



Entrevista

Francisco José Borge López
*Vicerrector de Extensión Universitaria
y Proyección Internacional de
la Universidad de Oviedo*

Colaboraciones

Enrique Pozón Lobato

Opinión

Elena Alonso
*Profesora Titular de la
Universidad de Vigo*

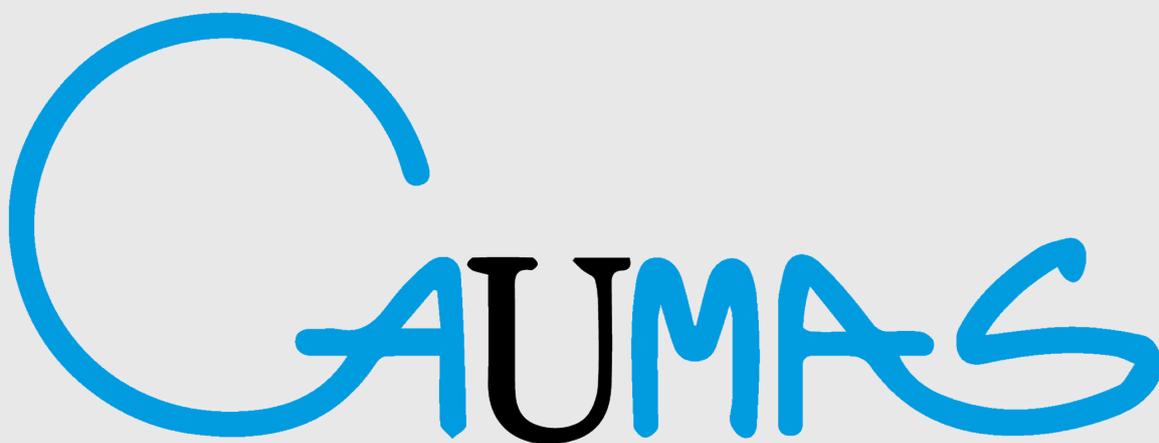
Noticias

Comisión Europea: Envejecimiento
Mesa Estatal por los Derechos
Humanos de las Personas Mayores
XV Encuentro Estatal de Programas
Universitarios para Mayores
XVI Jornadas Internacionales sobre
asociacionismo en los PUM
AMUEZ, Clausura del
curso 2016 - 2017
ADAYEUS, Visita a la Torre de Hércules
AUDEMA, Cronica del viaje
cultural a las Cinco Villas
AAAAPLEXVA, La experiencia
ante un nuevo amanecer
ALUMA, Viaje a Francia.
Interuniversitario.
ADAMUC, Seminario de Filipinas
y el Pacífico Español
ADAYEUS, Reunión de
compañeros en A Coruña
AUDEMAC, Mensaje Fin de
Curso del Presidente



**XVI JORNADAS SOBRE
ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS
UNIVERSITARIOS DE MAYORES**

**Aprendizaje Permanente:
Formación para transformar**
Oviedo, del 13 al 16 de septiembre de 2017



CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES Y FEDERACIONES
DE ALUMNOS Y EXALUMNOS
DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

SUMARIO

JUNIO 2017



04 EDITORIAL
Los hábitos saludables

Prevención de la dependencia

Poner los medios y adoptar las medidas necesarias para un envejecimiento positivo, es lo mismo que decir prevenir la dependencia



05 D. Francisco José Borge López
Vicerrector de Extensión Universitaria y Proyección Internacional

Entrevista a:

D. Francisco José Borge López, (Gijón, 1968), Vicerrector de Extensión Universitaria y Proyección Internacional, Profesor Titular de la Universidad de Oviedo en el Área de Filología Inglesa. Doctorado por la Universidad de Oviedo y por la University of Massachusetts (EE.UU.)



08 Excavando túneles: Los mayores.
Elena Alonso Prieto, Doctora Ingeniera de Minas.

Opinión

Siempre encontré personas con interés e inquietud por comprender el mundo, nuestro mundo, curiosidad que se materializó en la realización de muchísimas preguntas, de todo tipo

COLABORACIONES

12 Universidad y personas mayores como campo de estudio
D. Enrique Pozón Lobato

NOTICIAS

11 Comisión Europea: Envejecimiento
Noticias de la Unión Europea

14 Derechos y Mayores
Mesa Estatal por los Derechos Humanos de las Personas Mayores

16 XV Encuentro Estatal de Programas Universitarios para Mayores
Santiago de Compostela, 12, 13 y 14 de junio de 2017

18 XVI Jornadas Internacionales sobre asociacionismo en los PUM
Oviedo, del 13 al 16 de septiembre de 2017

21 AMUEZ, Clausura del curso 2016 - 2017
31 de mayo de 2017

22 ADAYEUS, Visita a la Torre de Hércules
26 de abril de 2017

24 AUDEMA, Cronica del viaje cultural a las Cinco Villas
2, 3 y 4 de junio de 2017

27 ADAMUC, Seminario de Filipinas y el Pacífico Español
Programa de estudio

28 AAAPIEXVA, La experiencia ante un nuevo amanecer
Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Valladolid

30 ALUMA, Viaje a Francia. Interuniversitario.
Jornadas Interuniversitarias de Toulouse

32 ALUMA, Reencuentro con Italia
Del 1 al 3 de mayo de 2017

34 AAAPIEXVA, Actividades
Programa 2º trimestre

36 ADAYEUS, Fin de curso
Reunión de compañeros en A Coruña

37 AUDEMAC, Fin de Curso
Mensaje Fin de Curso del Presidente

38 Biblioteca Sénior CAUMAS
Trabajos destacados



revista digital

Séniors Universitarios

Nº 19

Junio 2017

EDITA

CAUMAS

Confederación Estatal de Asociaciones
y Federaciones de alumnos y
exalumnos de los Programas
Universitarios de Mayores.

C/ Velázquez, 59 - 1º Dcha.

28001 - Madrid

PRESIDENTE CAUMAS

Felipe Martín Moreno

ISSN

2444-2038

DEPÓSITO LEGAL

M-18166-2015

DIRECCIÓN Y REALIZACIÓN

Marina Troncoso

CAUMAS

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Canal
Empresarial 

SUBVENCIONADO POR



CONTACTO

revistadigitalsenior@yahoo.es

CAUMAS

EDITORIAL

Prevención de la dependencia

Dentro de las acciones para prevenir la dependencia, es de vital importancia poner en práctica una serie de estrategias bio-psico-sociales que permitan a las personas mayores optimizar al máximo sus capacidades y en consecuencia prolongar lo más posible su autonomía personal.

Desde el punto de vista cognitivo no hay un momento concreto para el deterioro, éste depende de muchos factores y, según los expertos, a mayor actividad intelectual el deterioro cognitivo tiende a no aparecer. Debido a que el cerebro está diseñado para aprender y para modificarse en función del aprendizaje, la estimulación de la musculatura cerebral por actos externos como la actividad intelectual que supone un aprendizaje permanente ofrecido y posibilitado por los cursos universitarios para mayores, optimizan al máximo las capacidades de las personas mayores; es como decir que la Universidad es el gimnasio del cerebro.

Los cursos universitarios para mayores potencian el mantenimiento de las capacidades sensoriales, físicas, cognitivas, sociales y afectivas, mantienen y mejoran la capacidad de observación, concentración y percepción del aprendizaje; optimizan las funciones cognitivas; positivizan la percepción del mayor desde la propia familia y mejoran las relaciones interpersonales; en consecuencia, el envejecimiento activo y participativo de los PUMs no solo promueve la autonomía personal, la mantiene el máximo tiempo posible.

Impulsar las actividades de los programas universitarios de mayores, es potenciar el empoderamiento de las personas mayores, reconociendo los derechos humanos de las personas mayores de independencia, dignidad, cuidado, autorrealización y participación en los ámbitos económicos, sociales, culturales y en los procesos de adopción de decisiones a todos los niveles; incrementan las capacidades del colectivo, rompen los paradigmas negativos, favorecen un clima apropiado de estímulos para el desarrollo de la autonomía personal, colaborando firmemente en la autorrealización hacia el conocimiento de uno mismo para alcanzar la felicidad. El compromiso de una oferta ajustada a las demandas de los mayores implica el reto de poner los medios y adoptar las medidas necesarias para un envejecimiento positivo, que es lo mismo que decir: prevenir la dependencia.

Junio de 2017



Entrevista D. Francisco José Borge López

D. Francisco José Borge López, (Gijón, 1968), Vicerrector de Extensión Universitaria y Proyección Internacional, Profesor Titular de la Universidad de Oviedo en el Área de Filología Inglesa. Doctorado por la Universidad de Oviedo y por la University of Massachusetts (EE.UU.), inició su carrera docente en el Departamento de Inglés y el de Español y Portugués de la University of Massachusetts, así como en el de Lenguas Romances de Amherst College (1992-2000). Ha sido también Secretario de la Casa de las Lenguas (2010-2012), Subdirector del Departamento de Filología Anglogermánica y Francesa (2012-2015), y, Director del Departamento de Filología Inglesa, Francesa y Alemana (2015-2016).

Con más una treintena de monografías y artículos de ámbito internacional, es miembro del Grupo de Estudios Cervantinos (GREC) y ha dirigido el equipo de la Universidad de Oviedo en el proyecto europeo Leonardo Da Vinci 'Vinolingua'.

Muchas gracias Vicerrector por acceder a contestar a nuestras preguntas.

CAUMAS, en la que está integrada PUMUO, (Programa Universitario de Mayores de la Universidad de Oviedo) es la Confederación que agrupa a las Asociaciones y Federaciones de los Programas Universitarios de Personas Mayores (PUM) vinculados a las Universidades Públicas y Privadas del territorio español. Uno de sus objetivos es el desarrollo de Programas de Envejecimiento Activo desde el sello de la Universidad, para lograr la participación de las personas mayores en beneficio de las distintas comunidades y trabajar en positivo por una sociedad para todas las edades.

¿Cómo se valoran estas actividades desde la Universidad de Oviedo?

La Universidad de Oviedo apostó, hace ya casi dos décadas, de manera decidida por el programa que hoy conocemos como PUMUO, Programa Universitario de Mayores de la Universidad de

Oviedo. Lo que comenzó siendo una programación muy reducida que incluía tan solo dos años de cursos y talleres que pretendían captar el interés de una franja de población en claro ascenso, pronto se consolidó como un programa de cinco años con una oferta formativa auténticamente "universitaria", impartida por equipos docentes de la propia universidad en tres ciudades de la región asturiana.

Este año celebramos las XVI Jornadas sobre Asociacionismo en los PUM en su Universidad, cómo Vicerrector de Extensión Universitaria (Vicerrectorado responsable del desarrollo del PUM en la Universidad de Oviedo), ¿Cuál ha sido su implicación y la de su vicerrectorado en este evento?

Lógicamente, hemos hecho todo lo que ha estado en nuestra mano para facilitar las tareas de coordinación y difusión de las Jornadas. Tanto es así, que recuerdo perfec-

tamente que una de mis primeras reuniones tras acceder al cargo hace ahora poco más de un año fue precisamente con el comité organizador de nuestra Universidad.

Mi directora de área directamente a cargo del PUMUO, Ángeles Fernández, has mantenido una comunicación fluida y directa con el comité desde el minuto uno.

Bajo el lema: *Aprendizaje Permanente: Formación para Transformar*, se quiere poner en valor los PUM como una nueva herramienta a disposición de las personas mayores con inquietudes intelectuales y de aprendizaje para potenciar su participación ciudadana y en la sociedad del conocimiento, ¿Cómo se integra esta nueva enseñanza en la Universidad?

Como dije anteriormente, el Programa de Mayores se adscribe al Área de Extensión Universitaria de nuestra universidad, como programa propio o parte de la oferta de enseñanza no reglada.

Analizando las previsiones demográficas y aplicándolas a los PUM, sabemos que la oferta actual se queda pequeña, ¿se estudia desde la Universidad la ampliación de medios para cubrir una mayor demanda de personas mayores que quieren estar en los PUM?

He de decir que, al menos en nuestra universidad, estamos siendo capaces de absorber toda la demanda que nos llega por parte de este sector de la sociedad asturiana. Como dije, ofrecemos el Programa en las tres ciudades más importantes de la región, Oviedo, Gijón y Avilés, y estamos incluso explorando la posibilidad de implantarlo en alguna más.

En junio de 2017 asistimos al XV Encuentro de AEPUM, en Santiago de Compostela, y allí se insistió, por parte de los representantes de los profesores, en la necesidad de un marco común donde se puedan desarrollar estos programas y evitar las grandes diferencias de contenido académico que hay entre las ofertas de las universidades españolas, ¿apoya usted esta iniciativa de los profesores implicados?

Sí, nosotros estuvimos también presentes en este Encuentro de Santiago de Compostela y, efectivamente, supondría un gran paso poder llegar a homogeneizar la oferta formativa de los PUM a nivel nacional, así como equiparar su estatus dentro de la oferta académica de cada una de nuestras instituciones de educación superior. Sea como fuere, en la variedad también está el gusto y no veo del todo mal que, en cada región, en cada universidad, se ofrezca aquello que más pueda interesar a los miembros de la sociedad en la que se enmarca.

