individual, jo crec que podríem parlar de la I, que és una dona que te 75 anys que feia molt poc que s’havia divorciat, val? I llavors jo crec que va com...el primer dia ens va dir: Bueno, yo voy a venir cuando pueda, porque a mi me duelen las rodillas y hay días que os tendré que avisar que me duelen las rodillas y que no vengo. Val, i ara ens està perseguint per apuntar-se al taller de memòria que fem al museu i és per això que amb la I va ser molt bó, i va ser tot un procés molt maco i xulo.” (Mediadora cultural)

“El F, era un home que era viudo de feia poc i se li havien mort el fill i la dona i tenia una depressió i plorava dia si dia no, però es va sentir molt acompanyat, vull dir va aguantar, va venir, va fer l’esforç, depèn de quin tema sortia ja ell...però després va voler venir als 4Gats, és el que va anar a escoltar al company que cantava havaneres,...” (Mediadora cultural)

“...nosaltres teníem persones a Sant Pau complicades, que estaven amb unes històries molt doloroses i que estan vivint processos de dol i doncs també moltes vegades pues, com que són temes emocionals, com que costava una mica contenir i no sé, a vegades era una mica una catarsi crec. I no se, jo crec que també hi va haver una evolució positiva tant a Sant Pau com a Gràcia hi havia una dona que també en principi ho criticava tot, que no sé que, que no sé quantos, però després era la primera, era com... una més del grup i no se...” (Mediadora social)

“De Sant Pau destacaria especialment la J, que era una persona molt petita físicament i amb una veu molt fluixeta i molt tímida i a més sempre amb la mascareta i com que semblava que no hi era. I sa senyora poc a poc amb es temps s’ha anat animant i no és que hagi alçat sa veu, ni molt menys, o sigui no s’ha tornat allò que...però de repent pum! Fa una intervenció que dius !uau!!! lo que acaba de dir!!! I t’explicava una cosa súper personal...o de repent també que xerrava més. I es va acabar llevant sa mascareta i ses ulleres de sol.” (Mediadora cultural)

Salut física

Les persones que han participat en ArtGran expliquen que emocionalment el programa els ha estat molt positiu, perquè els ha tingut en compte, els hi ha donat un lloc. Parlen dels processos que es desencadenen dins d'ells a través de les activitats que han fet i com això d'una manera o altra acaba impactant en la percepció que tenen de la seva pròpia salut, és a dir, fan el lligam entre la salut des del seu concepte més holístic, fins al merament físic.

Així, ens expliquen que cal aprendre a ser més forts, a buscar mecanismes per a allunyar la tristesa, estar més alegres i per tant sentir-se millor. Tot això juntament a reviure emocions a través de la creativitat acaba influint en la salut física. El fet d'estar en un grup amb el qual es troben a gust, amb el que hi ha una interacció psicosocial, s'escolten i tenen cura unes de les altres, ajuda a sentir-se millor; tal com elles diuen, compartir les preocupacions o els malestars, fa que es visqui millor, només pel fet d'explicar-ho es viu diferent que si ho vius sol.

"... jo quan parlo d'una cosa es perquè se una mica de què parlo, perquè també ho he passat i per això li estic contestant a ella per això, sinó no t'ho diria, perquè jo sé el que és estar bloquejat i estar en un pou i no poder sortir d'allà." (Dona, Grup Guinardó)

" quan trobes una persona que també li ha passat, per mi això és aliviant, perquè no estàs sol". (Dona, Grup Guinardó).

El fet d'estar motivats per tot el que aprenen, escolten, fan, els dona energia per a fer coses i això actua com a teràpia per a sentir-se millor, relacionen lo físic amb lo emocional. Estar amb un grup acollidor, en un espai diferent, l'acompanyament per part dels professionals i la mateixa activitat física que els implica fer el fet de sortir del barri, anar en transport públic i passejar pel museu ja és de per sí un impacte positiu en la salut.

" es que no nos hundimos. Al abirnos la mente a nivel físico es que todo va perfecto..." (Dona, Grup Porta Porta)

" hombre de alguna manera si, porque te obliga a moverte, te obliga a estar en activo..." (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"Yo creo que el físico, pues todo, porque yo, yo si te contara... yo tengo a mi mujer esquizofrénica. Y yo muchas muchos días pues estoy como si estuviera solo en casa. Ella está en su mundo y yo estoy en mi mundo. Y esto pues me ha ayudado a salir del

pozo ese en el que estaba, a desconectar, porque eso me ha dado la vida pues para poder mover y hacer cosas de no coger depresiones.” (Home, Grup Porta)

“Yo a mi particularmente a nivel de salud yo soy una persona bastante nerviosa y entonces me, me ha producido esto como más, más tranquilo al hacer estas actividades y ahora no se, me sentía más relajado,...” (Home, Grup Porta)

La intervenció redimensionava de nou el temps, trencant amb allò de que “un temps passat sempre va ser millor”: ArtGran va permetre retornar al passat d'una forma amable, divertida i gens nostàlgica (fent activitats que feies quan eres petit: manualitats, rient, aprenent), va ajudar a re-situar-se en el present (gràcies al nou rol com a part d'un grup, la identitat es redefinia) i va permetre projectar i obrir opcions de futur (seguir aprenent, investigant, explicant als altres, planificant noves activitats). Tornar-te a il·lusionar. Reconciliar-te amb el temps passat ajuda a situar-te en el present i futur (idea holística de tu mateix en el temps).

“... si que comentaven eh! Perquè evidentment tenen vides llargues i coses no gaire maques a la seva vida, s'anaven comentant, però sempre el tó era com,..., informatiu, no va ser un grup que s'encallés en... no se, en donar-li massa voltes a totes aquestes coses, venien molt posats a tinc que oblidar tot això.” (Mediadora cultural)

“hi ha gent gran que miren molt cap al passat no? però en canvi aquest grup de gent gran eren tot lo contrari. Aquest grup eren què faré, què d'allò... i les dues persones que venien més amb aquest plan anem a dir-ho, màrtir, per dir-ho d'alguna manera, però van deixar-ho estar i van apuntar-se al carro de mirar endavant no, en aquest sentit. “ (Mediadora cultural)

Salut social, construir xarxa

La majoria de les persones que han participat a ArtGran no es coneixien entre elles. En algun cas molt puntual hi havia persones que es van apuntar directament amb alguna amiga i també puntualment, hi ha qui diu que havien coincidit en algun altre lloc i el fet de retrobar-se a ArtGran els ha donat l'oportunitat de continuar i fer més amistat. En el mateix moment de fer la sessió informativa sobre ArtGran en el casal del seu barri, ja varen conèixer a les mediadores social i cultural. La mediadora social, que és la que els acompanya en el trajecte, per tal de poder quedar i organitzar-se per a anar junts al museu, els proposava intercanviar-se els telèfons i fer un grup de whatsapp. Per a algunes persones, aquest és el

primer i a vegades únic grup de whatsapp que tenen i l'utilitzen no només per a quedar per a anar al museu; a través d'ell s'intercanvien alguna informació, es feliciten els sants i aniversaris, es passen fotografies de les sessions,...., en definitiva és ja un primer pas essencial per a generar consciència de pertinença a un grup. Aquests grups de whatsapp han continuat actius un cop acabada la intervenció i es continuen escrivint, enviant missatges i reben invitacions a assistir a alguna exposició o activitat per part de les persones responsables d'ArtGran en els museus.

"No però no nos hemos encontrado para nada ... como si nos conociéramos de siempre ...como en familia ..." (Home, Grup Porta)

"...si ens coneixíem d'un altre lloc i ens hem trobat aquí i hem fet una segona amistat".
(Dona, Grup Guinardó)

En tot cas, en tots els grups diuen estar molt contents de la gent que han trobat al grup, tots diuen haver estat un bon grup i que s'han ajudat i donat suport en moltes coses: en els tallers a l'hora de treballar conjuntament, ajudar algú que no se'n surt o en un altre àmbit, ajudant-se mútuament a l'hora d'anar en el transport públic, assegurant-se que ningú es descuidi res important. El ventall d'edat era molt divers i hi havia persones física i cognitivament molt bé i d'altres de més de 80 anys, en alguns casos ratllant els 90 o fins i tot de 90 anys, que necessitaven suport i que els seus companys en tot moment els hi oferien.

"No, jo he posat germanor perquè ha sigut una experiència molt positiva ... de germanor, tots ens portàvem bé, no hi ha hagut cap exalt." (Dona, Grup Prosperitat)

"much camaraderia, y ... y ya te digo pues eso, las personas todas compañeras pues muy bueno con todos, hemos hecho un grupo muy bonito." (Home, Grup Prosperitat)

"Però jo m'he sentit en que heu sigut un grup que no hi ha hagut ... no se, ... s'han ajudat, ens hem ajudat totes, a més per la meua part he intentat ajudar i m'han ajudat també molt a mi, perquè de tot el que no m'agradava ... sort de l'ajuda." (Dona, Grup Vila de Gràcia)

Des de la perspectiva de les mediadores, en tots els grups han pogut observar aquesta consciència de grup. En uns casos es va produir des del primer moment, en altres va ser un procés evolutiu, sobretot en els casos en que hi havia alguna persona que s'havia apuntat a l'activitat amb alguna altra persona amiga o coneguda i que els va costar més obrir-se a la resta del grup. Alguns a l'inici tenien una individualitat molt marcada sense interessar-se massa en el grup. Destaquen

també el fet, que els grups malgrat venir del mateix barri i per tant d'un entorn social molt similar, eren molt heterogenis; en un mateix grup hi havia persones amb molt interès per l'àmbit de la cultura i amb molts coneixement i altres que no havien anat mai a un museu. Lo important, es que tots varen ser capaços de trobar l'encaix i el seu lloc propi dins del grup.

"...era un grup molt divers i amb perfils molt concrets...i d'aquesta heterogeneïtat inicial que va fer que costés una mica d'agafar el ritme comú que seguissin totes, el camí més important és que s'han anat acostant les postures d'uns i altres... al acabar el projecte era un grup molt més homogeni en aquest sentit...dins de les seves diversitats havien trobat un equilibri central entre una cosa i l'altra..." (Mediadora cultural)

"si que vàrem tenir una obertura. Tots partien de la individualitat de comestic jo, de si jo necessito acompanyament o no, de si jo em vull responsabilitzar dels altres o no, i si que de mica en mica van començar a tenir més consciència de l'altre i de les necessitats de l'altre, o sigui, que una certa solidaritat si que la posaria de relleu." (Mediadora cultural)

"...un altra cosa que des del meu punt de vista a mi això també em sembla important i és que fins a cert punt crec que tothom va trobar el seu lloc per al seu tarannà, independentment que depèn de com es sigui, hi ha gent més tímida, més retraiguda, gent més expressiva i crec que més o menys, pot ser amb alguna excepció, totes les persones van trobar una activitat en la que podien mostrar-se com son." (Mediador cultural)

Parlen també de que hi ha un moment concret, sol ser al voltant de la sessió 3 o la 4 en que hi ha com un punt d'inflexió. El grup s'agafa confiança, es consolida, es generen complicitats i realment comencen a divertir-se i a funcionar com a grup. Aquest sentiment de pertinença i el formar part del grup, ajuda a créixer grupalment i augmenta la cohesió.

"...hi va haver un canvi d'actitud radical de tothom un dia que vàrem ballar, a partir del ball tot va canviar, vull dir venien amb una altra actitud, vull dir en general, no tothom, però perquè vàrem començar amb unes coses marcades vinculades al ball però amb Picasso, però al final vàrem deixar que tothom escollís el seu ball favorit, vàrem acabar ballant tots i aquell dia la veritat és que crec que hi va haver un abans i un després i al final va ser molt maco, perquè l'últim dia ens ho van demanar ells, i vàrem anar tots a dinar als 4 Gats. Ja hi havíem d'anar però no vàrem poder perquè estava tancat i van venir tots guapíssims, engalanats, i s'ho van passar súper, la veritat es que va ser un dia molt xulo." (Mediadora cultural)

"...Entonces no se si fue ya en la tercera sesión que en lugar de empezar en la sala ya empezábamos yendo al museo y luego ya estaba como más interrelacionado el rato de sala con el del museo, que sobre todo los ratos de sala no fueron muy extensos." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Un dels elements diferenciadors dins de cada grup sovint era l'edat, ja que en els grups hi havia persones amb un estat físic molt bo i altres més grans amb algunes dificultats per desplaçar-se, de visió, d'oïda, amb alguns dèficits cognitius i en tots els casos, per molt que partissin de la individualitat es van ajudar molt. Això les mateixes mediadores socials ho comenten com un element que va resultar ser molt positiu, ja que algunes de les persones del grup es feien càrrec dels que requerien més suport.

"O sigui, al grup de Gràcia era,...,n'hi havia de molt grans però també n'hi havia de molt joves. I llavors, les que eren més joves feien com de mamis del grup. I estaven com tot el rato cuidant a les més grans. Perquè les més grans també eren com que, ralentitzaven molt les coses. Es clar, per anar al MNAC s'ha de fer un trajecte llarg i s'ha de tenir una mica de garbo no? I llavors elles com que estiraven una mica del grup juntament amb nosaltres i la veritat és que molta sort d'elles, sobretot l'A i la G que ens ajudaven moltíssim, perquè n'hi havia 3 o 4 que enlletien molt. (Mediadora social)

"Si no, però a més a més era també perquè es descuidaven moltes coses, anaven molt carregades, ho deixaven tot "por ahí" i llavors com que és clar, elles o sigui, nosaltres vam dir jo cuido aquesta, jo cuido aquesta i jo cuido aquesta i igualment es deixaven coses per tot arreu. O sigui que era una mica... però bé, molt bé, o sigui jo crec que es va poder equilibrar, però jo crec que sí que és important." (Mediadora social)

"...va passar una mica això també, d'aquest rol de cures cap als més grans per part dels joves, aquí sí que va ser una mica les dones amb les dones els homes amb els homes, perquè en el cas del CaixaForum teníem molts homes, del grup aquest de 6 jo crec que eren meitat i meitat pràcticament i sí que va haver-hi aquestes ajudes mútues, de tenir-se en compte sobretot per part de les més joves." (Mediadora cultural)

Durant les diferents sessions, han adquirit coneixements i han après, de tot el que han vist, els han explicat, han fet...però també han après uns dels altres a través d'una experiència compartida entre tots. A més aquests coneixements adquirits, en molts casos els portaven a seguir indagant i buscant informació pel seu propi compte, a tenir ganes d'aprendre més, a fer "els deures" que els hi posaven amb il·lusió i sobretot, a compartir-ho amb altres persones, membres de la seva família o amistats.

