



“FELIÇ DIA DE L'ÀVIA I DE L'AVI”

Avui, 26 de juliol, coincidint amb la festivitat de Santa Anna i Sant Joaquim, celebrem a molts països d'Europa el **Dia de l'Àvia i de l'Avi**. Des de **FATEC (Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya)**, ens volem sumar a aquesta diada amb un sentit **homenatge i agraïment a totes les àvies i avis** que, amb dedicació, amor i generositat, contribueixen cada dia al benestar de les seves famílies i, especialment, dels seus nets i netes.

Els avis i àvies són una **figura clau en l'estructura familiar actual**. El seu suport no és només emocional, sinó també econòmic i logístic. En un context de dificultats per conciliar la vida laboral i familiar, moltes famílies compten amb ells com a pilars imprescindibles. Sense fer soroll, sense esperar res a canvi, assumeixen responsabilitats que contribueixen de manera decisiva a la cohesió i a la qualitat de vida familiar.

Segons diversos estudis, "el màxim sentit de felicitat de la vida és ser avi o àvia", i no és d'estranyar. La relació amb els nets i netes és font d'energia, d'alegria i d'il·lusió. **Però també són els nets qui aporten als avis motius per continuar actius, connectats i amb ganes de viure.** Aquesta relació intergeneracional és, sens dubte, una de les millors eines contra la solitud i per a la millora de la salut mental de les persones grans.

Per això, en aquest **Dia de l'Àvia i de l'Avi**, volem fer una crida especial a tots els nets i netes: **aprobeu-vos als vostres avis i àvies, compartiu temps amb ells, escolteu-los, abraçe-los.** Ells us han donat molt i encara tenen molt per oferir.

Des de FATEC, volem felicitar totes les àvies i tots els avis. Que aquest dia sigui un reconeixement a la seva estima, a la seva paciència, al seu saber i a la seva dedicació.

Feliç Dia de l'Àvia i de l'Avi!

Juliol 2025