Considerando que los PUM deben ser programas flexibles adaptándose a las demandas de los nuevos universitarios, también deben disponer de un programa de movilidad, algunas universidades comienzan a aplicarlos, ¿En la Universidad de Oviedo disponen de programas de intercambios entre los PUM?

No es algo que hayamos iniciado aún, aunque sí hemos estado, durante este último año, explorando esta posibilidad. En el Encuentro de Santiago también mantuvimos conversaciones al respecto y consideramos que sería un elemento más de motivación para los alumnos, así como una actividad formativa de gran calado para ellos.

Otra de las demandas surgidas en el XV Encuentro de AEPUM, es la necesidad de impulsar la realización de trabajos internacionales dentro de los PUM, desde el Vicerrectorado de Proyección Internacional ¿Considera prioritario buscar proyectos europeos en los que participen los alumnos mayores?

Sería fantástico, aunque, tal y como van las cosas hoy en día en lo que se refiere a la concesión de proyectos, lo veo más como una aspiración muy legítima e interesante que como una posibilidad real. Yo sí animaría a nuestros alumnos a implicarse en proyectos a los que ellos vieran que tendrían algo que aportar, así como a nuestros profesores para que pensarán en la posibilidad de ver los PUM como una fuente de ideas o de recursos humanos para sus propios proyectos.

Usted es lo que, los que hemos nacido en el siglo pasado, denominamos un “hombre de letras” y la mayor demanda entre los alumnos sénior son las asignaturas de

Yo sí animaría a nuestros profesores para que pensarán en la posibilidad de ver los PUM como una fuente de ideas o de recursos humanos para sus propios proyectos

humanidades, sin embargo, es imprescindible conocer y aplicar las TICs para una mayor y mejor formación, ¿Cómo hombre de formación humanística, incentiva la aplicación y el conocimiento de las TICs?

Por supuesto. Una cosa no está reñida con la otra y mal nos iría a los de Humanidades si no nos fuéramos adaptando a las nuevos tiempos y no fuéramos incorporando en nuestra propia investigación y docencia la infinitas ventajas que ofrecen las TICs. Peor veo a aquellos que se centran en exceso en las TICs y dejan a un lado la formación humanística.

Un elemento fundamental para el buen desarrollo de los PUM es la implicación de los profesores, volcados totalmente en el Programa, pero sin un claro reconocimiento de esta actividad dentro de su currículo académico, desde CAUMAS reivindicamos este reconocimiento en beneficio de los profesores, ¿Cuál es su posición al respecto?

Yo también creo que los profesores implicados en los PUM deberían ver su gran labor reconocida dentro de su currículo académi-

co. Lo difícil es encontrar la mejor manera para hacerlo, y más dadas las condiciones en las que los universitarios nos vemos obligados a trabajar en los últimos años. Mi compromiso como vicerrector es lograr que, en este aspecto, demos los pasos adecuados para que este reconocimiento sea efectivo y satisfactorio para el profesorado.

En su experiencia como responsable del PUM de la Universidad de Oviedo, ¿Cuáles son los puntos de actuación más importantes y urgentes para un mejor desarrollo del Programa Universitario de Mayores?

Yo creo que hemos tocado ya algunos de los más relevantes: la homogeneización de la oferta a nivel nacional; la equiparación del estatus de estos estudios a lo largo y ancho del territorio español; el reconocimiento a los profesores; la movilidad...Pero también creo que tenemos por

delante una importante tarea de concienciación cara a la sociedad y a las instituciones.

Al nivel que hemos logrado poner a los PUM, no es de recibo que la mayor parte de la sociedad siga viendo estos programas como un mero entretenimiento para las personas mayores y no como una auténtica experiencia académica. Tampoco lo es el desconocimiento que algunas de nuestras instituciones de gobierno tienen de estos programas, lo que deriva en serios problemas a la hora de afrontar asuntos tales como la financiación de los mismos.

Para terminar una curiosidad: ¿Se matriculará en la Universidad de Mayores cuando se jubile? ¿En que asignaturas?

No lo descarto. Como no me canso de repetir, yo fui uno de los primeros profesores del PUMUO en Oviedo, estando a cargo de la asignatura de Inglés durante los dos primeros años de su andadu-

ra. Me encantaba dar estas clases, a pesar de que fueran a última hora de la tarde y después de una agotadora jornada con las tareas docentes tradicionales. Me gustaba el ambiente, la camaradería, el entusiasmo, las ganas de aprender ilimitadas...y sí recuerdo pensar entonces que, cuando me llegara el momento, ese es el tipo de "tercera edad" que me gustaría disfrutar.

Muchas gracias por su atención, por favor, responda a la pregunta que le hubiera gustado que le hiciéramos y que se nos ha quedado en el tintero

Considero que la entrevista ha sido, ciertamente, muy completa. No se me ocurre ninguna manera de ponerle ese colofón. Muchas gracias.

**Entrevista realizada por
Marina Troncoso**

**Directora de la
Revista Digital Seniors Universitarios**

Junio 2017



Escudos de la fachada de la Universidad de Oviedo
por Sitomon (Trabajo propio)
[Public domain], via Wikimedia Commons



Excavando túneles: Los mayores.

Elena Alonso Prieto, Doctora Ingeniera de Minas. Profesora Titular del Departamento de Ingeniería de los Recursos Naturales y Medio Ambiente de la Universidad de Vigo

Siempre que veo los ojos enormemente abiertos en la cara sorprendida de un niño, no puedo evitar un sentimiento de nostalgia. En ese momento añoro esa capacidad de asombro que, poco a poco, de forma casi inexorable, el tiempo, la edad y la experiencia nos van robando.

Pero la vida siempre guarda regalos. Hay ocasiones inesperadas en que un hecho, una persona o un grupo de personas, reactivan esa capacidad casi olvidada de sorpresa e ilusión.

Esto es lo que me ha pasado este curso como profesora del Programa de Mayores. Encontrarme con algo inesperado y hermoso.

Pero empezamos por el principio. Soy ingeniero de minas y docente en la Universidad de Vigo. Este curso he participado por primera vez en el Pro-

grama de Mayores que organiza esta universidad. De hecho, el germen de este artículo es mi intervención en el acto de fin de curso del programa, que versó sobre mi experiencia como docente de personas mayores.

Fue al planificar esa intervención, mientras reflexionaba sobre lo que había significado para mí este curso, cuando me vino a la cabeza la idea de que la vivencia me recordaba en determinados aspectos a una actividad muy ligada a mi ámbito profesional: la construcción de un túnel. Puede que la relación entre mi experiencia como docente y la ejecución de un túnel extrañe o sorprenda al lector. Intentaré explicarla.

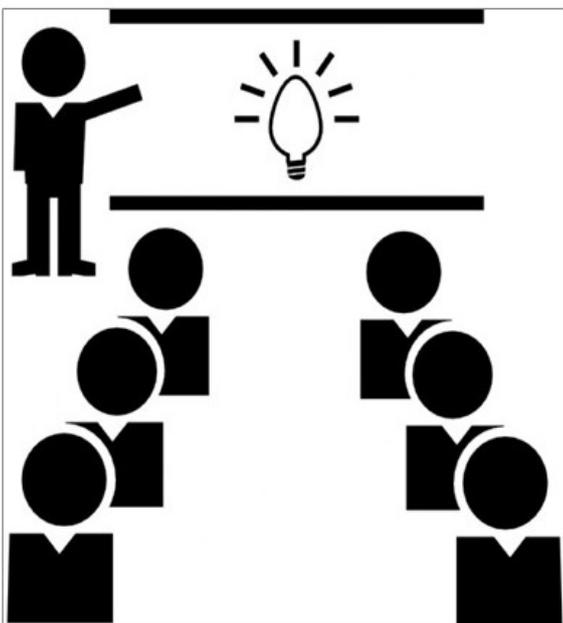
En el aula participamos como elementos activos el profesor (quien enseña) y el alumno (quien aprende). El proceso enseñanza-aprendizaje

comienza unos meses antes del comienzo del curso, con el diseño de la materia. En esta fase, los profesores definimos los objetivos, seleccionamos contenidos y metodologías docentes, preparamos ejercicios, pruebas de evaluación y presentaciones, seleccionamos bibliografía y webgrafía.

De la misma forma la construcción de un túnel comienza con su diseño, fase en la que es determinante conocer el terreno en el que se va a ejecutar el túnel: dureza, resistencia, naturaleza... También en el diseño de una materia es necesario conocer el alumnado: nivel académico, capacidades, intereses, expectativas y motivaciones.

He de reconocer que mi conocimiento de las personas mayores se limitaba a mi experiencia personal (aparte

Enseñanza-Aprendizaje



Construcción de un túnel



de la familiar), marcada por un hecho que ha conformado en gran medida mi percepción de este colectivo y que me remite a mi infancia.

Mi niñez está vinculada a una aldea, a una comunidad pequeña, donde las personas mayores eran depositarias del saber tradicional y por ello constituían un pilar fundamental, atesorando conocimientos y experiencias valiosos para la comunidad. Las personas mayores eran sabias. Transmitían sus conocimientos con paciencia a quien quisiera aprender, entre ellos, y de forma especial, a los niños.

Así que éste fue mi punto de partida y a lo que me enfrentaba: ser profesora de un colectivo que me imponía respeto, mucho respeto, y por el que sentía enorme cariño. Surgieron entonces muchas dudas e inseguridades: qué interés podrían tener los alumnos en la materia, cuáles serían sus expectativas, qué nivel académico tendrían y deberían alcanzar, y sobre todo, lo que más me preocupaba: qué podría aportar a personas con experiencia profesional y recorrido vital mucho más amplios y ricos que el mío. Me preocupaba especialmente la temática de la materia: un tema tecnológico, demasiado específico, poco transversal: ¿qué interés tendría para ellos aprender sobre minerales, rocas, petróleo o gas?, ¿aportaría este conocimiento algo a su vida profesional o personal?

En estas circunstancias, es decir, con estas incertidumbres, diseñé la materia, diseñé el túnel.

La siguiente fase fue poner en práctica lo que había diseñado: impartir la docencia. El día a día en el aula. La

fase equivalente a excavar, sostener y equipar el túnel para obtener un hueco seguro y estable. A veces el terreno es de muy buena calidad y no es necesario sostenerlo. Otras es necesario colocar elementos de sostenimiento en el terreno, empleando tecnología conocida (hormigón, cerchas metálicas, anclajes...). Lo que no es tan conocido es un principio que se emplea en la construcción de túneles: contar con la capacidad resistente del terreno para contribuir a la estabilidad de la excavación.

De la misma forma, el éxito en el aula depende en gran medida de que el proceso tenga al alumno (al terreno) como aliado, como elemento que sustenta capacidad, interés y valores.

Y éste ha sido, en mi opinión, el elemento clave de mi experiencia como docente en este programa: el alumno y su capacidad para implicarse en el aula. Un terreno de gran calidad. Calidad independiente de su nivel académico y extracto social.

Desde el primer día en el aula mis temores iniciales desaparecieron: encontré un grupo de personas, mis alumnos, enormemente receptivos, participativos, educados. Muy afectuosos. Con diferentes valores personales: personas generosas, alegres, personas rigurosas, perseverantes, otras con habilidades sociales o de comunicación, personas tolerantes, pacientes. Y personas críticas, lúcidas.

Pero sobre todo encontré personas con interés e inquietud por comprender el mundo, nuestro mundo, curiosidad que se materializó en la realización de muchísimas preguntas, de

“
DESDE EL PRIMER DÍA
*encontré personas
con interés e
inquietud por
comprender el
mundo, nuestro
mundo, curiosidad
que se materializó
en la realización
de muchísimas
preguntas,
de todo tipo*”

todo tipo. Desde qué es el fracking hasta cómo se fabrica un diamante artificial, cómo se almacena el dióxido de carbono, cómo se detecta el grisú o qué es una concesión minera, por poner algunos ejemplos. Tantas preguntas, que se invirtió el orden, digamos tradicional, en el que, al terminar la clase, el profesor encarga trabajos o tareas a los alumnos. En este caso fui yo, la profesora, la que se llevó día tras día tarea para casa: preguntas y cuestiones para las que necesitaba preparar material o revisar documentación. Estas preguntas supusieron para mí como docente un regalo. Para un profesor no hay mayor incentivo que percibir que los alumnos responden a sus iniciativas, cuestionan, interpelan, reflexionan... y preguntan, actitud que a veces me cuesta encontrar en mis otros alumnos, los de veintidós años.

Esta actitud, la del deseo de seguir aprendiendo, de mantener el túnel abierto, ha supuesto para mí una

lección de vida. Me la han transmitido mis alumnos, personas mayores, con su ejemplo, con esa paciencia que recordaba de mi infancia. Sin estridencias. Con una sonrisa.

Pero esta actitud, intuyo, también requiere esfuerzo y voluntad. Requiere trabajo. Actitud a la que, en mi opinión, tenemos que, en justicia y como sociedad, dar respuesta, proporcionando las herramientas adecuadas para atender esa voluntad de aprender. Una de las formas de responder, de contribuir a construir el túnel, el de cada persona, el que permite seguir aprendiendo, es en mi opinión el Programa para Mayores de las universidades.