"... a veure jo com que he treballat diguéssim de metgessa, llavors sempre he estat en un lloc així no? i a mi lo que m'ha portat és veure que siguis qui siguis o hagis fet la vida que vulguis, no se, quan quan arriba un moment tots estem tots som iguals i m'ha aportat no posar-me en el lloc del que sap, per dir-ho entre cometes. No perquè sàpiga més, eh ojo, simplement perquè sempre has estat en aquest lloc. I donar-me compte de que sense estar en aquest lloc, doncs tinc una facilitat de tenir amistats ràpidament i això fa, a mi, ara em posaria a plorar com la us ho agraeixo moltíssim, perquè en el fons, és veritat, ara estic sola i el fet de que hagi pogut no se, tenir aquesta amistat amb vosaltres és fantàstic. Amb vosaltres amb les dues psicòlogues, amb les monitores, amb tothom." (Dona, Grup Vila de Gràcia)

"Yo en mi casa cuando acabábamos el miércoles que acabábamos de hacer la clase, por la noche me metía con la tablet en el comedor porque estoy con mi madre y me ponía a hacer los deberes. Y le enseñaba a mi madre y mi madre también aprendía conmigo. Oh mira, qué bonito te ha salido estos ..." (Dona, Grup Porta)

"Si és clar, és lo que et dic a vegades a casa ets a casa i dius ostres que no he fet els deures o ara els hauré de fer demà, per dir algo no, perquè t'ha sortit una altra cosa per un altre cantó i fas tard per allò ... I és molt enriquidor penso jo, perquè jo no havia escrit mai tant de lo que he escrit en aquests 10 dies perquè a cada retrato hi he posat algo, vull dir, molt llarg molt curt, depèn del dia, però estàs a casa però ja fas com quan ets petita que arribaves a casa i feies deures i és una mica lo mateix o sigui molt bé, molt bé,.."(Dona, Grup Guinardó)

"bueno yo con mi hija. Cuando llegaba a mi casa le decía, dime qué es lo que hiciste, pregúntame qué es lo que hiciste, vamos a buscar al hombre del que hablamos y murió, tal y así,.."(Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Quan es planteja si creuen que aquesta bona sintonia dins del grup, pot fer que continuïn fent activitats junts o es trobin o quedin de tan en quan les opinions son diverses. En general, afirmen que s'han sentit molt a gust tots en el grup i que és molt possible que continuïn tenint relació sigui per telèfon, sigui quedant algun dia per a prendre alguna cosa o fer alguna altra activitat. En altres casos pensen que no serà així, que al acabar ArtGran s'acabarà tot i no es tornaran a trobar. En general separen el que ells consideren una amistat de la coneixença que han fet a ArtGran. Una amistat es fa amb anys de relació i costa a vegades de mantenir, per això n'hi ha tan poques. Una altra cosa diferent, és trobar persones amb les que passar una bona estona i qui sap, si tal vegada d'això en pot anar sorgint una amistat. En definitiva, les opinions son diverses.

"... perquè amistat pues bueno ... una miqueta però no. Se que quan s'acabi s'haurà acabat això." (Dona, Grup Guinardó)

"... i després és el que diem, per fer amistats no en fas. Una vegada acaba, acaba tot, aquesta és la meva opinió." (Dona, Grup La Salut)

"Sería bueno que a lo major independientemente de lo que hagáis vosotros a lo mejor nosotros podamos tener contacto entre nosotros porque sería muy interesante. Más personas de la edad que tengo, que tenemos todos, es bueno, estar, no quedarse en casa, salir, ir a sitios ... por eso me ha gustado tanto el taller este." (Home, Grup Porta)

"... i jo si que penso que hi vaig fer amistat, bueno no una amistat, ... , però allò ... té la T mateix, vaig estar en contacte amb ella perquè van operar la seva germana i li vaig dir alguna vegada com havia anat la intervenció, ... , no sé, una mica d'amistat si. No sé, és diferent, elles també, ja elles son molt amigues, ja veníeu d'estar juntes. Jo venia despullada de tothom, no coneixia a ningú, bé, coneixia a la M però tampoc com una fase així, bueno. I després bueno, jo penso que pot ser si que he deixat una amistat. Que si un dia bueno pues jo que sé, la E ostres em sona, qualsevol dia em poden trucar o em poden trobar o el que sigui." (Dona, Grup La Salut)

Des de la perspectiva de les mediadores culturals i socials, valoren que s'ha aconseguit una cohesió de grup important a nivell de museu, però que per a aconseguir que fora del museu es continuïn relacionant, faria falta o bé fer alguna sessió més o tenir la possibilitat d'aproximar més el museu al barri. D'alguna manera, el fet d'haver-se conegut a través del museu, fa que aquest sigui el seu nexa d'unió i seria important que estiguessin més a prop. Des dels diferents museus i centres culturals, se'ls fa arribar informació d'activitats que duen a terme i que poden ser del seu interès, se'ls ha convidat (un cop ha acabat la intervenció) a alguna visita guiada per alguna exposició concreta, a actes diversos com inauguracions, concerts o altres tipus d'actes que es celebren en els museus i centres culturals. En definitiva, en gairebé tots els museus, les mediadores han intentat animar al grup a seguir-los visitant i ho han fet , però de cara a una millor continuació de la relació i el contacte amb el centre, seria important que el museu estigués més proper o, caldria buscar solucions que facilitin l'accessibilitat.

"Hem valorat que vàrem aconseguir amb 10 sessions donar cohesió al museu, però creiem que això hauria hagut de continuar una mica més, no se quantes, perquè jo no se mesurar-ho, però per a que tinguessin cohesió al barri. Perquè començaven ara a dir, "que jo faig un concert", perquè n'hi havia un que cantava havaneres, "que jo faig un concert i no se què, i un va, doncs jo m'apunto". Però però era molt al principi d'això

i és clar, si això es trencava a mi em fa por que això no continuï. Els 2 o 3 que es coneixien si, però els altres, que si haguessin continuat pues 5 sessions més o 10, no sé quantes, doncs haguéssim aconseguit també la cohesió allà.” (Mediadora cultural)

Participar a l'ArtGran per molts d'ells era fer una cosa diferent i sobretot ho feien perquè volien, tant participar d'ArtGran com el que això implicava. Anaven a les sessions i gaudien del que feien i de la companyia de tots plegats, sense sentir-se obligats a res més, de manera que s'implicaven en les activitats fins on cadascú tenia ganes de fer. Al final de les diferents sessions hi havia unes estones de posada en comú i la mediadora cultural els proposava pensar algun tema, portar algun objecte o qualsevol cosa per a preparar el que treballarien a la següent sessió però sempre era de manera voluntària, qui volia ho feia i qui no volia no ho feia, però en general la gent se sentia motivada. Els feia il·lusió fer coses que feia temps que no feien i fins i tot tenir com una certa “obligació” de preparar el que se'ls hagués demanat per a la sessió següent. Es divertien, van tenir estones de riure i sentir-se molt bé junts.

“después de estar toda la vida trabajando y con unos horarios ... esto lo hacemos porque queremos, nadie nos obliga ha hacerlo. Para mi eso es un, es una forma muy esencial. Yo he ido a trabajar como todo el mundo para vivir, però de esta manera, yo elijo esto que tengo la gran oportunidad de hacer, no se vosotros.”(Dona, Grup Porta)

“Es como si volviéramos a ser crios, que vas a la escuela y hacemos cosas que antes diría, como voy ha hacer yo este dibujo ahora? A la edad que tengo si no me sale !!! Así que te quitas la vergüenza y dices pues bueno, estudias y dibujas ...”(Dona, Grup Guinardó)

“no, després ha sigut com un recordatori de lo que s'ha fet aquell dia, de les que hi érem i del que s'ha fet i el que has fet amb una o amb una altra i del que has parlat, perquè després tornes a casa i les coses s'obliden. No t'oblides de tot però t'oblides dels detalls i fer intercanvi i m'ha agradat això i m'ha agradat allò i sense cap filtre. Llavors és molt agradable quan t'ho trobes una altra vegada.” (Dona, Grup Guinardó)

“ nos mirábamos los unos a los otros jajajaja...[] que con las gafas aquellas nos mirábamos y nos partíamos el pecho de risa...” (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

“Vàrem riure i veritablement quan surts d'allà realment surts bé.”(Dona, Grup Vila de Gràcia)

En general gaudien, ho van passar bé amb les activitats i fins i tot en van fer alguna fora del previst, com anar a dinar junts, celebrar algun aniversari, fer algun pica-

pica. D'alguna manera en el museu tornaven a ser ells mateixos. Tot plegat feia que esperessin el dia amb il·lusió i ganes d'anar al museu.

"...porque vienes aquí y eres D. Estás en tu casa y allí eres mama, iaia, suegra ... y aquí eres D, eres una persona, eres D y en tu casa eres iaia, mama,..." (Dona, Grup Guinardó)

"... si aquello que, ojo, que llega el miércoles, ojo que el miércoles no tenemos que hacer planes que el miércoles tenemos que estar con la M otras y a lo mejor el miércoles mira, nos han llamado de la enfermera que teníamos reunión ... o que tenemos que hacer y tenemos que llamar y dejar un mensaje a la M que no podemos ir,..., ojo que el miércoles ya ... estabas como preparado y grabado que tenías que hacer eso y tienes ilusión por hacer eso." (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"... jo estava esperant els dimecres per a anar al museu. Només et diré això. I mira que em costa caminar eh!!!" (Dona, Grup Porta)

"Ara, cada dimarts aquesta hora si que l'espero amb molta il·lusió perquè tot és ... estàs en un ambient preciós és clar, tot ajuda, perquè surts eufòrica d'aquí, per les companyes, les monitores, les directores, tothom." (Dona, Grup Guinardó)

"incluso ilusión de que llegue el lunes he sentido yo particularment que llegase el lunes, como cuando iba a bailar de joven que ..." (Home, Grup Prosperitat)

Aquest bon clima generat entre ells, d'alguna manera, directa o indirectament ha fet que se sentissin acompanyats, s'han donat suport social entre tots i els ha ajudat a ser més forts els que estaven en un moment més vulnerable de la seva vida, a vegades pel simple fet de poder compartir. Explicar i compartir amb altres persones el teu malestar, probablement no resolt el problema però fa que es visqui pot ser de manera diferent, pel fet de sentir-se escoltat, entès perquè els que escolten o estan o han estat en la mateixa situació en algun moment i per tant, poden entendre millor. Això és molt important sobretot en un moment en el que alguns d'ells senten que estan vivint un moment de tancament, de sentir-se desplaçats. De fet en alguns casos comenten de manera força explícita que pel fet de ser grans comptessin menys les seves opinions i els costa fer-se escoltar.

"... si si, yo el primer día iba un poco ... però bueno ... pensaba bueno, voy arropada con todas porque claro algunas las conocía menos pero por ejemplo a J la tenía vista del casal y a S no la conocía ... y yo que sé, mira iba así y me sentia ... " (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"Aquest moment perquè també hi ha moments de la vida o de la història que són diferents. En aquest moment, és un moment una mica tancat no amb les persones grans."(Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

"Siendo sincero, sinceramente, yo estoy en una reunión tomando café o algo y ya parece como si ... como si no ... donde yo antes podía hablar, discernir, hacer un comentario y te respetaban, ahora veo como que dicen bah !!!"(Home, Grup Prosperitat)

"No, que en realidad es como los hijos, que por ejemplo mi hija me dice mama que ya te lo he dicho cuarenta veces y yo les contesto yo cuarenta veces te dije come, come, come, dúchate, dúchate, dúchate,..., o ¿no te acuerdas de eso? Ah, pues el día que tu madre te diga que no me acuerdo de esto porque no me acuerdo eh, pues tienes que tener paciencia eh, que yo la tuve contigo." (Dona, Grup Prosperitat)

Les mediadores també parlen d'aquesta necessitat d'explicar-se, de comunicar-se, de compartir i que les fa sentir millor.

"...jo destacaria que s'ha fet molta cohesió de grup, han fet un grup molt bonic i realment, sa conclusió que arribàvem cada dia era, dona igual lo que els hi proposem, lo que volen és xerrar, no? i volen sa seva estoneta de a vegades fins i tot no mos donaven com marge de poder tirar endavant sa nostra activitat no? es veia que el que volien era xerrar elles. " (Mediadora cultural)

En conclusió, s'adonen de la importància de compartir amb persones com elles i ells; això els fa sentir encara escoltats i vius, més oberts a la societat. També el fet de l'acompanyament psicosocial els dona un sentiment de cura i confiança que augmenta la seva salut social.

Mecanismes per als resultats en Salut

La interacció psicosocial és a la base d'haver-se sentit millor i fa que entre tots es construeixi una millor salut social. Desenvolupen eines i habilitats per a sentir-se millor, estan amb altres persones i en tots els casos s'han acabat sentint que feien part d'un grup. S'han escoltat els uns als altres, han anat connectant i s'han donat ajut i suport entre tots.

Sortir de casa

El primer pas per assolir aquest canvi, és el fet d'obligar-se a **sortir de casa**, de la seva zona de confort, evitar el sentiment de solitud. Independentment de quines fossin les circumstàncies personals de cadascú, totes elles havien passat per una pandèmia que, sobretot en el cas de les persones grans es va viure amb por, quedant-se a casa i amb moltes pèrdues, a vegades sense ni tan sols haver-se pogut acomiadar o fer el dol.

Un aspecte que es va considerar clau va ser que fessin junts el trajecte fins al museu. En la majoria dels casos les persones grans no solen sortir del barri. Per tant, es va plantejar anar junts i acompanyats per la mediadora cultural com a estratègia per a assegurar que no es quedaven a casa i s'animaven a sortir i anar al museu. Quedaven en un lloc del barri amb la mediadora social i feien el camí junts, de manera que entre uns i altres es cuidaven. La figura de les mediadores socials va ser clau: els trucaven cada setmana per quedar amb ells, en tots els grups es comunicaven per un grup de whatsapp, menys en alguns casos de persones que no hi volien ser. A través d'aquest grup a més, es comunicaven entre ells, intercanviaven fotos fetes en les sessions, es felicitaven els sants i els aniversaris i s'interessaven els uns pels altres si algú algun dia no podia assistir a la sessió. La mediadora social era la que portava el control de si algú no venia i per quin motiu, els acompanyava en el trajecte i en definitiva es va convertir en una referent. Va

poder fer el seguiment individual de cada persona, observava com evolucionava la relació de grup, com anaven canviant d'actitud a nivell individual, com s'implicaven o interaccionaven entre ells en els tallers.

"...i el fet de sortir també, això d'un horari el que li ha passat a ella també i és molt bó tenir una obligació i el fet de sortir, perdona eh, que t'he interromput, però és molt bó això de sortir ... ah si son les 11 o les 10 i he d'estar allà, perquè a casa no s'acaba mai la feina, pots estar sol tot el dia fent coses sense moure't de casa i en canvi si dius he de sortir, em tinc que arreglar, tinc que sortir, he d'escriure i enganxar la foto del que sigui. O sigui et fa pensar i obrir més". (Dona, Grup Guinardó)

"...y sales de tu sofà..." (Dona, Grup Guinardó)

T:... claro, però yo creo que lo que si que han conseguido gracias a, porque yo valoro mucho el trabajo de todos, entre las acompañantes...

J: eso es lo más importante...

T: entre las acompañantes que para mi han sido un 10."