Y es esa actitud, la de todos y cada uno de mis alumnos, el motivo por el que forman parte ya de mi patrimonio personal emocional y constituyen para mí un referente de proyecto vital.

El símil de la construcción del túnel proporciona dos ideas más. La primera: para garantizar la operatividad de un túnel es necesario realizar una operación adicional y mantenida en el tiempo: el mantenimiento. La segunda: se puede construir un túnel prácticamente en cualquier tipo de terreno. En un terreno difícil llevará más tiempo, tendrá un coste superior, será necesario emplear tecnología más específica...Pero se puede. Igual que se puede, siempre, aprender. Sin límite de edad. Porque recuperando una idea de Ángel Gabilondo [1], las personas no dejamos de aprender cuando envejecemos sino que envejecemos cuando dejamos de aprender.

Como conclusión, diré que ésta ha sido una de las vivencias más enriquecedoras y gratificantes en más de 20 años como docente. En un momento de mi vida en el que, el tiempo, la edad y la experiencia amenazaban

con convertir mi trabajo como docente en algo peligrosamente rutinario, esta experiencia me ha devuelto la mirada ilusionada de un niño. Mis ojos siguen bien abiertos. Y tengo la sospecha y esperanza de que mis otros alumnos, los menos mayores, también sentirán este cambio.

Elena Alonso Prieto es profesora de la materia "Recursos minerales: usos y explotación sostenible" del Programa Universitario de Mayores de la Universidad de Vigo

Documentos consultados en la elaboración de ese documento:

[1] Nuestros mayores. Blog "El Salto del Ángel". <http://blogs.elpais.com/el-salto-del-angel/2012/04/nuestros-mayores-1.html>. Abril 2012.

[2] "La participación social de las personas mayores". Ministerio de Educación, Política Social y Deporte. Colección Estudios Serie Personas Mayores N.º 11005



Comisión
Europea

NOTICIAS DE LA UNIÓN EUROPEA

COMISIÓN EUROPEA: ENVEJECIMIENTO



El envejecimiento es uno de los principales retos sociales y económicos de las sociedades europeas en el siglo XXI. Afectará a todos los Estados miembros y prácticamente a todos los ámbitos de actuación de la UE.

Antes de **2025**, más del **20% de los europeos tendrá 65 años o más** y se producirá un rápido incremento del número de personas mayores de 80 años.

Como las necesidades de asistencia sanitaria de las personas mayores son diferentes, los sistemas de salud tendrán que adaptarse para ofrecer la atención adecuada y seguir siendo económicamente sostenibles.

Europa tiene posibilidades de llevar la delantera en innovación a escala mundial.

El proyecto piloto Asociación Europea para la Innovación sobre un Envejecimiento Activo y Saludable aspira a aumentar en dos años la esperanza de vida con buena salud en la UE antes de 2020.

La esperanza de vida con buena salud es el número de años que cualquier persona de una determinada edad puede esperar gozar de buena salud.

Esto se mide con el indicador esperanza de vida con buena salud, que combina la esperanza de vida (mortalidad) con el estado de salud (discapacidad).

El objetivo de este programa piloto **es aumentar en dos años la esperanza de vida con buena salud de los europeos de aquí a 2020**, mediante:

- la mejora de la salud y la calidad de vida, en especial de la gente mayor;
- unos sistemas de asistencia sanitaria y social sostenibles y eficaces a largo plazo;

- el aumento de la competitividad de la industria de la UE a través de las empresas y la expansión en nuevos mercados.

El envejecimiento activo y saludable es un reto compartido por todos los países europeos que ofrece una oportunidad a Europa para destacar como líder mundial capaz de proporcionar respuestas innovadoras.

¿Cómo funciona la asociación?

Mediante la cooperación entre la Comisión Europea y los países y regiones de la UE, la industria, los profesionales del sector sanitario y la asistencia social y las organizaciones de personas mayores y pacientes.

El objetivo de esta colaboración es mejorar la vida de los mayores, ayudándoles a participar en la sociedad, reducir la presión en los sistemas de asistencia sanitaria y social, y, en última instancia, contribuir al crecimiento sostenible.

El plan estratégico de aplicación de 2011 determinó una serie de ámbitos prioritarios de actuación y el grupo de pilotaje responsable del lanzamiento y la aplicación de la asociación adoptó un plan operativo sobre la Asociación Europea para la Innovación sobre un Envejecimiento Activo y Saludable como apoyo al plan estratégico de aplicación. Las partes interesadas han empezado a trabajar juntas en grupos de acción para hacer realidad este plan.

Puede participar en esta asociación incorporándose al mercado de ideas innovadoras.

Informe de la web:

https://ec.europa.eu/health/ageing/policy_es



Universidad y personas mayores como campo de estudio

D. Enrique Pozón Lobato. Catedrático (jubilado). Doctor en Derecho. Doctor en Ciencias de la Educación. Doctor en Veterinaria. Académico Correspondiente de la Real Academia de Córdoba de Ciencias, Bellas Letras y Nobles Artes

En la Conferencia Internacional sobre Educación celebrada en Hamburgo en Julio de 1997, se proclamó abiertamente, que la formación y desarrollo intelectual de las Personas Mayores constituye una de las claves para resolver positivamente los problemas a los que deberá enfrentarse la sociedad del siglo XXI. Una vertiente educacional la encontramos en las indicaciones de la Declaración Mundial de la UNESCO sobre educación superior en el siglo XXI, que estableció que los Centros Universitarios estuviesen abiertos a las Personas Mayores, creando oportunidades de aprendizaje flexibles y creativas.

LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Los Programas Universitarios para Mayores (PUM) han venido jugando un papel muy importante desde su creación, como herramienta eficaz y favorable para el Envejecimiento Activo, considerando al Mayor universitario no sólo como beneficiario, sino como agente activo, partícipe y protagonista del desarrollo social, cultural

y científico de la sociedad en la que convive. Por ello se trabaja con el objetivo de difundir este tipo de programas y lograr que se beneficien de los mismos el mayor número de Personas Mayores, para que, de este modo, puedan ser reconocidos oficialmente y gocen de los mismos derechos que el resto del alumnado. En estas dos últimas décadas y bajo diversas denominaciones han crecido de forma notable por toda la geografía española. Actualmente los Mayores en la Universidad son más numerosos en cantidad que en cualquier Facultad y Escuela Técnica y exigen espacio, infraestructura y nivel académico acorde con sus demandas.

LA UNIVERSIDAD TIENE QUE CAMBIAR

La Universidad tiene que cambiar. De ser un instrumento formativo, únicamente en un período de la vida preparando a la juventud para su incorporación al mundo laboral, debe hacer frente al protagonismo de las Personas Mayores que demandan reciclaje; actualización de conocimientos; y orientación hacia titula-

ciones universitarias, estableciendo por Ley, las correspondientes normas de admisión y acceso a los estudios universitarios de Grado. Y ello como consecuencia de que las Personas Mayores irán llegando procedentes de contextos distintos, con nuevas mentalidades y enfoques, con formas de pensar diferentes y con una manera de estar en la sociedad, más variada. Ello exigirá un nuevo modelo en contenidos educativos y en formas de comunicación, ofreciendo las oportunidades propias de una educación permanente, a distintos niveles, tanto reglados como no reglados.

ALTERNATIVAS DE ACTUACIÓN EDUCATIVA

Hay hechos y realidades que exigen de la Universidad la puesta en práctica de estrategias alternativas de actuación educativa, con un enfoque complementario a los actuales "Programas Universitarios de Mayores" tanto en objetivos como en contenido, con un diseño curricular diversificado. Son éstos:

Primero.- En las próximas décadas, los mayores de 50 años y los mayores de 65, en la actualidad el 18,7% del total de la población, tendrán un perfil distinto a las actuales personas de edad, tanto en niveles educativos, como profesionales, económicos y de estatus social. Estos sujetos buscarán fórmulas más atractivas y exigentes, mejor adaptadas a sus peculiares situaciones, por lo que tendrán un especial protagonismo en el mantenimiento de las estructuras universitarias regladas



Segundo.- En un futuro cercano, cada vez será menor la población entre 25 y 65 años, lo que tendrá como efecto la permanencia de las personas mayores en el mundo laboral por períodos más extensos, con empleos productivos y desarrollo personal. En consecuencia estos programas han de ser útiles para completar su formación y reciclar sus conocimientos, ayudándoles a mantenerse en el mundo laboral.

Tercero.- Un profesional del siglo XXI no acabara su relación con la Universidad una vez graduado. Tendrá que pasar varias veces por ella, a lo largo de su vida activa, para: completar su formación; reciclar sus conocimientos; o aprovechar la jubilación. Por ello hay que adaptar la Universidad al reto de la formación continua, abriendo las Escuelas y Facultades a estudiantes de todas las edades, con ofertas de calidad.

Cuarto.- Actualmente los Programas Universitarios de Mayores, no facilita el acceso directo a niveles reglados de educación universitaria, para estudiar aquello que siempre quisieron pero no pudieron por su trabajo. Sería de interés la regulación de dicho acceso, acreditando formación y preparación para cursar enseñanzas conducentes a títulos universitarios. .

Quinto.- La necesidad de promover y desarrollar "equipos o grupos de investigación" entre el alumnado de las aulas de mayores de la Universidad. Ello permitiría dar un salto cualitativo en la concepción de su papel, pasando de ser "objeto de investigación" como habitualmente se ha concebido, para convertirse en agente activo y protagonista de su desarrollo social, científico y cultural, participando como "sujeto" investigador.

Sexto.- Promocionar el Voluntariado Socio-Cultural como eficaz herramienta del Envejecimiento Activo, colaborando con otras instituciones o colectivos no universitarios, como Centros de Día, Residencias, Asociaciones de Jubilados y Pensionistas y Unidades de Trabajo Social; atención de situaciones de dependencia; presencia en organizaciones representativas, asumiendo mayores cuotas de responsabilidad en las organizaciones políticas, sindicales, sociales, educativas etc., dada la importante franja de estas personas en relación con el resto de la sociedad; acciones culturales y formativas relacionadas con el entorno histórico, científico y social.

Y ello desarrollando cursos monográficos impartidos en las distintas Facultades, que faciliten cauces de participación e implicación de las personas mayores en procesos económicos y social.

En este contexto de presencia, participación y protagonismo en la sociedad, es donde se enmarcan los diferentes campos y frentes de acción de Personas Mayores que se integran en actividades de voluntariado social; en programas de voluntariado cultural; participación en programas de voluntariado ecológico y medioambiental; en actividades propias del voluntariado educativo y en programas de voluntariado económico y actividades de voluntariado espiritual.

Por último personas mayores que se enrolan en proyectos de voluntariado internacional para el desarrollo de países del tercer mundo. Este potencial está infrautilizado y en gran medida desaprovechado.

CUANDO LOS MAYORES SEAN UNIVERSITARIOS POR LEY

Cuando los Mayores sean UNIVERSITARIOS por Ley, tendrán los mismos derechos y ayudas que los demás alumnos:

1. Participando en decisiones, dentro de los Órganos Rectores de la Universidad en aquellos temas que les interesa como en el diseño de los Programas en consonancia con las necesidades y demandas.
2. Buscando el camino junto con las autoridades universitarias, para que los Mayores tengan la posibilidad de acceder, tras realizar estos PUM, a la Universidad, como alumnos de pleno derecho, con el fin de alcanzar un Título Universitario a voluntad, y no sólo como libre oyente.
3. Trabajando con los responsables de la Administración Pública y organismos responsables en el ámbito de la Formación para toda la Vida y del Envejecimiento Activo, para conseguir más participación reconocida y llegar a los órganos competentes, perteneciendo a los Consejos Sociales de las Universidades.
4. Fomento de la Educación y Encuentro Intergeneracional como fuente de desarrollo social entre jóvenes, adultos y mayores, demostrando que constituye un ejemplo de acoplamiento entre grupos heterogéneos, con una proyección cívica donde la actividad intergeneracional vuelve "jóvenes a todos".

En esta línea surge la necesidad de profundizar en la configuración de los PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES, para corregir y mejorar la labor docente que la Universidad esta llevando a cabo con las Personas Mayores de 50 años

LA MESA ESTATAL POR LOS DERECHOS HUMANOS DE LAS PERSONAS MAYORES DEMANDA LA ADOPCIÓN DE UNA CONVENCIÓN PARA LOS DERECHOS DE LOS MAYORES EN EL MARCO DE LA REUNIÓN DEL GRUPO DE TRABAJO DE COMPOSICIÓN ABIERTA DE NN.UU. EN NUEVA YORK

Con motivo de la reunión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento de Naciones Unidas, la Mesa Estatal por los Derechos Humanos de las Personas Mayores resalta la importancia de adoptar una Convención para los derechos de las personas mayores, uno de los colectivos más vulnerables y afectados por la discriminación en todo el mundo, con el fin de ofrecerles una vida digna.

La **Mesa Estatal** a favor de las personas mayores y por la Convención de los Derechos Humanos de las personas mayores se creó en Madrid en 2013 y tiene como misión **defender los derechos de las personas mayores** frente a abusos o violencia, luchar contra la discriminación por edad, hacer visible a este colectivo en el actual sistema de protección de derechos humanos y destacar las contribuciones positivas que realiza a sus familias y a la sociedad en general.

Del **5 al 7 de julio**, el **Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento se reunirá este año en Nueva York** con el objetivo de buscar nuevas formas para proteger mejor los derechos de las personas mayores, incluyendo la posibilidad de adoptar una convención internacional para proteger los derechos de este colectivo. Un paso importante es que **estados miembros, entre los que se encuentra España, participarán activamente en los debates** sobre el impacto que la violencia, el abuso y la negligencia ha tenido en los últimos años. Para apoyar su activismo en la reunión de Naciones Unidas, HelpAge International ha conversado con 250 mujeres de 19 países para saber más sobre sus derechos y qué deberían hacer los gobiernos para protegerlos.

“El derecho de las personas mayores a vivir libres de violencia, abuso y abandono no está adecuadamente protegido en el Derecho Internacional, ni en la legislación nacional de muchos países”, explica Bridget Sleaf, asesora principal de políticas públicas de HelpAge International España, una de las organizaciones que compone la Mesa Estatal.



“Es crucial que las personas mayores formen parte de las discusiones sobre cómo cambiar esto y que los gobiernos se pongan en contacto con ellas antes de la sesión del Grupo Abierto de Trabajo sobre Envejecimiento en julio”.

El siglo XXI trae un cambio demográfico sin precedentes. Los datos muestran que cada segundo dos personas cumplen 60 años. Anualmente, casi 58 millones de personas llegan a los 60 años. 1 de cada 9 personas tiene 60 o más años de edad y las proyecciones indican que en el año **2050 habrá más personas de más de 60 años que niños de menos de 15 años.**

*“Actualmente, en **España** más de 8 millones de españoles tienen más de 65 años y representan el 20% de la población. Para 2060, se prevé que el número de personas mayores de 65 años aumentará hasta unos 16 millones de personas, lo que constituirá un tercio de la sociedad española. Somos testigos de una nueva realidad en la que el **envejecimiento de la población es una conquista social** y un fenómeno que presenta retos a todas las sociedades”,* indica Isabel Martínez, presidenta de HelpAge International España.

En este contexto, las organizaciones que componen la Mesa Estatal por los Derechos de las Personas Mayores tales como, Cruz Roja Española, Cáritas, ONCE, Fundación Pilares y la Unión Democrática de Pensionistas, destacan que una Convención ayudará al cambio de actitudes hacia las personas mayores, y deberá proporcionar un marco legislativo integral para la protección y promoción de todos los derechos humanos en la tercera edad, prohibir cualquier forma de discriminación por edad, articular la manera en la cual cada derecho humano se aplica en la tercera edad y facilitar un sistema de implementación, gestión de la Convención.

Madrid, 3 de julio de 2017

DERECHOS Y MAYORES

ORGANIZACIONES FIRMANTES



FUNDACIÓN HELPAGE INTERNATIONAL ESPAÑA



UNIÓN DEMOCRÁTICA DE PENSIONISTAS (UDP)
(Secretaría de la Mesa Estatal)



CÁRITAS ESPAÑOLA



COORDINADORA DE ONGD PARA EL DESARROLLO ESPAÑA



CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES Y FEDERACIONES DE ALUMNOS Y EXALUMNOS DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES (CAUMAS)



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORGANIZACIONES DE MAYORES (CEOMA)



COMITÉ ESPAÑOL DE REPRESENTANTES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD (CERMI)



CRUZ ROJA ESPAÑOLA



EUROPEAN ANTI POVERTY NETWORK



FEDERACIÓN DE MUJERES PROGRESISTAS



FEDERACIÓN ESTATAL DE PENSIONISTAS Y JUBILADOS, CC.OO.



FUNDACIÓN LARES



ORGANIZACIÓN NACIONAL DE CIEGOS ESPAÑOLES (ONCE)



FUNDACIÓN PILARES PARA LA AUTONOMÍA PERSONAL



PLATAFORMA DE ONG DE ACCIÓN SOCIAL



PLATAFORMA DE VOLUNTARIADO



PLATAFORMA DEL TERCER SECTOR



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA (SEGG)



UNION ESTATAL DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS, UJP

XV ENCUENTRO ESTATAL DE PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES

VI ENCONTRO GALEGO DE PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAIORES

Santiago de Compostela, 12, 13 y 14 de junio de 2017

LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES COMO ELEMENTO ESTRATÉGICO EN LA FORMACIÓN PARA TODA LA VIDA.

Las jornadas tuvieron lugar en la Facultad de Educación de la Universidad de Santiago, donde nos hemos reunido más de 160 personas entre profesores de los programas de mayores y alumnos de la mayoría de las Universidades con programas para mayores de toda España.

En el acto de apertura estuvieron representantes de las tres Universidades gallegas, la representante de la red nacional de universidades con programas para mayores, la directora de familia de la Xunta de Galicia, el Vicedecano de la Facultad que nos acogió y la presidenta del Comité Organizador de estas jornadas, Ester Olveira. Se destacó el título de las jornadas *"como elemento estratégico en la formación para toda la vida"*. La importancia de las personas de más de 50 años y la puesta en valor de la esperanza de vida. La mejora personal y la investigación sostenible sobre la salud humana. La vida sana, el compromiso social, la sociedad del conocimiento y la mejora continua de la formación. Actuó el coro universitario de los alumnos sénior de la Universidad de A Coruña, campus de Ferrol.

La ponencia inaugural: *"El tesoro de la palabra a lo largo de la vida"* a cargo de Manuel Rivas Barros. Situó a Galicia entre el río Limia (río del olvido) y Finisterre (el fin de la tierra). Hizo alusiones a la leyenda de Santiago, las citas de Dante y Goethe sobre Santiago. El pórtico de la Gloria como película grabada sobre la piedra. El símbolo de Santiago, la vieira y donde aparece. La palabra de lo que no se puede decir. Comentó la decadencia del camino durante la contra reforma y el auge actual.

Conferencia plenaria. *"Los programas universitarios para mayores: paradigma y eje estratégico de la formación a lo largo de la vida"* a cargo de D. José Arnay Puerta; se hizo la pregunta ¿Por qué los PUMs? Las Universidades hacen ofertas formativas, pero no visualizan a las personas mayores, no saben lo que hacen y la Universidades para Mayores no son solo socioculturales y han surgido por el asociacionismo de los alumnos. Nos hacemos mayores

pero necesitamos auto-realizarnos para ser felices. El envejecimiento constructivo y la plasticidad cerebral harán aumentar nuestra masa neuronal. Nuestra actitud activa favorece nuestra salud psicológica. La educación emocional debería ser materia en los primeros cursos de las Universidades y los alumnos mayores debemos ser de pleno derecho para tener los mismos programas de acompañamiento.

Mesa redonda. *"La internalización como estrategia de formación e innovación en los PUMs"*. D. Andrés Ajo hizo una presentación de Erasmus + comentando los objetivos de la Unión Europea, los programas y ofertas. Se comentaron algunos proyectos de diferentes Universidades para profesores y se exponen las experiencias de alumnos tanto de la formación reglada como de los PUMs. También se explica el procedimiento para acceder a dichos programas. Se dice que las barreras del idioma se salvan organizando talleres básicos.

Mesa redonda. *"Los PUMs en la formación de mayores como activos sociales"*. Los PUMs hacen una labor porque potencian la participación social. Debemos ser ciudadanos activos. Se comentan algunos proyectos como el del Ayuntamiento de Santiago en el barrio de San Pedro. La Xunta comenta algunos de sus programas para *"darle vida a los años"*. La representante del IMSERSO habla de la participación y organización en diversos eventos relacionados con los mayores que son europeos e internacionales y cita la red de ciudades amigables. El presidente de RUEPEP (Red Universitaria de Estudios de Postgrado y Educación Permanente) comenta la formación reglada y la educación continua no reglada. Los PUMs deben tener autonomía y es necesaria una visión y futuro para los mayores ya que son muchos y muy diversos.

En las comunicaciones se trató del compromiso con los mayores, la responsabilidad social de las universidades y que hay que pulsar las inquietudes para orientar la for-

mación. Se expuso la experiencia en Almería sobre QSM (*Querer saber Más*) y *"Mayores en la radio"* donde hacen un programa de radio de una hora a la semana con temas diversos y participan diez alumnos. También se comentaron experiencias de voluntariado, incubadora de valores donde se desarrollan ideas y las visitas culturales.

Conferencia plenaria. *"Vocación académica y longevidad"* a cargo de Luís Espada Recarey. Haciendo un recorrido por los galardonados con el Premio Nobel, excepto en dos casos, ninguno tuvo padres o familiares cercanos con una dedicación hacia la ciencia. Entre todos los científicos estudiados, en su condicionamiento básico para una vocación precoz coinciden tres tendencias: una en función de una vocación nata, otra en razón de enseñanzas recibidas por sus maestros y una circunstancial descubierta de modo fortuito. La longevidad de la mayoría de estos científicos fue muy superior a la de sus contemporáneos, tal vez por esa vocación que llevaría implícito una gran concentración y amor por lo que investigan.

Las comunicaciones trataron sobre el voluntariado desde la perspectiva de un impulso en la participación social de los mayores; el compromiso de la responsabilidad social con los mayores a través de los PUMs; la importancia y necesidad de las asociaciones de alumnos en los PUMs para iniciar las actuaciones sobre las demandas de los alumnos; la música como recurso educativo; las relaciones interpersonales; el uso de las TICs en los programas; un estudio sobre internacionalización de los programas. Todas ellas expuestas por representantes de diversas universidades.

Los posters mostraron diversas iniciativas y proyectos llevados a cabo por alumnos de los programas sobre participación ciudadana, conocimiento del medio, talleres de idiomas, de fotografía y otros.

Se entregó el Premio Investigación AEPUM 2016 al trabajo de la Universidad de Huelva *"La implicación en actividades educativas formales en la vejez y su relación con indicadores psicológicos y sociales: Un análisis con estudiantes del Aula de la Experiencia de la Universidad de Huelva"*. Un estudio con personas mayores de varias tipologías, concluyendo (entre otras) que los mayores que están en los cursos universitarios tienen una percepción más positiva de la vida, la salud, la familia, la sociedad o el futuro.

En la lectura de conclusiones, Concha Bru, presidenta de AEPUM, anunció que el próximo Premio Investigación

AEPUM 2017, llevará el nombre de Adoración Hidalgo, la gran impulsora de los programas de mayores, fallecida este año.



CONCLUSIONES

- La Educación en lugar de Formación
- La necesaria continuidad de los PUM
- La contribución a la salud de los programas universitarios
- El desarrollo personal que implica la educación
- El envejecimiento se puede intervenir con mayor calidad de vida
- Son necesarias más acciones de internacionalización
- Iniciar un proceso de innovación, clave para la continua actualización de los PUM
- Posibilidades de financiación dentro de los presupuestos de la UE
- Las TICs son fundamentales en la formación de los PUM como herramientas para su desarrollo
- Para los docentes es un placer el participar en los PUM, con adaptación de las novedades
- Cambio de roles de enseñar y ser enseñados por los alumnos
- La Responsabilidad Social Universitaria debe ir más allá y transmitir los valores menos consumistas, más sostenibles en el tiempo
- Hacer participar a los alumnos y gestores en el desarrollo de los PUMs
- Nuevas denominaciones: Proyectos que activan el rejuvenecimiento activo
- Ya no hay analfabetos digitales en los PUM
- Gran diversidad y crecimiento de la oferta en ciencias y campos de la salud y las nuevas tecnologías
- Necesidad de las asociaciones de alumnos como canal de comunicación, información y colaboración imprescindible en el desarrollo del PUM
- Reto: atender a la diversidad generacional de los alumnos del PUM

El acto de clausura lo cerró el coro de alumnos senior de la Universidad de A Coruña.

**Resumen elaborado por:
Constantino García Ares y Marina Troncoso**



XVI JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

OVIEDO, del 13 al 16 de septiembre de 2017

APRENDIZAJE PERMANENTE: FORMACIÓN PARA TRANSFORMAR



Universidad de Oviedo



PUMUO



CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES DE ALUMNOS Y EXALUMNOS DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



AYUNTAMIENTO DE OVIEDO



CAJA RURAL
DE ASTURIAS

Organizadas por:

Asociación de PUMUO (Programa Universitario de Mayores de la Universidad de Oviedo)

Convocadas por:

CAUMAS (Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores)

Lema de las Jornadas:

Aprendizaje Permanente: Formación para transformar

PRE-PROGRAMA:

DÍA 13 (MIÉRCOLES)

EDIFICIO HISTÓRICO DE LA UNIVERSIDAD (PARANINFO)

16:00 h. Recepción de los participantes y recogida de documentación

17:00 h. Acto de apertura

Autoridades asistentes al acto:

- Sr. Rector Magfco. de la Universidad de Oviedo
- Excmo. Sr. alcalde de Oviedo
- Sra. Consejera de Asuntos Sociales del Principado de Asturias
- Sr. Presidente Institucional de CAUMAS
- Sra. presidente de la Asociación PUMUO

19:00 h. Cóctel de bienvenida a los/as congresistas

Lugares de celebración:

- Paraninfo de la Universidad - C/ San Francisco, 2
- Aulario A del Campus del Milán
- Biblioteca del Campus del Milán

Participantes:

A estas Jornadas están convocadas todas las Asociaciones Universitarias de Mayores de las Universidades públicas y privadas españolas, que cuenten con Programas Universitarios para Mayores, así como responsables e instituciones relacionadas con los mismos.