L: maravillosas, sí" (Conversai, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"... nos cuidaron súper, ellas tenían que volver para atrás en el metro y les decíamos: déjanos ya sabemos como...No hubo manera..." (Dona, Grup Prosperitat)

El trajecte

Els museus i centres culturals de la ciutat no estan distribuïts de manera uniforme, estan bastant concentrats al centre de la ciutat, com seria el cas del MACBA, el Picasso, el CCCB, o ja estan ubicats en zones perifèriques com passa amb el MNAC i CaixaForum. Això obliga a sortir del barri i agafar transport públic. De fet, aquest **trajecte**, és un dels principals reptes d'ArtGran, però d'altra banda també pot constituir una oportunitat, ja que el trajecte és el primer lloc que implica donar-se suport uns i altres, acompanyar-se, conversar i establir relacions, descobrir veïnatges i també generar confidències entre uns i altres i sobretot amb la medidora cultural. Hi va haver algun cas esporàdic en el que la persona feia els desplaçaments sola; concretament en un cas la persona era més jove i no havia deixat d'agafar el transport públic en cap moment i tenia alguna altra combinació millor que la proposada al grup per a anar fins al museu. Hi va haver també el cas

d'una senyora en cadira de rodes que tenia un servei de taxi que li paga l'ajuntament que la va a buscar a casa i la porta on vulgui. En aquest cas en concret la senyora trobava a faltar no poder fer el trajecte amb els companys del grup entre els quals s'havia fet un molt bon ambient i ho passaven bé s'havia fet un compromís entre ells i un contacte extern al museu.

"... porque lo bueno es eso, hacer el viaje, es una hora de ir y otra de volver... que seguro que habéis hecho mucho..." (Home, Porta)

"... només anar a buscar l'autobus ja era divertit ... escolta tinc 86 anys i haver de fer això a aquestes edats, corria per arribar ... que vaig tres cops a la setmana al gimnàs i ja he deixat d'anar al gimnàs perquè em toca els dimecres, dilluns dimecres i divendres vaig al gimnàs i he deixat d'anar cada dimecres al gimnàs per poder venir amb vosaltres." (Dona, Vila de Gràcia)

Es van sentir cuidats i acompanyats tant per la mediadora social com per les pròpies companyes que donaven suport a les que estaven més desacostumades o més despistades, vigilant que no es descuidessin res, que sabessin per on tornar a casa, etc. Aquí és important ressaltar la importància del suport mutu com a element que fa sentir-se millor i desenvolupar el sentiment de grup: tan important és sentir-se ajudat com sentir que un mateix també pot ajudar. En el cas de les mediadores a més, la relació inter-generacional i a més amb noies amb una formació bàsica de psicologia i en concret formant-se en psicologia social, ha ajudat molt en l'augment del sentiment de seguretat.

"No nos dejaban solas, pensando que era bien cerquita ... no nos dejaban solas ... Y hacían levantarse a algunos jóvenes para que nos sentásemos!!! " (Conversa, Prosperitat)

En alguns casos els va servir per a perdre la por al metro i atrevir-se a agafar-lo, sobretot al anar acompanyades.

"... que a mi me vino bien, ¿sabes por qué? Porque yo sabes, tenia pavor a entrar al metro, porque yo llevaba año y medio con ansiedad, casi dos años, a través de lo de la covid y bueno, otros problemas que haya tenido y vino el covid, no? y entonces me vino la ansiedad. A mi es que me dab yo que sé, además el psicólogo siempre me decía, L..., al metro no te metes, al metro no te metes. Y yo pensava, ay Dios mío, y mi hija me decía, que vive en Sants, mama vente, ven a casa, coges el metro que no tardas nada ... y a mi que me parecía volver al metro y yo decía, si me da allí, me da un ataque ...

bueno y mira y aquello me abrió que ahora ya puedo ir al metro sola.” (Dona, Montbau)

“Si, lo que has dit del metro també veig la part positiva de que la gent agafi el metro y sobretot se sàpiga orientar en el metro. Per exemple, jo el primer dia no sabia on anava, hi havia l'Anna que és un tresor i ens hi portava, però l'endemà ja vaig saber que per anar a aquell barri havies de baixar allà, havies de fer això, m'entens? I si, jo el bus, el bus estic tot el dia al bus, però al metro fa una mica de respecte, no se com dir-ho. I va bé d'anar-hi perquè t'orientes i saps que no passa res i que a més a més, el metro normalment arribes molt ràpid a tot arreu eh...” (Dona, Vila de Gràcia)

En definitiva, si bé el transport era complex sobretot amb les persones de més edat i que havien de fer desplaçaments llargs, es va viure també com una oportunitat. En el museu estaven pendents de l'activitat i si bé tenien els seus moments de compartir, d'alguna manera era sempre al voltant de l'activitat. Durant el trajecte, va ser l'espai en el que varen començar a establir coneixences i complicitats entre uns i altres, i sobretot també, era l'espai de confidències amb la mediadora social. Era el moment en el que li explicaven les seves preocupacions, els seus interessos, si l'activitat del museu les havia motivat o no. Amb tota aquesta informació compartida amb la mediadora cultural, es redefinien les estratègies a seguir per tal que les persones anessin agafant interès i se sentissin còmodes i satisfetes amb el que se'ls ofería, s'adaptaven els ritmes i en definitiva s'adaptaven les activitats als seus interessos i motivacions.

“...es que quan anem al metro i fem el trajecte, es fan parelles de conversa totalment inesperades per mi no, són persones que...i mai son les mateixes. Vull dir, hi havia una mirada, tenien tots una mirada molt posada en com estava i el que necessitava el que tenien al costat no?” (Mediadora cultural)

“...quan anàvem amb metro, tenien un espai que si algun dia els hi havia passat algo, venien i m'ho explicaven i llavors era com que tenien aquest espai que pot ser si que...jo crec que molts en el nostre grup haguessin pogut fer el trajecte, vull dir, capaços de fer el trajecte en son, i de vegades fins i tot m'ho deien, “no vinguis, no se què” i jo “si, si”, però vull dir, era com que el fet de que hi siguem nosaltres permet que ells tinguin certs moments per expressar certes coses, perquè en el nostre grup tampoc no, si que va haver-hi moments que explicaven molt, però no es va donar des del principi, tampoc no eren grans explicacions, si no que era més a vegades venien, m'explicaven una cosa i marxaven i bueno, era com que permetes que ells també se sentin com còmodes d'explicar certes cosetes que pot ser davant del grup no explicarien o que pot ser també

ells pensen que no han d'explicar davant del grup. I jo crec que els hi dona un suport més emocional.” (Mediadora social)

“..l'A venia amb mi també al MACBA i crec que la dona que comentava abans, la S que tenia depressió, crec que no m'ho va explicar a mi, t'ho va explicar a tu un dia i llavors, vull dir t'ho va explicar un dia anant al museu, no se com, va sortir a la conversa i t'ho va explicar. I es clar, això no crec que ho hagués explicat mai davant del grup i pot ser no ens en haguéssim adonat perquè dius bueno, pot ser si que la veus més apagada. Però llavors ella em va venir i em va dir, ostres la S m'ha explicat això i ah val, ho tenim en compte i llavors li anàvem preguntant, què tal S, como estás, et prens les pastilles? Si,..., són cosetes que pot ser en el grup en general pot ser no te'n haguéssis adonat i que son molt importants de saber. Òbviament pot ser tampoc no ho sabem tot no, però crec que si que és important.”(Mediadora social)

“ i es clar tenir en el trasllat aquesta figura que arxiva una mica i que en parles després està bé també per aprendre entre nosaltres i per millorar, perquè si fos només el feedback que ens han fet a nosaltres encara seguiríem tancades a no se quina sala, o fent certes activitats que d'alguna manera no...a nosaltres no ens expliquen segons quines coses.” (Mediadora cultural)

Clima social dins del grup

Aquesta bona sintonia iniciada durant el trajecte es consolida mentre fan l'activitat generant un bon **clima social**. La immensa majoria, tot i ser del mateix barri no es coneixien, alguns s'havien vist de passada i en alguns casos puntuals ja es coneixien d'abans i això els ha permès apropar més la relació. Estan molt contents amb les persones que han trobat al grup, ja que tot i no conèixer-se han pogut connectar molt ràpidament. Aquesta connexió entre ells ja forma part per si mateixa de la cura, del fet de sentir-se millor. Poc a poc la cohesió a donat pas al creixement grupal i per tant al sentiment de formar part, molt important en el seu període d'edat, on senten molta pèrdua.

Ressalten el fet d'haver conegut persones molt diferents unes de altres, però que totes han aportat i han pogut enriquir-se i aprendre de totes elles i compartir cadascú les seves experiències i sabers apresos al llarg de la vida; a més l'ambient ha estat sempre d'unió, d'amistat i companyerisme. Algunes persones fins i tot

arrel de l'experiència han descobert facetes de si mateixa que desconeixien, tal vegada perquè en el seu dia a dia i treballant no tenien l'ocasió de desenvolupar.

"... el més important ha sigut la convivència amb les persones. Persones que no coneixes de res i cada persona era un misteri. Això per mi ha sigut molt important. Aquesta senyora que gairebé la tinc de veïna, perquè vivim molt a la vora i tot ha sigut una molt bona experiència que tornaria a fer." (Dona, Grup Vila de Gràcia)

"... i a part bueno també tot això, l'amistat i les persones que hi ha aquí, uns altres coneixements, perquè és veritat que cada persona és un món i també pues un companyerisme nou que no coneixies." (Dona, Grup Guinardó).

"Hemos tenido todos mucha ilusión, no había ninguna decaída, siempre con aquella alegría, con aquella cosa. Todos, todos,..."(Dona, Grup Prosperitat)

En tots els centres, hi havia uns espais dedicats a la creació, a fer tallers, és a dir, a utilitzar l'art com a generador de benestar, a través d'uns espais de silenci, de concentració, de creació conjunta. En algun cas, aquests espais de creació no han agradat gaire perquè els agafava de sorpresa i preferien estar en les sales i que els anessin explicant. D'altra banda, gairebé tothom identifica i reconeix aquests espais de creació com el lloc en el que més es varen conèixer, comunicar, es van ajudar, donar suport.

"... i els tallers a mi m'han servit per conèixer-nos més i això és el que valoro més, que hem sigut molt companyes totes i molt bé." (Dona, Vila de Gràcia)

"Ay per fer aquella taula!!! Hi havia de tot fins i tot porex pan per poder-la enganxar. I és clar, com que dibuixar no és lo meu, ay Carolina por favor ... i la Carolina, que dibujo) que dibuja tu marido? I dic rayas, i mira, ens vàrem riure..."(Dona, Grup Vila de Gràcia)

Són conscients que tot plegat els ha anat molt bé per a interaccionar, activar-se, aprendre i que probablement aquest era l'objectiu d'ArtGran i creuen que s'ha aconseguit. D'una banda els sembla important perquè estan en un moment de la vida en el que algunes de les seves amistats ja les van perdre per motius diversos, principalment perquè hi ha hagut esdeveniments com la malaltia, pèrdues etc. Per tant és important que hi hagi aquests espais de trobada per a la gent gran i sobretot que els posi en valor participant activament i no només rebent de manera passiva i en ocasions infantilitzant. El tracte en aquest projecte, respectuós, de cura i creativitat els retorna el sentiment de formar part del món social i cultural.

"Costa conservar les amistats que ja tens. Si, perquè cada vegada ja fallen més pobres, una no pot sortir, una perquè es troba malament o qualsevol cosa d'aquestes que ... van reduïnt."(Dona, Grup La Salut),

"... y he quedado con amigas, una que le dió un ictus, entonces iba un día o dos a la semana a ayudarla a pasear porque estaba bastante ... tiene 82 años y le dió un ictus y le volvió, y le repitió, y entonces claro está muy sensible y ayer que la ví enseguida empezó a llorar y entonces yo la abracé y le dije, tranquila eh, que tu eres fuerte y saldrás de todas."(Dona, Grup La Salut)

C: *Si, també una mica la pregunta. Vaig amb preguntes, em queden preguntes. Pregunta per exemple que perquè no ens hem trobat abans, no sé com explicar. Perquè hem d'estar, perquè som grans, hem d'estar més soles com si diguéssim?*

M: *si sempre en el mateix cercle*

C: *o perquè no tens espais per manifestar-te d'una manera com la gent jove no? jo ho penso.*

M: *ens han donat una oportunitat*

C: *i llavors dius, ostres, d'alguna manera perquè això, perquè no ens podíem conèixer en un altre lloc també. Perquè no podem tenir més relacions no tant...*

A: *jo crec que per això s'ha fet, perquè la gent es conegui, es relacionin i vagin fent coses, per això també.*

C: *Si, però que d'alguna manera expressa lo que es la... en aquest moment. Aquest moment perquè també hi ha moments de la vida, o de la vida o de la història, que són diferents. En aquest moment, és un moment una mica tancat no, amb les persones grans."* (Conversa, Grup Vil.la de Gràcia).

Aprenentatge actiu i participatiu

El moment vital en el que es troben fa que sentin que en moltes ocasions es com si ja se'ls deixés de banda o no es valorés la seva capacitat i opinió amb el mateix respecte que quan eren més joves

El haver-los ofert participar en l'ArtGran ho viuen com un reconeixement cap a ells, sobretot en el cas de persones que el món dels museus i de l'art ho veien com una cosa més llunyana. En alguns casos consideraven que no estan al seu abast o simplement, mai se'ls hi havia ofert la possibilitat. Aquest, de fet, és un mite que es volia trencar amb ArtGran al ser ofert a persones de barris de diferent nivell social, democratitzant la cultura i fent-la accessible a tothom per igual.

Així doncs, se senten reconeguts per doble motiu, pel tipus d'activitat proposada i també pel fet de que se'ls hi ofereixi a gent de la seva edat, una edat que, tal com ja s'ha dit, ressenten que comencen a quedar una mica deixats de banda en el sentit, de que la seva opinió ha perdut importància. No és que no hi hagi activitats per gent gran, però pot ser no els fan sentir que les seves opinions compten i son tan vàlides com les de qualsevol membre de la societat.

"Que el ayuntamiento haya dedicado esta especie de atención para nosotros que hasta ahora no nos habían tenido en cuenta y que ahora nos hayan tenido en cuenta."
(Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"Pero sobre todo es que a la edad que yo tengo que voy ha hacer 71 años, pues es como un reconocimiento social que te vienen a ofrecer a ayudar a ... que no te dejan tirado ahí ... de pronto tu te encuentras sin toda esa ese argumento no? que tu tenías en la vida normal y eso que la sociedad oficial te vengan a tender una mano pues me parece excepcional." (Dona, Grup Porta)

"... ha engrandecido un poco la idea de que respetáis a las personas mayores que estamos solas..." (Dona, Grup Prosperitat)

"Si, yo creo que si, porque aun es como un sueño, lo tienes por ahí dando vueltas que tu has hecho esto, que te han preguntado que tu opinión ha valido, todo esto tiene mucho que ver con el estado de ánimo." (Dona, Grup Porta)

"Molt gratificant, he augmentat la meva estima un 50% mira, si si, m'ha agradat molt molt..." (Dona, Grup Porta)

"Jo crec que si que hem aportat ... el saber que la gent podem fer coses i que estem aquí a la societat i que encara som valents per a fer molta cosa, jo crec que això ho hem aportat eh!!!" (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

De fet diuen haver fet coses que mai haguessin imaginat que farien, ja que no només han opinat i après sobre art, si no que els han fet enfrontar-se a un ordinador, amb un programa per a fer animacions, els han ensenyat com es produeixen els sons en una pel·lícula i ho fan ells mateixos. Tot això, els ha fet creure en ells mateixos i en les pròpies possibilitats. Ha estat molt important, també, els vincles amb les professionals referents que els han proposat les diferents activitats, demostrant-los confiança en ells mateixos i les seves possibilitats.