DÍA 14 (JUEVES MAÑANA)

BIBLIOTECA DEL CAMPUS DEL MILÁN

09:00 h. Recepción de participantes y entrega de documentación

09:30 h. Acto de bienvenida a los participantes por D. Felipe Martín Moreno, Presidente Institucional de CAUMAS

09:45 h. Conferencia: Presentación del Programa de Mayores de la Universidad de Oviedo.
Ponente: directora del Programa de Mayores de la Universidad de Oviedo
Presenta: D. Felipe Martín Moreno, presidente Institucional de CAUMAS

- 10:30 h.** Turno de preguntas.
Modera: D. Elías de Juan
- 10:45 h.** Pausa- café
- 11:15 h.** Conferencia: Inteligencia emocional y habilidades para la vida: Las emociones desde la psicología positiva.
Ponente: Dra. María de la Villa Moral Jiménez, Titular de Universidad de Oviedo.
Presenta y modera: D. Elías de Juan.
- 12:00 h.** Turno de preguntas.
- 12:15 h.** Recital: Poesía, Música y Vida.
Ponente: D. Ángel Francisco Casado
- 13:00 h.** Conferencia: Título
Ponente: D. Vicente Pérez Cano, presidente de CONFEMAC (Confederación de Mayores Activos).
Presenta y modera: Dña. María Isabel Fdez.
- 13:45h.** Turno de preguntas
- 14:00h.** Comunicación
- 14:15 h.** Comunicación
- 14:30 h.** Almuerzo

DÍA 14 (JUEVES TARDE)

AULARIO A DEL CAMPUS DEL MILÁN

- 16:00 h.** Visita guiada:
- por el Oviedo antiguo
 - prerrománico asturiano (Santa M. del Naranco y San Miguel de Lillo)
- 18:30 h.** Taller I: Tema: Mitos y leyendas en la práctica del ejercicio físico en población master.
Modera: D. Hugo Olmedillas (profesor de Uniovi)
Taller II: Tema: Intercambio, a nivel nacional e internacional, de los PUMs: Procedimiento
Modera: D. Alejandro Otero (Vocal de Comunicación de CAUMAS y presidente de FE-GAUS)
- 19:30 h.** Conclusión de los talleres (Biblioteca)
- 20:00 h.** Pincheo y sidra

DÍA 15 (VIERNES MAÑANA)

BIBLIOTECA DEL CAMPUS DEL MILÁN

- 09:00 h.** Recepción de participantes y entrega de documentación
- 09:30 h.** Acto de bienvenida a los participantes por D. Felipe Martín Moreno, Presidente Institucional de CAUMAS
- 09:45 h.** Conferencia: Presentación del Programa de Mayores de la Universidad de Oviedo.
Ponente: directora del Programa de Mayores de la Universidad de Oviedo
Presenta: D. Felipe Martín Moreno, presidente Institucional de CAUMAS
- 10:30 h.** Turno de preguntas.
Modera: D. Elías de Juan
- 10:45 h.** Pausa- café
- 11:15 h.** Conferencia: Inteligencia emocional y habilidades para la vida: Las emociones desde la psicología positiva.
Ponente: Dra. María de la Villa Moral Jiménez, Titular de Universidad de Oviedo.
Presenta y modera: D. Elías de Juan.
- 12:00 h.** Turno de preguntas.
- 12:15 h.** Recital: Poesía, Música y Vida.
Ponente: D. Ángel Francisco Casado
- 13:00 h.** Conferencia: Título
Ponente: D. Vicente Pérez Cano, presidente de CONFEMAC (Confederación de Mayores Activos).
Presenta y modera: Dña. María Isabel Fernández
- 13:45h.** Turno de preguntas
- 14:00 h.** Comunicación
- 14:30 h.** Almuerzo
- 16:00 h.** Conferencia: Los PUM y sus Asociaciones ante el reto del aprendizaje permanente como factor de transformación académica, económica y social.
Ponente: Dr. D. Enrique Pozón Lobato, Académico de la Real Academia de Córdoba, de Ciencia, Bellas Letras y Nobles Artes
- 16:45 h.** Comunicación



Universidad de Oviedo



CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES DE ALUMNOS Y ESCALANOS DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



AYUNTAMIENTO DE OVIEDO



DÍA 15 (VIERNES TARDE)**AULARIO A DEL CAMPUS DEL MILÁN****17:15 h. Taller III**

Tema: ¿Cuáles son las cuestiones claves para la buena comunicación e integración, de las Asociaciones, en la Universidad?

Modera: Dña. Rafaela Muñoz (presidenta de la Asociación Complutense de Madrid).

Taller IV

Tema: Desmitificando la hipnosis

Modera: Yolanda Guirado

18:00 h. Conclusión de los talleres. - Biblioteca

19:00 h. Acto de clausura de las jornadas:

Entrega de diplomas por las autoridades asistentes al acto:

- Sr. Vicerrector de Extensión Universitaria
- Excm. Alcaldesa de Avilés
- Sra. Directora de Proyección Social y PUMUO
- Sr. Concejala de Economía del Ayuntamiento de Oviedo

21:30 h. Cena de clausura

(30 euros c/u)

DÍA 16 (OPCIONAL)**JORNADA DE CONVIVENCIA**

MAÑANA VISITA A COVADONGA (comida en Cangas de Onís)

TARDE 19:00 h. Concierto: Intervienen

- Coro de las Aulas de la Experiencia de Valladolid
- Coro de las Aulas de la Experiencia de El Ferrol
- Coro de la Asociación de PUMUO

La entrada al concierto no es libre. El concierto es para los participantes en las jornadas universitarias.

Fin de las jornadas

CONTACTO PARA LAS XVI JORNADAS**Asociación de PUMUO**

Persona de contacto:

Isabel Fernández Lafuente

Teléfono:

617 77 53 49 de 11 a 13 h

E-mail:

asocpumuo@uniovi.es

Información en la web:

www.asocpumuo.uniovi.es



Universidad de Oviedo



PUMUO



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE ALUMNOS Y EXALUMNOS DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



AYUNTAMIENTO DE OVIEDO



CAJA RURAL
DE ASTURIAS



CAMPUS DE EL MILÁN. Por ENRIC [CC BY-SA 2.0 (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.0>)], via Wikimedia Commons

AMUEZ



CLAUSURA DE CURSO 2016-2017

31 de mayo de 2017

El perfecto maridaje existente entre AMUEZ y la UEZ, fue puesto, una vez más, de manifiesto, el día 31 de mayo de 2017, en la solemne ceremonia de clausura del curso 2016-2017.

Como es de rigor, siguiendo el protocolo a la perfección, doña Yolanda Polo, Vicerrectora de Cultura y Proyección Social, de la Universidad de Zaragoza, dio comienzo al acto con unas palabras, acordes con lo que requería su presencia y el cargo que ostenta.

Siguió don Ernesto Arce, director de la citada UEZ, que, con su verbo fácil, reveló, mayormente, cambios y acontecimientos que ocurrirán el próximo curso.

Don Francisco Ruiz, presidente de AMUEZ, con un léxico apasionado, refirió, con detalle, todos los logros del curso a la vez que, solicitaba colaboración por parte de los asociados.

Doña Concepción Lomba, Catedrática de Historia del Arte, de la Universidad de Zaragoza, impartió una elaborada conferencia titulada **"Goya y el arte moderno"**, de

"nuestro pintor aragonés" que tanto nos concierne y siempre interesa.

Siguió la entrega a los premiados en el **I Concurso de fotografía** y el **VI Concurso Literario**, dando paso a la representación, por los componentes del grupo **Falordia**, de unos sainetes, consiguiendo despertar a los asistentes, la nada despreciable sonrisa.

Una vez cerrado el significativo acto formal, previamente anunciado por don Francisco Ruiz, nos dirigimos a la cafetería de la facultad de Derecho, para disfrutar de un apetitoso, sustancioso y completísimo aperitivo que facilita la convivencia que generan encuentros sociales de esta naturaleza.

amUez

ASOCIACIÓN DE MAYORES DE LA UNIVERSIDAD DE LA EXPERIENCIA DE ZARAGOZA

Aurora Alamán Guallart
Cronista Oficial de AMUEZ



ADAYEUS VISITA A LA TORRE DE HÉRCULES, patrimonio de la humanidad

26 de abril de 2017

Por Ramon Piñeiro [CC BY-SA 2.0 (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.0>)], via Wikimedia Commons

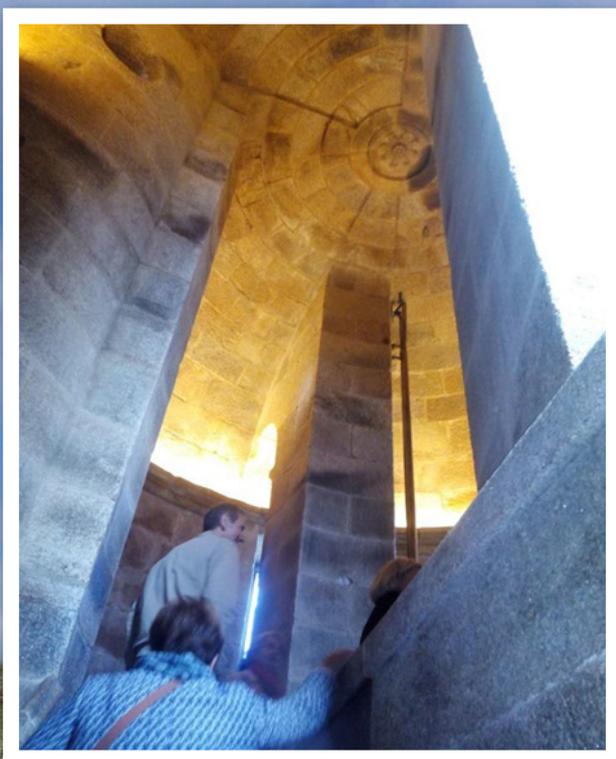
El miércoles día 26, tuvimos la suerte de realizar una visita a la Torre de Hércules, visita programada para el miércoles pasado pero que fue suspendida por causas meteorológicas que obligaron a cerrar el monumento para el público.

La visita la realizamos en dos grupos. El guía extraordinario nos acompañó explicando el resultado de las últimas investigaciones realizadas en la excavación de los bajos de la Torre.

Estos estudios nos indican que posiblemente su construcción es anterior a la época que hasta ahora se creía y encontraron pruebas de que posiblemente data de mediados del siglo I.

El arqueólogo José María Bello, director de las excavaciones realizadas en la Torre, señala que no existe ninguna referencia histórica que indique con precisión qué emperador tomó la decisión de levantar un faro en este punto de la costa, pero considera que no hay duda del origen romano del monumento, ya que califica de "bulo" que fuesen los fenicios quienes lo erigiesen. Bello no descarta, sin embargo, que antes de la llegada de los romanos existiese en el lugar algún tipo de señal para la navegación, pero no una torre.





Estima que el proyecto de instalación de una torre en A Coruña pudo gestarse en tiempos de Claudio y que tanto Nerón -quien promovió faros en Turquía- como Vespasiano mantuvieron su política hacia las tierras británicas, por lo que cualquiera de ellos podría haber sido el promotor de la edificación.

Los materiales más antiguos que aparecen en el entorno de la Torre pertenecen a esa época, pero el director del Museo Arqueológico calcula que quizás "son un poco tempranos" para corresponder al reinado de Claudio, por lo que el impulsor podría haber sido Nerón o Vespasiano.

"Es un monumento firmado, que es algo extraordinario y todavía más en la época romana", comenta el catedrático de Historia del Arte

Alfredo Vigo en referencia a la presencia del nombre del arquitecto Gaio Sevio Lupo junto a la Torre de Hércules, de la que dice que es uno de los monumentos españoles firmados de mayor antigüedad. Para este especialista, los romanos "eran conscientes de la importancia de lo que estaban haciendo, porque para ellos éste era un lugar tan remoto como para nosotros la Luna".

Pudimos ver las construcciones que hay debajo de la Torre escalones, piedras que podrían haber formado parte de la rampa exterior o del muro exterior, un muro de defensa que nos indica que en algún momento se utilizó no solo como faro, si no para defensa del ataque de asaltantes que venían por el mar. Restos de tejas y arcillas que nos indican que antes del faro hubo otros edificios cuyos restos quedaron debajo de los cimientos.

Se conservan tal y como se encontraron, en un lado de la excavación, una capa de sedimentos en cuyo corte se puede observar los distintos elementos que lo componen, pero se han dejado así para que se pueda seguir investigando cuando la ciencia tenga más medios para su estudio y así averiguar más cosas sobre nuestra ciudad.

Podríamos seguir escribiendo, pero lo mejor es darse un paseo de vez en cuando a la Torre y observar sus piedras, sus rocas, sus rincones nos hablarán de su historia y por qué está en A Coruña. TORRE DE HERCULES, patrimonio de la humanidad.

Por B. FRANCO

AUDEMA

CRÓNICA DEL VIAJE CULTURAL A LAS CINCO VILLAS (ROMÁNICO)

2, 3 Y 4 DE JUNIO DE 2017



Acompañados por nuestro profesor, Manuel Rey, nos fuimos a visitar la comarca de las 5 Villas.

Durante el trayecto nos va hablando del movimiento monástico Cisterciense, nacido en Francia a comienzos del siglo XI, y también de S. Benito de Nursia creador de la famosa Regla Benedictina "Ora et labora", teniendo muy en cuenta el aprovechamiento de la luz solar, para conseguir un equilibrio entre el trabajo, la meditación la oración y el sueño.

Llegamos a St^a María de Huerta. Y después de la parada de rigor para el café, comenzamos la visita a este grandioso lugar.

Uno de los monjes a través de un documental nos relata la vida monástica; contemplativa dividiendo la jornada entre la oración litúrgica, la Lectio Divina, el estudio y el trabajo, en un clima de silencio y oración.

Todas las dependencias del monasterio están rodeadas de un muro con 8 cubos almenados. En el frontón de la entrada pudimos ver una imagen de la Virgen. Más tarde la puerta fue agrandada y presenta otro frontón adornado con la jarra de azucenas símbolo de pureza relacionado con la Virgen María. La iglesia tiene planta de 3 naves y crucero con 5 capillas absidiales con arcos apuntados y bóveda de sencilla crucería. El refectorio es un gran espacio de luz, donde destaca la escalera de subida al púlpito del lector, y se comunica con una gran cocina. Entrando en el entreclaustro se puede ver la zona de los hermanos conversos o Legos.

También nosotros pasamos a nuestro refectorio (del latín refectorium) "que repara las fuerzas mediante el alimento".

Continuamos nuestra visita al Monasterio de Veruela, donde después de recibir un buen chaparrón pasamos a las habitaciones en las que Gustavo Adolfo y Valeriano Bécquer estuvieron alojados allí donde se muestran los textos y dibujos de los dos artistas románticos, que inspiró muchos pasajes de sus obras en especial la colección de "Cartas desde mi Celda".

El monasterio es un magnífico ejemplo de la sobria arquitectura cisterciense.

Visitamos el Museo del Vino de la Denominación de Origen Campo de Borja. En la planta Superior se exponen las marcas de vinos más importantes de la D.O. La planta inferior consta de tres áreas, viticultura, enología y envejecimiento, también se expone utillaje y maquinaria empleada en dichos procesos de elaboración.

Con el vigía eterno, El Moncayo. Y como dijo Gustav Mahler. "Un vaso de vino en el momento oportuno vale más que todas las riquezas de la tierra", a continuación nos obsequiaron con un buen "caldo".

Y con pan y vino andamos nuestro camino hacia Ejea de los Caballeros, donde pernoctamos.

Al día siguiente llegamos a Uncastillo, desde sus afueras la visión es inolvidable. Un pueblo rodeado de montes y ruinas castellanas con iglesias románi-



cas fantásticas y torres góticas inimaginables. Nos recibe Jesús que con su simpatía, su ingenio y su voz nos cautiva.

El casco urbano conserva todo el sabor medieval y en él encontramos numerosas casas palaciegas, románicas y renacentistas. Como la Casa Consistorial, y la Lonja Medieval.

En la plaza del Mercado, Jesús nos señala tallada en el sillar una vara aragonesa, medida utilizada en los mercados medievales.

Paseando por las empinadas calles de la localidad llegamos a la Iglesia de St^a María la Mayor. La cabecera del templo se remata con cornisa decorada con ajedrezado jaqués y canecillos historiados. Hay animales mitológicos, personajes haciendo burla, serpiente mordiendo los genitales a un varón. En otro una serpiente dicta al oído de la dama con su lengua, la actividad lujuriosa que ha de desarrollar con el varón.

Por la calle Mediavilla llegamos a la iglesia de San Martín de Tours. (Manuel nos contó la historia de este santo con su manto)

En uno de sus capiteles aparece a caballo, partiendo su capa con la espada para un mendigo.

El interior está convertido en museo. Podemos observar una cruz procesional romántica. Hay una bella portada oculta. El tímpano, orlado por una ancha cornisa de lacería muestra un crismón trinitario flan-

queado por dos fieras a modo de leones de inacabables cuellos.

El coro destaca con una bella sillería renacentista tallada por Juan Picart. Aquí Jesús nos sorprendió con su voz lírica regalándonos dos canciones una que cantan al alba y otra más apropiada para el sitio donde estábamos.

En nuestro recorrido llegamos a Sos, la ciudad natal del Rey Católico. Después de subir una empinada cuesta, llegamos hasta el palacio de Sada, donde nos esperaba una guía local. Aquí la reina Juana Enríquez dio a luz al infante Fernando.

Empezamos la ruta por el Barrio judío, deteniéndonos en la Plaza de la Sartén. Pudimos ver en una de sus casas una hendidura donde los judíos situaban la Mezuzah. Seguimos callejeando por las laberínticas calles de la judería hasta la Sinagoga, pudiendo admirar algunas puertas que tenían una + dibujada en sus muros, así dejaban constancia de haber sido reconvertidos al cristianismo.

Tras bajar una de las callejuelas fuimos a parar a una de las 7 puertas con las que contaba Sos el Portal de la Reina por la que entró la reina Juana Enríquez procedente de Navarra con varias ventanas saeteras.

Continuamos nuestra ruta por la Plaza de la Villa, con un pórtico donde se celebraba el mercado semanal. Destaca un hueco triangular conocido como el "quesito" aquí se colocaba la "romana" una báscula para pesar los productos. Al lado se colocaba la "barra ja-



quesa" (medida de longitud de 772 mm, que servía para verificar la longitud de sus telas, hilos o textiles. En esta plaza también está el Ayuntamiento de estilo renacentista de finales del S. XVI con el escudo de la Villa.

En la antigua Lonja Medieval que hoy alberga la biblioteca municipal, aún se conserva el aljibe. Antes de entrar en el túnel que va hacia la iglesia de San Esteban nos recibe una estatua del director de cine Berlanga en homenaje por su película "La Vaquilla". Nos paramos para ver la cripta, y por la gran portada románica del S. XII accedimos a la iglesia donde destaca un Pantocrátor rodeado de los 4 evangelistas (tetramorfos).

En el interior destaca la pila bautismal del S. VIII donde probablemente fue bautizado Fernando el Católico.

A la salida y justo enfrente de la puerta principal de la iglesia hay una especie de mirador desde donde se ve el Monasterio de Valentuñana. Y desde aquí nos marchamos a comer.

Por la tarde, con Manuel volvimos a hacer parte del recorrido de la mañana, pero ya con más detalle. Vimos que en algunos otros lugares del pueblo hay varias sillas dedicadas a los actores con una claqueta en el suelo, con frases que decían en La Vaquilla. En la de José Sacristán se lee." No digas... ¡Por Dios! ... ¡Que somos rojos! Del personaje Teniente Broseta.

A continuación nos marchamos a Ejea de los Caballeros donde nos alojábamos. El domingo, llegamos a Luna, nos recibió Teresa y fuimos a visitar la ermita de San Gil de Mediavilla. El exterior es muy sobrio,

está construida en sillería de piedra de arenisca con sencillos contrafuertes. La escultura de los capiteles es la "Biblia de los Pobres" hay un ciclo de la vida de Cristo destacando la escena de la Eucaristía con S. Juan reclinado sobre la mesa.

Otro capitel completa la historia de la vida de S. Gil iniciada en el tímpano de la entrada, representa en 2 escenas el pecado de Carlomagno revelado a S. Gil y el entierro de los muertos de Roncesvalles. Dicha decoración se completa con algunos restos de pinturas que aún se conservan.

Por último visitamos la iglesia de Santiago de la Corona S.XII. Su planta es rectangular de una sola nave, rematada por un ábside semicircular y una cripta debajo del presbiterio Construida con piedra de sillería, fue consagrada al culto en el año 111. Uno de los retablos está dedicado a Santiago, y la cripta está presidida por una talla gótica en piedra de la Virgen del SXV.

Con un buen chaparrón, un vinito y un buen aperitivo nos marchamos a comer, despidiéndonos ya de estos bonitos lugares.

Aprovecho para dar las gracias a AAUDEMA por el esfuerzo que ponen en cada una de las actividades y, por supuesto a Manuel que tantas enseñanzas nos regala.

También a Jesús, a la guía local de Sos, así como a Teresa Daniel y Juan de la asociación Banzoazcon.

Pilar Carrasco, socia de AUDEMA

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS MAYORES DE LA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

ADAMUC · OFERTA PARA EL CURSO 2017-2018

SEMINARIO: "HISTORIA DE FILIPINAS Y EL PACÍFICO ESPAÑOL"

La persona que impartirá el curso correrá a cargo de D. Juan Hernández Hortigüela, y se efectuará desde el día 3 de octubre de 2017 hasta el día 6 de febrero de 2018 (ambos inclusive) todos los martes de 17:00 a 18:30 horas, en el aula de la FACULTAD que nos sea asignada por el **Programa de Mayores de la UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID**

PROGRAMA DE ESTUDIO

TEMA 1.

- Introducción al Seminario
- Datos geográficos del Océano Pacífico.
- Localización de las Islas Filipinas, Marianas, Carolinas, Palaos (triángulo hispánico)
- Relaciones España-Portugal: Tratados de Alcaçovas y Tordesillas.
- Carlos I y la especiería
- Descubrimiento del Mar del Sur
- La primera vuelta al mundo.
- Descubrimientos españoles de las primeras islas en el Pacífico.

TEMA 2.-

- Primeras expediciones españolas a la especiería.
- Nuevos descubrimientos en el Pacífico
- El Tratado de Zaragoza (España-Portugal)
- FILIPINAS:
 - Época Prehispánica
 - Expedición de conquista y primer poblamiento en Filipinas.
 - El tornaviaje
 - La fundación de Manila "La Perla de Oriente"
 - Los sangleyes
 - Las relaciones Nueva España-Filipinas

TEMA 3.-

- La iglesia católica en Filipinas
- Las órdenes religiosas (órdenes regulares)
- Agustinos, Franciscanos, Dominicos, Jesuitas y Recoletos (Dominicos descalzos)
- Las Provincias religiosas filipinas
- El primer obispo de Filipinas-
- El primer Sínodo católico de Filipinas.
- La esclavitud en Filipinas

- Manila la "Roma de Oriente"
- Intentos del clero regular de Filipinas para evangelizar los reinos de China y Japón
- La primera imprenta de Filipinas -Relaciones de la Iglesia con las autoridades de gobierno
- El siglo de oro de la iglesia católica en Filipinas.
- El clero secular filipino y sus relaciones con el clero regular
- La herencia católica española en Asia.
- Labor evangélica, cultural y humanitaria de la iglesia católica española.

TEMA 4.-

- El Galeón de Manila -La ruta comercial naval más larga y peligrosa jamás igualada
- Su trascendencia civil, cultural y comercial de Filipinas
- El trascendental comercio de los sangleyes.
- Acapulco y Manila: Fronteras de España -Piratas contra el Galeón de Manila: Ingleses y holandeses
- La plata mejicana y peruana

TEMA 5.-

- Felipe II, rey de Portugal y...de China
- Felipe II, el "Rey de la Plata"
- Independencia de Portugal
- Conflictos sangrientos con los chinos de Manila

TEMA 6.-

- Los reiterados conflictos con los musulmanes (Moros) del sur de Filipinas
- Los ingleses invaden Manila (1762)
- Depresión civil de Manila
- Poblamiento español de la isla Hermosa (Formosa)
- Incursiones en Conchinchina, Camboya y Hainan

TEMA 7.-

- Los españoles descubren más islas del Pacífico.
- Principales expediciones de descubrimiento y población, siglo XVII
- Las expediciones científicas españolas en el Pacífico
- Conflictos internacionales con las Islas Carolinas y Palaos

TEMA 8.- El siglo XIX

- La independencia de los países americanos
- El Regalismo borbónico y la iglesia filipina
- Filipinas: De provincia española, a colonia
- Acontecimientos en la Metrópoli de trascendencia en Filipinas. (El sexenio democrático)
- La masonería española en Filipinas
- Dramáticos sucesos en Cavite
- Dr. D. José Protasio Rizal Mercado y Alonso de Realonda, héroe nacional filipino
- Sus novelas principales: "Noli Me Tangere" "El Filibusterismo"
- Las reformas necesarias en Filipinas
- La Iglesia y Rizal
- El idioma español y Rizal
- Rizal y la masonería
- Fusilamiento de Rizal
- Rizal, héroe nacional filipino...y español

TEMA 9.-

- El "KATIPUNAN"
- La guerra hispanofilipina
- La paz de Biac-na-Bató
- Semblanza de los filipinos Andrés Bonifacio y Emilio Aguinaldo
- La guerra de Estados Unidos contra España
- La intervención de la masonería hispanofilipina y americana.
- El Tratado de París
- Los últimos de Filipinas

TEMA 10.-

- La guerra de Estados Unidos contra Filipinas
- La II Guerra Mundial en Filipinas
- Americanos y japoneses destruyen las huellas españolas de Manila
- La definitiva independencia de Filipinas
- Las huellas de España en Filipinas
- El ocaso del idioma español en Filipinas
- Filipinas hoy



Madrid, 15 de abril de 2017

AAAAPLEXVA

Asociación de Alumnos
y Antiguos Alumnos del
Programa Interuniversitario de
la Experiencia de Valladolid



LA EXPERIENCIA ANTE UN NUEVO AMANECER

Cómo dice el refrán, al mal tiempo buena cara, es lo que tuvimos que hacer los miembros del coro de la Experiencia de Valladolid, cuando en el mes de enero de este año nos encontramos sin director y con compromisos a medio plazo, para enfrentarse a la difícil tesitura de un futuro no muy halagüeño y hasta con visos de desaparición por la mente de algunos de sus componentes cuando veían la marcha de compañeros desilusionados por lo acontecido.