"Yo he hecho cosas que pensaba que no haría en mi vida, lo he vuelto ha hacer."
(Home, Grup Porta)

"... yo esto no lo había visto yo en mi vida y no se si lo podría haber visto en otro sitio, pues muy bien." (Home, Grup Porta)

"Me agobiaba un poco, pero la verdad que me dieron mucha confianza y me ayudaron mucho: Tranquila que tú puedes hacer lo que sea" y me gustó muchísimo la verdad que me ha gustado." (Home, Grup Prosperitat)

"Pero si, si, yo lo veo muy bien y te refuerza mentalmente por supuesto claro, porque te ves actitudes que tú tienes que al hacer las cosas que nos mandaban hacer, la pintura lo que hacíamos, los muñequitos aquellos, etc. Pues eso te reconforta porque crees que te ves capaz de hacerlo. Como no lo habías intentado nunca porque no lo sabíamos ... o sea que me ha cundido, hablando ... però yo quiero decir que nos ha ido muy bien, no ... nos ha ido muy bien." (Home, Grup Prosperitat)

"si, però nosotros pudimos creer más en lo que soy..."(Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"perquè et tornes a trobar, tornes una altra vegada a ser tu mateixa..." (Dona, Grup Guinardó)

En tot moment s'han sentit escoltats i que la seva opinió és vàlida, de manera que entre ells mateixos i guiats per les mediadores culturals, anaven generant el coneixement i el discurs sobre el que veien. Altrament els moments en que treballaven en els tallers, creant coses que a vegades no entenien o fins i tot en un principi generava reticència, són conscients que els van ajudar a trencar motlles,

descobrir habilitats, ajudar-se i entenen que els feia participar i no simplement rebre informació.

"en todos los cuadros nos preguntaban qué es lo que nos parecía, bueno uno decía una celda, uno que estaba, bueno un negro que estaba firmando haciendo algo o que estaba encerrado ... y después teníamos que hacer tareas."(Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"claro ... es que tu allí decías lo que te parecía a ver, como que nos pusieron un caramelo en la boca però nos enseñaron a chuparlo." (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"Hombre, en este caso R nos cogía siempre nos llevaba a nuestro apartado y entonces nos empezaba a explicar, nos empezaba a preguntar y todos participábamos, esa es nuestra aportación,...el participar de todo lo que habíamos visto y si alguno habíamos no lo habíamos entendido nos lo explicava y bueno y dábamos nuestra opinión."(Dona, Grup Porta)

"...però jo crec que és una manera de fer anar el cap ..." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

"... y los talleres estos que hemos hecho a mi me han ido muy bien porque parece que no però abres un poco más la mente no? aprendes cosas que no ... no sabías no? y eso siempre es importante, no?" (Dona, Grup La salut)

De fet les mediadores tenen clar que cal trencar mites i barreres amb el tema d'enfrontar-se a una obra d'art, d'anar a un museu. Cal que el museu sigui un espai amigable i cal que s'enfrontin a una creació del tipus que sigui lliures de prejudicis i aquest és el sistema de treball emprat per les mediadores.

"O davant d'una peça d'art contemporani, que també venien com molt espantats amb l'art contemporani, qualsevol pot seure davant d'això i dir el que li sembli, el que sigui no? i llavors aquest punt de validar totes i cadascuna de les opinions, de les intervencions, dels comentaris: a mi això no m'agrada. No t'agrada, i perquè? Què és el que no t'agrada? I aquest punt va ser el que els va fer trencar aquesta barrera que per moltes persones també del barri d'on venien, d'allà de Porta, que és un barri anem a dir obrer...és que alguns no havien trepitjat mai un museu en sa vida, i creien que un museu, un centre cultural, era algo, era un espai per gent que en sap no? i que només pot parlar qui en sap. Al principi em feien xerrar més a mi perquè jo en sabia i els hi agradava molt el que jo els hi explicava. Va arribar un moment que vaig dir: jo no en se més que vosaltres en el fons, o sigui, m'ho se perquè m'ho he llegit abans de venir no? i al final vàrem acabar fent aquestes visites més ells que jo no? entre cometes, que no

són ortodoxes? No. No les fem així normalment quan fem una visita comentada. Però en relació amb l'art i aquest perdre la por i aquest empoderar-te i després tenien opinió sobre tot.” (Mediadora cultural)

“Utilitzàvem una metodologia que es diu VTS, que vol dir estratègies de pensament visual i partim de què creus que està passant en aquesta obra?...generalment la nostra manera de fer és el que ja he dit, a partir de tu empoderar la persona davant de la obra i que la vagi desenvolupant. I aleshores ens va passar en aquest sentit com qualsevol grup que treballem varios dies...el primer dia van parlar els 3 que sabien d'art i van fer una explicació d'història de l'art i l'últim dia era, va, que hem de baixar abaix, ja prou d'intervenir, d'opinar, de dir, de compartir, de connectar, perquè si no, no farem res més. I això va ser una evolució descomunal sobretot en aquells que venien dient “yo de esto no se nada y no voy ha hablar”. Vull dir, es van ficar, però moltíssim.” (Mediadora cultural)

Entre les persones que han participat en l'ArtGran, n'hi ha que tenien interès per l'art, que havien visitat museus i altres que no hi havien posat mai els peus. Entre aquest segon grup, alguns diuen que, de fet, el que més els ha agradat de participar en l'ArtGran és per la bona sintonia generada en el grup i amb les mediadores. En tot cas, tots sense excepció han descobert en l'art i les activitats culturals en general, qualitats noves i desconegudes. El fet de fer-ho tot guiats per unes mediadores que tenen un paper clau en l'èxit del programa, que els han fet participar activament de tot, és a dir, no es limitaven a rebre informació, si no que d'alguna manera entre tots construïen la informació.

“Es lo que a mi lo que a mi de alguna manera me ha enriquecido, aunque yo conocía a Picasso porque he ido varias veces al museo porque tenia la posibilidad en Barcelona ... han ido ampliando però ... no me lo esperaba la adaptación a las personas de cierta edad que de alguna manera a veces nos falta la memoria o ...” (Dona, Grup Prosperitat)

“Que nos guste, que lo hayamos entendido más o menos el arte, però bueno, que nos han abierto un poco las pupilas y mira esta cama ... porque en principio ves aquella cama y dices vaya, vaya tontería, pero luego te lo explican.”(Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

“Pero eso me ha ayudado muchísimo a aprender más cosas todavía de lo que nos estabáis enseñando en, en los reportajes, en las conferencias en todas las actividades ... porque yo no sabía por ejemplo, que tampoco lo se ahora a ciencia cierta, pero yo no sabía, que qué diferencia hay entre una orquesta sinfónica, una filarmónica, claro todo

esto me ha llevado en el tema de la música a meterme en internet y ahí ir buscando más cosas.” (Dona, Grup Porta)

De manera molt especial l'art contemporani els ha estimulat a trencar esquemes i anar generant una nova visió de l'art i la creativitat. Reconeixen el rol clau i decisiu de les i els mediadors culturals en donar-los la mà per a endinsar-se en un món i una concepció de l'art diferent.

“es que tiene mucho mucho trasfondo todo el arte contemporáneo para entender todas esas obras ... para entender a parte lo amplio que ha de ser la imaginación para entender todo eso no ...” (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

“... al papel del G, como mediador entre el arte y nosotros que nos lo ha hecho entrar así como un púlpito, como la colaboradora nueva, yo es que contigo solo he estado dos días, y entonces la capacidad que han tenido de, todos, que somos todos muy distintos, hacernos entrar en un mismo tema...” (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

“Vamos a llevar a este grupo de torpes, si, los vamos a llevar pero los vamos a llevar con los medios para que alguien les haga entender, como si hiciéramos para mi eh, esto es mi opinión, niños pequeños que nos van enseñando a comer...” (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

L'aproximació a l'art i al patrimoni

Percepció sobre l'art, els museus i els centres culturals

Entre les persones que han participat en ArtGran hi havia una gran variació quant a la seva experiència amb l'art, es tractava de grups heterogenis : persones de diferent nivell social i cultural, amb recorreguts de vida i experiències vitals molt diverses. En tot cas, tots ells han canviat la visió del centre en el que han desenvolupat el programa així com han pogut fer una reflexió profunda sobre l'art i el seu significat.

Algunes persones coneixien ja el museu al que han anat; altres tenien el lloc al que han anat integrat en la seva vida perquè l'han vist sempre, com és el cas de les persones que van anar a l'espai modernista Sant Pau, abans lligat a dolor i patiment per episodis de malaltia pròpies o de coneguts; altres havien vist un edifici estrany i incomprensible que no entenien massa què hi feia allà, com pot ser el MACBA; altres amb prou feines podien imaginar què podrien fer allà dintre, com podia ser el cas dels que varen anar al CCCB. Tots els centres han sabut canviar la mirada de les persones que han participat en ArtGran, de manera que tots s'han sorprès, admirat i après del centre en el que han fet l'activitat. Els que ja coneixien, com pot ser el Picasso, el MNAC o el mateix CaixaForum, ha estat un redescobriments, una nova mirada.

El fet d'aquest apropament personal, íntim, guiat i fins i tot experimental que han pogut tenir tots ells, els ha fet realment trencar les barreres que hi poguessin haver amb el museu i sentir-se'l com una mica seu.

"Yo creo... yo si que voy a los museos de toda mi vida, de toda mi vida que voy a los museos. De niña yo sola ya me iba a los museos porque ya tenia esa, esa intuición no? que era lo que me gustaba. Entonces esta experiencia concretamente, pues si que me

ha acercado más, porque el hecho como dice A, de que alguien esté contigo explicándote una serie de...una serie... aunque si yo ya he estado en la universidad y he escuchado a unos profesores y todo, pero esto es como en petit comité, exacto, que te acercan las cosas con unas características más personales y encima tu haciendo la experiencia y tal, si, a mi me ha encantado.” (Dona, Grup Porta)

“Jo, m’agrada l’art i havia anat a molts museus, però com aquesta vegada he fet, he guanyat 100%. M’he fixat més en les coses, abans no se si era perquè anava amb el meu marit i allò que veus les coses però no d’allò tant, però ara al anar sola, m’he fixat més en totes les coses i ho veig més gran, més maco.” (Dona, Grup Porta)

“Si, no, jo anava a dir que tan que conec Sant Pau, perquè de petita corria per aquí, o sigui me l’ha fet encara mirar més, encara amb més detall que jo no havia observat, com a nena que era tot i que també hi vaig estar de més gran, però he aconseguit encara penetrar encara més a la seva decoració, la seva arquitectura, la seva manera de ser.”(Dona, Grup Guinardó)

El fet de proposar estar en un museu o centre cultural, d’alguna manera, fa que es generin unes bones expectatives. Es cert que hi ha persones que ho poden veure com una barrera, com una cosa llunyana, però a l’hora també fa pensar en un espai diferent, tranquil, del qual les propostes i activitats que se’ls plantegin segur que hauran de ser interessants.

“Jo normalment al dir museu Picasso, per mi ja de dir, sigui lo que sigui ha de ser fabulós, ha de ser fabulós. Llavors no m’esperava res, dic, ja ho veuré no? vull dir, jo no m’esperava res però jo sabia que era algo positiu només pel sol fet de ser el museu.”(Dona, Grup Prosperitat)

Aquest canvi de perspectiva cap al museu naturalment ha propiciat que tinguin una aproximació més íntima a l’art, una comprensió diferent, en la qual, el mediador cultural hi ha jugat un paper clau.

“si que em va, quan vaig pensar, ostres, aquest centre? Perquè no és al museu Picasso, perquè no és el MNAC? I llavors vaig pensar pues ostres, quantes coses hi hem vist, quantes coses hi hem pogut fer, ens hem passejat per tot aquell barri que normalment no hi vas i menys hi vas sol, i quan hi vàrem poder anar junts i vàrem fer totes aquelles fotos i tots aquells muntatges després de retallar i bueno ... perfecte, molt bé.”(Dona, Grup La Salut)

“...i aquest tipus d’art és com que el veia una mica per fora, o sigui, mai m’havia entrat i bé, això és mèrit del G, relacionar la expressió que està fent ... que cadascú podem

entendre el que vulguem però entenem algo ... i sempre veure alguna cosa, un moviment dintre d'aquesta manera de fer un treball no?" (Dona, Grup Montbau)

Han pogut aproximar-se d'una altra manera a l'art, entendre que de fet **tot pot ser art**, qualsevol manifestació, qualsevol acte i que tots poden opinar al voltant del que veuen, senten i experimenten, de manera que els permet reviure i remoure emocions, a vegades positives, a vegades no tant, com va passar en un moment donat en que una persona va reconèixer que havia estat empresonada en un moment de repressió política important en el seu país d'origen. De fet, parlen de les **dimensions infinites de l'art** i que de fet, es pot fer de la vida un art en cada petit detall.

"Entonces yo veo que cualquier cosa que hacemos nosotros en la vida, el ser humano, es un arte. De cualquier cosita puedes hacer arte. Por mínima que sea. Entonces tiene mucho mérito sobretudo los estos artistas profesionales que han tenido que muchos seguro que no los han entendido el resto de las personas de su entorno. Pero tiene muchísimo mérito el que estén ahí y el que nosotros a nivel particular de nuestra vida hagamos un arte en general." (Home, Grup Porta)

"Todo es arte, todo,..., para mi todo es arte. Eh lo mismo es visual que de de sonido, lo que pasa que claro, porque hemos disfrutado con la música, que era todo sonido, pero es que hasta una voz bonita es arte, un ejercicio con las manos, con los brazos, hasta el baile evidentemente, el baile es arte, no hemos vivido todavía eso. Es que para mi el arte no tiene fin. De todo se saca arte y más ahora." (Dona, Grup Porta)

"bueno, bueno pues ella empezó a hacer,..., ella es performance no? pues empezó ha hacer unes performances no, fiu, fiu,..., y parecía ... y nos hizo como que nos abstraigo a todos...todos estábamos como si fuera un algo que iba pintando con la lana..." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

En ArtGran tots han opinat, s'han explicat i en definitiva creuen que els ha obert la ment, els ha activat a pensar amb amplitud, sense inhibicions ni idees preconcebudes. Han treballat una gran varietat de temes (música, botànica, mitologia, arquitectura, pintura, escultura i un llarg etcètera). Tot això els feia estar intrigats i a l'expectativa de quines coses treballarien i descobririen.

"si, porque una cosa que no entendíamos para nada, parece que te ha abierto la mente para decir...pues mira, el arte contemporáneo es esto." (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

“y los talleres estos que hemos hecho a mi me han ido muy bien porque parece que no pero abres un poco más la mente no? aprendes cosas que no...que no sabías no? y eso siempre es importante, no?” (Dona, Grup La Salut)

“Es que a mi això sí que m'agrada explicar-ho perquè he anat, no es que vagi moltíssim però vaig, a veure exposicions però que me gusta el impresionisme, me gusta,...i aquest tipus d'art és com que el veia una mica per fora, o sigui, mai m'havia entrat i bé això és mèrit del G relacionar la expressió que está fent... que cadascú podem entendre el que vulguem però entenem algo,...i sempre veure alguna cosa, un moviment dintre d'aquesta manera de fer un treball no? Bueno, jo estic molt contenta,” (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Reflexió i mirada crítica

Les persones que han participat en ArtGran, expliquen que han tingut l'oportunitat i el privilegi de poder fer un abordatge diferent a allò que els rodejava. En primer lloc hi havia una persona que els guiava i d'alguna manera feia d'intermediació entre allò que veien i el que sentien i allò que observaven, sobretot, els va permetre aprendre a observar i a mirar i anar més enllà del m'agrada o no m'agrada.

“ es que és únic, és únic ... aprofundint lo que ja sabíem perquè no és lo mateix llegir-ho, que llegir-ho i veure-ho i a més que t'ho expliquin tant bé com la M,..., que t'ho explica molt bé.” (Dona, Grup Guinardó)

“Aprendre a saber mirar quadres, que no tothom ho sap fer, a valorar-los, a valorar aquest pintor i perquè aquest pintor pinta d'aquesta manera i l'altre pinta d'una altra manera. Els colors, un museu és un altre món totalment i també hi entren moltes coses. Hi entra el color, hi entra el personatge.” (Dona, Grup Guinardó)

“... y como nos han enseñado, como nos ha enseñado el G que no hay...que el arte contemporáneo no hay que entenderlo, hay que sentirlo.” (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Tenien temps d'observar tranquil·lament, sense pressa i adonar-se que podien anar més enllà de la simple observació i podien sentir emocions diferents, tenir-ne una experiència vivencial. Podien reflexionar, de fet diuen que l'art és una eina de reflexió i que això en certa mesura és un privilegi, ja que la vida no ens permet gaire temps per a reflexionar, diuen que reflexionar “és car”.

"Y yo seguiría infinitamente haciendo experiencias y luego además el arte que es un método de reflexión. Reflexionamos, por eso y tenemos todo el tiempo para reflexionar sobre esas cosas que en el momento que tu estás trabajando a lo mejor un trabajo duro, que solo trabajas y tal, pues no tienes tiempo de decir esto es una reflexión, porque reflexionar es muy caro, es muy caro." (Dona, Grup Porta)

"yo lo que creo es eso, que todas estas vivencias que hemos tenido, que lo hemos vivido, que eso no se puede explicar y que lo que hemo hecho muchas veces es reflexionar delante de una obra y ver más allá que si hubiésemos ido solos." (Dona, Grup Porta)

Aquesta observació i experiència vivencial de l'art, els ha portat a valorar sensacions que no podien imaginar.

"yo en ese momento ¿sabes lo que se me representó y cómo me sentí? Me sentí como una persona cuando es ciega... que yo pensaba qué lástima, que entran y o sea que van por los sitios y van por por intuición, no porque puedan ver. Pues en ese momento, aquello yo me quedé así un poco, me quedé como si yo tampoco no viera." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Mica en mica, han anat despullant-se de les cuirasses i els estereotips i han pogut anar més enllà de si m'agrada o no m'agrada i han intentat preguntar-se què em vol explicar l'artista, o què és el que jo interpreto i veig el que m'està dient.

"J:...tiene mucha explosión, mucha mucha vida, mucho no se qué, ... me gustaría saber lo que manifestaba esa artista entonces para hacer esos colores tan tan tan ... Fuertes no, tan ...

T: la vida, yo creo que ella se aferraba ...o sea al menos alguna cosa que yo leí así, sus vivencias en los sitios donde ella había estado."(Conversa, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"Bueno yo lo vi en uno que era todo eran pinceladas en aquel cuadro y ¿qué veis en este cuadro? Y yo digo, yo veo un pájaro. ¿dónde? Te acercabas y era una pincelada, pero te ibas lejos y era un pájaro. Tanto mirarlo tanto mirarlo, al final vi." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

I són conscients, que aquesta relació entre l'obra i l'observador, pot fer-se a través de molts materials i fins i tot de manera immaterial, amb llum, amb vapor,... i en definitiva han anat canviant la visió que tenien de l'art i fins i tot de les mateixes obres.

"...i sempre veure alguna cosa, un moviment dintre d'aquesta manera de fer un treball no? bueno, jo estic molt contenta." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"Per mi ha sigut l'experiència de l'art de Sant Pau, perquè el veia maco però mai m'havia imaginat...lo que hi havia." (Dona, Grup Guinardó)

"... es que Magrit te lo explican muy bien, que no es el cuadro, es es el pensamiento... y era y era y hasta la luz y la burla, la burla que està en, en cada uno de ellos si lo miras fríamente hay una burla..." (Dona, Grup Porta)

"yo de donde he sacado muchas cosas es en las nubes, que te sientas allá a mirar y cada nube te explica una cosa distinta eh, esta se parece a esto, esta a lo otro, así todo junto... parece mentirà." (Home, Grup Porta)

Altrament, el fet que després tinguessin l'ocasió de parlar sense por sobre el que havien vist, observat i sentit, el fet de treballar-ho i portar-ho a alguna cosa material a l'hora de fer els tallers, els donava la possibilitat com de completar el cercle sobre tot el que havien observat.

"Yo o me ponía un cacharrito y esto, pero no es lo mismo, que te lo expliquen, luego hagas un taller sobre todo lo que te han explicado, de todo lo que has conocido, lo de todo lo que has vivido..." (Dona, Grup Porta)

Han gaudit de l'art i això els ha fet adonar-se que probablement durant els anys han estat rodejats de coses que ni tan sols hi havien parat esment, tal vegada de tan properes que les tenien, tal vegada perquè no havien tingut aquell temps necessari per reflexionar o tal vegada perquè no tenien la visió més ampla que han après a tenir a través d'ArtGran.

En tot cas, senten que se'ls ha despertat la curiositat per seguir aprenent i gaudint del que els rodeja, de veure i viure la ciutat amb uns altres ulls.

"jo he conegut coses que no coneixia d'aquí de Barcelona, com ha sigut el dia que vàrem pujar a dalt a les terrasses... unes vistes espectaculars, el dia que vàrem anar al jardí botànic,..." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia).

"Jo en realitat no coneixia Sant Pau, solament de passada, l'entrada i ara he vist que és un món nou i dius, i això no ho coneixies de Barcelona? Després d'haver estat tota la meva vida aquí i llavors m'ha fet pensar que hi deuen haver moltes coses a Barcelona que no les conec i que pot ser hi he passat algunes vegades per davant." (Dona, Grup Guinardó)

"De veure llocs culturals a part del museu, veure llocs culturals com el que ha fet per exemple... perquè Barcelona té moltes coses a veure i una vegada s'ha obert una porta

jo crec que amb l'opinió de tots nosaltres s'obren unes portes..." (Dona, Grup Montbau Vall d'Hebron)

Mecanismes dels resultats en art

En la definició que fa el International Council of Museums (ICOM) de museu llegim que una de les funcions fonamentals que se li atribueix és la de ser el lloc on es conserva i es té cura del patrimoni, es posa l'èmfasi en l'objecte. En la darrera definició (agost 2022), però, incorpora aspectes que fins ara no havien estat explicitats tot posant el focus en la seva funció social. El museu ja no té cura només dels objectes patrimonials sinó també de les persones, ha de ser obert, inclusiu i accessible. Cada cop més se li reconeix la seva possibilitat d'esdevenir un espai per a la cura i la salut, com molt bé ha expressat la directora del Museu de Manchester, Esme Ward, quan parla sobre aquesta nova perspectiva "la filosofia del tenir cura, que vol dir la manera com els museus tenen cura de les seves col·leccions però cada cop més de com tenen cura de les persones i de les seves idees, ..."

En el projecte ArtGran els museus i els equipaments culturals que hi han participat han complert aquest nou plantejament situant les persones en el centre, i l'art i el patrimoni com a catalitzadors de nous encontres, d'experimentació i nous aprenentatges, oferint a les persones participants una barreja de repte i plaer.

L'ús de l'art i el patrimoni com a catalitzadors

L'aproximació i canvis en la percepció que les persones han fet sobre l'art i què significa, què representa, com actua en les emocions, etc. s'han produït sobretot pels aprenentatges que totes les persones participants en l'ArtGran diuen haver tingut, per com s'han produït aquests aprenentatges guiats per les mediadores culturals però a l'hora generant el coneixement de manera participativa i escoltant a totes les veus. També pels aprenentatges que han tingut a través de l'escolta dels diferents components del grup i de com malgrat la heterogeneïtat i diferències que hi pogués haver entre ells, han estat capaços de trobar l'encaix correcte entre tots.

D'altra banda, **l'art per si mateix és l'instrument, l'element catalitzador** que, guiat per la figura de la mediadora, ha produït els canvis íntims que han pogut viure. Desencadena uns mecanismes en el cervell i en les emocions que altres llenguatges no hi poden arribar. Algunes àrees del cervell inutilitzades per al llenguatge verbal, continuen sent sensibles al llenguatge visual i creatiu.

“L'art sempre et provoca una reacció, la que sigui, i llavors a partir d'aquí hi ha poques coses que siguin com tan directes a l'entranya no? m'està dient el que sigui, bo o dolent, és una sensació, la se explicar o no la sé explicar, però jo crec que és aquest punt que té tan directe a com a les sensacions que tenim i que transitem no? i de cop i volta t'hi sents identificat, ho rebutges, et qüestiona, et...i crec que poques coses que no siguin l'art, entès d'una manera absolutament àmplia, et poden provocar aquesta bala tan cartera a allà on se't obren des de les sensacions fins a un tema més cognitiu i intel·lectual no, allà on se't obren interessos i a l'hora volia dir una cosa que vull que quedi gravada. Un dia la Rosina que al principi venia molt així, i després un dia em ve i em diu: Rita, m'esteu fent fer unes coses que mai m'hagués imaginat i m'encanta. I crec que resum aquesta capacitat que te l'art, ja sigui a nivell creatiu de fer tu no, de treballar tu una proposta artística, com de rebre i observar. “M'estan passant coses que mai m'hagués imaginat i m'encanta.” (Mediadora cultural)

“...alguns casos dels que recordo és com l'activitat a través d'una cosa com l'art contemporani et transporta a històries personals i moltes vegades més emotius, però que això és clarament una evolució de les pròpies expectatives, de no saber què és l'art contemporani amb prejudicis i tot això, fins a poder arribar a que sigui una excusa doncs per a això, fer grup i treure coses personals.” (Mediador cultural)

Aprentatges, participació activa i paper del/la mediador/a

Les persones que han fet part d'ArtGran consideren que han après, fins i tot les que ja coneixien els museus i els visitaven de manera més o menys rutinària. Tots consideren haver après coses diferents, interessants, que si no haguessin tingut l'ocasió de participar en ArtGran no haurien pogut viure i aprendre de la manera que ho han fet. Han estat en un grup reduït, durant 10 sessions consecutives, gaudint de les instal·lacions del museu o centre cultural d'una manera quasi privada i per tant, diferent, i de la mà d'unes professionals (les mediadores

culturals) que eren la figura clau de referència en el centre i que era capaç de captar quines eren les seves necessitats i adaptar per tant, si no el contingut dels tallers, sí la manera de guiar-los i materialitzar-los.

Han après d'art i de les seves complexitats, han après a mirar quadres, a observar i a reflexionar, podent plasmar tot això després en els tallers, fent debat, treballant amb les seves pròpies mans i amb la imaginació. En aquest espai a més, han pogut ajudar-se entre ells i per les mediadores culturals i socials que estaven sempre amb ells.

“Aprender a saber mirar quadres, que no tothom ho sap fer, a valorar aquest pintor i perquè aquest pintor pinta d'aquesta manera i l'altre pintor d'una altra manera. Els colors, un museu és un altre món totalment i també hi entren moltes coses. Hi entra el color, hi entra el personatge,...” (Dona, Grup Guinardó)

“He aprendido muchas cosas que yo no conocía, no había practicado ni había hecho nunca y he hecho bastantes talleres y así, pero no había hecho nunca cositas de estas, por lo tanto, me parece una cosa muy buena y una iniciativa muy muy acertada y muy muy que yo espero que se siga adelante en un futuro.” (Home, Grup Porta)

“A més a més l'ensenyança, lo que ens ha ensenyat ha sigut tan positiu, tan maco... no sé, a mi m'ha semblat molt molt positiu sempre cent per cent, tot lo que ens van ensenyar, tot lo que hem après, coses que sabíem i coses que no, però ha sigut molt positiu tot... amb ganes de tornar.”(Dona, Grup Prosperitat)

“Si, a mi em va agradar per això, perquè cada dia se hacían cosas diferentes y son cosas que a mi me llamaban la atención, porque son cosas que, nunca pensaba que ... cosas que no le das importancia, que piensas que no tienen importancia y en el fondo la tienen, y son cosas que son muy interesantes para aprender y para saber,..., perquè era aprendre alguna cosa nova.” (Dona, Grup La Salut)

Aquests aprenentatges els han anat molt bé per a descobrir fins i tot habilitats pròpies que desconeixien, per posar-se a prova.

“Jo crec que ens ha donat algunes eines per saber de què som capaces. Ens hem limitat nosaltres mateixes sobre lo que sabem fer i això et deixa obrir una miqueta més el ventall de fer coses.” (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

“Ha servit per mi de creixement personal,..., perquè se't mouen emocions... al estar en un grup i al estar doncs experimentant coses...” (Dona, Grup Montbau)

També han descobert artistes i obres que probablement no haguessin pogut descobrir o no s'hi haurien fixat si no hagués estat a través d'ArtGran.

“Si, a mi també, una de les coses positives pot ser de tot això és que les vegades que hem fet museu, que hem anat a veure coses, han sigut d'artistes no massa coneguts i això és bó, perquè si no sempre és el mateix. Si no, sempre els quatre que veus de sempre, no? i de que d'alguna manera o sigui cada pintura, tan els dos primers com l'escultura que aquell dia no hi vaig poder anar però després si que vaig fer la,..., que són gent d'aquí i després ho mirava per internet i que i que eren importants i que normalment no se'n parla. I això a mi em sembla important també per conèixer també la gent d'aquí que ha pintat i que...” (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

D'altra banda els ha sorprès de la manera que les mediadores han estat capaces d'adaptar els coneixements i la manera de treballar en general a persones grans, a persones amb capacitats diverses, de manera inclusiva per a tots i que tots es sentissin capaços i valorats per igual. Han estat capaços d'emmotllar les activitats al sentir de les persones del grup.

“Es lo que a mi de alguna manera me ha enriquecido aunque yo conocía a Picasso porque he ido varias veces al museo porque tenía la posibilidad en Barcelona...han ido ampliando pero... no me lo esperaba la adaptación a las personas de cierta edad que de alguna manera a veces nos falta la memoria o ...a mi es la vista, o sea, yo mi problema es la vista...” (Dona, Grup Prosperitat)

“Bueno, yo creo que ya se fué dando cuenta, ya nos conocía un poquito y ya sabía por donde nos tenía que llevar. Porque al principio estábamos allí entonces el no sabe nuestros gustos y nosotros no sabemos los gustos de él...” (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Destaquen la participació activa en tot el procés tenint en compte les seves opinions, vivències i preferències i el fet de que s'han divertit i fins i tot han viscut amb intriga què se'ls plantejaria fer en cada sessió, quina novetat els proposarien.

“...si que me ha gustado la forma de cómo ha encajado la información de la vida de Picasso, su pintura su evolución a nosotros a nuestro nivel en las manualidades y en la expresión que podíamos decir cada uno de nosotros. Como han dicho, cuadros que teníamos que escoger y después explicar el porqué.” (Dona, Grup Prosperitat)

“Entonces ahí, lo que nos hizo es que viéramos a ver qué veíamos y que nosotros explicáramos, o sea que lo hemos vivido, cosa que de otra manera...” (Dona, Grup Porta)

"...entonces todos con esas gafas, todas las obras allí que estábamos viendo, que te parecía con esas gafas, ¿no? claro explicar aquello que tu veías...claro yo explicaba este cuadro tan bonito y ... bueno te quitabas las gafas y entonces te decía, ¿qué ves? Y yo decía no se, yo veo como un helado, un cucurucho... dice pues ahora quítate las gafas no...que con las gafas aquellas nos mirábamos y nos partíamos el pecho de risa."(Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"...hombre ir al encuentro de cosas nuevas, de descubrir, ir pensando a ver que nos enseñaran hoy...el descubrir..." (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"yo pensaba bueno, a ver qué hacemos hoy, a ver si me gustará,..., la curiosidad." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Tot això ha fet que al descobrir habilitats tinguin ganes de continuar desenvolupant-les aprenent a pintar per exemple, o tornar a enganxar-se a activitats que per motius diversos i personals havien deixat apartades.

"Pero después mira, me ha despertado un poco de decir, oye pues tendrías que mirar de si tienes más habilidades y más cosas y esto para hacer, no? al principio a mi me agobió porque yo soy nula de manualidades y no y me ha gustado la verdad que si que ha estado muy bien." (Dona, Grup Prosperitat)

O a seguir estudiant i aprofundint en els temes treballats, a continuar aprenent pel seu compte i sobretot també perquè s'han divertit.

"Pero eso me ha ayudado muchísimo a aprender más cosas todavía de lo que nos estabais enseñando en, en los reportajes, en las conferencias en todas las actividades..." (Dona, Grup Porta)

D'una banda s'aprecia el fet de que les persones que han participat en ArtGran han experimentat i reflexionat. Tot això ha sigut a través de l'art emprat com a eina, però és essencial el paper del/a mediador/a cultural que els ha fet de pont entre l'art i les seves vivències. Certament l'art genera emocions, però és necessari un acompanyament, un treball, una activitat, sobretot amb l'art amb un llenguatge menys convencional i més transgressor com pot ser l'art contemporani.

"...no se si vàrem aconseguir treballar prou o no, però si per, però si que vàrem aconseguir treballar la contradicció entre un art molt elitista i molt sofisticat que en realitat treballen tècniques o hi ha algunes propostes que son molt democràtiques o que no estan a l'abast de tothom, perquè això era molt important, i això si que en vàrem fer una pinzellada, la qüestió de que un art que sembla que sigui doncs això,

que no s'entén res, té tota una història al darrera que això és el que amb la Teresa Lanzeta vàrem treballar molt millor...i una altra cosa que jo vaig treballar menys del que voldria però que em va semblar molt interessant veure, és treballar amb un objecte que et trobes allà exposat no? i que l'artista diu que pot fer explicacions, fent una performance que és una forma d'art contemporani que no és un objecte o una producció, és art viu no? vull dir també per treballar una mica la varietat. Una altra qüestió que també era molt important per a mi, suposo que coincidim, és que tenen una visió moltes vegades molt tancada de què és l'art contemporani, en realitat creuen que l'art contemporani és absurd, perquè és una cosa tan variada, que si no...és realment molt difícil, i simplement obrir una mica el cap a la varietat ja em sembla que és una qüestió important.” (Mediador cultural)

“al principi...preguntes molt de, a veure G, explica'm perquè l'autor va vindre i va pintar precisament això? I com que ell els hi deia, bueno i què creus tu? Els feia reflexionar una mica i al principi es quedaven com...jo els veia que per dintre el neguit els hi deia: “no m'ho estàs explicant, explica-m'ho”, però al final com bueno, si que tot el que ha dit ell ho vàrem aconseguir perfectament el dia que..., com es deia, que va fer la performance. Va ser aquell dia que jo vaig flipar, o sigui va ser brutal, hi va haver dues dones que varen voler també elles també varen voler performar i bé, va ser brutal,..., doncs obrir la visió i està obert a...i no només quedar-me en això, m'agrada o no, si no pensar més enllà i bueno, s'ha aconseguit bastant jo crec.” (Mediadora social)

“Al Picasso també passa. Arriben a les Meninas i tothom et diu, això ho podria fer jo, i això ho va fer perquè ell era ric...i aquesta és la idea de tota persona gran. I llavors és anar tancant tot això, anar treballant.” (Mediadora cultural)

“Bueno, nosaltres que de fet no som un museu, jo crec que el canvi que hem vist i que vàrem notar és el de les noves tecnologies perquè vàrem plantejar un taller que va ser eh, ...era fer un dibuix amb un programa de la tablet, però hi havia gent molt perfeccionista, gent que li semblava molt bàsica aquesta eina, altres que no l'acabaven d'entendre...va ser un dia una mica...complicat en el punt que bueno, hi havia bastanta reticència pel que els hi plantejàvem, però al final va haver-hi un canvi de xip també de dir, doncs aquesta és l'activitat, doncs anem a veure com funciona aquesta eina...i van sortir contents.” (Mediadora cultural)

Suport i clima social: l'efecte grupal com a factor important en la intervenció d'ArtGran

Durant tota la intervenció, el factor grupal ha tingut un pes i una dimensió més enllà de la mera connexió social. Diversos autors ^(3,4) parlen de la influència del grup en la salut i la cura de les persones que els integren, exposen com el grup pot influir de manera molt positiva en la millora i el canvi vers la salut emocional. Només pel sol factor de formar part, d'integrar-se i aportar els seus valors, esquemes de referència i vivències, ja comporta augment del sentiment de benestar.

L'acompanyament i la cura que des del principi els han proporcionat les mediadores durant tota la intervenció del projecte Art Gran, han ajudat a les persones grans a endinsar-se, no solament en l'art, sinó també en el coneixement de la resta de participants; a través de la cohesió, el compartir aliances i el saber d'un malestar comú, la soledat, ja forma part, des de l'inici, de la intervenció grupal.

El grup comporta l'efecte de cura. Compartir tasques, emmirallar-se en l'altre, com a igual i a la vegada referent, fa que el malestar de l'altre li ressoni en el propi malestar, a la vegada que augmenta la voluntat de millora i d'aportació d'ajut, amb elements propis, que poden ser bons a la resta del grup. És el factor grupal de compartir el propi malestar, un patiment molt similar al de la resta del grup, el que, a la vegada, ajuda a disminuir el patiment individual.

Tot plegat produeix una obertura emocional, compartir comporta escolta, aportació i mirada creativa per, així, descobrir noves emocions, a través de la tasca artística i també a través del contagi grupal que comporten una millora en l'estat emocional.

La intervenció grupal com a eina metodològica, ha donat, als integrants del projecte, un efecte de millora i de cura compartida que va més enllà de la individual. Comporta voler continuar compartint i per tant s'emporten l'eina social que els ajuda a deixar la soledat pròpia i a descobrir, a través del canvi, la pròpia creativitat que els farà buscar altres espais i alternatives apreses.

Sobre el suport i el clima social generat se'n ha parlat també com a mecanisme per als resultats obtinguts a nivell de salut. De fet, és un element clau per a aconseguir

que hi hagi una continuïtat en la realització de les diferents sessions i per tant, en que ArtGran sigui una bona eina per a millorar el benestar de les persones i per a poder construir els aprenentatges que actuen com a determinants o detonants de la millora en el benestar.

En alguns grups ningú es coneixia amb ningú, en altres alguna persona venia amb alguna altra coneguda i al principi no s'obrien a la resta del grup i en algun altre grup, hi havia diferències importants pel que fa al nivell cultural i apreciació per l'art. També les franges d'edat i per tant de condició física, podien ser un factor important. En algun grup hi havia persones de 70 i pocs anys amb un estat físic i cognitiu excel·lent barrejats amb persones que podien arribar a tenir més de 90 anys que, naturalment, tan física com cognitivament podien no estar tan bé. En tots els casos, han estat capaços de trobar l'encaix adequat i a posicionar-se tots al mateix nivell i en certa mesura, fer i seguir un procés d'aprenentatge conjunt.

"... a penes sortia de casa i quan sortia era perquè em venien a buscar les meves filles i llavors poca cosa puc aportar. Si que jo he après d'elles molt, perquè son valentes que jo no ho era, tenia por de tot, a vegades fins i tot sortia i tenia por que em fessin alguna cosa, perquè he tingut males experiències a la vida, però he sigut al final feliç, he sigut feliç, m'heu donat felicitat, no puc dir res més". (Dona, Vila de Gràcia)

"... a veure jo com que he treballat diguessim de metgessa, llavors sempre he estat en un lloc així no? i a mi lo que m'ha portat és veure que siguis qui siguis o hagis fet la vida que vulguis, no se, quan quan arriba un moment tots estem tots som iguals i m'ha aportat no posar-me en el lloc del que sap, per dir-ho entre cometes. No perquè sàpiga més, eh ojo, simplement perquè sempre has estat en aquest lloc. I donar-me compte de que sense estar en aquest lloc, doncs tinc una facilitat de tenir amistats ràpidament i això fa, a mi, ara em posar a plorar com la us ho agraeixo moltíssim, perquè en el fons, és veritat, ara estic sola i el fet de que hagi pogut no se, tenir aquesta amistat amb vosaltres és fantàstic. Amb vosaltres amb les dues psicòlogues, amb les monitores, amb tothom." (Dona, Grup Vila de Gràcia)

D'altra banda, se senten sorpresos i agraïts als professionals d'ArtGran i especialment amb les mediadores que han treballat directament amb ells. Les mediadores culturals han estat el seu punt de referència dins el museu, s'han sentit escoltats, respectats i tractats amb una amabilitat i sensibilitat exquisida. Han apreciat el gran coneixement que tenen del centre i del que allà s'hi exposa i s'hi fa. Els hi reconeixen a més, que és gràcies al seu saber fer que alguns han continuat fent l'activitat malgrat unes certes reticències inicials perquè creien que

anirien canviant de centre o perquè el que els hi ha tocat no els agrada. Valoren també el paper que han sabut fer per a posar-los en contacte amb l'art i els seus significats i ajudar-los a treure d'ells mateixos sense por tot allò que volguessin expressar.

“Perquè elles son...és que a mi em van aportar coses per poder fer i t'animaven i et deien el que faries el dia següent i tu deies por estar bé, o sigui, elles son les que t'animaven a tu per a fer-ho” (Dona, Grup La Salut)

“...al papel del G, como mediador entre el arte y nosotros, que nos lo ha hecho entrar así como un púlpito, ... y entonces la capacidad que han tenido de, todos, que somos todos muy distintos hacernos entrar en un mismo tema. “(Home, Grup Montbau)

D'altra banda hi ha una sèrie d'aspectes que les mediadores consideren cabdals per a construir aquest bon clima social i que els faci agafar confiança i sentir-se dins del museu en un espai segur i amigable. Els museus es poden presentar com un medi hostil pel que representen, el que signifiquen, per les dimensions que solen tenir, pel tipus d'edifici que son (antics palaus, fàbriques reconvertides, un antic hospital o edificis enigmàtics de l'arquitectura moderna), pel desconeixement i per molts altres aspectes. El primer que cal fer doncs és treballar la confiança i la amigabilitat. Consideren doncs, que és molt important, d'una banda que tinguin una persona que sigui la seva referent dins el museu, encara que algun dia facin l'activitat amb altres persones, aquesta referent sempre està present i, naturalment, és la pròpia mediadora cultural que treballa amb ells. S'hi refereixen com una mena de “mama pato”.

“Tenir una persona de referència en el centre que fos...en el cas de CaixaForum vàrem fer moltes activitats molt diverses perquè tenim una proposta molt variada d'activitats, no com en altres museus, tenim exposicions temporals i altres coses i es fa de tot i hi passa molta gent, és com un centre molt dinàmic. I tenir, tenir-me a mi en aquest cas de referència allà, o sigui vaig ser el nexa de seguretat amb un centre molt variat bastant atípic també perquè en l'edifici que estem no és fàcil tampoc de moure't i ubicar-te i crec que no se en els vostres casos, però en el nostre cas, tenir aquesta persona amb la que tu generes aquesta relació de confiança, es traspassa no? la confiança a tot el centre i arriba un moment en el que qualsevol persona de CaixaForum que a més anem amb un format de CaixaForum era amiga no?, pel grup. I això jo crec que va ser a força de generar aquesta relació més personal amb mi tot i que trobo molt interessant poder incorporar a altres educadores però jo sempre estava present.” (Mediadora cultural)

"...a nosaltres no ens miraven com les mames patos si no com les filles o netes, a l'A sempre li deien, ay tu ets com la meva neta, sempre ens deien...eren com, jo crec que ens veien com ay, què cuquis no? que s'estan amb nosaltres i...i si que és veritat que alguna ens deia, si no fos per vosaltres, no ho dic pas per posar-nos flors ni molt menys eh!!! però si que ens deien que si no fos per vosaltres pot ser no vindríem. Perquè es va crear un grup molt maco, al final molt petitet, però com que tenien una certa reticència al principi amb el CCCB per la zona, perquè no coneixien gaire el museu i tal creiem que els va tirar més el grup no? i nosaltres o la nostra figura que no pas el tenir...es clar, nosaltres no tenim una col·lecció i per tant doncs aquesta idea de venir a un centre tan gran i on s'hi fan tantes coses jo crec que els fa una mica de por en l'aproximació i el fet de fer aquest vincle si que..." (Mediadora cultural)

El segon aspecte vital és el fet de tenir un espai en el recinte del museu que sigui el "seu espai", on se sentin segurs i en confiança. De fet tots els museus han establert una sala en la que es troben al arribar, deixen les coses, hi fan els tallers creatius, hi fan cada dia les posades en comú sobre el que hagin treballat aquell dia. Es el seu lloc dins el museu o centre cultural, que solen ser espais molt grans, on et perds i t'hi sents petit, però en el que ara hi tenen el seu lloc.

"...en el nostre cas en els dos centres van donar molta importància a tenir un espai de trobada, sempre el mateix. Una aula en els dos centres que sempre era la mateixa, sempre se la trobaven igual i era era ca seva allò....era el seu espai de seguretat." (Mediadora cultural)

Efectivament tots els centres van buscar aquest espai. Al CaixaForum quan arribaven els rebien al bar amb unes pastes i cafè, té,..., era el moment de fer una petita pausa després d'un trajecte llarg i el moment en que les mediadores cultural i social també es comunicaven qualsevol incidència o cosa que s'hagués pogut parlar en el trajecte que pogués ser més o menys rellevant en el desenvolupament de les activitats i en els ànims de les persones. Al MNAC es trobaven sota la cúpula del museu i a continuació entraven a l'aula que era el seu espai. Al MACBA el seu lloc era l'espai que li diuen "La cuina del MACBA", a Sant Pau tenien una sala específica, al Picasso tenien una aula que connectava amb el museu i al CCCB van treballar en espais diversos sense acabar de trobar-ne un de concret, però el pati central era sens dubte el punt d'arribada i trobada.

En general, les persones que van participar en l'ArtGran els agradaria poder continuar fent activitats d'aquest tipus, activitats culturals que els permetin conèixer indrets de la ciutat que no han tingut l'ocasió ni el temps per a fer-ho

abans. També perquè els interessa o han descobert que els interessa i no se senten infantilitzats oferint-los-hi alguna cosa fàcil, amb poc interès, si no alguna cosa que els reconeix que encara estan aquí, que son vius i que tenen encara molt a dir.

“Es clar, demostrar que som un col·lectiu que estem aquí i que podem encara fer coses. Més que ... però M tu saps que has explicat a vegades coses que fins i tot elles s’han quedat sorpreses de les coses que has explicat. Tenim una motxilla al darrera ...” (Dona,

Satisfacció

Aspectes que els han agradat

Estan contents d'haver fet ArtGran, ho han trobat una experiència positiva que recomanarien fer-la a qui els ho demanés. També manifesten voler continuar, fer el mateix però en un altre museu o, si més no, demanen a la organització que es continuïn fent activitats similars vinculades al món de la cultura, ja que d'alguna manera amb això senten que se'ls posa en valor.

En primer lloc, estan molt agraïts a l'organització per haver tingut aquesta iniciativa.

"Hombre sí, a mí lo que más me ha gustado ha sido la organización. Que el ayuntamiento haya dedicado esta especie de atención para nosotros que hasta ahora no nos habían tenido en cuenta y que ahora nos hayan tenido en cuenta para decir vamos a sacar a un grupo de niños a ver el arte. Tiene tela tela tela, que se hayan preocupado y que hayan hecho esto, esta especie de formación o de no sé, esta atención...no sé, para mí es lo más destacado." (Home, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Destaquen el bon tracte rebut per part de tothom i el carinyo i afecte amb que se'ls ha tractat.

A: Las chicas que había en el CaixaForum, la R, la P,...

J: ah sí, les tenéis que dar las gracias también...lo bien que se han portado con nosotros

Tots: que es van portar molt bé, molt bé." (Conversa, Grup Porta)

"Quiero decir que me he sentido muy bien allí en el entorno, eh! Las personas que nos atendieron muy correctas con todos nosotros. Por correctas me refiero a muy amables, muy sencillas, muy..."(Home, Grup Prosperitat)

"Si més o menys perquè tot el conjunt era molt carinyós, molt amable atent i sobretot les monitores, donava aquesta sensació." (Dona, Grup La Salut)

"...quan estava allà pues el mateix que diu ella la gent que ens va atendre fantàstic, lo millor del curs per mi." (Dona, Grup La Salut)

"...porque hacías una pregunta y te lo explicaban con una amabilidad que eso te reconforta mucho..." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

Al llarg de la conversa, en tots els grups arriba un moment que recorden entre ells els millors moments viscuts o les activitats que més els van agradar o els van sorprendre. Al MACBA els va impressionar especialment els tapissos de la Teresa Lanceta y un cub de metacrilat que dins tenia vapor condensat.

T: i després a mi el "number one" és la tapisseria, lo de la Teresa Lanceta perquè a mi això em sembla...

S: buah, me volví loca, ..., si me quería llevar uno !!!" (Conversa, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Al MNAC la visita a la biblioteca, el jardí botànic, els mobles modernistes.

A: i el dia de la biblioteca havíem anat a veure una sala em sembla també. Si va ser el dia que vàrem anar a veure els mobles d'en Morera

M: ens va agradar molt aquesta..." (Conversa, Grup Vil.la de Gràcia)

Al Picasso tota l'obra en general però recorden molt bé el recorregut pels carrers de Barcelona que formen part de la biografia de l'artista i també un joc amb uns cabdells de llana.

"A mi me gustó mucho una teràpia que había con un ovillo de lana. O sea, nos tirava a uno, estábamos en un círculo y nos tiraba un ovillo con un hilo que estaba dijéramos entre esa persona y yo ¿no? y entonces yo tenia que decir cómo me sentia, cómo estaba, qué estado de ánimo dijéramos a nivel de grupo era como un poco de terapia de abrirnos al grupo y entonces estábamos todos enlazados con el hilo. Entonces yo cuando acabé pues se lo tiré a otra persona ¿no? y esa persona no y esa persona explicaba en ese momento todo lo que sentia...eso me gustó muchísimo." (Dona, Grup Prosperitat)

Al CCCB un treball que varen fer amb fotografies o quan varen caminar per una superfície rugosa.

"... i sobretot, lo de les fotografies, ens va cridar molt l'atenció suposo que a totes, esperàvem això amb il.lusió. I la veritat és que això, va enganxar molt, al menys per la meva part." (Dona, Grup La Salut)

De Sant Pau tot ho recorden amb gust i molt especialment el dia que varen interaccionar amb els nens d'una escola.

"A mi el que m'ha agradat molt de la dinàmica és que després de la visita que fem, aquesta taula rodona, venir aquí i treure... aquestes taules rodones m'encanten."
(Dona, Grup Guinardó)

D: *los críos, cuando vinieron los críos...*

Veus: *ah si si,...*

J: *muy divertido*

D: *el teatro que hicieron" (Conversa, Grup Guinardó)*

Del CaixaForum destaquen moltes activitats, però la que sembla que els va impressionar especialment va ser la sessió en la que varen aprendre com funciona una orquestra i les moltes variacions que hi pot haver, una activitat preparada pel director d'orquestra Dudamel.

J: *aquello, aquello era ... lo más que hemos visto eh ... ponernos allí un violín...todo aquello, vamos,...,digo es que ¿serà possible cómo fué esto?, si si...*

L: *es que eran técnicas que no habíamos...*

J: *... si si bueno claro... eso es a nivel de todo ... informàtica..." (Conversa, Grup Porta)*

S'han divertit i també ho recorden. El grup de Montbau-Vall d'Hebron un dia els varen fer posar unes ulleres que distorsionaven el que veien i reien molt de l'aspecte que tenien, al Picasso un dia els varen rebre amb música i varen ballar amb les mediadores. Al MNAC un dia les participants es van posar a ballar una jota, una dansa tradicional catalana,.. Tots els grups varen fer alguna celebració, dinar o aperitiu. En definitiva s'han sentit molt bé amb el grup i amb l'ambient que s'hi ha generat.

"Ah, yo me siento feliz...muy amables todas y aquello que dices, una unión, un cariño y venías con todas que eso es lo que a mi me ha gustado más." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

A: *Jo m'he sentit molt bé, molt a gust esperant que arribessin els dimecres per trobar-nos...he estat molt a gust, molt molt.*

M: *es que hi has hagut molt bon ambient*

A: *hi ha hagut molt bon ambient eh*

C: *si un grup fantàstic.” (Conversa, Grup Vil.la de Gràcia)*

“...y como dicen ellas ha sido un grupo súper...nos hemos llevado muy bien enseguida, muy bien, la verdad que...muy muy bien, un 10.” (Dona, Grup Prosperitat)

“Mucha camaraderia, y ... y ya te digo pues eso, las personas todas compañeras, pues muy bueno con todos, hemos hecho un grupo muy bonito.” (Home, Grup Prosperitat)

C: *Pero me ha gustado mucho la experiència, ha sido superbien, de hecho, nos hemos reído y bueno lo hemos pasado muy bien todos juntos.*

B: *Incluso hemos bailado!!!! (rialles)” (Conversa, Grup Prosperitat)*

Participar en l'ArtGran els ha obert a escoltar als altres i a comunicar-se, i a tornar a connectar amb ells mateixos, enganxar-se de nou a temes que els hi interessin però que d'alguna manera tenien oblidats o deixats de banda. Han tornat a fer coses que no feien però d'altra banda també senten que tot era nou.

“...que t'obres, t'has obert, o sigui, t'has obert a sentir a escoltar a parlar a escoltar els altres, a comunicar-te... és que és molt ampli...” (Dona, Grup Guinardó)

“... perquè feia temps que no ho fèiem. O sigui jo em vaig trobar fent històries... perquè et tornes a trobar, tornes una altra vegada a ser tu mateix i em va fer molta gràcia, molta, però molta, em va divertir moltíssim poder-ho fer.” (Dona, Grup Guinardó)

“Bueno porque ja tens una edat i t'acomodes una mica, t'acomodes i això et fa sortir, et fa estar alerta, et fa tenir il.lusió per anar a veure museus que doncs era la meva il.lusió de sempre i et fa activar, et fa tenir ganes de tornar a sortir més. Doncs ja està donc quasi”(Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

“Jo crec que ens ha donat algunes eines per saber de què som capaces. Ens hem limitat nosaltres mateixes sobre lo que sabem fer i això et deixa obrir una miqueta més el ventall de fer coses.” (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

“pues mira, hacerme sacar el mal humor, a estar tranquila y a estar contenta con la gente, porque todas eran amables y no puedes estar mal...” (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

Aspectes que no han agradat

Un tema que ha aparegut en tots els grups, és el fet de que malgrat que en la sessió informativa prèvia a començar l'activitat ja se'ls va dir que anirien tots els dies al mateix museu, ells **esperaven** que no seria així i **que anirien un dia a cada museu**. Malgrat aquesta idea inicial, al final entenen perquè l'activitat es planteja fer-la sempre en el mateix museu i en reconeixen els avantatges i aspectes positius que això implica.

"Jo ho veig així. Jo hi veig la part positiva d'haver-ho fet al mateix lloc. Al principi em va frapar però després vaig veure la part positiva de que aquelles dues persones d'allà, eren dues persones que estaven i havien mamat allò i per això ho sabien fer d'aquella manera." (Dona, Grup La Salut)

"Estic molt satisfeta perquè si només haguéssim anat dos dies a aquest museu, no haguéssim captat tot el que hem captat de l'art contemporani, que ens ho han explicat molt bé, jo crec eh!" (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron).

"Entonces la primera vez pensé... digo bueno...volví. Y la segunda vez ya me sentí más tranquila, más compañerismo, más el estar, pero en realidad yo cuando fuí al museo por primera vez no me esperaba esto." (Dona, Grup Prosperitat)

Algunes persones, principalment les que ja eren aficionades a l'art en general i a la pintura en concret, **esperaven veure més quadres, visitar més sales**. En el fons esperaven aprendre sobre art i els artistes, una aproximació més íntima a l'art i els costava d'entendre l'objectiu principal d'ArtGran, el treball més profund que es volia fer amb el seu estat d'ànim i que s'obrissin i fessin xarxa entre ells. Aquesta situació es va crear sobretot entre els grups que varen anar a un museu com a tal i amb molta quantitat d'obra per veure, com és el cas del MNAC. Per contra, els que van anar a algun lloc sobre el qual es varen fer poques expectatives com podria ser el CCCB, varen quedar gratament sorpresos al constatar la quantitat de coses diverses que podien fer "allà dins".

"... però he trobat a faltar tot lo que el MNAC ens pot donar quant a art i cultura de moltes coses." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

"I és clar la meva il·lusió era aquesta tot i que no hi entenc d'art, però bé, em cridava l'atenció. No ha sigut això, però bé, m'ho he passat bé, la veritat." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

"...volia precisar que no és tan l'anar a veure els quadres si no fins i tot l'explicació dels quadres, de com pinten...no tan de avui veurem a tal i ... no però veure també com pots fer o com pots expressar l'art d'alguna manera i això ha faltat una mica." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

Pel que fa als tallers creatius que feien, a algunes persones no els van agradar, a altres els va ser indiferent, i altres en canvi, la majoria, ho varen trobar essencial i ho varen viure com una manera de complementar el que havien après, d'abocar el que havien sentit en les sales d'alguna manera plàstica. Era un espai també de complicitats entre uns i altres, de relaxar-se, d'explicar-se coses. Era de fet, juntament amb el trajecte que feien en transport públic, on realment interaccionaven entre ells i es descobrien. Descobrien que un escrivia molt bé, descobrien que algú altre tenia moltes històries per explicar, descobrien coses sobre si mateixos, habilitats, que d'altra manera no haguessin trobat. Tots reconeixen però el valor afegit dels tallers.

"Lo bonito, que yo no me lo esperaba, era la participación en después en las manualidades que nosotros expresásemos lo que habíamos visto. Entonces esto abre campos en la mente de cada uno de nosotros vivencias o cosas, coloridos...porque nos hacían preguntas de colorido que forma de pintura...y todo eso pues ha sido una terapia muy importante." (Dona, Grup Prosperitat)

"...amb les exposicions que ja hi comptava, lo que no hi comptava és en els tallers, els tallers que han sigut molt bons." (Dona, Grup Porta)

"...que no es solamente ir al museo, si no después lo que se va ha hacer allí y todo esto. Yo creo que es la única forma de captar a la gente."(Home, Grup Porta)

"No, molt positiu, jo trobo que molt positiu, perquè una cosa que feia totes, em penso, anys que no fèiem, vaja, jo a casa no em poso a dibuixar mai, bueno, a no ser que siguis ja pintora o algo així, això és diferent." (Dona, Grup Guinardó)

"Llavors el tema dels tallers no m'ha agradat gens, però bueno, també hi he participat." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia).

Malgrat tot, tots volen continuar:

"Queremos volver" (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"A mi me ha gustado mucho y no me importaria por supuesto de venir para eso si es posible repetir y muchas gracias." (Dona, Grup Prosperitat)

Propostes

Transport

Durant el transport s'han generat unes dinàmiques molt interessants tal com ja s'ha comentat. Tot i així, per a alguns grups, era especialment llarg i complicat el trajecte. Comenten que en funció del moment físic de la persona, anar en transport públic pot ser complicat i proposen dues opcions:

a. Transport específic per a la gent gran

"...pero no entiendo porqué cuando son personas tan mayores no había un microbús para llevarlos. Yo esto si lo pienso de este modo...porque ha habido personas muy mayores... yo no però..." (Dona, Grup Porta)

"...perquè una cosa és dir, bueno, si és dos carrers més avall que t'hi portin..., ostres però és que hem atravesat tot Barcelona..." (Dona, Grup Porta)

"Jo no ho dic per dir eh, però depèn quin grup, s'hauria de valorar si és gent molt gran de fer un lloc de trobada i amb un microbús pujar-los allà dalt. Perquè jo se de gent que van venir a la primera reunió, son gent de gairebé 90 anys i jo crec que a aquesta gent els hi serà molt costós de pujar fins allà dalt." (Dona, Grup Vil.la de Gràcia)

b. Millorar l'accessibilitat del transport públic

"dijeron de ir a la plaza Urquinaona y yo dije que no porque hay una cantidad de escaleres que yo no entiendo como no lo ponen un poco decente...porque Jaime l estaba muy mal pero ahora lo han puesto muy bien para el transporte de personas con ciertas limitacions, pero es que la plaza Urquinaona siendo una plaza que hay cuatro o cinco salidas y hay tanta confluència no hay esa posibilidad, eso es lo único que cuando dijeron plaza Urquinaona, dije no, yo no voy." (Dona, Grup Prosperitat)

Difusió

Comenten que aquest programa estaria bé que arribés a més gent. Un cop han participat en ArtGran s'han adonat que aquest programa pot ser molt útil per a les persones que se senten soles o que per motius diversos estan passant per un moment complicat, i consideren que caldria trobar la manera de arribar a més gent, ja que moltes vegades no s'assabenten de les coses que es fan.

"El que passa es que això no tothom se'n assabenta d'aquestes coses...jo perquè em va donar el futlletó una veïna que em sembla que va a un casal." (Dona, Grup Prosperitat)

Consideren doncs que se'n ha de fer més difusió i explicar més en què consisteix ArtGran. Hi ha persones que poden no sentir-se atretes per l'art i per anar a un museu, en canvi si se'ls hi explica que no és només anar a veure quadres, si no que s'hi fan també altres activitats es possible que s'atregui a més gent. També consideren que explicar que és per a ajudar a sentir-se menys sol pot ser un aspecte positiu. Parlen dels centres cívics, però per ells la figura clau per a recomanar ArtGran són els professionals del CAP.

"...pero si se les explica bien sobre lo que se va ha hacer y todo esto yo creo que tendría más impacto." (Dona, Grup Porta)

"...que es mencioní més per la soledat de les persones...que és més per la unió, que és per intercanviar experiències...a lo millor...dic jo...no ho se." (Dona, Grup Prosperitat)

"Pot ser que no tingui el missatge a la mentalitat, perquè és clar, hi ha gent que diu el museu Picasso, CaixaForum...buf! mare meva, o sigui, podria ser un rebuig o sigui...llavors fer-ho d'una altra manera podria ser més atractiu per la comunicació, perquè si no t'agrada la pintura no t'apuntes però en canvi si hi ha unes activitats que pots fer-hi..." (Dona, Grup Prosperitat)

"i després jo també diria que el CAP, el CAP hi ha moltes infermeres que també saben, aquella persona que va a prendre's la pressió, que cada 15 dies o el control de la diabetis o aquestes coses...saben una mica i per exemple, jo he vingut aquí perquè la infermera del CAP m'ha dit eh! Que es fa això, m'entens?" (Dona, Grup La Salut)

També fan altres propostes com són els voluntaris que fan activitats amb les persones grans, com per exemple Radars, Amics de la Gent Gran,.. una altra idea és fer difusió a través de grups de gent jove com els agrupaments escoltes o altres

tipus d'agrupacions de joves. I que siguin ells mateixos que ho expliquin a les persones grans...

"Inclús agafar gent jove, perquè la gent jove portés als avis els tiets, no esperar d'anar a un casal de gent gran, si no anar amb la gent jove, als agrupaments o el que sigui on hi hasgi gent jove, per a que convencin als avis a que hi vagin que es belluguin. Perquè als casals deu costar una miqueta no d'entrar als casals?" (Dona, Grup Vil.la de Gràcia

Finalment també comenten que segurament l'ajuntament sap qui son les persones grans i on estan, i podrien tal vegada fer-los arribar informació. També a través dels registres del servei de Tele Assistència, que deuen saber qui son les persones que estan soles.

"Yo también creo que el Ayuntamiento mandar como más información. Ellos tienen programas, y saben la gente mayor que hay a través de yo que se, pues de la medalla o cosas así o sea no tiene que ver nada la medalla con esto, pero ellos también mandan información a la gente mayor o en el barrio, en el ayuntamiento de los barrios..." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

Altres Propostes

a. Allargar la durada

En general diuen que se'ls ha fet curt, que s'han quedat amb ganes de més. Uns diuen que caldria allargar-ho durant més setmanes, altres diuen que un dia a la setmana es poc mentre altres diuen que un dia a la setmana és suficient.

S: además fué muy poco porque una vez a la semana..

T: si, una vez a la semana está bien porque tienes una obligación un día a la semana de esto, no nos cansaríamos con un día a la semana, estamos ilusionados de que llegue la semana siguiente para poder hacerlo." (Conversa, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

b. Fer el mateix en altres museus

Els agradaria continuar, fer el mateix però en un altre museu. La idea de conèixer altres centres amb aquesta intensitat els ha seduït i els agradaria poder continuar.

"lo único que podemos decir es que nos lleven a otro museo." (Dona, Grup Montbau-Vall d'Hebron)

"...y bueno no me importaria repetirlo en otro museo...y muchas gracias." (Dona, Grup Prosperitat)

"I ara bueno, pues si es tornès a repetir i algú em digués Eulàlia, vols anar al Museu Picasso al MNAC o així? Segurament m'hi apuntaria." (Dona, Grup La Salut)

c. Aprofundir en els coneixements adquirits

Els agradava molt passejar per les sales, observar amb calma, pensar i meditar sobre el que observen. Gaudeixen de l'entorn. Voldrien poder gaudir més estones d'aquesta sensació.

"perquè aquest pintor pinta d'aquesta manera i l'altre pinta d'una altra. Els colors, un museu és un altre món totalment diferent i també hi entren moltes coses." (Dona, Grup Guinardó)

"esto a mi me da para pensar sobretodo en pintura, nos tendríais que enseñar un poco si conocéis alguien que nos explique un poco el nacimiento de un cuadro...bueno...los primeros..." (Home, Grup Porta)

Reflexions al voltant d'ArtGran

ArtGran ha volgut fer un salt endavant i ha treballat de manera conjunta i coordinada des dels diferents sectors de salut i socials i també amb l'àmbit de la cultura. Ha estat un repte enriquidor i satisfactori en el que s'ha treballat per tal de trobar un llenguatge comú dins de la diversitat de les diferents àrees de treball, per a aconseguir un objectiu comú, que és el de treballar per el benestar de la ciutadania i en concret en ArtGran, per les persones grans que se senten soles.

D'una banda, des del sector de la salut, el projecte que encaixava amb el context d'adaptació i canvi que viu el propi sector, marcat pel mateix concepte de salut, que també s'ha transformat. De la idea inicial d'absència de malaltia ha passat a incloure el benestar, no tan sols físic, sinó també psicològic i social. Els professionals sanitaris en el seu exercici diari han de tenir capacitat d'adaptabilitat, incorporant com a condicionants tots els elements que influeixen en les persones a qui atenen, amb una visió holística.

A més, també s'ha transformat la manera en que es fa aquesta atenció a les persones als centres sanitaris. En primer lloc, perquè les persones ateses cada vegada són menys éssers passius o pacients, entesos com a individus sols receptors de pautes que provenen de l'entorn sanitari, que viuen aïllats i aliens a l'entorn que els envolta. És necessari un diàleg entre iguals per prioritzar i establir estratègies conjuntament. En segon lloc, la clàssica prescripció, centrada en els fàrmacs, va passar a incloure altres recomanacions, com les relacionades amb els estils de vida, i segueix evolucionant recentment, quan veiem que s'incorpora al ventall de possibles elements a receptor la "prescripció social", com a una eina imprescindible que aporta beneficis a la salut física i al benestar emocional. En tercer lloc, la ubicació també ha variat, i els professionals sanitaris, sobre tot des dels Centres d'Atenció Primària (CAP), tenen clar que cal sortir dels centres per intervenir i les accions s'han de fer allà on les persones viuen, creixen, treballen o es relacionen. L'entorn i la comunitat contribueixen al benestar, a la salut de les

persones, també els dels més grans. Les intervencions dirigides a les persones grans han de ser individualitzades i pensades amb la persona però a la vegada, també requereixen treballar en xarxa, de forma multidisciplinar, col·laborativa i complementària. El treball en xarxa i coordinat des de les estructures socials, cada cop s'ha anat implementat més, de manera que professionals del CAP, equips de Serveis Socials amb qui salut comparteix la mateixa població del territori i són equips detectors de l'alt aïllament que pateixen les persones més grans, Centres Cívics i teixit associatiu representant de les diferents veus que conformen la població, conflueixen en estructures com són les taules de barri, les taules de salut, les taules de gent gran,...

Amb la fita d'un envelliment saludable, els sistemes sanitaris tenen per davant nous reptes i requeriments de la població. Un repte és actuar sobre els factors modificables i que poden ser intervinguts, com la fragilitat, per promoure el manteniment de la capacitat funcional i el benestar. Un altre repte és anar més enllà del propi sistema sanitari, arribant a altres nivells per intentar modificar les causes, les condicions de vida de les persones.

D'altra banda, a l'àmbit de la cultura, dels museus i els equipaments culturals han entrat en un nou paradigma esdevenint cada cop més aquests espais acollidors, segurs psicològicament i físicament, on les persones poden expressar-se lliurement i on es produeixen connexions socials positives. D'aquesta manera els museus es converteixen en espais de socialització, de trobada i de conversa però també de desenvolupament personal i d'expressió de les emocions on donar forma i significat a sentiments, en ocasions, complexos.

Conclusions

Les principals fites assolides pel programa són:

- **Millora del sentiment de solitud no volguda:** Pel que fa al sentiment de solitud, algunes persones declaren que es sentien soles, que no sortien i que estaven en estats de molta tristesa. ArtGran els ha ajudat a sortir, a relacionar-se i a sentir-se millor.
- **Sentiment de grup:** A mida que anaven passant els dies es van sentir millor, més contents. Esperen el dia amb il·lusió, amb ganes de retrobar-se amb el grup i anar al museu. Destaquen l'empatia i l'afecte amb que s'han sentit tractats per les mediadores culturals i socials, i parlen del bon ambient i de com s'han divertit i han rigut.
- **El grup com a espai segur:** s'ha generat el sentiment de que el grup és un espai segur on es pot expressar el que es vulgui. El grup és un espai on no es serà jutjat i el grup posa en valor i blinda el que junts han construït.
- **Compartir experiències:** participar en Artgran ha ajudat a valorar allò positiu i "relativitzar". Al compartir les experiències pròpies amb les dels altres, algunes persones diuen que s'han adonat que han estat felices. Participar els ha permès sortir del seu "forat/caparazón/hoyo", voler ser més forts i allunyar la tristesa, veure què hi ha coses més enllà i relativitzar.
- **Capacitació:** ArtGran els ha fet sentir més valents, que poden fer coses, que encara compten i ha millorat la pròpia percepció quant a poder resoldre les activitats de la seva vida quotidiana.
- **Millora de l'autoestima:** El mètode de treball emprat en ArtGran els ha fet tornar a saber-se importants i capaços i els ha fet augmentar la seva autoestima.
- **S'han sentit respectats i valorats** en un moment de la seva vida en el que senten que la societat els deixa de banda o els infravalora pel sol fet de ser grans. No se senten escoltats, ni respectades les seves opinions, tractats amb condescendència. ArtGran els ha ajudat a sentir que encara poden fer i dir i aportar i estar actius.
- **Superació de reptes i augment de l'autonomia:** se'ls ha ajudat a superar reptes, però ells també han ajudat, han tornat a bellugar-se per la ciutat, han

perdut la por a agafar el metro, han fet coses que mai haguessin imaginat que podrien fer a la seva edat.

De manera lliure i sense pressions, s'ha parlat de les pèrdues i com es gestionen:

- pèrdua de relacions, per morts i canvis vitals,
- pèrdua d'antics rols(laborals o com a cuidadors/es),
- pèrdua de capacitats, tant de les habilitats físiques com cognitives.

Aquí, en canvi, guanyen un nou rol com a membre del grup. La intervenció els fa sentir valorats, que la seva opinió importa.

- **Accés a la cultura:** es trenca la barrera de que els museus són espais reservats a persones amb una determinada formació. Artgran aporta el valor d'obrir els museus a tots, democratitzar-los, són un bé comú a usar i no un element que generi estigma.
- **Canvi de percepció dels museus i centres culturals:** han canviat la visió del museu, ara és un espai accessible i amable i això els ha despertat l'interès per a conèixer més museus i espais de la ciutat que fins ara no s'havien ni plantejat.
- **Percepció de l'art:** tenen una visió diferent de l'art. Han après a reflexionar, a observar i a anar més enllà del m'agrada o no m'agrada i han après que, darrera de cada obra, hi ha un pensament, unes vivències, un moment vital, un moment de la història, que l'autor vol transmetre. Han canviat sobretot, la concepció que tenien de l'Art Contemporani entenent que avarca molts llenguatges i moltes maneres d'expressió: visuals, corporals, sensorials.
- **Importància del trajecte:** el trajecte és el lloc en el que comença l'aventura. Va esdevenir un element clau per recuperar aquesta habilitat després de la pandèmia (agafar el metro-bus), un espai i temps propi i lliure del grup on es generava conversa, serveix per conèixer, ajudar-se (vencent por o donant-se suport físic davant barreres), una oportunitat per fer coses que sortien del previst un moment de reflexió, interiorització i compartir amb els altres el que s'havia viscut al museu.
- **ArtGran passa a ser una prioritat quotidiana** pels participants. Només passarien per davant tenir visita mèdica o haver de tenir cura de familiars (sobretot nets i netes). Integren l'activitat i tot el que implica en la seva rutina aportant-hi alegria i interès.
- **Posar en valor el present:** La intervenció "redimensiona" de nou el temps. ArtGran va permetre retornar al passat d'una forma amable, divertida i gens nostàlgica. No hi ha aquell sentiment de què qualsevol cosa passada era millor

ni un record constant del passat. Viuen en el present i amb ganes de gaudir-ne. Fan activitats que feien quan eren petits: manualitats, riuen, aprenen i en general els motiva per a seguir aprenent més enllà de les portes del museu, de manera que quan arriben a casa, segueixen buscant informació i comparteixen amb les persones del seu voltant el que han après. Així doncs, ajuda a ressituar-se en el present (gràcies al nou rol com a part d'un grup, la identitat es redefinia) i permet projectar i obrir opcions de futur (seguir aprenent, investigant, explicant als altres, planificant noves activitats) que els tornen a il·lusionar.

Bibliografia

1. Puigpinós, R.; López, M. J.; Continente, X.; Serral, G.; Mouriño, R.; Lapena, C.; Masip, J.; González, T. ; Artazcoz, L. Avaluació de la intervenció ArtGran. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona, 2023.
2. Davies Ch., Knuiman M., Wright P., Rosenberg M. The art of being healthy: a qualitative study to develop a thematic framework for understanding the relationship between Health and arts. *BMJ Open* 2014; 4: e004790. Doi: 10.1136/bmjopen-2014-004790
3. . Experiencias en grupos.W.R. Bion. Editorial Paidós. Buenos Aire, 1979.
4. El proceso grupal: del Psicoanálisis a la Psicología Social (I). Enrique Pichón Riviere. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires, 1985.

C S B Consorci Sanitari
de Barcelona



Promoció de la salut

Connectem
f **t** **y** **in**

www.aspb.cat