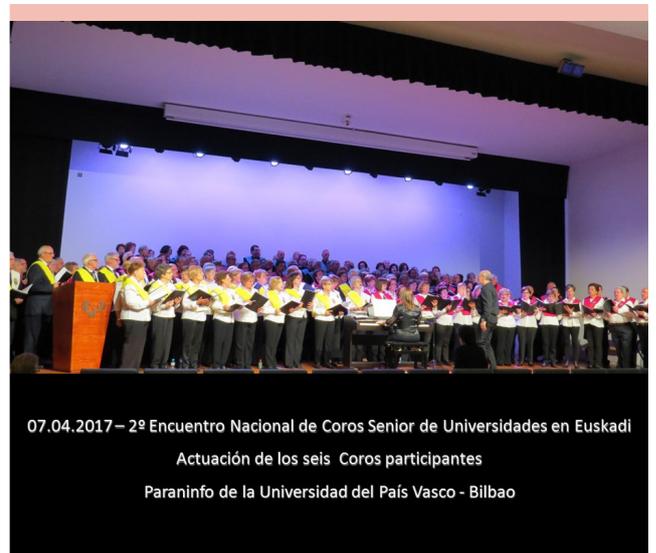
De ahí que una gran mayoría decidiese plantar cara a la situación y pensara que o se hacía algo rápidamente o el coro estaba al borde de su desaparición, pero entre todos se consiguió en tiempo record encontrar un nuevo Director y en los primeros días de febrero, Miguel Ángel Cabero Álvarez iniciaba los ensayos con un coro ilusionado a partir de ese momento ante la nueva etapa pero con la incertidumbre de tener que asumir un novedoso repertorio planteado por el nuevo director, que se dispuso rápidamente al empezar los ensayos y conocer las nuevas canciones.

Repertorio, que aunque con un reducido número de canciones y de ensayos permitió al coro, dicho sea de paso animados por el Coro organizador AULAS BILBAO, acudir al primero de los compromisos asumidos anteriormente como era participar en el 2º Encuentro Nacional de Coros Sénior de Universidades en Euskadi, donde junto a otros coros de A Coruña, Ferrol, Oviedo, Burgos y Bilbao, se consiguiera en esta ocasión pasar dos inolvidables jornadas, el 7 de abril en Bilbao y el 8 en Donostia, en fraternal y grata compañía con todos ellos y cantando algunas canciones conjuntas que a buen seguro se recordaran para siempre.

Pero los siguientes compromisos estaban cerca y se tenía que ampliar el repertorio para el 20 de mayo organizar el VI Encuentro Coral "Voces de la Experiencia" donde el coro tuvo el placer de tener como invitado al Coro AULAS BILBAO y compartir mesa y mantel en la comida previa al encuentro y la posterior cena en una típica bodega castellana como lógica respuesta a la comida de los seis coros en una sidrería de Astigarraga.



**CARTEL DEL
2º ENCUESTRO
DE COROS SENIOR
DE UNIVERSIDADES
EN EUSKADI**

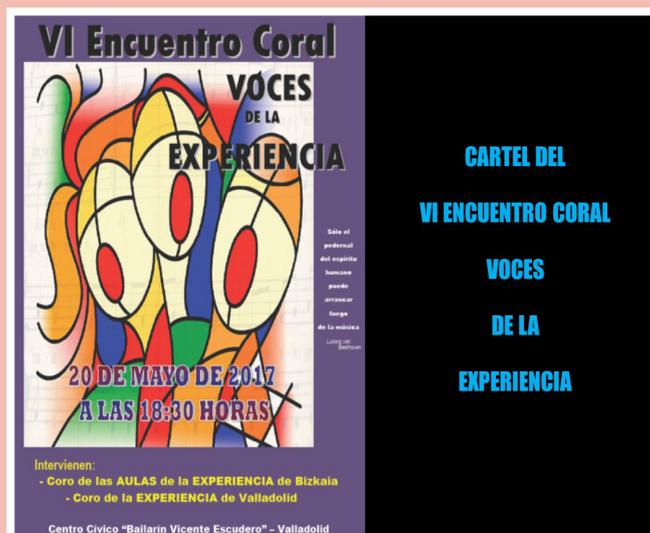


Las clausuras de fin de curso es una de las épocas donde el coro es requerido para diferentes eventos y el día 24 de mayo participó en la Iglesia de San Pablo de Valladolid en el acto de Clausura de Curso del Programa Interuniversitario de la Experiencia, donde se hacía entrega además de los diplomas a los alumnos del último curso, y para terminar, el día 29 de mayo el coro de la Experiencia acompañado del Coro UNATE de Laredo intervino en el acto de Clausura Fin de Curso de la Asociación de Antiguos Alumnos de la Experiencia.

Todo lo dicho es algo que a principios de año ninguno en el coro podía imaginar que iban a ser capaces de realizar ante la situación en la que se estaba en aquel momento, pero la voluntariosa labor de Miguel Ángel ha permitido un brillante resurgir y nacido como un nuevo día, dando al coro un renovado aire e ilusión, que quienes lo han visto años atrás o en alguna otra ocasión reconocen el gran cambio surgido en el grupo, con música más actual, movida y variada, que alegra al coro y que conecta de manera más fácil y fluida con el público que asiste a los conciertos, y una muestra de ello se puede apreciar hasta en el semblante del coro en las fotos y vídeos de las actuaciones anteriormente citadas y que junto a la historia, componentes y demás información puede verse en nuestra página web cuyo enlace es: coro.abloque.com.



08.04.2017 - 2º Encuentro Nacional de Coros Senior de Universidades en Euskadi
Coro de la Experiencia de Valladolid
en la Iglesia del Corazón de María de San Sebastián



CARTEL DEL
VI ENCUENTRO CORAL
VOCES
DE LA
EXPERIENCIA



CARTEL DE LA
CLAUSURA
FIN DE CURSO
DEL PROGRAMA
INTERUNIVERSITARIO
DE LA
EXPERIENCIA



20.04.2017 - VI Encuentro Coral "Voces de la Experiencia"
Coro de la Experiencia en el Centro Cívico Bailarín Vicente Escudero de Valladolid



24.05.2017 - Clausura del Programa Interuniversitario de la Experiencia
Coro de la Experiencia en la Iglesia de San Pablo de Valladolid



29.05.2017 - Clausura Fin de Curso de la Asociación de Antiguos Alumnos de la Experiencia
D. Felipe Martín Moreno hace entrega a D. Francisco Castillo Amado, Presidente del Coro UNATE Laredo de un recuerdo de la clausura en el Centro Cívico Juan de Austria de Valladolid

VIAJE A FRANCIA. INTERUNIVERSITARIO



JORNADAS INTERUNIVERSITARIAS DE TOULOUSE



aluma
 asociación de alumnos del aula
 Permanente de Formación Abierta
 Universidad de Granada

Francia abrió sus puertas a los alumnos del Aula Universitaria de Mayores de la Universidad de Granada. Durante una semana los estudiantes mayores han realizado un viaje interuniversitario de intercambio con la Universidad de la Tercera Edad de Toulouse y recorrido las ciudades emblemáticas de Carcassone, Albi y Pau en Francia, así como en su camino Burgos y Vitoria.

La asociación de alumnos "Aluma", proyecto este tercer viaje a la Universidad más antigua de Europa, Toulouse como hermanamiento con Granada, la primera Universidad de Mayores en España.

El éxito y el grado de satisfacción de las anteriores visitas a Universidades europeas como; Oporto, Alessandria en Italia, ánimo a continuar con este tipo de experiencia innovadora en donde se comparte unas jornadas con estudiante mayores franceses y se fomenta la unión y los lazos de amistad, además de conocer su cultura, historia y gastronomía en las visitas turísticas.

Nuestra Aula Permanente de Formación Abierta (Aula Universitaria de Mayores), Ha llevado en su maleta a Francia, el arte y la cultura del lenguaje musical, a través de la Pintura y el Coro.



Los alumnos mayores del Taller de Arte y Creatividad del Aula, han dedicado un año al estudio del pintor francés Toulouse-Lautrec. De las manos de los artistas-pintores han salido 22 obras originales de pintura que han sido expuestas en la Universidad de la Tercera Edad de Toulouse. En fechas próximas se dará a conocer en exposiciones en Granada. La pintura no tiene edad y une a los pueblos.



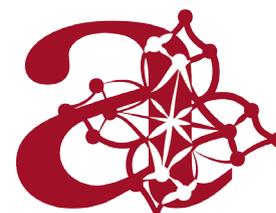


El coro del Aula Permanente de la Universidad de Granada, actuó para los estudiantes mayores franceses, con un repertorio completo de canciones de las Alpujarras Granadinas, las voces resonaron con el sabor del canto y el alma de nuestra querida tierra.

La convivencia se completó con una cena de encuentro y varias comidas en los comedores universitarios con estudiantes jóvenes y mayores de la Universidad de Toulouse.

Nos queda el recuerdo de los días compartidos en el Sur de Francia, de los ojos fijos en el paisaje cautivador, de los ríos de agua clara que nunca se detiene, del color verde de las infinitas praderas, de los bosques, valles y montañas . Nos llevamos grabado en el laberinto de la memoria, la soledad y majestuosidad de los castillos y

palacios, donde el esplendor del pasado vive, sobre la piedra muda. Entre la piedra y la flor, el hombre, que con su arte da vida a los vivos, con sus manos pinta, esculpe, talla y diseña las grandes obras que hemos disfrutado en cada ciudad, Vitoria, Toulouse, Carcassone, Albi, Pau y Burgos. En pocos días recorrimos siglos y siglos de arte e historia.



RAFAEL RECHE SILVA,
Alumno y vicepresidente de la asociación Aluma.



REENCUENTRO CON ITALIA

del 1 al 3 de mayo de 2017



aluma
 asociación de alumnos del aula
 Permanente de Formación Abierta
 Universidad de Granada

Un año después de las Jornadas Interuniversitarias celebradas por la Asociación de Alumnos del Aula Permanente ALUMA, en la ciudad de Alessandria (Italia), recibimos la visita de los alumnos italianos en nuestra ciudad.

Ha sido un honor recibir en nuestra casa en Granada, a nuestros queridos compañeros de la Universidad de Alessandria.

Reencuentro muy gratificante deseado por todos y que ha dejado una profunda huella entre los alumnos mayores de ambas Universidades.

La primera noche visitantes y anfitriones fuimos testigos del arte granadino asistiendo a una zambra en el Sacromonte.

El día dos, les dimos la bienvenida oficial, en un acto académico en el Salón del Complejo Triunfo, presidido por D. German González, Delegado de Educación de la Junta de Andalucía, D^a Carmen García Garnica, Directora del Aula Permanente, D^a Concha Lázaro, Subdirectora del Aula Permanente, D. Vittorio Villa, Director de la UNITRE de Alessandria y la Presidenta de ALUMA, D^a Eulalia Vargas Puga.



Seguidamente, se visitó el Hospital Real, sede del Rectorado, continuando con un paseo por el Albayzín, terminamos la mañana con una comida de tapeo granadino en el Carmen de la Victoria, donde los visitantes quedaron maravillados del delicioso panorama que contemplaban.

Por la tarde, se visitó la Capilla Real y la Catedral.

Esa noche tuvimos la Cena del Reencuentro en un lugar emblemático de Granada como es el Hotel Alhambra Palace, donde los asistentes pudieron contemplar una magnífica puesta de sol, se intercambiaron regalos y se terminó con la actuación de la Tuna de Arquitectura Técnica, entre grandes aplausos de los asistentes.

El tres de mayo, comenzó con una visita a la Alhambra y terminó el día con un recorrido por las Cruces de Mayo. La visita de los amigos italianos ha sido una experiencia muy gratificante, hemos reforzado los lazos de amistad con alumnos de Italia, como antes pasó con los estudiantes de Oporto.

Estas relaciones amistosas, descubren un mundo de unión y afecto entre los alumnos mayores de las distintas Universidades europeas, hacen que no nos encontremos aislados en nuestra ciudad, formamos parte de un todo que es Europa, en el que trabajamos con la misma



ilusión, para reforzar nuestros conocimientos y transmitir nuestras experiencias a los más jóvenes. Nos sentimos útiles y desde nuestra modestia contribuimos a mejorar el mundo.



José Rodríguez Sánchez
Estudiante y Vocal de Cultura d ALUMA



AAAAPLEXVA



ACTIVIDADES DE LA ASOCIACIÓN DE ALUMNOS Y ANTIGUOS ALUMNOS DEL PROGRAMA INTERUNIVERSITARIO DE LA EXPERIENCIA DE VALLADOLID



PROGRAMA 2º TRIMESTRE 2017

ABRIL 2017

Lunes 3

Doscientos años de versos y un fantasma con carisma.
(sobre José Zorrilla)
Dña. María Teresa Godoy Chacón

Jueves 6

"Camino a Jerusalem"
Pilar Ganges
Grupo de Teatro de la Asociación

Lunes 10

Semana Santa

Jueves 13

Semana Santa

Lunes 17

Los componentes culturales de la España Antigua
Ispanya - Hispania
D. Tomás Mañanes

Jueves 20

Topkapi, la ciudad palatina de los sultanes otomanos en Estambul
Dña. Concepción Hernández Manso

Lunes 24

Festivo

Jueves 27

Planos de Valladolid desde Ventura Seco a la actualidad
D. Alejandro Rebollo Matías

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Martes 25

Visita Palacio Real y Teatro Real (Madrid)

MAYO 2017

Lunes 1

Festivo

Jueves 4

La escritura fragmentada o como vivir recordando.
(Cincuenta años de la muerte de "Azorín")
Dña. MARÍA Teresa Godoy Chacón

Lunes 8

Carlos III y sus arquitectos.
D. Carlos Montes

Jueves 11

Paseo por el Museo de la Escultura.
Dña. María José Carbajo Serrano

Lunes 15

Nuestro calendario
D. Fernando Muñoz Box

Jueves 18

Miradas a la arquitectura neoclásica en España
Dña. Concepción Hernández Manso

Lunes 22

MONTEVERDI: Primer compositor de Ópera
Dña. María Ángeles Porres Ortún

Jueves 25

Sitios y horas de España. Vitoria 1200
D. Pascual Martínez Sopena

Lunes 29

Concierto polifónico:
• Coro UNETE de LAREDO
• Coral de la EXPERIENCIA DE VALLADOLID

Piscolabis fin de curso

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Visita Edades del Hombre. (Pendiente de concretar fecha)



D. Alejandro Rebollo Matías, el día 27 de Abril, nos dio una conferencia cargada de imágenes del Valladolid antiguo hasta la fecha, paseando por los planos que nos fue relatando y haciéndonos cargo de los cambios que ha dado nuestra ciudad desde Ventura Seco, y la extraordinaria evolución que ha tenido esta ciudad capital del reino en una época dorada.

Una conferencia muy bien documentada y de gran aceptación por el público asistente.



Dña. María Teresa Godoy Chacón en su conferencia del día 4 de Mayo, nos deleitó como sólo ella sabe, con su verbo cálido, haciendo un recorrido por la vida y obras de Don José Augusto Trinidad Martínez Ruiz, más conocido en los ambientes literarios de la época con el pseudónimo de Azorín, novelista español, fue también dramaturgo y un dignísimo representante de la Generación del 98.

Nos hizo una semblanza apasionada, como siempre, de este gran literato y leyó con su vibrante y aterciopelada voz unos fragmentos ejemplares de sus obras.



Dña. Concepción Hernández Manso, profesora de Arte, en esta ocasión nos hizo mirar a la arquitectura Neoclásica de España con los ojos de la persona, como ella, que conoce profusa y profundamente el arte de nuestra nación. Además de sus fervientes palabras y perfecto orden cronológico de las construcciones de este estilo, la contemplación de las imágenes de cerca de lejos, con detalles, etc; realmente, pareciera que estábamos con ella delante de construcciones neoclásicas civiles y religiosas más representativas de nuestra tierra española.

Un viaje al mundo del arte neoclásico comentado con gran acierto por nuestra profesora titular, que ya es como de la casa. La sala estaba a reborar y los socios y público asistente gozamos de et viaje artístico por diferentes lugares de España.

Autor: Julián Rodríguez Martín

Secretario de la As. de A. y A.A. del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Valladolid



¡ FIN DE CURSO !

Y por fin acabó el curso,

¡Sin exámenes! Para celebrarlo, quedamos un grupo de 105 compañeros en el Hotel NH Collection A Coruña Finisterre (el nombre creció para impresionar más).

Nos recibieron con un aperitivo –como en las mejores bodas-, que tomamos de pie para ir saludándonos unos a otros, según íbamos llegando.

A continuación bajamos al Salón Victoria-en dónde ya habíamos celebrado la comida del X aniversario de ADAYEUS-. El menú exquisito y creo que a gusto de todos los comensales; comenzamos con unos canelones de marisco, seguido de unos pimientos del piquillo rellenos, para finalizar en salado con costilla lacada, todo ello acompañado de vinos blancos y tintos y de postre tiramisú de requesón –una delicatesen-.

Después subí al escenario, como miembro saliente de la anterior Junta Directiva, para dar las gracias a todos los socios por su participación en todas las actividades que organiza la Asociación, y también presentar a la nueva Junta Directiva, presidida por Roberto Pérez Escutia, el Presidente de más “altura” que ha tenido ADAYEUS.

A continuación el nuevo Presidente también dio las gracias a todos los que allí estábamos y a los miembros de la Junta Directiva que no pudieron asistir. Hizo hincapié en que la nueva Junta Directiva está abierta a todas las sugerencias y opiniones que quieran aportar los socios. Se hizo un brindis con una copa de cava, por la salud de todos y el futuro de ADAYEUS.

Y así llegamos a las cinco de la tarde, hora en que comenzó el baile, con la actuación de Aixa Romay – ya conocida por nosotros - Ely Morales, acompañados Juan Carlos al teclado.

Todos se fueron animando y la pista se llenó de pronto con todos los bailarines presentes en el salón.



Así estuvimos disfrutando y gastando “pista” hasta llegar a las siete y media de la tarde, que nos despidieron con la canción “vivir na Coruña que bonito é, andar de baranda e durmir de pé...”, pero aun así no fue suficiente y hubo algunos bises más.

Al fin nos despedimos todos contentos hasta el próximo curso, deseándonos feliz verano, y con muchas ganas de retomarlos para seguir participando en todas las actividades.



Muchas gracias por los buenos momentos que nos brindáis.

ADAYEUS

A Coruña, 2 junio 2017

Eloisa Cubeiro Veiga

AUDEMAC



MENSAJE FIN DE CURSO DEL PRESIDENTE

Mejor tarde que nunca, y de parte de toda la junta directiva, quiero daros las gracias a todos los que habéis participado en los múltiples actos, eventos y torneos de las últimas semanas de este curso que se acaba de terminar.

- **A todos los senderistas**, a sus 'chefs' y a su anfitrión de El Escorial por la gran paella fin de temporada.
- **A todos los debatientes** que tuvisteis el valor de participar por primera vez en un arte desconocido y difícil.
- **A todos los actores** tan profesionales de "Entre Comillas" que habéis montado con vuestra directora dos obras francamente estupendas.
- **A todos los poetas, micro-escritores**, miembros del jurado, simples comensales que animasteis tanto nuestra cena-fiesta fin de curso.
- **A todos los golfistas y a sus organizadores** por este primer torneo AUDEMAC en el Campo de la Federación.
- **A todos los cantantes** de 'Acordes Mayores' y a su director por todo lo que habéis ensayado y trabajado para esta primera actuación en público.
- Y sobre todo **a todos vosotros, un público fantástico y fiel** que habéis casi llenado el Aula Magna de Comillas tres veces en un solo mes.

¡He sacado más **de mil fotos en 8 eventos** y no podéis imaginar la pereza que me da tener que seleccionar, tratar y enviarlas, pero lo haré ... poco a poco!

Tendréis que ser pacientes. Las iremos sacando y colgando una selección en la página web.

Para los que os perdisteis '**La Lengua en Pedazos**', '**Las Troyanas**' y el final del **Torneo de Debate 'Palabras Mayores'** (o los queréis revivir), los vídeos completos grabados por la Universidad se encuentran en su web en el siguiente enlace: <https://tv.comillas.edu/>

Y por último, hemos hecho unos ajustes en vuestra junta directiva.

Elena Tirado deja la junta al final de su carrera.

Carmen Moratalla pasa a ser Vice-Presidenta de la Asociación y **José Ramón Martínez** desempeñará el puesto de Secretario (cambios sujetos a ratificación en la próxima Asamblea General).

Os deseamos a todos los socios unas vacaciones de verano muy felices...



AUDEMAC

Asociación Alumnos y Antiguos Alumnos
Universidad de Mayores Comillas ICAI-ICADE

Bruce

BIBLIOTECA SÉNIOR CAUMAS

TRABAJOS DESTACADOS

LA PESTE BUBÓNICA Y SU INCIDENCIA



Autor: Fernandez Barbosa Fernando, López Díaz Carmen

Universidad: Universidad de Vigo

Campus Universitario: Vigo

Tema: Historia

Descripción:

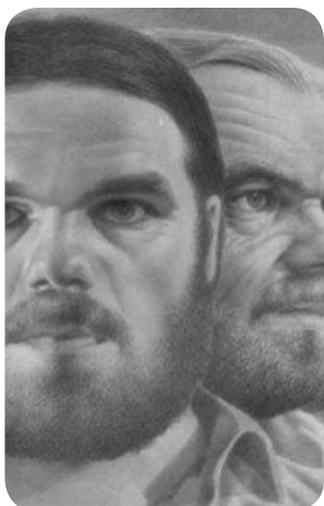
Boccaccio en su "Decamerón" constataba: "al empezar la enfermedad les salían a las hembras y a los varones en las ingles y en los sobacos unas hinchazones que alcanzaban el tamaño de una manzana o de un huevo. La gente común llamaba a estos bultos, bubas. Y en poco tiempo estas mortíferas inflamaciones cubrían todas...

Enlace a la Biblioteca:

<http://caumas.org/articulo/la-pesto-bubonica-y-su-incidencia/>



CRECER ENVEJECIENDO 15



Autor: Pozón Lobato, Enrique

Universidad: Universidad de Málaga

Campus Universitario: Campus de Málaga

Tema: Sociología

Descripción:

En la actualidad conviven simultáneamente personas de distintas generaciones que responden a épocas en donde cada una se ha desarrollado en distintos procesos de socialización y cambios culturales. Artículo: Crecer Envejeciendo 15

Enlace a la Biblioteca:

<http://caumas.org/articulo/crecer-envejeciendo-15/>





FEGAUS

FEDERACIÓN GALEGA
DE ASOCIACIONES
UNIVERSITARIAS SÉNIORS



FASUNEX

FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE
ALUMNOS Y ANTIGUOS ALUMNOS DEL
PROGRAMA INTERUNIVERSITARIO DE
LA EXPERIENCIA DE CASTILLA Y LEÓN



FADAUM

FEDERACIÓN ANDALUZA
DE ASOCIACIONES DE
AULAS UNIVERSITARIAS
DE MAYORES



ADAMUC

ASOCIACIÓN DE
ALUMNOS MAYORES
DE LA UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE MADRID



AEPUMA

ASOCIACIÓN DE
ESTUDIANTES DEL
PROGRAMA UNIVERSITARIO
PARA MAYORES DE
LA UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA DE MADRID



PERITIA ET DOCTRINA

ASOCIACIÓN "PERITIA ET
DOCTRINA" DE DIPLOMADOS
DE LAS PALMAS DE
GRAN CANARIAS



AMULL

ASOCIACIÓN DE
MAYORES DE LA
UNIVERSIDAD
DE LA LAGUNA
(TENERIFE)



AULEXNA

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS
Y ANTIGUOS ALUMNOS DEL
AULA DE LA EXPERIENCIA
DE LA UNIVERSIDAD
PÚBLICA DE NAVARRA



AMUEZ

ASOCIACIÓN DE
MAYORES DE LA
UNIVERSIDAD DE
LA EXPERIENCIA
DE ZARAGOZA



AUDEMA

ASOCIACIÓN
UNIVERSITARIA DE
MAYORES DE LA
UNIVERSIDAD DE
ALCALÁ DE HENARES



AUDEMAC

ASOCIACIÓN ALUMNOS
UNIVERSIDAD MAYORES
DE LA UNIVERSIDAD
PONTIFICIA DE
COMILLAS DE MADRID



ASSAXAOM

ASOCIACIÓ DE ALUMNES
I EXALUMNES DE LA
UNIVERSITAT OBERTA
PER A MAJORS DE LAS
ISLAS BALEARES



PUMUO

PROGRAMA DE
ESTUDIOS PARA
PERSONAS MAYORES
DE LA UNIVERSIDAD
DE OVIEDO

SIEMPRE HAY TIEMPO PARA IR A LA UNIVERSIDAD



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD



CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES Y FEDERACIONES
DE ALUMNOS Y EXALUMNOS
DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES