

Séniors Universitarios



La voz de los alumnos y profesores de los Programas Universitarios de Mayores de las Universidades Españolas



#YOMEQUEDOENCASA



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

SUMARIO

M A R Z O

2 0 2 0

EDITORIAL

04 Cuando todos los días son domingo

ENTREVISTA

06 D. Juan Manuel Martínez Gómez
Presidente de CEOMA, Confederación Española de Organizaciones de Mayores

COLABORACIONES

- 08 Carlos Llorens. El valor de la palabra.
- 10 Juan Hernández Hortigüela · El volcán Popocatepetil y el Valle de Tlaxcala.
- 12 Antonio M^a González Gorostiza · Mi amiga la corbata.
- 13 Luis Morales Bellet · El otro.
- 14 José Luis Salas Oliván · La estación de Canfranc.

OPINIÓN

- 05 Miguel Ángel Martínez Coello · A mí, no me va a pasar...
- 15 José Rodríguez Sánchez · Todo cambió de repente.
- 16 Luis Morales Bellet · Estoy envejeciendo...
- 17 Miguel Ángel Martínez Coello · Un antes y un después...
- 18 Remedios Seijo · A cierta edad el aislamiento por COVID-19.
- 19 Juan Manuel Sánchez Quinzá-Torroja · El coronavirus redescubre a Keynes.

NOTICIAS

- 20 La Mesa Estatal exige medidas urgentes ante la crisis del COVID-19.
- 22 Help Age. La década del envejecimiento saludable y los ODS.
- 23 XX Aniversario de CEOMA.
- 24 VII Congreso de Universidades Sénior.

ASOCIACIONES

- 26 AUDEMA. IV Certamen de Microrrelatos y de Fotografía Digital.
- 28 AUDEMAC. Garci con AUDEMAC en Comillas.
- 29 ALUMA. Premios VI Certamen de relatos cortos.
- 29 ALUMA. Jornadas Interuniversitarias de Granada.
- 30 AMULL. Primer Premio de poesía Vientos Alísios.
- 31 AMULL. Visita de Peritia et Doctrina.
- 32 ADAYEUS. Cocido - Carnaval.
- 33 AMUEZ. Inaugurado curso de cocina.
- 34 AULAS DE FORMACIÓN ABERTA OURENSE. Una visita inolvidable.

RUTAS Y VIAJES CULTURALES

- 36 ADAYEUS. Ruta de senderismo "COTA-FRIOL".
- 38 AMUEZ. Crónica del viaje a Mirambel / Cantavieja.
- 40 AMUEZ. Crónica de la visita a la Cripta de Santa Engracia.
- 41 AMULL. Ruta: Rambla de Castro.
- 42 ADAYEUS. Visita al Pórtico de la Gloria y al Monasterio de San Martín Pinario.
- 43 AULAS DE FORMACIÓN ABERTA DE OURENSE. De Celanova al ... cielo.



Bienvenidos a Canal Sénior, tu portal de conocimiento - #MayoresActivosEnCasa

Actividades Audiovisuales Formación Online

MayoresActivos



6 abril 10:30 Comunicación para todos. Aprende a comunicarte y relacionarte mejor	6 abril 16:30 Velázquez. Sevilla: la ciudad que vio nacer al artista	Visión
---	---	--------

Ciclo Uso práctico de WhatsApp





Séniors Universitarios revista digital

Nº 30
Marzo 2020

EDITA

CAUMAS

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

C/ Castelló, 36 * 1ºA
28001 - Madrid

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

Cuando todos los días son domingo

Es realmente curioso que todo aquello que deseamos, llegado el momento, no nos produce la sensación placentera que esperábamos.

Desde pequeños deseamos ser mayores para tener la libertad de hacer esto o lo otro, durante la vida nos privamos hasta de lo más necesario para que nuestros hijos consigan esto o lo otro y durante la semana pensamos en cuándo será domingo para descansar.

Pues bien... ya estamos en domingo, pero mañana sigue siendo domingo y pasado también... y ¿ahora qué?

Cuando se valora realmente una cosa es cuando se pierde; y la libertad es lo más sagrado de todos los bienes que pueda poseer el ser humano.

Al día siguiente no habrá que ir a trabajar, no habrá que ir a estudiar, no habrá que salir a la calle porque en la calle está el peligro. Tendremos que continuar el domingo en la cueva de la esperanza rodeados únicamente de los nuestros... nuestro auténtico tesoro.

De pequeños, en nuestra inocencia, muchos pensamos que los ricos, reyes, curas, etc., eran seres escogidos, sobrenaturales, intocables... sin embargo vemos que la enfermedad nos hace a todos iguales y aflora sentimientos perdidos... podemos dar las gracias.

Si nos paramos a pensar, vemos que esta pandemia nos aporta más beneficios que desventajas.

Nos obliga a detenernos en la marcha irracional que hasta ahora vivimos haciéndonos ver que las carreras y prisas no son buenas.

Nos obliga a pensar y reflexionar.

Nos obliga a sentir y comunicarnos en familia, lo más importante.

Nos hace ver que a nuestro lado hay gente como la tuya, y que los chinos no son tan distintos de nosotros, también sienten, quieren y aman como nosotros; no son nuestros enemigos.

Nos hace ver que los sentimientos unen.

La naturaleza está recuperando su pulso.

A los animales que viven en el medio natural y los que nos acompañan no les afecta, por lo tanto, no sufren.

Nos reorganiza la vida y nos hace cuestionar el camino antes emprendido.

A partir de ahora, la vida tendrá más sentido y prioridad que la tecnología. La tecnología será un soporte clave para el desarrollo de la vida, y no al revés.

Y sobre todo valoraremos más todo aquello que implique sentir, la experiencia y humanidad de los mayores, la inquietud emprendedora de los jóvenes y la sonrisa de los niños.

Y sí... mañana vuelve a ser domingo... ¡¡¡qué bien!!!

Marzo 2020

A MÍ, NO ME VA A PASAR...

MIGUEL ÁNGEL MARTÍNEZ COELLO



Neto e avó (nieto y abuelo) dibujo de Martínez Coello

Si hay algo que se pueda asegurar que posee el sabio, es la prudencia.

Estos momentos de confinamiento deben servirnos para pararse y reflexionar, saber lo que hicimos bien, lo que hicimos mal y trazarse un camino a seguir.

De lo que hicimos mal, ya se encarga la historia de sentenciar los errores y encausar a los culpables. Pero eso sólo nos vale para estudiar las causas que nos llevaron al desastre para no repetirlas.

De lo que hicimos bien, tampoco nos vale de mucho, porque para saber si hicimos lo correcto, alguien que no seamos nosotros es quien tiene afirmarlo.

Por lo que sólo nos queda el presente. Esto tiene que servir para tener claro lo que vamos hacer de aquí en adelante... sí o sí.

Es curiosa la tendencia del ser humano al hecho de no dar importancia a lo verdaderamente importante.

¡¡¡Todo lo que nos han dicho nuestros padres, nuestros abuelos, nuestros profes... nada de nada... que me van a decir esas antiguallas...!!!

Nos reímos de los tontos, de los idiotas y de los psicópatas porque nosotros nos consideramos superiores... pero ¿¿¿qué pasa cuando te relajas y les das la oportunidad...???, entonces es cuando ya es tarde.

Lo mismo pasa con los virus o cualquier otra enfermedad... pero, eso a mí, **no me va a pasar...**

Siempre dije que **donde hay un tonto hay un peligro... y no falla. Nos reímos de sus tonterías y lloramos sus consecuencias.** Lo hemos visto con Hitler, Franco, Lenin, Mao y mil salvadores de la patria más... y como si nada, y como eso... **a mí, no me va a pasar.**

Tenemos libros, documentos y **consejos científicos sobre lo que debemos hacer** y lo que no debemos hacer y... no sólo no le hacemos caso sino que su presupuesto lo invertimos en pagar millonarios fichajes futboleros.

Tenemos que dejar de buscar culpables, porque quizás a quién tengamos que enviar a la hoguera es a nosotros... los verdaderos responsables.

Ante la dura realidad, que supera con creces la más fantástica fantasía sobre desastres epidemiológicos, tenemos que definir muy claramente lo que a partir de ahora tenemos que hacer y **no bajar jamás la guardia.**

El camino a seguir es básico:

- **Escuchar la voz de los mayores, nuestros sabios de cabecera.**
- **No bajar la guardia ante los Tonto-loco-psicópatas.**
- **Sentido común.**

Y no volver a decir jamás... **a mí, no me va a pasar.**

*Miguel Ángel Martínez Coello
Responsable de prensa y comunicación de FEGAUS*



Entrevista a D. Juan Manuel Martínez Gómez

Presidente de CEOMA, Confederación Española de Organizaciones de Mayores

Entrevista a D. Juan Manuel Martínez Gómez (Madrid, 1944) presidente de CEOMA, la Confederación Española de Organizaciones de Mayores. Médico especialista en Geriatria y Traumatología. Fue jefe de los servicios médicos del IMSERSO, asesor de la dirección general del IMSERSO y el INSALUD y coautor del Plan Gerontológico Nacional de 1989. Jubilado desde 2014.

CEOMA agrupa a 26 organizaciones (entre ellas CAUMAS) y tiene presencia en casi todas las Comunidades Autónomas, representando a cerca de 700.000 personas.

Estamos en lo que vamos a llamar marzo negro, en Estado de Alarma y recluidos en casa, ¿cómo vive usted esta situación?

A decir verdad, estos primeros 15 días no he tenido tiempo de aburrirme, han sido unos días llenos de entrevistas relacionadas todas con el coronavirus y los mayores. Ahora bien, no he olvidado ningún día de hacer ejercicio, leer, escuchar música y jugar y hablar con mis nietos a través de FaceTime.

El colectivo de personas mayores es, evidentemente de gran riesgo, sobre todo las personas mayores que están en residencias y/o con patologías diversas, ¿cómo se puede explicar la falta de aplicación de protocolos de prevención en esta pandemia?

El 3 de marzo no se había pensado en las residencias de mayores cuando existen 5.000 centros con alrededor de 370.000 mayores de una edad media de 82 años. INCREÍBLE y aunque todos son centros sociosanitarios no están incluidas en el concepto Sanitario con lo cual los sistemas de prevención EPIs que están faltando en hospitales, mejor, no comento lo que ocurre en las residencias. CASI OLVIDADAS.

A raíz del aislamiento obligatorio las reacciones de solidaridad con las personas mayores han brotado desde todos los ámbitos de la sociedad para amortiguar la soledad, para que no se sientan solas, para hacer la compra, para hablar por teléfono, etc., ¿no debería el Estado asumir esa responsabilidad con un proyecto bien definido?

Es verdad que en este sentido la Sociedad ha respondido muy bien y sabiendo como sabe que el 20% de los mayores viven solos, me consta que en los edificios donde viven mayores, los vecinos se han ofrecido han respondido para hacerles la compra y llevarles el pan. También desde las organizaciones de mayores, que no cito para que no se me olvide ninguna, se han puesto a disposición de los mayores teléfonos gratui-

tos a los que pueden llamar para lo que necesiten y luchar contra la soledad.

CEOMA y UDP (Unión Democrática de Pensionistas) se han unido para formar una plataforma que represente a la mayoría de las personas mayores a la que se unirán, sin duda, otras organizaciones ¿Cuál es su primer gran proyecto en común?

No solo CEOMA Y UDP también lo forman como entidades fundadoras LA ONCE (SUPO, Sección Unidad Progresista Pensionistas ONCE) y CERMI (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad). Los estatutos, que ya están terminados establecen como pueden agregarse otras instituciones que cumplan los requisitos establecidos en ellos. Estamos retrasando su puesta en marcha oficial por el grave problema que estamos pasando con el COVID-19, pero es de entender que esta plataforma estatal de mayores y pensionistas, que ya en la actualidad cuenta con cerca de tres millones de personas, presionará a la administración y a la sociedad para que tengan en cuenta a los mayores y no ignoren la dignidad a la que tienen derecho este grupo de población.

El edadismo, la discriminación por edad, es un fenómeno que provoca que las personas mayores sean el grupo más vulnerable, con estereotipos relacionados con pérdidas, discapacidad funcional, enfermedades y problemas cognitivos, entre otros, que muchas veces no tienen que ver con la realidad y que, sin embargo, crea en la sociedad una imagen negativa de este colectivo. ¿Cómo se lucha desde CEOMA contra el edadismo?

Recordando a la Sociedad que los mayores son los responsables del estado de bienestar que disfrutaban ellos y que antes de llegar a esa edad también fueron jóvenes. Es increíble que alguna parte de la sociedad reaccione de esa manera, que seguro se habría evitado con una educación y formación adecuada desde niños y jóvenes. Si supieran como es una persona ma-



Confederación Española de Organizaciones de Mayores

Los Mayores, nuestra razón de ser

yor, que es el envejecimiento y que ocurre en ese periodo involutivo, donde se produce una disminución de adaptación en todos los órganos y sistemas, estoy seguro de que se evitaría.

Otro estereotipo es señalar a las personas mayores como responsables de monopolizar el sistema sanitario y de robar el futuro de los jóvenes con sus pensiones ¿por qué no se visibiliza la función social imprescindible y necesaria que ejercen las personas mayores?

En mi contestación anterior ya he dicho algo al respecto, el envejecimiento no es una enfermedad, pero existe una involución que hace que las enfermedades puedan aparecer con mas facilidad. Ahora bien, si se tiene en cuenta que tanto en la sanidad publica como en la privada han estado muchos años aportando sin consumir, será lógico que en la senectud se consuma más y que compense lo que antes no se utilizó. No obstante, mejoraría mucho el sistema si se tuviera en cuenta el envejecimiento de la población y se reordenara el sistema de salud hacia una geriatrización del sistema que lo hiciera más eficiente y eficaz. Es urgente la reorganización de los recursos sanitarios y sociales.

Y las pensiones, ¿es partidario del blindaje de las pensiones por ley?

ABSOLUTAMENTE. En el Pacto de Toledo deberíamos estar representados los mayores y ayudar a buscar la forma de blindar las pensiones, aunque tuviera que modificarse la forma de financiación.

Cómo solucionar la (injusta) incompatibilidad de recibir la pensión y poder trabajar?

Ese es uno de los fines principales que tiene la Plataforma creada. Hacernos oír a todos los niveles. Tenemos la esperanza que representando a casi tres millones de personas mayores nos escuchen, aunque piensen solo en los votos.

Los medios de comunicación tampoco colaboran en dar espacios y voz a las personas mayores, no nos incluyen como parte de la

población en plano de igualdad con los demás colectivos, ¿cree que conseguiremos cambiar esa tendencia?

Yo creo que está cambiando. En estos 15 días nos han llamado de RNE, Tele 5, 65 y más, Europapress, Agencia Efe y otras. Es verdad que es por la situación que vivimos, pero siempre aprovecho para hablar de la plataforma. Seguro que la tendencia cambiará.

¿Cuál es el proyecto que le gustaría llevar a cabo durante su etapa como presidente de CEOMA?

Ya lo expuse en mi programa electoral. La constitución de la Plataforma para que actúe como Lobby y hacerlos escuchar. Desarrollar una serie de Comisiones que trabajen sobre los temas mas importantes para los mayores y trasladar las recomendaciones a donde proceda para que éstas se tengan en cuenta. Poner en marcha una plataforma de servicios dirigidos a los mayores donde CEOMA actúe acreditando la calidad de empresas y servicios para hacerles una vida más fácil y de calidad.

¿Saldremos reforzados de esta crisis?

Saldremos reforzados, pero habiendo pagado un precio muy alto por la cantidad de personas fallecidas durante este tiempo.

Muchísimas gracias por responder a nuestras preguntas, desde CAUMAS estamos siempre a disposición de CEOMA para colaborar en todas las demandas del colectivo de personas mayores, ahora, por favor, amplíe esta entrevista con lo que usted crea que se nos haya quedado en el tintero.

¡POR FAVOR QUEDÉMONOS EN CASA, ES LO MEJOR QUE PODEMOS HACER PARA QUE ESTA TRAGEDIA TERMINE!

¡ASÍ SE LO PIDO A TODOS!

*Entrevista realizada por Marina Troncoso
Directora de la Revista Digital Seniors Universitarios
Marzo 2020*



CARLOS LLORÉNS

EL VALOR DE LA PALABRA

Que la Tecnología tiene su importancia, no nos cabe duda. Pero, al igual que las monedas, todo tiene 2 caras, es decir un anverso y un reverso.

Nos detenemos sólo en una de ellas, quizá por ese gusto que desbordamos hacia la inmediatez. Sin embargo faltaría que echáramos un vistazo a la cara que nos obstinamos en ocultar.

Empiezo por cuestionarme si se conoce la diferencia entre un:

¿Por qué?

Y un

Porque.

En el primer caso es una **pregunta**. Y en el segundo una **respuesta**. Esto no es cuestionable.

¿Por qué me detengo en estas divagaciones? Muy sencillo. Por el empleo que hacemos de ello en las pantallas de las tablets/móviles. Y ahí vemos escrito algo como: "xq". Lo abreviamos para no alargarnos y para que, seguramente, nos quepa más texto.

Entreveo 3 cuestiones que se debaten entre:

La **vagancia**, la **desidia**, la **pereza**, la **galbana**, por un lado

La **ley del mínimo esfuerzo**, por otro.

Y

Acaso un desconocimiento de las elementales reglas gramaticales.

Vamos que sería algo así como no haber visitado el Diccionario de la Real Academia de la Lengua.

No ha de extrañarnos, pues, que en las pocas veces que tenemos que escribir un texto, el lenguaje empleado, juntamente con la ortografía y la caligrafía, resulten ser un galimatías ilegible, **impropio de una sociedad que denominamos como civilizada y que además sostiene financieramente Universidades.**

Podríamos pensar que los Miembros de la Real Academia de la Lengua Española, ejercen una función de adorno y que su trabajo podríamos calificarlo de fútil o de inservible. En ese caso, procedamos a demoler la Institución y pongamos en su lugar un parque de ocio cerrado, con luz artificial donde se esparzan nuestros niños. En los jardines al aire libre, mejor NO, que se nos ponen enfermos.

Y puestos a ponernos críticos, perdón, **"bordes"** vayamos al vocabulario, a modo de ejemplo.

Acabo de citar la palabra "enfermos", ¡¡ qué despiste el mío !!, debí incluir vocablos como **"me dio un yuyu"** o **"tengo un jamacuco"**. Y, por si no llegara, el olvido es un **"se me fue la olla"**.

Si el tema te gusta entonces **"lo fliparás"** y para rizar el rizo, si te **"flipa"** en un alto grado, entonces **"alucinarás en colores"**.

Sras. y Sres. definan Udes. la palabra **"alucinar"**, familiar muy cercano del **"flipe"**.

Y ahora vamos al tema de la **"ilusión"**.

Me ilusiona el trabajo, la vida en sí. Tengo **ilusión** por todo.

Vivimos como en una nube, incluso nos *casamos* **"ilusionados"**.

Sras. y Sres. definan Udes. la palabra **"ilusión"**.

Adentrémonos seguidamente en terrenos más personales.

Nombramos a la pareja en términos de el o la **"cari"**. No sé si es por esnobismo, por querer resaltar o quizá por ansiar ponernos tan dulces que resultemos empalagosos. Por cierto que lo de **"cari"** tiene su fecha de caducidad. No dura "in aeternam". Dejemos que el tiempo haga su trabajo.

También aparece como menos tranquilizador un término que, caso de que este mortal fuese mujer, me molestaría sobremanera: **"mi tronca"**. Resulta como más burdo, más zafio.



EL VOLCÁN POPOCATÉPETL Y EL VALLE DE TLAXCALA, MÉXICO

En estos días de principios de febrero, se han conocido en España noticias preocupantes de la peligrosa actividad del majestuoso volcán mexicano Popocatepetl¹, (familiarmente conocido por el *Popo* por los mexicanos) situado a 5.500 m. de altitud, de aspecto cónico perfecto y en cuyas laderas más altas se suele acumular gran cantidad de hielo y nieve; su situación preeminente le sitúa junto a otra menor montaña de la cordillera central de México, cuyo nombre se conoce como *Paso de Cortés*, en honor de nuestro ilustre conquistador español de aquellas tierras.

Este hecho me induce a recordar algún episodio de la historia de la Nueva España, cuando Hernán Cortés se encontraba conquistando aquellas tierras, próximas al citado volcán. Allí por el año 1520, Hernán Cortés ya había fundado la *Villa Rica de la Veracruz* y se propuso abandonar la costa para adentrarse al interior de México y conseguir la conquista de Tenochtitlán, feudo principal del imponente rey Moctezuma.

El camino recorrido por Hernán Cortés, y su pequeño ejército de españoles, hasta llegar conocer a Moctezuma, estuvo lleno de difíciles y cruentas guerras que superaron con gran sacrificio, pacificando el camino y haciendo ventajosos acuerdos con las tribus de los indios totonacas de Cempoala y sobre todo, con los muy aguerridos indios del valle de Tlaxcala, que tanto contribuyeron a la conquista del pueblo mexicana, gobernado por Moctezuma.

Los historiadores españoles y mexicanos nos relatan las costumbres y la vida social de los indios, de todas estas tribus que conquistó y pacificó Hernán Cortés. En uno de los episodios históricos, que nos escribe Antonio de Solís y Rivadeneyra², gran historiador español, nos relata cómo los indios Tlaxcala estaban atemorizados con las frecuentes humaredas y llamaradas del volcán Popocatepetl y que por respeto y miedo a las profecías de sus dioses, nunca se atrevieron a aproximarse y conocer de cerca esta montaña. Hernán Cortés, intentando demostrar su valor envió a uno de sus más valientes capitanes, Diego de Ordaz³, a reconocer esta montaña, al objeto de destruir sus idolatrías. Se convirtió así este soldado español en el primer europeo de la historia en ascender hasta la misma boca del volcán Popocatepetl. Antonio de Solís nos relata este episodio, en su obra citada, con una maravillosa e inocente descripción de la erupción del volcán, con estas palabras: (Textual)



Sucedió por este tiempo un accidente que hizo novedad a los españoles y puso en confusión a los indios. Descúbrese desde lo alto del sitio donde estaba entonces la ciudad de Tlascala el volcán Popocatepec, en la cumbre de una sierra, que a distancia de ocho leguas se descue-lla considerablemente sobre otros nombres. Empezó en aquella sazón a turbar el día con grandes y espantosas avenidas de humo, tan rápido y violento, que subía derecho largo espacio del aire sin ceder a los ímpetus del viento, hasta que perdiendo la fuerza en lo alto se dejaba espaciar y dilatar en todas partes, y formaba una nube más o menos oscura según la porción de ceniza que llevaba consigo. Salían de cuando en cuando mezcladas con el humo, algunas llamaradas o globos de fuego que al parecer se dividían en centellas, y serían las piedras encendidas que arrojaba el volcán, o algunos pedazos de materia combustible que duraban según su alimento.

Continúa su relato, exponiendo los temores de los indios, de la siguiente manera:

No se espantaban los indios de ver el humo por ser frecuente y casi ordinario en este volcán, pero el fuego, que se manifestaba pocas veces, los entristecía y atemorizaba como presagio de venideros males, porque tenían aprendido que las centellas cuando se derramaban por el aire y no volvían a caer en el volcán, eran las almas de los tiranos que salían a castigar la tierra, y que sus dioses cuando estaban indignados se valían dellos como instrumentos adecuados a la calamidad de los pueblos.

Hernán Cortés, expuso sus reparos idólatras a los indios que le acompañaban, dándoles a entender sus errores con que tenían desfigurada la realidad; en esos momentos el capitán Diego de Ordaz pidió a Cortés que le autorizara subir al volcán y comprobar “todo el secreto” de aquella situación:

Espantáronse los indios de oír semejante proposición, y procurando informarle del peligro y desviarle del intento decían: “que los más valientes de su tierra solo se atrevían a visitarle alguna vez unas ermitas de sus dioses que estaban a la mitad de la eminencia, pero que de allí en

¹ En nombre de este volcán procede del idioma náhuatl, que traducido al español significa “montaña que echa humo”

² Autor de la interesante obra, siempre recomendable, *Historia de la Conquista de México*, publicada en el año 1684, escrita con un estilo literario muy diferente a otros historiadores, como Bernal Díaz del Castillo o Antonio de Herrera

³ Diego de Ordaz, nació en Castroverde de Campos (Zamora), en el año 1480 y murió en el año 1532, después de haber luchado, con gran heroísmo, junto a Hernán Cortés durante toda la conquista de México

JUAN HERNÁNDEZ HORTIGÜELA



adelante no se hallaría huella de humano pie, ni eran sufribles los temblores y bramidos con que se defendía la montaña”.

Diego de Ordaz se encendió más en su deseo con la misma dificultad que le exponían y: *Hernán Cortés, aunque lo tuvo por temeridad, le dio licencia para intentarlo, porque viesan aquellos indios que no estaban negados sus imposibles al valor de los españoles, celoso a todas horas de su reputación y la de su gente.*

Acompañaron a Diego de Ordaz dos soldados de su compañía, y algunos indios que le acompañaron hasta las citadas ermitas, compadeciéndose de la próxima muerte de los españoles.

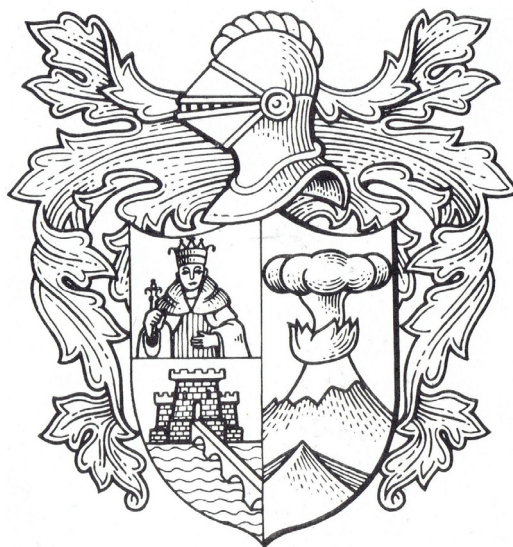
Antonio de Solís, continúa describiendo la montaña, sus paisajes y la ascensión, hasta la cumbre, del valiente Diego de Ordaz:

Es el monte muy delicioso en su principio, hermoseándosele por todas partes frondosas arboledas, que, subiendo largo trecho con la cuesta, suavizan el camino con su amenidad, y al parecer con engañoso divertimento llevan al peligro por el deleite. Vase después esterilizando la tierra, parte con la nieve, que dura todo el año en los parajes que desampara el sol o perdona el fuego, y parte con la ceniza, que blanquea también desde lejos con la oposición del humo.

Quedáronse los indios en la estancia de las ermitas, y partió Diego de Ordaz con sus dos soldados, trepando animosamente por los riscos y poniendo muchas veces los pies donde estuvieron las manos, pero cuando llegaron a poca distancia de la cumbre, sintieron que se movía la tierra con violentos y repetidos vaivenes, y percibieron los bramidos horribles del volcán, que a breve rato disparó con mayor estruendo gran cantidad de fuego envuelto en humo y ceniza, y aunque subió derecho sin calentar lo transversal del aire, se dilató después en lo alto, y volvió sobre los tres una lluvia de ceniza tan espesa y tan encendida, que necesitaron de buscar su defensa en el cóncavo de una peña, donde faltó el aliento a los españoles, y quisieron volverse, pero Diego de Ordaz viendo que cesaba el terremoto, que se mitigaba el estruendo y salía menos denso el humo, los animó a adelantarse y llegó trépidamente a la boca del volcán, en cuyo fondo encontró una gran masa de fuego, que al parecer hervía como materia líquida y resplandeciente, y reparó en el tamaño de la boca, que ocupaba casi toda la cumbre y tendría como un cuarto de legua su circunferencia.

Mucho sorprendió a los indios la hazaña de los españoles; este descubrimiento del volcán Popocatepetl sirvió posteriormente a Hernán Cortés, cuando tuvo necesidad de fabricar pólvora para sus armas para obtener el azufre necesario para su fabricación. A nuestro héroe,

Diego de Ordaz, le concedió el rey que, en su escudo de armas, apareciera un volcán.



ESCUDO DE ARMAS DE DIEGO DE ORDAZ

Aquí finaliza la descripción de este impresionante episodio de nuestra Historia, tan desconocido por los españoles. Ha servido la reciente y preocupante noticia de la actividad del volcán Popocatepetl, para que recordemos a nuestros ilustres y desconocidos valientes españoles que conquistaron ese grandioso país mexicano, donde permanecen innumerables huellas de nuestra presencia en esa Nueva España, que así se llamó durante tres siglos, hasta su independencia en el año 1821.



MONUMENTO A DIEGO DE ORDAZ EN SU PUEBLO NATAL DE CASTROVERDE DE CAMPOS (ZAMORA)

Juan Hernández Hortigüela
Miembro de la Junta Directiva de ADAMUC

Madrid, día del enamoradizo y mártir Valentín de Roma, a 14 de febrero de 2020



ANTONIO Mª GONZÁLEZ GOROSTIZA

MI AMIGA LA CORBATA

Plegadas dentro de una funda de cartulina, dos corbatas acompañaban siempre su atuendo de viaje. Le gustaban de seda italiana estampadas con pequeños animales o símbolos, que Salvatore Ferragamo renovaba cada temporada sobre fondos homogéneos. Prefería los tonos salmón primavera, amarillo de siega, cereza de junio y azul Antártida. Esas corbatas eran uno más de sus instrumentos de trabajo, un medio de producción; como lo eran el ordenador portátil, el proyector de transparencias y los panfletos de propaganda con fotos coloridas de los productos en venta de puerta en puerta, de oficina en oficina.

Corbatas confeccionadas con seda amor, para cenas con velas fragantes, vajilla de Limoges, copas de Bohemia y manos entrelazadas sobre mantel de hilo de Escocia bajo miradas francas, profundas y claras de las Seychelles. Corbatas nacidas para la vida eran encadenadas a la obligación de lo aburrido, al sudor de las prisas, empujones de aeropuertos y roces en los ascensores sin intercambio de saludos entre desconocidos reemplazados en cada subida.

Poco a poco, si bien demasiado deprisa. O a saltos rápidos aunque demasiado estáticos. De una forma o de la otra se produjo el cambio. La corbata, el lazo, el pañuelo, la elegancia y los adornos desaparecieron para dejar a la vista gargantas a veces mal afeitadas, con erosiones de rozaduras, dentro de cuellos abiertos de camisas sin planchar, a menudo demasiado desgastados por el uso repetido, excesivo.

No son tiempos de abundancia, tampoco de lujos ni de placeres. Las corbatas quedaron viejas, también las camisas y los puños; las arrinconaron las camisetas, algunas con cierto estilo, con telas de algodón tratado contra

las arrugas, serigrafías con mensajes, publicidad obscena, letras adornadas de lentejuelas, resaltes con nudos de tejidos irreconocibles.

Un mundo reinado por las camisetas en triunvirato: la blanca, la negra y el color indefinido. Mundo igualitario sin brillo, pobre. Nada destaca, nada halaga. Todo tosco sin tacto, brutal, de aquí y ahora. Terminas sin saber lo que has hecho, pensando en lo que terminarás a tres futuros de distancia después de varias acciones, ninguna de ellas necesaria, sin dedicarle a nada el tiempo mínimo para asimilar lo que se hace. Se ejecuta y eso basta. Tiro porque me toca. Hasta que caes en el pozo, o en el puente en él que se te lleva la corriente.

Corriente que arrastra, te arroja, no a las rocas sino a la playa en calma. Las olas se extienden sobre una arena lisa, cubren grandes distancias sin espuma, en avance lento gota tras gota conquistan los granos que permanecen secos, hasta tocar tus pies para despertarte. Una cesta con vituallas entre los dos, un mantel, el sol queriéndose esconder, camisa de lino, pantalón blanco Amalfi sin bolsillos, vestido palabra de honor, ribetes de tono pastel, falda con vuelo. Bebemos la última copa de champagne, nos levantamos, un beso rezagado antes de recoger para ir al hotel, debemos arreglarnos. Esta noche saldremos de fiesta, me pondré la corbata que más me gusta. La que tú me regalaste.

Birus, con corbata de seda.

Antonio Mª González Gorostiza (Birus)

Socio Asociación Mayores UC3M

Universidad Carlos III - Campus de Colmenarejo

AUCTEMCOL



EL OTRO

LUIS MORALES BELLET



Salió a la calle, iba oculto con un plástico que le cubría la nariz y la boca, como los forajidos de las pelis del oeste que tanto le acompañaban en la siesta. Sus manos eran de color verde, también plastificadas. Del hombro llevaba colgada una vieja bolsa de tela con antiguos recibos. La mirada escrutadora, los ademanes pausados, pisaba la calle evitando percibir el eco de sus pasos. Sabía que era un sospechoso en la ciudad fantasma. Alguien se cruzó de acera al verle, de lejos... Palpó sus llaves, su móvil, su cartera, sus gafas y una idea.

Si cumplir lo correcto, desde siempre, le había expuesto a esta situación, no iba a ser Lukas Trapaza alguien que dudara ni un milímetro de la línea divisoria entre el bien y el mal. Faltaría más...

Tantos imprescindibles, como él llamaba a los muertos, no habían de haber dejado de ser para nada. Hasta ahí podíamos llegar...

Lukas se imaginó el desfiladero, entre aquellas montañas con ropa tendida en sus ventanas. Evitó los búfalos que sobre cuatro ruedas se desplazaban erráticos, según le parecía...

En fin, Lukas sabía que intentar comprender un mundo, más bien parecía una prueba de esas de concurso de televisión y no una duda razonable a la que dedicar tu voluntad y el resto de tu nobleza.

Escudriñó las esquinas, los rellanos, soportales, alfeíces y puntos llanos.

Simuló despiste al escrutar vadenes, patios y postrimerías...

Sí.

Parece que existe una verdad por encima de lo evidente.

Aquel vagabundo, mendigo, paria, extraño, ajeno...

Estaba ahí, latiendo, en aquel escondite de lo eterno.

Trapaza puso empeño en no estropiciar su objetivo.

Lo más elegante es disimular el esfuerzo.

Lo más generoso, no ofender al orgullo.

Lo adecuado, carece de disfraz.

Así que dejó sus veinte euros escondidos en una cajetilla de tabaco, junto al susodicho interfecto, coloquialmente hablando...

Claro que era necesario alertar a la población sobre el terrible suceso que imperaba sobre sus vidas.

Resultaba natural y juicioso autoprotegerse como mejor exponente de lo social, solidario y preventivo...

Pero...

Meditó Lukas...

No sin atender la esencia de ser lo que denominan humano.

De pronto le pareció que sobrepasaba algo que se consideraba juicioso.

Adecuado, coherente, formal, previsor, correcto, acertado, cabal...

Se había dado de bruces con la verdad. Sin haberse preparado...

No le servía ni el disfraz para fingir condescendencia, o lo que narices ése palabro pretendiera explicar...

Y lo que es peor, le daba igual.

Quizá porque él comprendía lo que significaba la palabra igual.

No es parecido, similar, afín ni concordante...

Solo es el otro.

Aquel que te contrasta, justifica y completa.

Luis Morales Bellet
Aulas de Formación Aberta
Universidad de Vigo, campus de Ourense





JOSÉ LUIS SALAS OLIVÁN

LA ESTACIÓN DE CANFRANC

Esta visita tenía, en principio, una motivación literaria. Había leído los libros de Ramón Javier Campo, *"El oro de Canfranc"* y *"La estación espía"*, cuando cayó en mis manos el de Rosario Raro, *"Volver a Canfranc"*. Y eso fue lo que pensé: Había que volver a Canfranc para hacer una visita guiada a la estación, a 1.194 m de altitud. Se trata del antiguo poblado medieval de Los Arañones, al pie de la calzada real a Francia, cuyas "décimas" fueron donadas al hospital de Santa Cristina de Somport por Alfonso I el Batallador en 1116. Cobró nueva vida con la estación y, tras el incendio de Canfranc en 1944, se trasladó aquí el Ayuntamiento y parte de la población.

El aparentemente infranqueable Pirineo permite su cruce, entre las altas y temibles cumbres, por algunos lugares. Esta zona en concreto fue siempre lugar de paso, el mejor del Pirineo Central. Por aquí entraron las invasiones celtas; la calzada romana que unía Benearnum (Béarn, Francia) con Caesaraugusta (antes pasaba por el Puerto del Palo, el Summo Pyreneo, y el valle del Subordán), que ha dejado el nombre latino, Somport; el Camino de Santiago desde el s. XI, cuando nació Canfranc, con el Hospital de Santa Cristina de Somport, uno de los tres más importantes de la cristiandad; por aquí entraban los libros protestantes en el s. XVI, según descubrió Fray Bartolomé Carranza, comisionado por Felipe II; en 1867, por aquí penetró Moriones por encargo de Prim; por aquí pasaron muchos judíos durante la II Guerra Mundial, etc.

La Real Sociedad Económica Aragonesa de Amigos del País demandaba ya en 1853 la construcción de una línea de ferrocarril entre Zaragoza y Pau a través de Canfranc, pero el proceso fue muy lento. En 1882 se puso en Zaragoza la primera piedra de la magna obra, del nuevo ferrocarril, que llegó a Jaca en 1893; en 1907 se decidió el lugar de la estación; entre 1908 y 1914 se perforó el túnel de 7.875 m de longitud; en 1915 comenzaron los trabajos de movimientos de tierras, desvío y encauzamiento del río, etc., en lo que es un buen ejemplo de cuidado medioambiental y reforestación; en 1921 se adjudicaron los trabajos del edificio principal, la estación internacional. Por fin, el 18-7-1928, el rey Alfonso XIII ("Los Pirineos ya no existirán más") y el Presidente Gastón Doumergue la inauguraron. El "Titanic de la montaña" no tuvo suerte –depresión de 1929, periodo de entreguerras, Guerra Civil, Guerra Mundial, etc.– y se clausuró en 1970.

Entre 1942 y 1945 por aquí pasó oro expoliado a los judíos, parte como pago del wolframio que Franco proporcionó de las minas gallegas a los alemanes, pasaron judíos y alemanes perdedores hacia Sudamérica vía Portugal, pasaron aviadores aliados accidentados, etc. En las fondas Marraco –fue como el Café de Rick de Casablanca– y La Herrera –hoy hotel Ara– se hospedaban los camioneros suizos y los oficiales nazis. En los episodios de contraespionaje tuvo un papel fundamental el jefe de aduanas francés, Albert Le Lay, "el rey de Canfranc", enlace de la Resistencia con los aliados.

El cielo está completamente despejado y hace mucho calor, pero a la sombra se está bien. Esperamos para la visita delante de la estación, abandonada, escuchando el rumor del río, a pesar de que baja poca agua, en un tramo escalonado y admirando el grandioso y espectacular paisaje, con la espesa cabellera de sus selvas aferrada a la empinada ladera, impidiendo la erosión y aumentando la infiltración de la lluvia. Los árboles contra el cielo, disminuidos en la perspectiva, manteniendo intacto su verdor. El color verde lo invade todo. Hayas, abetos, abedules, pinos, álamos, conforman un magnífico ejemplo de restauración hidrológico-forestal después de la construcción. Estos árboles tienen la fuerza de los grandes sueños.

Por un paso subterráneo se accede al vestíbulo, en restauración. Quedan las taquillas, parte de la balaustrada y el cuadro de luces que aparece en la novela de Rosario Raro. Por las altas ventanas se ven los elevados picos, con el roquedo gris blanquecino en la cima y el espeso bosque, verde oscuro, debajo. Al fondo, hacia el N, se ve en un alto el fuerte Coll de Ladrões, estratégico enclave defensivo, cárcel de los equipos que construyeron la Línea P, gran barrera defensiva que abarcaba todo el Pirineo, después de la Guerra Civil.

Nos vamos pensando en los personajes que realizaron meritorias labores para la red británica de espionaje, como Albert Le Lay, Juan Astier Echave, Mariano Marraço (era republicano de izquierdas y lo llevaban a la cárcel de Torrero cada vez que Franco iba por el Pirineo), el ferroviario Francisco Ruiz, el guardia civil Salvador García, el sacerdote Planillo, etc. Su obra consistió en que muchas personas pudieran huir de los alemanes que ocupaban Francia, como Marc Chagall, Joséphine Baker, Max Ernst, Alma Mahler, el hermano de Thomas Mann, la actriz belga de cine Berta Delaroyore (Litta-Clery), el escritor alemán Richard Moering (Peter Gun), el productor de cine alemán Mez Heilbronner, la artista lírica francesa Lusanne Laure Sibellas (Sylvia Staile), etc., y lo que es más importante, los cientos de judíos y aviadores de muchas nacionalidades, anónimos. Finalmente, hasta alemanes derrotados huyeron por aquí.

Viendo el estado actual de las instalaciones es difícil hacerse a la idea de lo que supuso en aquellos años de la II Guerra Mundial. El jugarse la vida, y perderla en muchas ocasiones, por los que huían desde Francia les impediría hacer lo que estamos haciendo ahora: extasiarnos ante una naturaleza tan desbordante, con el bosque espeso y cerrado ascendiendo por las faldas de la montaña, adueñándose de la tierra. El manto verde se sucede monótonamente como los días de la vida. Hileras, galerías, perspectivas de árboles en este nemoroso valle. La vastedad de estos espacios impone y, rodeados de estos viejos bosques, en este valle oscuramente arbolado, recordamos preocupados el aforismo que dice que los bosques preceden a las civilizaciones mientras los desiertos las siguen.

José Luis Salas Oliván

Vocal de AUDEMA - Asociación Universitaria de Mayores de Alcalá

TODO CAMBIÓ DE REPENTE

JOSÉ RODRÍGUEZ SÁNCHEZ



Y un día se desbarataron todos nuestros planes. En un abrir y cerrar de ojos, sin apenas darnos cuenta, nuestro mundo cambió. Un cambio atroz. Terrible. Aquello que antes parecía importante, de repente solo es algo lejano. ¡Qué lejos veo el programa de actividades que con esmero había preparado nuestra Asociación! ¿Qué va a pasar con el Concurso de Pintura, el encuentro de Sedes en Ceuta, las Jornadas Interuniversitarias en Salzburgo, ¿el viaje a Turquía y nuestra Tertulia Poético-Literaria de los martes? ¿Podremos organizar la entrega de premios, la comida de fin de curso y el crucero por el Volga? Me escucho a mí mismo y me doy cuenta de que ya no es transcendental. Nuestras prioridades y preocupaciones han cambiado por completo. Solo quiero despertarme de esta pesadilla mañana y que todo haya acabado, que no haya nuevos contagios y que no muera nadie más. Solo quiero pasear sin rumbo por la calle, dejar de temer respirar el mismo aire que otra persona.

Todo esto voy pensando, en el retiro obligado por la pandemia, que nos ha invadido. Pienso en un ayer cercano, memorias de tiempos felices, que quizá no aprecié lo suficiente. Parecen un sueño las tardes de clase, las charlas con los compañeros frente a un café, las risas por los pasillos, las horas de oficina en ALUMA, la cerveza en la terraza del bar...

Los recuerdos de aquella vida cotidiana ahora son una ensoñación y la pesadilla se ha transformado en realidad. Estamos recluidos en casa. Nuestra pequeña y gran contribución en la lucha contra el virus.

En los años que tengo de vida nunca había experimentado nada igual. Por primera vez, salgo al balcón y veo una calle desierta, una Granada desierta. No hay ruidos. El silencio impresiona. Oír a los pajarillos cantar en plena Gran Vía es un lujo que da miedo. Echo de menos ver a las parejas cogidas de la mano susurrando confidencias al oído, familias con niños correteando, personas andando de prisa hacia sus destinos, vehículos de reparto descargando sus mercancías, ruido y contaminación, pero también unas calles llenas de vida.

El país se ha parado en seco y nosotros con él. Aislados y recluidos hemos salido de nuestra rutina para entrar en otra, quizás, todavía más rutinaria. Veinticuatro horas al día en casa. Tiempo suficiente para hacer todas las faenas del hogar que llevábamos meses, incluso años, posponiendo, y tiempo para pararse a mirar a las personas que tenemos a nuestro lado, para saborear el momento sin prisa, disfrutar de la mutua compañía. Tengo la suerte de estar acompañado desde hace cincuenta y

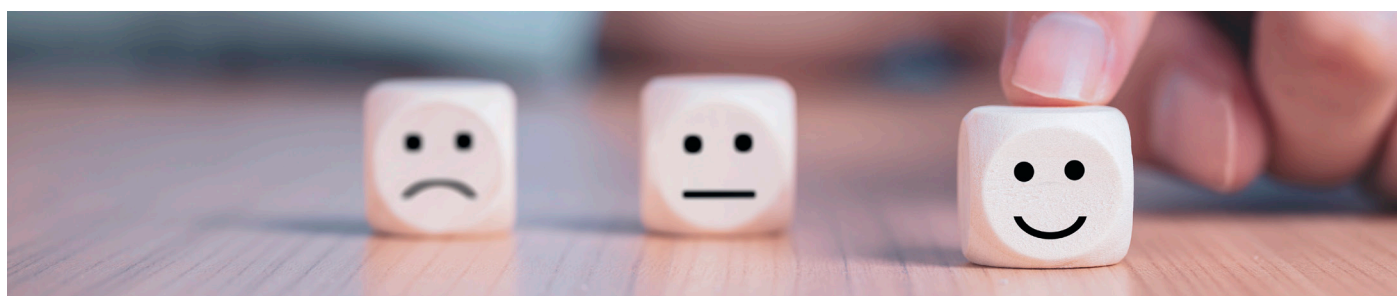
seis años por la chica más maravillosa que he conocido. Viéndolo desde esta perspectiva el encierro no está tan mal. Encontrarle el lado positivo a esta situación es imprescindible para que la casa no se transforme en un infierno, para que de este retiro salgamos todos más unidos, en lugar de distanciarnos.

Estamos confinados, pero no aislados. Gracias a las nuevas tecnologías, estamos conectados con el mundo y con las personas que queremos. Podemos hacer la compra sin tener que ir al mercado. Tomarnos unas tapas con los amigos por videoconferencia sin salir de casa. Tenemos la gran suerte de vivir en este tiempo, de tener a nuestro alcance una tecnología que nos facilita tanto la vida. Una técnica a la que, quizás, los mayores no le hemos prestado demasiada atención y que, quizás, cuando todo esto pase, deberíamos aprender a aprovechar estos instrumentos y estar al día con las nuevas tecnologías. Quizás sea una de las actividades que debemos fomentar desde la Asociación cuando todo esto termine.

El gran miedo que compartimos es el miedo a esta terrible enfermedad, que en forma de gran plaga ha invadido el mundo. Se contagia en silencio y ataca especialmente al segmento de población que componemos los mayores. Este tiempo terrible pasará, sin salir de casa venceremos a la pandemia, viviremos para contarla, y cuando todo pase nos encontraremos en nuestras plazas, en nuestras calles, volveremos a abrazarnos, a reír juntos, volveremos a clase en nuestra Universidad y retomaremos las actividades de nuestra Asociación. Pero no seremos los mismos, esta espantosa experiencia nos marcará para siempre y comprenderemos y valoraremos mucho más todo lo que forma parte de nuestra vida, la familia, los amigos, la ciudad, el atardecer y tantas pequeñas cosas a las que nunca habíamos prestado demasiada atención y que hacen que nuestra vida sea más cómoda y amable.

Durante este retiro debemos coger fuerzas para enfrentarnos unidos a los retos y los problemas que afrontaremos cuando todo empiece a despertarse. Una nueva realidad llena de incertidumbres. Ahora están luchando por nosotros los sanitarios, los empleados de los supermercados, los transportistas, ... Después nos tocará al resto arrimar el hombro para reactivar un país, una sociedad, gravemente herida por esta crisis.

José Rodríguez Sánchez
Presidente de ALUMA,
Asociación de Alumnos del Aula Premanente
Universidad de Granada





LUIS MORALES BELLET

ESTOY ENVEJECIENDO ...

Los tres errores que pasaron por su vida le supusieron enormes ganancias. El primero le asaltó por sorpresa, el segundo se lo buscó y el tercero le llegó sin esfuerzo.

El primero fue percibir que la historia siempre se repite. Nadie supo avisarle de que había nacido en un mundo que buscaba la armonía pero que siempre fracasaba, como temiéndola...

Cuando intentó solucionarlo, apareció el segundo. Ninguna de sus conclusiones había acertado. Aquella persona correspondía con sus criterios, pero, no era sus criterios. Era alguien con propia autonomía para discernir lo bueno de lo desaconsejable. Es decir, un fiasco.

Por fin llegó el tercero. La vida, como expresión del conocimiento y la experiencia, aquello que sucede mientras pierdes el tiempo haciendo planes... como decía John Lennon, te está esperando.

Bueno, después de varios decenios teniendo quince años, cayó en la cuenta. Ser mayor no te da la razón. Entonces comprendió la ganancia...

Sabía equivocarse, sabía darse cuenta y, sobre todo, no cejaba en el empeño.

Descubrió que tenía algo que compartir. Su interés por aquello que palpitaba a su alrededor, exigiéndole una respuesta.

Ya podía caminar tranquilo. No había prisa por complacer, acertar, cumplir ni saciar. Solo el andar era la manera de encajar en el caos. El perfecto desvarío que ordenaba la realidad.

Y, como el comodoro de las naves del espíritu, rogó...

Señor, tú sabes, mejor que yo mismo, que estoy envejeciendo y que algún día seré viejo.

Guárdame del funesto hábito de creer que, en toda ocasión debo decir algo acerca de cada tema.

Líbrame del ansia de querer arreglar todos los asuntos ajenos.

Hazme previsor, mas no preocupado; servicial, pero no dominante. Con mi gran cúmulo de sabiduría comprendo que es una lástima no aprovecharla al máximo, pero Tú sabes Señor, que deseo contar con unos pocos amigos al final.

Preserva mi mente de la enumeración de prolijos detalles; dame alas para llegar a la esencia de los problemas.

Sella mis labios ante mis penas y miserias. Unas y otras van en aumento y la tentación de airearlas se hace mayor con el paso de los años.

No me atrevo a pedir la gracia necesaria para disfrutar escuchando la narración de males ajenos, pero ayúdame para soportarla con paciencia.

Tampoco me atrevo a pedirte una memoria más fiel, pero sí mayor humildad y menor dogmatismo cuando esté en desacuerdo con la de los demás. Enséñame la gloriosa lección de que a veces, puedo estar equivocado.

Consérvame razonablemente tratable. No quiero ser un santo –resulta difícil convivir con algunos– pero un viejo amargado es una de las obras cumbre del demonio.

Concédeme la facultad de descubrir cosas buenas en lugares imprevistos, y talento en personas inesperadas. Y otórgame, Señor, la gracia de decírselo.

De esta manera, sabía que podía ser útil.

Que había alcanzado el nivel del aprendiz, tan necesario para compartir el devenir con una calidad aceptable.

Así se fue a clase, un día más, agradecido por conocerse a sí mismo.

Y saludó a los demás...

*Luis Morales Bellet
Aulas de Formación Aberta
Universidad de Vigo, campus de Ourense*



UN ANTES Y UN DESPUÉS... HACIA EL NACIMIENTO DE UNA NUEVA ERA

MIGUEL ÁNGEL MARTÍNEZ COELLO



"Os fogos (Los fuegos)" Miguel Ángel Martínez Coello

Después de una catástrofe llega irremediabilmente la reflexión. Pero ésta **trata siempre de buscar al culpable** y castigarle, como si con eso llegara para devolver a la vida de un solo ser querido o restablecer el haber perdido la ilusión de vivir después de una violación o un maltrato social.

En este caso, en principio, lo que primero se nos pasó por la cabeza ante esta pandemia, fue una guerra bacteriológica programada por el de turno, una maniobra del todopoderoso Club Bilderberg... y mil sesudas chorradas más, cada uno es muy dueño, además cuando lo **del cotorreo nos va cantidad.**

Esta pandemia nos ha venido como anillo al dedo.

Me explico... a poco que meditemos, **nadie por muy poderoso que sea va a atentar contra sí mismo... eso cae de cajón...**, es decir, es algo nuevo, algo distinto... con efectos malos, pero no irremediables.

Si tenemos en cuenta que cualquier enfermedad o el mismo efecto de la muerte por patologías de la edad, o por decirlo de alguna manera, es más importante en cifras que lo que estamos viviendo, observamos que se está consiguiendo por las buenas, lo que ninguna guerra o condena logró por "privación de la libertad" o en este caso por **confinamiento "voluntario".**

La gente de "todo el mundo" está en su casa por "convencimiento propio", las fuerzas del orden no están acribillando a la gente que rompe el confinamiento... sino que está protegiendo, ayudando en el caso y poniendo todos los medios humanos, incluso los suyos propios, sin contar la aportación del batallón de sanitarios, transportistas, agricultores...

Una vez más sale a relucir lo que de valor tenemos cada uno... la vida, los sentimientos, lo que tenemos más cercano... los nuestros y la amistad.

La vida tal y como la llevamos hasta ahora nos ha apartado bastante de todo eso sustituyéndolo por cosas y "cadenas..."

Esta guerra, es la primera guerra que no declara alguien contra otro, no... **es la guerra de todos para no perder el mayor bien que nos queda...** nuestra capacidad de ser, de sentir, de amar y de valorar lo que somos, al margen de cualquier materialismo.

Se observa, que lejos de cruzarse amenazas, que sería lo propio en una guerra como las de hasta ahora, el efecto es el contrario... es de recogimiento, tendiendo la mano o, como se debe decir ahora, abriendo el corazón... porque **lo primero que se nos ocurre es preguntar al vecino, ¿es... que tal estás...?**

Mucho me temo que se va a producir un cambio... a partir de ahora nace una nueva era... una nueva edad... algo así como la Edad Universal o Cósmica..., en **la que la grandiosidad del Universo existe si hay alguien que lo valore, porque por sí solo... no es nada,** equivalente a la transformación de crisálida en mariposa

Doy gracias a la vida por haberme hecho partícipe de éste grandioso momento, por haber sido partícipe de este paso tan grande para el devenir universal, contra el odio impuesto, contra lo superfluo, contra la mentira y la muerte.

"... sábetelo Sancho, que nos es un hombre más que otro, sino hace más que otro: todas estas borrascas que nos suceden son señales de que presto ha de serenar el tiempo, y han de sucedernos bien las cosas, porque no es posible que el mal ni el bien sean durables, y de aquí se sigue que habiendo durado mucho el mal, el bien está ya cerca."

Miguel de Cervantes Saavedra... "El Quijote de la Mancha".

Miguel Ángel Martínez Coello
Responsable de prensa y comunicaciones de FEGAUS (Federación Gallega de Estudiantes Universitarios Senior).
Alumno Senior de la Universidad de Vigo, Campus de Ourense.
Artista, investigador en periodismo documental.



REMEDIOS SEIJO

A CIERTA EDAD AISLAMIENTO POR COVID-19



A cierta edad el aislamiento produce una sensación de soledad lo que se puede convertir en un grave problema para nuestra salud, por eso es muy importante la compañía y evitar el estar solo.

Ahora, mira por dónde, nos ha llegado un aislamiento forzoso al máximo y que se llama Covid-19. La sensación de soledad y abandono es inevitable, tanto si uno se encuentra en una residencia como si está en casa solo.

Por ley de vida y debido a sus trabajos, en infinidad de casos nuestros hijos se ven obligados a buscarnos una de esas residencias, para que estemos atendidos cuando ya las fuerzas nos fallan. Para colmo llega este bichito que a todos nos pone muy nerviosos. Más aún cuando uno, que ya está mal por naturaleza, se ve solo, sin familia ni amigos y cerca de los que aún están peor que uno mismo.

Para más castigo, se oye a algún desalmado comentar que si la los mayores somos muchos, que si no estuviéramos en este mundo la sociedad se ahorraría mucho dinero en las pensiones que nos pagan... Me parece terriblemente cruel llegar a tener que oír cosas semejantes. ¿Qué ha pasado? ¿Se le olvidó al mundo la lucha de los mayores para conseguir los derechos y el estado de bienestar de los que la sociedad joven goza hoy en día?

En momentos como los que vivimos ahora, te vas dando cuenta de que vas perdiendo amigos poco a poco, bien porque cambian de residencia o no pueden valerse por sí mismos y al mismo tiempo también eres consciente de que dependes de los hijos, que en cierto modo pasan a ser nuestros padres. En la actualidad esto se ha

acentuado debido a los rápidos cambios sociales y económicos que ha llevado a cabo la sociedad en general, y se debería dar el valor y la satisfacción personal que justamente merece el mayor.

Tener salud y valerse por uno mismo es lo que más nos preocupa cara a la vejez; he leído que ocho de cada diez ciudadanos esperamos poder llegar activos a mayores.

Al llegar a la tercera edad, preocupa muchísimo el nivel económico, ya que se aparece la preocupación de cuánto podemos necesitar para vivir dignamente, y surge la disyuntiva de qué será mejor: una buena residencia (si el bolsillo lo permite) o una cuidadora en casa.

Por eso es tan importante acudir a todas esas universidades donde se dan los cursos de mayores donde además de aprender, tienes un montón de actividades, conoces gente. y muchísimas cosas más.

Las reflexiones son muy concretas. a mi esta me gusta mucho y la conozco desde hace mucho tiempo.

**SIEMPRE DEBES PENSAR COMO UN ADULTO,
VIVIR COMO SI FUERAS JOVEN, LUEGO
ACONSEJAR COMO UN ANCIANO Y NUNCA
JAMÁS DEJES DE SOÑAR COMO UN NIÑO**

*Remedios Seijo
Vocal de la Junta Directiva
Coordinadora Exposiciones y museos
Universidad Carlos III - de Colmenarejo*

EL CORONAVIRUS REDESCUBRE A KEYNES

JUAN MANUEL SÁNCHEZ QUINZÁ-TORROJA



Varios estudios realizados durante los últimos años habían predicho que ocurriría una pandemia, habiéndose alertado que el mundo no estaba preparado para ello, y que era necesario tomar medidas urgentes para paliar sus efectos. Tales alertas no solo no se atendieron, sino que se aplicaron políticas económicas que han deteriorado los servicios a base de recortar el gasto público, y que se ha puesto de manifiesto con el enorme impacto negativo que tales políticas han tenido sobre los servicios sanitarios y sociales, con notables reducciones en el número de camas hospitalarias y en el número de médicos y del personal de enfermería.

Sin embargo, como se está viendo, es el servicio público de salud el que nos está sacando del atolladero, a pesar del mal trato recibido en los presupuestos desde hace años, como es también el sistema de investigación médica y científica pública, el que nos aporta la innovación y los conocimientos para solventar esta grave situación.

Es la solidaridad colectiva la que hace fuerte a los individuos, por lo que la suma de los egoísmos individuales, no nos asegura el bienestar. Por eso, quizás, ha llegado la hora de que asumamos que no es el mercado salvaje quién pueda resolver los grandes problemas sociales que se están planteando.

Y es que España y otros países europeos, aunque debilitados por años de políticas neoliberales, sostienen, no solo el sistema sanitario y educativo con escasos medios, sino que toman medidas económicas y sociales de gran calado para reducir los graves efectos de esta pandemia.

Ha sido necesario que el coronavirus descubriera las virtudes de la política Keynesiana (olvidada, postergada y desprestigiada durante las últimas tres décadas) basada en la intervención correctora del estado en la economía y el carácter benefactor y multiplicador del gasto público. Nunca es tarde si la dicha es buena y si la convicción de seguir utilizándola se mantiene más allá de las actuales circunstancias excepcionales y se rectifiquen políticas económicas que han resultado letales, sobre todo para los más desfavorecidos.

La defensa del Estado de Bienestar y de sus prestaciones se demuestra pagando los impuestos, así como optando por políticas económicas redistributivas que lleguen a todos, y que defiendan sociedades equitativas, solidarias y cohesionadas, haciendo prevalecer en los proyectos de futuro, lo social en lugar del individualismo extremo competitivo, que siempre acaba siendo empobrecedor.

La epidemia actual puede ser una magnífica ocasión para volver a la política keynesiana, que nunca se debió de abandonar, y para repensar algunas cosas y prioridades, demostrando así haber aprendido alguna lección importante de cara al futuro.

Juan Manuel Sánchez Quinzá-Torroja,
profesor titular del departamento de Economía
y de la Universidad Senior de la Universidad de A Coruña



LA MESA ESTATAL POR LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES

exige propuestas de actuación urgentes ante la crisis del COVID-19



Derechos
y Mayores
MESA ESTATAL

Las personas mayores son el principal grupo de riesgo ante la infección del COVID 19 y deben ser objeto de una atención preferente en esta crisis.

Las propuestas distinguen dos situaciones: personas en el hogar y personas atendidas en residencias y otros centros de estancia.

Casi la totalidad de las organizaciones que componen la Mesa Estatal por los derechos de las personas mayores, presidida por HelpAge International España, entre las que se encuentra CEOMA, han presentado al Gobierno central, a los gobiernos autonómicos, las administraciones públicas, las entidades sociales y toda la sociedad, una serie de propuestas de actuación de carácter urgente ante la situación de grave riesgo para los derechos y la vida de las personas mayores debido a pandemia del coronavirus. El documento presentado exige la necesidad de que las personas mayores tengan una atención preferente en esta crisis, ya que suponen un grupo de población vulnerable y el riesgo se incrementa con la edad. Entre las medidas planteadas a las administraciones destacan:

Medidas destinadas a las personas mayores asistidas en Residencias y otros centros:

Las organizaciones denuncian que la crisis sanitaria en la que nos encontramos ha mostrado que las residencias se encuentran en una situación de gran precariedad y escasez de recursos de protección. Todo ello, ha provocado que, en algunas ocasiones, no se lleguen a cumplir los protocolos de actuación y atención, a pesar de trabajar con el principal grupo de riesgo. Por ello, la Mesa Estatal por los derechos de las personas mayores indica que las residencias de mayores deben ser tratadas por el gobierno como **instituciones de actuación preferente en esta crisis.**

Por ello, las organizaciones indican que se debe aplicar un protocolo riguroso de acción a todas las residencias públicas y privadas (desde HelpAge se ha distribuido

un protocolo a nivel internacional y otras instituciones como la SEGG o Fundación Pilares también están recomendado otros similares. También el IMSERSO ha dictado una resolución con medidas de actuación a todos los centros sanitarios). Es urgente que las CCAA que son las competentes, comprueben que las residencias (públicas y privadas) está cumpliendo con esos protocolos.

Otra de las actuaciones urgentes, es limitar de forma estricta la entrada de personal externo a las residencias, dotar a todo el personal de mascarillas y material de protección, hacer test en todas las residencias para apartar a los profesionales infectados y aislar a los residentes infectados y extremar las medidas de limpieza y desinfección.

La Mesa Estatal por los derechos de las personas mayores señala que se deben cubrir los puestos de los profesionales de las residencias infectados y dotar a las residencias de personal suficiente. Como es previsible que no existan profesionales formados suficientes en las bolsas de desempleo, se sugiere permitir la contratación de personas que solo tengan acreditada su experiencia profesional como cuidadoras (asistentes personales o empleadas de hogar) y que sean formadas de manera rápida por los propios equipos profesionales de las residencias sobre su propio desempeño laboral.

Otra de las medidas urgentes es garantizar la atención sanitaria en las propias residencias. Es urgente que se medicalicen las residencias de mayores, para que las personas enfermas sean tratadas en los propios centros, aplicándoles los tratamientos adecuados para que, sal-

vo casos de grave necesidad, ningún residente deba ser trasladado a hospitales o centros sanitarios.

Por último, las organizaciones recuerdan que, si las residencias no reúnen los requisitos mínimos, las comunidades autónomas deben intervenir mientras dure la crisis, para que se disponga de personal cualificado y suficiente y se asegure una atención que siga con los protocolos de atención requeridos. Hay algunas residencias que han mostrado su incapacidad para hacer frente a la crisis.

Se recuerda que aislar a las personas mayores en los centros sanitarios no significa dejarlos incomunicados, sino que puedan tener acceso a sus familiares y personas cercanas a través de teléfono y medios telemáticos.

También es importante poner énfasis en las personas mayores con discapacidad o en situación de dependencia, que son las que más necesidades de apoyo necesitan en este momento.

Medidas específicas para las personas que viven en sus domicilios

El distanciamiento social es la principal estrategia para evitar el contagio del virus, pero son muchas las situaciones que pueden dificultar este aislamiento. Por ello, en este contexto tan complejo, las organizaciones indican que es necesario limitar el acceso de personas a

los domicilios, pero, al mismo tiempo, garantizar tengan acceso a los bienes de primera necesidad. Para ello, se hace necesario fomentar la colaboración voluntaria y vecinal, difundir las medidas de higiene y prevención y dotar a las personas que deban asistir a las personas mayores de los medios necesarios para realizar la labor en condiciones de seguridad (EPIS). Además, es esencial prestar apoyo a las familias cuidadoras y a personas cuidadoras profesionales, a través de formación, apoyo psicológico, etc.

Por otro lado, la Mesa Estatal por los derechos de las personas mayores señala que es fundamental mantener el contacto regular con las personas aisladas a través del teléfono o de otros medios para dar apoyo y soporte durante la fase de aislamiento. Para ello, podría proveerse a las personas mayores de herramientas tecnológicas que necesiten. Además, es muy importante identificar a las personas que son especialmente vulnerables por vivir solas y hacer un seguimiento regular de su situación.

Desde la Mesa Estatal se hace un llamamiento a todas las administraciones, a todas las instituciones y a toda la sociedad, para cuidar especialmente los mensajes que se lanzan en estos momentos, para evitar tratos discriminatorios hacia las personas mayores y sobre todo para garantizar los derechos humanos y la dignidad de las personas mayores y tomar todas las medidas necesarias para proteger su salud.

ORGANIZACIONES FIRMANTES:

- HelpAge International España
- **CAUMAS**
- CEOMA
- Cruz Roja Española
- CERMI
- Federación de Mujeres Progresistas
- Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO
- Fundación Lares
- Fundación Pílares
- Fundación ONCE
- Plataforma de ONG de Acción Social
- Plataforma del Voluntariado de España
- Plataforma del Tercer Sector
- Sociedad Española de Geriatría y Gerontología
- Unión Democrática de Pensionistas
- Unión de Jubilados y Pensionistas de UGT
- EAPN – European Anti Poverty Network



LA DÉCADA DEL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS).



MINISTERIO
DE SANIDAD, CONSUMO
Y BIENESTAR SOCIAL

SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES



**HelpAge
International**
ESPAÑA

los mayores cuentan

La humanidad está experimentando una revolución de longevidad donde la esperanza de vida de las personas aumenta cada vez más. Es un hecho que vivimos más años y como consecuencia, una proporción muy significativa de la población mundial son personas mayores. Este cambio demográfico tiene importantes implicaciones a la hora de lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que se proponen en la Agenda 2030 para erradicar la pobreza, asegurar la prosperidad de todas las personas en las generaciones presentes y futuras y reducir las desigualdades a través del desarrollo sostenible.

El cumplimiento de los ODS implica un compromiso con la promoción del envejecimiento saludable ya que es un elemento esencial si queremos garantizar que todas las personas tengan vidas dignas, plenas, seguras y saludables. Además, los ODS promueven el bienestar, el logro de la igualdad de género y la reducción de las desigualdades, la transformación de las ciudades para que sean inclusivas, seguras, resilientes y sostenibles, y la adopción de políticas que fortalezcan las capacidades de las personas mayores y fomenten su independencia y autonomía.

La OMS lidera y coordina la Década del Envejecimiento (Saludable 2020-2030) para fomentar el envejecimiento saludable en torno a todos los ODS, en colaboración con los Estados Miembros y los distintos socios nacionales e internacionales.

La Década de Envejecimiento Saludable 2020-2030 fue aprobada por los estados miembros de la OMS en el año 2016 y comienza en octubre del año 2020. (Boletín de octubre de 2019, de HelpAge España).

¿Qué es el envejecimiento saludable?

El envejecimiento saludable es el proceso de desarrollo y mantenimiento de la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez. El envejecimiento saludable consiste, en definitiva, en mantener la capacidad funcional que nos permite hacer las cosas que queremos hacer y valoramos. Esto significa preservar nuestra capacidad física y mental a medida que envejecemos y hacer cambios en nuestros entornos (vivienda, transporte, espacios públicos, etc.) para que sean accesibles y apoyen a las personas mayores y sus diferentes necesidades y capacidades.

Las acciones para fomentar el envejecimiento saludable pueden ayudar a abordar las desigualdades y garantizar que las personas mayores envejezcan de manera digna y segura en un lugar adecuado para ellas, que estén libres de pobreza, que puedan continuar desarrollándose personalmente y que puedan contribuir en sus comunidades mientras mantienen la autonomía y la salud.

El envejecimiento saludable ayudará a construir sociedades que sean cohesivas, pacíficas, justas, seguras y sostenibles.

El **desarrollo sostenible** es la capacidad de satisfacer las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las futuras generaciones para satisfacer sus propias necesidades. Para alcanzar este tipo de desarrollo y garantizar el bienestar de las personas y de las sociedades es fundamental armonizar los siguientes elementos: el crecimiento económico, la inclusión social y la protección del medio ambiente.

La **capacidad funcional** comprende las capacidades que permiten a una persona ser y hacer lo que es importante para ella. Hay cinco dominios clave de la capacidad funcional, que los factores ambientales pueden ampliar (o restringir). Estas capacidades son: satisfacer las necesidades básicas; aprender, crecer y tomar decisiones; tener movilidad; establecer y mantener relaciones, y contribuir a la sociedad.

La **capacidad intrínseca** es la combinación de todas las capacidades físicas y mentales de una persona e incluye su capacidad de caminar, pensar, ver, oír y recordar. Distintos factores influyen sobre la capacidad intrínseca como la presencia de enfermedades, los traumatismos y los cambios relacionados con la edad.

El **entorno** comprende el hogar, la comunidad y la sociedad en general. En el entorno se encuentra una serie de factores que abarcan el entorno construido, las personas y sus relaciones, las actitudes y los valores, las políticas de salud y sociales, los sistemas que las sustentan y los servicios que prestan.

Tener la posibilidad de vivir en entornos que apoyan y mantienen la capacidad intrínseca y la capacidad funcional es fundamental para el envejecimiento saludable. La capacidad funcional se compone de la capacidad intrínseca de la persona, las características del entorno que afectan esa capacidad y las interacciones entre la persona y esas características.

XX ANIVERSARIO DE CEOMA 'UNA SOCIEDAD PARA TODAS LAS EDADES'



La Confederación Española de Organizaciones de Mayores, cumple 20 años y lo celebra con su dedicación y trabajo por la defensa de los derechos de las personas mayores.

Para CEOMA el pasado ha sido una escuela de aprendizaje y el preámbulo del futuro.

Un pasado de dedicación constante para ayudar a vivir en plenitud la longevidad y en el que CEOMA ha jugado un papel imprescindible en la sociedad, siendo la voz de las personas mayores ante las administraciones públicas, trabajando contra la discriminación por edad que sufre este colectivo en todos sus ámbitos, fomentando un envejecimiento activo, saludable y de prevención a la dependencia; así como, un envejecimiento en igualdad evitando el edadismo y promoviendo el buen trato en los cuidados a las personas mayores.

Para CEOMA es imprescindible que los mayores tengan una mayor presencia activa en la sociedad 'una sociedad para todas las edades' evitando la soledad y el aislamiento. Además, CEOMA es la confederación de referencia del movimiento asociativo, para la autonomía y la

calidad de vida, la solidaridad, la convivencia, la integración y las relaciones con el medio.

Desde sus inicios, CEOMA insiste en que la edad de jubilación sea flexible, ya que una vida activa es necesaria económicamente pero también socialmente y contribuye a reducir los costes sociosanitarios y a prevenir la dependencia. No existe ninguna evidencia científica que avale la pérdida de capacidad para desempeñar un trabajo al llegar a una edad determinada y para determinados colectivos, debido a su especialidad y, sobre todo, a las duras condiciones de su trabajo, mantengan un régimen propio.

Por otra parte, CEOMA ha sido la pionera en nuestro país de la eliminación de las sujeciones con el programa 'Desatar al Anciano y al Enfermo de Alzheimer' de la mano del Dr. Burgueño Torijano. Gracias a este trabajo podemos decir con orgullo que ya son más 100 centros acreditados como Centros Libres de Sujeciones, ofreciendo a los mayores la dignidad de vida que merecen. La experiencia de estos años nos lleva a fijar nuestros objetivos para el futuro, conseguir que todos los centros de atención a las personas mayores con o sin discapacidad, con menor o mayor dependencia, con enfermedades como el Alzheimer, trabajen desde el modelo centrado en la persona libre de sujeciones.

En el marco del XX Aniversario de CEOMA, a lo largo de este año, se llevarán a cabo diferentes eventos y tendrá lugar el XI Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores.

Febrero 2020



VII CONGRESO DE UNIVERSIDADES SENIOR

Universidade do Minho - Gualtar BRAGA

El Jueves, 5 de Marzo de 2020, en el Auditorio B" - Complejo Pedagógico II, del Campus de Gualtar, de la *Universidade do Minho* (Braga) tuvo lugar el *VII Congresso das Universidades Seniores*. El Congreso iba destinado a dirigentes, profesores y alumnos de las Universidades Sénior. RUTIS, que es la red que une las universidades sénior portuguesas fue la principal promotora del evento.

FEGAUS estuvo presente como *invitada*. Veamos una breve reseña de la jornada...

Un poco más tarde de las 9:30 (hora local), tras completarse el protocolo de identificación, presentaciones y recepción, accedimos a la sala en la que se constituyó la primera de las mesas previstas.

La MESA DE APERTURA integrada por *Manuel Moura*, de la Universidad Sénior Santa Maria de Braga y *Luis Jacob*, Presidente de RUTIS, dieron la bienvenida a los asistentes, abrieron oficialmente la jornada y dieron paso a los distintos turnos y exposiciones, en torno a las 10.10h.

Se formó nueva mesa de ponentes con *Antonio Camilo Cunha*, profesor doctor de la Universidad do Minho-Braga, *Fernando Pereira* y *Ana Galvão*, ambos profesores y doctores del Instituto Politécnico de Bragança y *Hugo Conceição* del Centro Distrital de Segurança Social de Braga.

Antonio Camilo Cunha habló desde su óptica como ser humano vinculado con personas de edad como sus progenitores, abuelos y amigos sénior, más que por conocimientos teóricos y técnicos directos al reconocerse a sí mismo como no especialista en el tema. Y habló precisamente a través de sus sentimientos en esas relaciones. Vivió sus sentimientos, tristezas y alegrías, sus males y sus esperanzas. Desde el punto de vista filosófico fue desgranando lo que es el hombre, utilizando términos como "una taxonomía", un ser de características y capacidades particulares, un ser de relación, un ser con capacidad de autor, un caminante. Se refirió a los "viejos" como enriquecedora experiencia y a la vejez como un tiempo de oportunidades, una caja de imaginación y de creatividad, un tiempo de encuentros, de captación cultural, de dedicación a las artes; tiempo de aprender, en definitiva. Valoró las virtudes inherentes a los seres humanos en esta etapa de su vida: amistad sincera y desinteresada -amistad perfecta- gente de casa abierta y hospitalidad, hombres de gran espiritualidad en una línea de progresión hacia la perfección.

Tomó la palabra a continuación *Fernando Pereira* para referirse al colectivo de "viejos" que ocupan plazas en estructuras residenciales especializadas en mayores. Preocupado por la calidad de atención a los mismos, definió un nuevo cuestionario de evaluación de esta calidad de atención y con el ánimo de construir más que el de criticar o destruir. Sus 23 cuestiones diferentes representan un importante mejora de precisión en cuanto a las necesidades reales de los internos.

Ana Galvão, centro su disertación en el área de la salud mental y más concretamente en el problema del Alzheimer. Significó el alto volumen de demencias en edades

avanzadas. Cifró en 180.000 las personas aquejadas en Portugal. Hizo un repaso de los demoledores efectos de esta enfermedad y cómo transforma al ser humano haciéndole perder totalmente su identidad. Manifestó su predilección por el término "envejecimiento gratificante" en lugar de "envejecimiento activo". Con ayuda de impactantes fotografías de rostros de personas afectadas por estas demencias hizo notar la pérdida de expresión facial y la falta de vida en los ojos, produciendo un notorio impacto en el auditorio. Por último reclamó una mayor especialización en los cuidadores al mismo tiempo que reivindicó una mayor concienciación de la sanidad pública para agilizar los diagnósticos, por la importante repercusión que esto tiene en el tratamiento y ralentización de la enfermedad. Terminó citando distintas asociaciones y plataformas que se ocupan del problema, como el proyecto MIND o el programa de "cogweb". Cerró la intervención de la mesa, *Hugo Conceição*, refiriéndose a las prestaciones sociales de su centro y a los problemas actuales, diferenciando los criterios empleados en las ayudas a matrimonios o personas solteras o que viven solas. Resalta la atención a 12000 personas en su ámbito (8000 mujeres y 4000 hombres) y culmina reconociendo que siempre hay recorrido para mejorar.

Al cerrar este primer bloque de intervenciones, **Alejandro Otero**, de FEGAUS pidió la palabra para hacer una corrección pública de los términos "viejo", "viejos" que de una forma reiterada habían usado los ponentes en esta primera parte de las jornadas, y sustituirlo por una denominación más apropiada y digna. Intervención aplaudida por el auditorio.

Con la moderación de *Dulce Mota*, de RUTIS, se formó una nueva mesa de intervenciones para disertar, en este caso, sobre el presente y el futuro de las Universidades Sénior. Integraban este grupo: *Manuel Moura*, de la U.S. de Santa Maria de Braga; *Capitão Menezes*, de IINAGUI de Guimerães; **Alejandro Otero Davila**, de FEGAUS y *Zelia Encarnação* de la U.S. de Ribeira Brava (Madeira).

Intervino en primer lugar, nuestro representante, **Alejandro Otero**, para referirse al importante cambio demográfico de la sociedad y el peso de las personas mayores, así como las notables diferencias de las últimas generaciones de este colectivo con respecto a la precedentes, su formación, objetivos, predisposición activa y también sobre sus necesidades y expectativas. Significó la necesidad de proponer una adecuada salida formativa para esta preparada nueva generación que tiene vocación de aprendizaje vitalicia. Resaltó el porcentaje creciente de personas mayores en el mundo para explicar, a continuación, cómo están diseñados los programas universitarios para mayores en España y, más concretamente en la Universidad de Vigo. Terminó refiriéndose al plan estratégico de Galicia y a nuestra propuesta de impartir los programas de mayores creando aulas conectadas, en determinadas localidades gallegas que no cuentan con campus propio ni facilidades para acceder a los mismos.

Tomó la palabra, a continuación el *Capitão Menezes* para preguntarse si es posible hacer una universidad sénior con entidad propia. Considera que el mayor problema

actual de las universidades para mayores es la ausencia de personas de este colectivo en su gerencia. Opina que los mayores son quienes deben organizar y dirigir los centros de formación para mayores. En su opinión, es el mayor handicap que tienen los programas universitarios para mayores españoles, no puede haber universidades para mayores dirigidas por jóvenes, insensibles a los problemas de esta etapa y que tienen sus pensamientos en otros problemas y temática. Admite que los jóvenes participen, pero colaborando.

En la intervención de *Zelia Ecarneação* (Madeira), explicó cómo organizan la formación de los mayores en su ámbito geográfico. Es una actividad relativamente reciente en su zona y priman la formación básica del idioma portugués entre los inmigrantes de las islas, en horarios exclusivos de mañana.

Continuó el coloquio de la mesa sobre los puntos positivos y negativos de la intervención de jóvenes en nuestra formación y todos los participantes, especialmente los portugueses, fueron destacando las peculiaridades de sus distintos centros, sus actividades y su particular forma de enfocar la formación de los mayores, quedando bastante patente que su modelo dista mucho del modelo español, siendo el de ellos mucho más parecido al que nosotros denominamos "aulas de la tercera edad", tanto por el estudiante tipo como por las materias impartidas y los objetivos perseguidos.

Cerró la mañana una simpática actuación del grupo musical de la U.S., Santa Maria de Braga, con un casi improvisado himno del centro, destinando también unos minutos a una puesta en escena de una humorística declamación poética. Cerradas las intervenciones prevista en el programa de mañana, la representación de FEGAUS recuperó fuerzas en el comedor universitario junto con el resto del colectivo estudiantil.

Ya en jornada de tarde, comparecieron en la mesa: *Lucinda Fonseca*, Concejal de la Cámara Municipal y representando a la U.S. de Amarante, *Antonio Braz*, Presidente de la Unión de Juntas de "Freguesia" U.S. de Gondomar y *Fernando Pedrosa*, junto a *Gustavo Santos*, da la U.S.D. de Esposende para debatir sobre las buenas prácticas de sus respectivas universidades sénior, que resultaron ser del mismo estilo que las de la mañana: muy locales, autárquicas, no vinculadas a Universidad alguna y que,

sencillamente su nominación como "universitaria" no se ajusta a su vinculación docente a estos organismos oficiales de educación superior.

Con carácter general, iban refiriendo su historia individual número de alumnos, así como las materias de enseñanza -muchas podrían considerarse sencillamente "talleres" o habilidades artísticas o manuales en nuestra terminología española- y su metodología.

Cerró la exposición de este grupo, *Antonio Braz* quien resaltó el hecho de que gracias a este tipo de actividades docentes con los mayores en sus respectivos ámbitos locales, habían logrado salvar edificios e instalaciones, que de otra forma, estarían condenados a la ruina o el abandono, con independencia de la formación en sí.

En un nuevo panel de intervenciones, *Luis Jacob*, de RU-TIUS hizo una detallada, amena y enriquecedora exposición de los diferentes modelos de Universidades Senior, desde el modelo portugués hasta el potenciado y brillante modelo Chino, pasando por el inglés y el francés, francés, base entre otros del modelo español. Sin duda, el auditorio se ilustró con esta última intervención y pudo clarificar las distintas formas de afrontar los estudios específicos para mayores en los diferentes países. Sorprendió el modelo chino, último comentado por *Luis Jacob*, que actualmente ostenta el ranking del ratio de "universidades per cápita" del mundo.

En la misma línea de la mayoría de los ponente, continuaron luego: *Kerolyn Ramos García* de Uniser (Brasilia, Brasil) haciendo una exposición de su "Universidade do Envelhecer", y a continuación, *Liliana Rodrigues*, de Porto4aegeing, sobre la educación para un envejecimiento activo y saludable. Expusieron las singularidades de la población brasileña de edad avanzada y su diversidad, así como la metodología que allí empleaban.

Por último y ya cerrando la jornada, se realizó la demostración de una pequeña ruta cultural virtual por Braga, usando la tecnología, en este caso, haciendo uso de la herramienta del móvil: *TeachOUT*, por parte de profesor y alumnos de Historia de Arte de la U.S. Santa María de Braga.

Miguel A. Yebra Varela
ASAEXS Pontevedra
8 de marzo de 2020

CONCLUSIONES Finalizado el acto, a golpe pronto, he aquí mis primeras impresiones:

- Cada Universidad Sénior, especialmente las portuguesas, tiene su peculiar forma de constituirse, de establecer su método de trabajo y de determinar que materias ponen en formación. Para ello, dependen de sus posibilidades económicas, del voluntariado del colectivo docente, y del tipo de alumnado. Son mayoritariamente autárquicas y dependen de organismos locales concretos. Son el fruto de la personalidad local y de la geografía en la que están ubicadas, con una clara vocación de adaptarse a su entorno.
- No hay un modelo único, ni creo que haya que medir si uno es mejor o peor que el otro. No son comparables porque cada población crea el puede y el que le es más idóneo según su criterio y posibilidades.
- Todos están orientados en el fondo a hacer envejecer de la mejor manera posible como misión colectiva y eso hace que sean loables todos los modelos.
- En todos los congresos o jornadas, siempre se aprende algo. No conviene limitarse a verse el ombligo permanentemente. A veces se extraen nuevas ideas de lo sencillo. Hay que adoptar lo que es válido y aprovechable y mirar las debilidades y los errores ajenos con espíritu crítico, pero humilde, porque su intencionalidad es tan buena como la que nosotros podemos llegar a pensar que es la mejor, y simplemente, se trata de que se han adaptado al medio en el que se desenvuelven y lo han hecho bien.
- Lo que es imparable es la revolución de la edad madura; de los mayores. Cada vez somos más. La unión y la colaboración se convierte en fundamental; primero, para darnos visibilidad, y luego, para lograr cuotas de gestión y mejoras sustanciales en la administración del resto de nuestra vida.

AUDEMA · CONCURSO DE MICORRELATOS Y DE FOTOGRAFÍA DIGITAL



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcalá

AUDEMA



IV CERTAMEN

DE MICRORRELATOS

"José Vicente Marqués Martí"

Bases: audema.org | Entrega de premios: 22 de abril de 2020



IV Certamen
DE FOTOGRAFÍA DIGITAL

"José Vicente Marqués Martí"

PUEBLOS

PARQUES

EDIFICIOS

FUENTES | PAISAJES

AUDEMA



TEMA FOTOGRÁFICO: RINCONES DE TU CIUDAD

ENTREGA DE PREMIOS EL 22 DE ABRIL DE 2020

Más información: audema.org

GARCI CON AUDEMAC EN COMILLAS



Garci, José Luís García Muñoz, nunca ha sido guapo, pero sus parejas, Ana Rosa, Cayetana, Ana... su mujer Andrea Tenuta con la que se casó en 2004, son bellas, inteligentes y triunfadoras en su profesión.

Y es que Garci es un hombre con encanto, lleno de energía, sentido del humor, inteligente y directo en su conversación, imaginativo y trabajador. Con personalidad y fuerza interior arrolladora; cada una de sus palabras parece definitiva en cualquier tema. El tiempo le ha tratado bien y conserva casi el mismo aspecto de cuando le veíamos presentar "Que Grande es el Cine"

Bueno, pues con este hombre tengo una cita la tarde del 8 de febrero.

Yo y 300 personas más en el Aula Magna.

La Universidad de Mayores y AUDEMAC se han unido de nuevo para conseguir su presencia en Comillas. El enlace y mucho más, le ha correspondido a Marta García Oliva que durante meses ha trabajado para hacer realidad la idea de que un invitado de "postín" participara en los actos del XX Aniversario de la UMA. Jose Luís Garci es el primer director de cine español que consiguió un Oscar a la Mejor Película de Habla No Inglesa. Recordad como nos emocionamos con él, cuando luciendo una chaqueta blanca, a la manera de Bogart en Casablanca, en un inglés entrecortado, daba las gracias a la Academia por aquel premio.

Si los españoles en general nos sentíamos orgullosos, para Garci, admirador incondicional del cine de Hollywood, triunfar donde antes lo habían hecho sus admirados John Ford, Wilder y Howard Hawks fue como visitar el cielo. Garci con esta premiada película "Volver

a Empezar", forma junto a Fernán Gómez y su "Viaje a Ninguna Parte" y José Luís Cuerda director de "Amanece que no es Poco" parte fundamental de nuestro cine, de nuestra historia como país, de nuestra vida. No son los únicos, pero sin ellos nada sería igual.

Volviendo al Aula Magna, todos los presentes lo pasamos realmente bien. Bruce Taylor hizo la introducción, nuestro director Angelo Valastro presentó al invitado especial y Marta García Oliva les acompañó en la mesa presidencial. Garci durante media hora habló sobre él, su trayectoria y como desde la primera película que vio "Lo que el Viento se Llevó" quedó enganchado al séptimo arte. Por modestia quizá, no se detuvo en su faceta de escritor, ni siquiera citó el último libro publicado "A este lado del Gallinero" que ahora se ve en los escaparates de las librerías, ni que su primer gran éxito fue como coautor, junto a Mercero del guión de "La Cabina". Después el micrófono se abrió para los oyentes que no le preguntaron sobre sus desavenencias con la Academia de Cine, ni su reacción a que Crack Cero no estuviese nominada en ninguna categoría para los Goyas, no. Éramos un público entregado que quería compartir la emoción que, gracias a él, había sentido en algún momento de su vida.

Si quieres conocer incluso el contrato que firmó con Angelo y los regalos que recibió, tendrás que esperar al final de la grabación, porque lo que te propone AUDEMAC es que asistas al desarrollo del "Encuentro con Garci" si no tuviste la oportunidad de ir a Comillas, o bien disfrutes de nuevo escuchando lo que allí se dijo. Lo vas a pasar muy bien.

Texto: Alicia Lopez Budia

**Fotos: José Ángel Molina/Comillas - Bruce Taylor/AUDEMAC
Madrid, 10 de febrero 2020**

ALUMA

PREMIOS VI CERTAMEN DE RELATOS CORTOS ALUMA



aluma
Asociación de alumnos del Aula
Permanente de Formación Abierta
Universidad de Granada

**VI Concurso de
Relatos Cortos
"El Senado"**

PARA ALUMNOS DE TODAS LAS SEDES DEL AULA
PERMANENTE DE FORMACIÓN ABIERTA DE LA
UNIVERSIDAD DE GRANADA

CURSO 2019-2020

Consulta las bases en :
alumaasociacion.com

Colaboran:

Asociación de Alumnos del Aula
Permanente de Formación Abierta
de la Universidad de Granada
ALUMA

**EDICIÓN
2020**

**I PREMIO NACIONAL DE POESÍA
ALUMA**

Para alumnos de los Programas Universitarios de Mayores

Consultar las bases en: alumaasociacion.com

Colaboran:

Primer premio. "Hola, soy yo. Me lo digo a mí mismo. No es que esté desvariando, solo quiero asegurarme de quien es el que está escribiendo estas líneas". Así comienza **"Estaba equivocado"**, el relato ganador del sexto certamen de relatos cortos de la Asociación de Alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada (ALUMA).

De la mano de su autor, Álvaro Ramos Rivas, "poco a poco y casi sin" darnos hacemos un viaje de autoexploración para encontrar a su auténtico "Yo". "Antes creía que YO, era mis pensamientos, ¡qué gran mentira! Yo soy YO."

El segundo premio ha ido a parar al relato "La Paloma de Gura". Su autora, María Santos Rodríguez 'Aurora', comparte con los lectores la preocupación por el cambio climático en el relato de un viaje "a un lejano planeta, o, ¿es un sueño?".

La pasión por la escritura es algo que se puede llevar dentro sin saberlo y que puede surgir cuando menos te lo esperas. Como ellos cada año son más los alumnos del Aula Permanente que se animan a participar en los concursos que organiza la asociación, como el Concurso de Fotografía, el de Relatos Cortos o el de Pintura, así como en el Premio Nacional de Poesía, al que puede

concurrir el alumnado de los Programas Universitarios de Mayores de todos los campus de España y que será fallado próximamente.

Jurado

En esta ocasión, los premios han sido otorgados por un jurado compuesto por Concepción Argente del Castillo, Profesora Titular de la Universidad de Granada, María Isabel Montoya Ramírez, Profesora Titular de la Universidad de Granada y Miguel González Dengra, Doctor en Filosofía y Letras de la Universidad de Granada.

Los Premios serán entregados en un solemne acto el próximo 13 de mayo en el Aula Máxima del Espacio V Centenario. El próximo año puede ser tu relato el premiado. ¡Anímate y participa!

En la web de ALUMA podéis encontrar toda la información sobre estos certámenes, así como los relatos premiados:

<https://alumaasociacion.com/relatos-cortos-premiados19-20/>

ALUMA 2020

JORNADAS INTERUNIVERSITARIAS DE GRANADA, 24 AL 27 FEBRERO DE 2020



Asociaciones de Alumnos, Peritia et Doctrina de la Universidad de las Palmas de Gran Canaria y ALUMA del Aula Permanente de la Universidad de Granada



A raíz de las XVIII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los PUM, celebradas en la Universidad de la Palmas de Gran Canaria en septiembre de 2019 con el título «Comunicación e intercambio entre Asociaciones», las asociaciones «Peritas et Doctrina de la Universidad de las Palmas» y «ALUMA» de la Universidad de Granada, acordaron la celebración de este encuentro.

A los compañeros canarios los esperaba en su hotel un comité de recepción, que obsequió a los visitantes con vino y jamón, entregándoles una bolsa con información de Granada y su Universidad.

La recepción oficial se realizó al día siguiente, en un acto presidido por la Directora del APFA (Aula Permanente de Formación Abierta) D^a María del Carmen García Garnica, que dio la bienvenida a los participantes en la Jornadas, interviniendo a continuación el presidente de ALUMA, una representante de Peritas et Doctrina, y un alumno granadino que presentó el trabajo de investigación realizado por el equipo «Por una senda clara» sobre las huellas de la Institución Libre de Enseñanza en Granada, seguidamente se proyectó un vídeo sobre Granada, la UGR, el APFA y ALUMA, terminando el acto con un pequeño concierto del Coro del APFA y el canto del Gaudeamus.

A continuación, se realizó una visita al Hospital Real, sede del Rectorado, terminada esta se pasó a la plaza de toros, donde compartimos una comida de convivencia, amenizada por la Tuna de la Facultad de Ciencias.

Por la tarde hubo reunión de las Juntas Directivas de ambas asociaciones y participación en la Tertulia Poético-Literaria.

A lo largo de estos intensos días, se han compartido vivencias, la problemática de las asociaciones, asistido a clases, comidas en los Comedores Universitarios, visitas culturales a la Alhambra, Albayzin, a la Granada barroca y del Renacimiento y como no, visitando las numerosas bodegas y bares, degustando sus sabrosas tapas.

Estos días han servido para estrechar lazos de amistad, aumentar el conocimiento, compartir vivencias e ilusiones, hemos constatado la importancia que las asociaciones tienen como complemento de las clases regladas, para canalizar las potencialidades del alumnado y sus aspiraciones de cultura y amistad.

Las Jornadas han hecho honor a su lema «Alumnos mayores estrechando lazos, compartiendo experiencias». Rafael Reche

**Secretario de la Asociación ALUMA
Universidad de Granada**



PREMIOS AMULL 2019 · PRIMER PREMIO DE POESÍA

VIENTOS ALISIOS (LOLY GONZÁLEZ PÉREZ)



Dicen que ya eres muy viejo
y que no vienes del cielo
porque tus andadas son
de los ciclos atmosféricos.

Predominando tus aires
y sin darnos las razones
nos traes anticiclón
de los rincones de Azores.

Sublime en tus estancias
siempre al borde del abismo
coqueteas con las ondas
y hasta atraes el turismo.

Eres todo una grandeza
galante Vientos Alisos
con bendiciones de Dios
por los siglos de los siglos.

Las nubes de algodón
con la lluvia transversal
cimbrea allá en El Hierro
el hermoso Sabinal.

En La Palma Isla Bonita
resurges entre batientes
hermoseando cascadas
Caldera de Taburiente.

Cuando intentas abrazar
el Roque Nublo y Bentayfa
el cielo se vuelve azul
y ennoblece Gran Canaria.

Lanzarote La Quemada
te acecha allá en La Geria
invocando traigas agua
para guarecer cosechas.

Como un conjuro conviertes
a la Isla de La Gomera
reverdeciendo barrancos
y palmeras guaraperas.

La larga Fuerteventura
con enorme desparpajo
con el riesgo de la lluvia
se sorprende hasta el ganado.

El Teide pétreo y sereno
observa las nubes blancas
cuando desde Tenerife
se descubre la alborada.

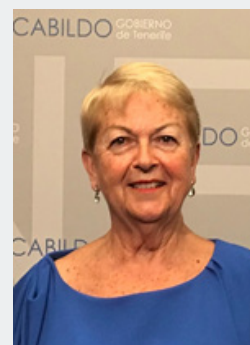
La Octava La Graciosa
espera ser invitada
para acariciar el agua
en medio de la ensenada.

Cuando en los amaneceres
siento palpas mi ventana
los albores de los aires
resuenan hasta mi alma.

Los árboles se engrandecen
sus copas hasta se ensanchan
porque quieren acogerte
y cubrirte cual paraguas.

BIOGRAFÍA: LOLY GONZÁLEZ PÉREZ.

Guía Voluntaria del Museo de la Naturaleza y Arqueología (MUNA), y Voluntaria en el proyecto de Mayores de la Cruz Roja, es Socia fundadora de AMAVITE (Asociación de Mayores Voluntarios de Informática de Tenerife) y realiza asiduas visitas a Pediatría en Hospitales, a Paliativos en Hospitales con la Asociación contra el Cáncer, a la cárcel dentro del programa de LaCaixa y al Asilo de Ancianos. Es Responsable Institucional y Cultural en el Centro de Mayores Isidro Rodríguez Castro del Gobierno de Canarias, que tuvo a bien reconocer sus méritos en favor de la gran familia de dicho Centro con un homenaje realizado en 2011. La Peña Deportiva Salamanca, además de haberla nombrado Famosa en 2004, tuvo a bien hacerla acreedora de la Insignia de Plata en 2014. Miembro de la Asociación de Escritores de Tenerife (ACTE). Miembro de la Junta Directiva de la Asociación Cultural Tu Santa Cruz.



Fue ganadora del Premio ANSINA del Cabildo Insular de Tenerife 2006 con el Relato: "El Tamarindo del Parque", siendo también finalista en 2007 con: "Las Lecheras y el Tranvía". En 2008 fue finalista del concurso Nacional Unión Democrática de Pensionistas Jubilados con: "El Bebé de Trapo (Mi vida sin cerrar los ojos)". En 2009 fue finalista del Primer Concurso Nacional LaCaixa y Radio Nacional con: "El Circo no tiene edad". En 2010 resultó ganadora del Primer Concurso Interinsular de la Concejalía de Cultura del Ayuntamiento de Santa Cruz con: "El Ratoncito Pérez". En 2013 recibió la Mención Honorífica del Primer Certamen Literario de Poesía de Amor y Desamor organizado por Editorial Agüere y la Asociación Cubana Leonor Pérez Cabrera con: "Desatino". En 2014 recibió el Premio Valores Humanos del Cabildo Insular de Tenerife.

Ha publicado cuatro libros. El primero en 2012, con el título: "EL SENTIR DE MI SENDERO". En 2015: "ALBORADA", con la presentación en la ONCE de la transcripción de "ALBORADA" al braille. En 2017: "PLIEGUES DEL ALMA". Su cuarto y último libro lo publicó el primer día de la Primavera de 2019: "CRISÁLIDA".

Resultó ganadora del Accésit del Concurso de Poesía AMULL 2018 ("Regalos de la vida") y ganadora del Primer Premio de Poesía AMULL 2019 ("Vientos alisos").

Graduada en el PUM de la ULL (EUPAM), en 2016. Es Socia de AMULL y miembro destacada de la Coral Sénior Universitaria Ars Canendi.

AMULL, VISITA DE PERITIA ET DOCTRINA VIERNES, 14 DE FEBRERO 2020



AMULL-Asociación de Alumnos y Exalumnos del Programa de Mayores de la Universidad de La Laguna (ULL), Tenerife

Visita institucional de la asociación PERITIA et DOCTRINA de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, a la Universidad y ciudad de San Cristóbal de La Laguna.

Los PUM (Programas Universitarios de Mayores) se crearon hace 20 años para el acceso de las personas mayores a unos estudios universitarios, sin exigencias formativas previas. En la ULPGC se denominan Peritia et Doctrina y en la ULL, EUPAM.

El viernes 14 de febrero de 2020, una delegación de 50 alumnos y la Junta Directiva que los acoge en la Asociación Peritia et Doctrina presidida por el Sr. Tesorero D. Alejandro González Campos, en representación del Sr. Presidente D. Víctor Manuel Girona Quesada, fueron recibidos a las 13:30 h en el Aula Magna del Edificio Central por la Rectora, Excm. y Magfca. Sra. D^a. Rosa M^a. Aguilar Chinae, acompañada por el Concejal de Bien-

estar Social y Calidad de Vida del Ayuntamiento de La Laguna, Sr. D. Rubens Ascanio Gómez y por la presidenta de AMULL, Sra. D^a. Carmen Gloria Mesa Moreno.

La visita se enmarcó en el estrechamiento de lazos entre los alumnos Sénior de ambas instituciones y se complementó con una visita guiada al Jardín Botánico del Edificio Central a cargo del Prof. D. Wolfredo Wilpret de la Torre, Catedrático Emérito de Botánica de la ULL y la Prof. Titular de Botánica, Ecología y Fisiología Vegetal, Sra. D^a Victoria Eugenia Martín Osorio y tres especialistas en jardinería. También se visitó y se conoció la historia del Paraninfo y la Sala de Arte La Capilla, a cargo del jefe del Área de Cultura y Responsable del Paraninfo, Sr. D. José Ambrosio González y González.

Los actos terminaron con una visita al casco histórico de La Laguna, como Patrimonio de la Humanidad desde 1999.

**Muchas gracias. Saludos.
Atentamente, La Junta Directiva
Luis Francisco López de Vergara Méndez**

PROGRAMA:

- 10:00 h. Recogida del Aeropuerto Tenerife Norte TFN.
- 10:15 h. Llegada al Edificio Central de la ULL.
- 10:30 h. Tentempié.
- 10:50 h. Visita al Aula Polivalente.
- 11:15 h. Visita Guiada al Jardín Botánico del Edificio Central de La Universidad de La Laguna:
Prof. Sr. D. Wolfredo Wildpret de la Torre. Catedrático Emérito de Botánica de la ULL.
Prof. Sra. D^a Victoria Eugenia Martín Osorio. Prof. Titular de Botánica, Ecología y Fisiología Vegetal de la ULL.
- 12:45 h. Visita al Paraninfo y la Sala de Arte La Capilla.
Sr. D. José Ambrosio González y González. Jefe del Área de Cultura de la ULL y responsable del Paraninfo ULL.
- 13:30 h. Recepción por la Rectora en el Aula Magna. Participan:
• Excm. y Magfca. Sra. D^a. Rosa María Aguilar Chinae.
Sr. D. Rubens Ascanio Gómez. Concejal de Bienestar Social y Calidad de Vida. Ayuntamiento de La Laguna.
Sr. D. Alejandro González Campos, Tesorero, representando al Presidente de la Asociación Peritia et Doctrina
Sr. D. Víctor Manuel Girona Quesada.
Sra. D^a. Carmen Gloria Mesa Moreno. Presidenta de AMULL.
- 14:15 h. Salida hacia Restaurante en La Victoria de Acentejo
- 14:50 h. Almuerzo.
- 17:50 h. Visita al Casco Histórico de La Laguna.
- 19:30 h. Salida al Aeropuerto Tenerife Norte TFN.



COCIDO - CARNAVAL

en Lugo 22/02/20

La fecha no pudo ser mejor escogida pues las previsiones meteorológicas eran excelentes, y, con una mochila llena de ilusión, subimos a los tres autobuses que, para celebrar el carnaval, nos llevarían a Lugo.

Salimos a las 10:30 horas y después de una hora y media de recorrido, llegamos a nuestro destino. Allí barajamos varias opciones. Era la hora de pasear y adentrarnos en la ciudad ya que teníamos dos horas para hacerlo. Un grupo bastante numeroso optamos por visitar la cárcel, por lo que decidimos entrar en el recinto y así satisfacer nuestra curiosidad.

Y, ¡no nos equivocamos! Fue una visita que incluso nos emocionó. Nos sorprendió no solo por su arquitectura sino por su historia ya que está relacionada con la represión del franquismo. En el edificio había un total de 54 celdas ambientadas en la época y situadas alrededor de un gran patio. Esta cárcel se mantuvo en uso hasta el año 1981.

Especialmente emotivo fue leer alguna carta allí expuesta de presos despidiéndose de su familia ante su inminente ejecución.

Al salir de allí, hicimos un agradable paseo por la muralla y algunas fotos delante de la Catedral, pero enseguida el tiempo ya apremiaba por lo que debíamos regresar al punto de encuentro. A las dos de la tarde el bus nos recogió para llevarnos al Restaurante Torre de Núñez en el que estaba programada la comida.

Allí nos esperaban 49 alumnos de la Universidad Sénior de Lugo que, habían trabajado en la organización del evento. Antes de nada, queremos felicitarlos porque, el éxito de su trabajo fue la consecuencia de algo bien planificado.

Ni que decir tiene que, como manda la tradición en el carnaval gallego, hubo un gran protagonista: el cerdo. Aquí está bien mencionar el refrán: "Del cerdo, hasta los andares". Toda una delicia para nuestros paladares.

Sobre las cuatro de la tarde, llegó el momento del postre en el que las costumbres se relajan y uno puede reírse de todo. Estábamos deseando lucir nuestros disfraces y

disfrutar de la fiesta. Fue entonces como por arte de magia aparecieron las marchosas hawaianas que, con una coreografía sugerente y divertida, y amenizada por el dúo musical Areal, tuvieron un merecido primer pre-



mio. Luego aparecieron los Piratas del Caribe, un grupo que nos deleitaron cantando La reina de los mares. Obtuvieron un honroso segundo puesto.

En el concurso por parejas también hubo premios. El primero para las llamadas "Vitruvias" y el segundo para Betty y Wilma Picapiedra. Todas ellas bailaron al ritmo de Carnaval, Carnaval.

También hubo disfraces individuales. Obtuvieron premios por esta modalidad las dos presentadas, el primero Nedy de Lugo y el segundo la versión cingara.

¡¡¡Felicidades a todos los premiados!!!

A continuación del concurso de disfraces empezó el baile en el que todos disfrutamos y participamos a tope.

Pero todo se acaba y, sobre las ocho de la tarde, llegaron las despedidas. Era el momento de regresar a casa. Salimos del comedor bailando al ritmo de una canción de los años 70.

De regreso en el bus aún teníamos fuerzas para cantar. Llegamos sobre las 9 a Coruña muy cansados, pero muy contentos y satisfechos por todo lo vivido durante el día.

Gracias, Mirtha, Adela por la ilusión y el empeño con el que programáis los eventos y al resto de la junta directiva de Adayeus porque todos contribuyeron a que nuestros socios pasaran una tarde agradable.

¡¡¡Nos vemos pronto!!!

Fdo. Loli Domínguez

INAUGURADO CURSO DE COCINA

Del lunes día 17 de febrero al día 23 de marzo.

amUez

ASOCIACIÓN DE MAYORES DE LA UNIVERSIDAD
DE LA EXPERIENCIA DE ZARAGOZA



Hoy lunes día 17 de febrero de 2020 hemos comenzado un curso de cocina que AMUEZ ha organizado por primera vez. Su duración será de cinco clases, cinco lunes consecutivos, concluyendo el día 23 de marzo. Se imparte en el centro Joaquín Roncal en horario de 10 a 12 de la mañana.

Marisún es el nombre de nuestra profesora, una señora de carácter muy alegre y abierto que nos ha puesto a trabajar a todos desde el primer momento para llevar a cabo nuestro primer menú. Compuesto de unas riquísimas "Verduras en tempura" como aperitivo, "Verduras rellenas", para finalizar con un estupendo postre realizado en un plis plas de "Tarta de manzana fina".

Por supuesto que todos hemos degustado el menú y mostrado nuestra satisfacción, esperando la siguiente clase para seguir ampliando nuestros conocimientos culinarios, porque además de recetas, hay trucos, o consejos.



UNA VISITA INOLVIDABLE

Aulas de Formación Aberta
Universidad de Vigo
Campus de Ourense



Poco antes de las once del 29 de Febrero del bisieto 2020, la directiva de la **Asociación de Aulas Abertas de la U-Vigo, campus de Ourense** a la cabeza de Celso Pumar, Antonia Blanes, Rafa Veleiro, Encarna , Pili, el que suscribe Miguel Ángel Martínez Coello y Luis Morales como alumno del PUM, tuvimos la fortuna de recibir a las puertas de nuestra hermosa catedral a la comitiva de la Asociación de estudiantes senior del campus de Vigo de la U-Vigo, capitaneada por Marina Troncoso, presidenta de **Aulas de Formación Aberta de la U-Vigo, campus de Vigo**.

El grupo de 36 personas comenzaron la visita a la Catedral-fortaleza declarada en 1867 Basílica menor y también conocida como **Catedral de San Martiño**. Aunque está considerada como uno de los grandes templos románicos de España, es conveniente decir que a partir de su construcción en el S XII, se le fueron añadiendo nuevos elementos arquitectónicos del gótico, renacentista y del barroco.

Si bien toda la Catedral es un conjunto de tesoros, cabe destacar tres que sin duda induce al espectador a sufrir del "Síndrome de Sthendal" ante tanta belleza y grandiosidad.

El primero, es el propio **Museo de la Catedral**, en el que se puede admirar el llamado "Tesoro de San Rosendo" un conjunto de piezas procedentes del Monasterio de Celanova de los siglos X al XIII entre las que encontramos peines litúrgicos, un báculo de marfil y 8 figuras de ajedrez Fatimí (arte del Egipto medieval) elaboradas en cristal de roca y en las que, como curiosidad, los caballos fueron substituidos por elefantes. El Misal Auriense (Monterrei 1494) el libro impreso en Galicia más antiguo que se conserva.

El segundo es el **Pórtico del Paraíso**, conjunto escultórico del S. XIII y posteriormente reformado en el S. XVI,

constituye una de las grandes joyas de la catedral deslumbrando por su increíble policromía que no deja impasible a nadie dada su extraordinaria belleza.

Y el tercero, para el que narra estas líneas, el tesoro más preciado de la Catedral y del mismo Ourense es la **capilla del Santo Cristo**. Cuenta la leyenda que la imagen del Santo Cristo fue encontrada allá por el S XV por unos marineros de Fisterra, que el agua de las Burgas nace bajo sus pies, que le crece el pelo y la barba (que todas las semanas viene un barbero a afeitarlo) y mil y una ocurrencias nacidas al abrigo del fervor y devoción sienten que los feligreses por tan venerada imagen.

El conjunto en sí es de una belleza indescriptible reuniendo un importante patrimonio debido a las donaciones recibidas. El baldaquino es de Domingo de Andrade, el mismo autor que el de la catedral de Santiago de Compostela, y los retablos obra de Castro Canseco, además de tallas de gran interés como la Virgen Blanca en alabastro o el San Mauro de Francisco de Moure. Todo este ornato contrasta con la elegancia renacentista de la sillería del coro, obra de Diego Solís y Juan de Angés.

Tras una visita a la torre campanario de la catedral, nos dirigimos a Las Burgas, otra de las cosas que sólo hay en Ourense, y que junto con el puente dice la canción *"tres cosas hay en Ourense que no hay en el mundo entero, El Santo Cristo, el Puente Romano y Las Burgas hirviendo agua."*

En el **Centro de interpretación de Las Burgas**, fuimos recibidos por una de las mayores especialistas del termalismo mundial la **Dra. M^a Generosa Souto Figueroa, "Marita Souto"** para los que la veneramos, que entre mil títulos y reconocimientos ostenta la medalla Paul Coutier otorgada por La Sociedad Francesa de Termalismo y Talasoterapia. A la visita se unió la edil de Turismo y Termalismo de Ourense **Flora Moure**.

Durante una hora nos deleitó con una clase magistral haciéndonos un recorrido cronológico científico de las aguas termales de Ourense, acercándonos a la historia de las aguas termales y sus virtudes lúdico-terapéuticas. Durante el recorrido visitamos los tres manantiales mineromedicinales que brotan a una temperatura de más de 60º que surgen por las fisuras del terreno desde más de un kilómetro de profundidad en donde se calientan y sus propiedades mineromedicinales provienen de los minerales de las rocas más profundas. La presión y la expansión del vapor de aguas y otros gases atrapados provocan el ascenso del agua dando lugar a las surgencias que disfrutamos tanto en la burga de arriba, la **burga de abajo y la piscina termal**.

Posteriormente nos dirigimos a la última visita matinal: **El Claustro de San Francisco**. Joya del gótico fundado en el S XIV de estilo gótico pero gran influencia románica y que a pesar de su agitada historia conserva prácticamente intacta la belleza de sus 63 arcos, todos decorados con motivos vegetales, animales y humanos. Éste conjunto arquitectónico es el más completo de Galicia por sus particularidades. De apariencia cuadrada, cada lado tiene un número distinto de arcos apoyados en dobles columnas excepto las cuatro primeras y las cuatro últimas.

Terminada la visita nos dirigimos al comedor del Edificio Politécnico del campus norte de la U-Vigo en el que saboreamos los elaborados platos de nuestro chef Camba, y de los que dimos buena cuenta los asistentes, celebrando así una comida de auténtica armonía y fraternidad..

Una vez terminada la comida volvimos al autobús que nos hizo una breve visita a las instalaciones del campus sur para dirigirnos posteriormente a las **Termas de Outariz**.

Durante un pequeño paseo los asistentes a la excursión pudimos disfrutar de las instalaciones del complejo termal de Outariz, recogiendo amplia información para posteriores visitas familiares o particulares.

Esta jornada, la primera que hace la Asociación del PUM de Vigo al Ourense marcó un inicio y afianzamiento en las relaciones del programa de mayores de ambos campus. Porque el fin del Programa Universitario de Mayores, no consiste sólo en formarse continuamente en las aulas, sino el intercambiar conocimientos, experiencias, proyectos... y en definitiva, darle un **sentido mágico** a la vida... es decir, **darle vida a la existencia**.

El ser humano, desde que nace busca siempre la proximidad de la compañía, y en todas las acciones de su transcurso vital trata de acercarse más al próximo por la vía del conocimiento. Esto demuestra que **el saber une, el saber da sentido a la vida** y nos engaña saciándonos momentáneamente porque al final siempre tienes hambre por conocer más

Y ya, sobre las 6 de la tarde nos despedimos con un "adiós con el corazón...."

Miguel Ángel Martínez Coello
Responsable de comunicación de la Asociación Aulas
Abierta de la Universidad de Vigo, campus de Ourense
29 de febrero de 2020





ADAYEUS: RUTA DE SENDERISMO "COTÁ - FRIOL"

En esta salida nos guiamos como otras veces por Rubén y Chus, nuestros expertos guías de senderismo. Escogimos Friol, no queda muy lejos de Coruña y así aprovecharíamos lo más posible el día.

Después de varios días de tormentas, lluvias, viento, frío... mirando la predicción meteorológica para la zona, que nos avanzaba que tendríamos algo de agua, iniciamos la jornada-

Nos fuimos reuniendo todos en el autobús y partimos en dirección a Friol. Los catarros y gripes de estas fechas nos causaron tres bajas imprevistas; los demás preparados para el mal tiempo si surgía llegamos a Cotá e hicimos la parada técnica inicial antes de empezar la ruta.

La información que más o menos conocíamos de la zona es lo que comparto en los párrafos anteriores. Pero una cosa es leerlo o escucharlo y otra cosa patearlo y conocer los lugares.

Iniciamos la ruta en Cotá. A los pocos pasos de donde realizamos la parada técnica (Bar o Zapateiro) nos desviamos a la derecha adentrándonos por un sendero entre árboles hasta salir a un cruce de caminos y como en casi todos los cruces nos encontramos con un curioso cruceiro y Chús nos lo detalló, motivo por motivo:

"Atípico cruceiro en Galicia, pues no se parece en nada a los habituales de nuestro tierra. El cruceiro de Cotá llama la atención porque nos recuerda a los cruceiros irlandeses, Sin columna y sin capitel. Se levanta sobre una estructura de triple paso y pedestal rectangular cuyo lado mayor coincide con los brazos de la cruz. Se trata de una cruz latina de elevado pie y labrada en una pieza única. La parte central es una circunferencia, el estilo de las cruces irlandesas la cruz estaba inscrita en una rueda solar. En la primitiva cultura irlandesa el sol era el dios supremo y conforme se impone el cristianismo, este símbolo solar acaba imponiéndose por asimilación. En uno de los lados en la circunferencia se representa a San Martín de Tours, compartiendo su capa con un pobre, en un bajo relieve. Cuenta la leyenda que una noche San Martín soñó con Jesús y este le dijo que el pobre era él. Este hecho lo encumbró a la santidad.

En el otro lado de la cruz, en la circunferencia figura una custodia con el Santísimo Sacramento en mármol (parece ser que fue añadido posteriormente).

Toda la cruz está recorrida por una decoración de círculos con radios curvos, diez en cada lado, que recuerdan las esvásticas celtas o bien los bubones alusivos a la peste que aparecen en las cruces de peste bretonas

de los SS XVI y XVII. Los bordes laterales con motivos florales evocan al gótico

En el pedestal figura una placa de mármol "En memoria del Congreso Eucarístico XXII. Junio 1911. Seguramente el añadido de la custodia en mármol es de esa época, pero es muy probable que la cruz sea bastante anterior, de 1772, como se lee en la inscripción que hay en la piedra en uno de los lados de la base.

Contemplamos y admiramos el cruceiro por todos sus lados y aprovechamos para hacer la foto del grupo, nada más comenzar la ruta.

En ese mismo cruce había una casa de piedra antigua que tenía unos pendellos en la misma adosados a la fachada y un poco más adelante vimos la segunda construcción de pendellos en otra casa.

Estos pendellos los hemos visto por otros sitios como en Agolada (siglo XVIII) y se usaban en días de mercado para vender productos de la zona. Una construcción típica en algunos lugares y de los que se encuentran pocos.

Seguimos caminando, la ruta transcurría por pistas de tierra entre muros de piedra sobre piedra y otros de lasas típicas de la zona de Lugo. También los vimos combinados de piedra sobre piedra/lasas. Por veces la lluvia nos acompañó suavemente, pero nunca nos impidió ver y admirar lo hermoso de la zona; parecía que nos habíamos trasladado a siglos pasados.

Otro tesoro que descubrimos fue el Dolmen de Muroxo-sa o Forno dos Mouros: Construcción funeraria, se trata de una pequeña entrada, de la que su cámara posee estructura poligonal tendente a circular con una piedra cobertora monolítica. El material utilizado para las lasas es un esquisto cristalino, abundante en ese lugar. Se halló un vaso campaniforme que se convirtió en una excepción en los yacimientos megalíticos gallegos.

Continuamos la ruta entre comentarios, sacando fotos, sorteando los charcos de agua cuando podíamos y cuando no se podía, vadeábamos el camino desviándonos un poco o haciendo equilibrio sobre algunas piedras improvisando unos pasos.

El ánimo no decayó en ningún momento, todo el entorno entre los muros, pinos, carballos, abedules, riachuelos y pistas encharcadas que parecían ríos en lugar de caminos, nos mantuvo pendientes de todo y de todos. Donde podía surgir un contratiempo, allí estaba alguno pendiente de los demás, éramos una piña incluyendo sobre todo a Rubén y Chus pendientes de todos.

Nos cruzamos varias veces con el río Narla (afluente del Miño) que fue nuestro compañero y protagonista de esta ruta.

Recorrimos el camino Real que forma parte del Camino Primitivo y del Camino del Norte.

Llegábamos ya a Friol (capital) abrazada por el río Narla. Aquí alguno de nuestros compañeros ya se quedaron, nos volveríamos a reunir a la hora de la comida, pero antes de separarnos Chus nos llevó hasta el milario (Mojón) romano de la vía XIX de la época del emperador romano Antonino que indicaba las millas que faltaban hasta llegar a Lugo, capital romana en aquella época. Está situado en la plaza de Friol, pero es una copia. El original se conserva en el museo en Lugo.

Cruzamos la carretera y descendimos por unas escaleras hacia el río Narla. Nunca lo había visto con tanta agua y tanta fuerza. El Muiño de Serén se alza impresionante al otro lado del río y el agua rugía con fuerza al salvar un suave recodo y una pequeña cascada. Nuestros pasos durante un buen rato nos llevaron por el paseo fluvial, bueno lo que nos dejaba el río que iba muy crecido.

Nos desviamos de nuevo y nos adentramos por pistas de tierra y de nuevo preciosos muros cubiertos por capas de musgo, helechos, todo tan verde y reluciente por la suave lluvia.... Los caminos cada vez estaban más inundados, en las fincas rebaños de vacas, algunas con sus terneros. En otros sitios caballos y hasta unos preciosos cerdos que al vernos pasar se acercaron como para saludarnos mirándonos fijamente y escuchando lo que les decíamos.

Avanzábamos poco a poco, Chus a la cabeza y cerrando la marcha Rubén y de pronto el grupo que iba delante se paró, se escuchaba el rugido del agua, pasaba algo, claro. Al acercarnos vimos que un pequeño puente (paso) sobre un regato no existía lo cubría totalmente la crecida del regato.

¿Qué íbamos a hacer? Dos opciones a escoger: descalzarnos y remangar los pantalones para cruzar con el riesgo de que la fuerza del agua no tirase, o dar la vuelta por otro camino y regresar a Friol sin llegar a la Fortaleza de Narla como teníamos previsto para terminar la ruta de senderismo.

Los que nos leéis ya os imagináis lo que hicimos, ¿Verdad?

Pues sí, hicimos lo que la prudencia nos indicó, dimos la vuelta por otro camino, no menos bonito, y regresamos a Friol reuniéndonos con los compañeros que nos esperaban. Había dejado de llover.

Rubén y Chus nos dijeron un dicho que algunos no conocíamos: "En Friol non e só pan y queixo" pues tienen razón, en Friol hay mucho más que pan y queixo. Hasta el momento lo habíamos comprobado en toda la mañana con lo que habíamos ido viendo y conociendo.

Comimos en Casa Benigno, muy bien. Todo muy rico y con buena atención. Lo habíamos hecho otra vez en alguna etapa del Camino de Santiago. Fue un buen rato de descanso y relajación comentando las incidencias de la mañana.

Después de comer nos aguardaba la visita a la fortaleza de San Paio de Narla. Allí nos esperaba una guía muy especial "Paquita" pieza clave de la realización y conservación del museo etnográfico que hay en la fortaleza y que nos traslada a la época en la que el castillo estaba habitada por el señor y su familia, los criados, como trabajaban, como vivían, carruajes, leyendas... Gracias Paquita por todos los años que le has dedicado. Tú eres la Señora feudal de la fortaleza en la actualidad y la comunicadora de su historia para que esta no se olvide.

En la visita no nos faltó ni La Bruja del Castillo que nos la encontramos con su escoba sentada en la lareira de la cocina y que nos fue siguiendo para evitar nuestras malas artes

Museo Etnográfico y de la Historia de San Paio de Narla

La Fortaleza de San Paio de Narla fue adquirida por la Diputación Provincial de Lugo en el año 1939 y en el año 1983 la convierte en museo histórico y etnográfico, trasladando a ella buena parte de las colecciones etnográficas del Museo de Lugo.

La fortaleza fue derribada en las revueltas de los irmandiños del siglo XV y reconstruida en el siglo siguiente, por lo que el actual edificio es obra de los siglos XVI y XVII, fundamentalmente. Tiene un cuerpo central flanqueado por la torre del Homenaje y por un gran torreón.

La planta baja formada por el patio, las cortes y la bodega, acoge una colección de útiles de trabajos agrícolas, diversos objetos de equitación y herramientas para el tejido de la lana y el lino.

La planta primera se compone de una cocina, un salón y otras estancias en las que podemos ver objetos artísticos, mobiliario y menaje doméstico. Desde la última planta, donde destaca una chimenea renacentista, se puede acceder al almenado y contemplar el entorno de la fortaleza.

La capilla, del siglo XVIII, separada del edificio principal, tiene planta cuadrada con tejado a cuatro aguas. Destaca en su interior un retablo del siglo XIX. (Xunta Gal)

La jornada tocaba a su fin, pero no nos podíamos ir de Friol sin lo esencial "Pan e Queixo" todo lo demás lo habíamos disfrutado, sus paisajes, sus caminos, sus casas de piedra, arboles, musgo, muros, sus aguas (con el agua habríamos preferido menos) a lo que voy, Rubén y Chus siguiendo las indicaciones de una compañera conocedora de la zona nos llevaron a la panadería de Suso. Allí había pan y queso, ¡cómo no! de Friol y la gran mayoría volvimos a casa con Pan y Queixo de Friol. Los recomendamos.

Y hasta aquí llegó nuestra aventura del senderismo, Contentos, algo cansados pero muy felices. Muchísimas gracias Chus, Rubén por habernos preparado y acompañado en esta ruta. Seguiremos confiando en vosotros.

Hasta la próxima compañeros.

Blanca Franco
(Vocal técnico de Senderismo de ADAYEUS)



amUez ASOCIACIÓN DE MAYORES DE LA UNIVERSIDAD DE LA EXPERIENCIA DE ZARAGOZA

CRÓNICA DEL VIAJE A MIRAMBEL / CANTAVIEJA

Dentro del marco de actividades culturales programadas por la AMUEZ – UNIZAR, el día 21 de febrero del corriente tuvimos el placer de efectuar desplazamiento para una jornada cultural, contando con la presencia de Fernando SANZ FERRERUELA, profesor de Historia del Cine del Departamento de Historia del Arte de la Universidad de Zaragoza. El programa del día se distribuía en un primer destino en la localidad de MIRAMBEL. Segundo destino sería a la localidad de CANTAVIEJA, donde tras reponer fuerzas en un restaurante, se procedería a visita guiada a los puntos de interés de esta.

MIRAMBEL – Pequeña localidad que pertenece a la provincia de Teruel, en la Comunidad Autónoma de Aragón, Comarca del Maestrazgo; es un pequeño rincón lleno de encantos en cuyo término de proporciones ínfimas encontramos un sinfín de monumentos preciosos y un rico patrimonio. Sus orígenes son militares y medievales y siempre ha estado vinculada a las Órdenes: la del Santo Redentor y la del Temple. La intensa actividad política del XIX vivió en Mirambel alguno de los episodios Carlistas más notables. Tanto es así que Pío Baroja lo recuerda en su libro La venta de Mirambel.

En 1986 se rodaron varias escenas de la serie televisiva Clase Media, y en 1994 se rodó gran parte de la película de Ken Loach "Tierra y Libertad". Aquel rodaje revolucionó Mirambel, y llenó el pueblo de historias y anécdotas que todavía se recuerdan 25 años después. Incluso el pueblo ha celebrado esta efeméride intentando contar con la presencia de Loach, el cual finalmente no pudo asistir por una rotura de brazo. En 1996 se grabaron varias escenas de la película "En brazos de la mujer madura", de Manuel Lombardero.

Por parte del profesor Sanz Ferreruela, ayudado por una profesora acompañante, fueron efectuadas interesantes exposiciones en los puntos más representativos del rodaje.

El centro histórico del pueblo es un conjunto arquitectónico de gran importancia dentro de Aragón. Dado el recinto amurallado y la villa llena de historia, se conservan notables construcciones medievales por todo el centro de la localidad.

Como toda villa medieval que se precie, Mirambel conserva las MURALLAS que rodean todo el pueblo, e incluso algunas casas adosadas a ellas. Fueron levantadas siglos atrás por los caballeros templarios y todavía mantienen dos de las cinco torres en pie. Atravesamos el Portal de las Monjas, uno de los principales accesos a la ciudad.

Fuera de los muros de la ciudad se levantó en 1342 una ermita para la villa. No obstante, fue derribada en 1413 para construir una parte de muralla. Aun así, en 1564 se

volvieron a ceder terrenos para volver a levantar el lugar sagrado. Finalmente fueron las monjas Agustinas quienes tomaron posesión del CONVENTO. Hoy en día encontramos la iglesia de Santa Catalina Mártir, un recinto de proporciones regulares con rico ornamento junto al espacio conventual y una casa que antaño tuvo funciones de hospital.

Visitamos igualmente el edificio del AYUNTAMIENTO. Se terminó de construir en 1615 tras una larga obra de más de 70 años y consta de tres plantas con arcos de sillería, ventanales y una bella fachada con el escudo de la villa que muestran tiempos pasados de esplendor económico en el pueblo. Junto al mismo, la Casa de Aliaga y la Casa Catellot. Como los clásicos palacios renacentistas de Aragón, tienen una distribución típica, están ubicadas en la plaza Aliaga y muestran en sus fachadas el alto estatus social de sus propietarios en la época.

CANTAVIEJA – Capital de la Comarca del Maestrazgo, es una villa declarada Conjunto Histórico Artístico en 1981 por su interés monumental arquitectónico y su rico pasado histórico. Su antiguo casco urbano cuenta con una estructura medieval. Tras un espléndido ágape en el Restaurante Balfagón, iniciamos visita guiada.

Visitamos el Ayuntamiento y admiramos las amplias ventanas góticas que iluminan el interior del Salón de Plenos, el cual nos ofrece una preciosa techumbre, también de estilo gótico. En la fachada se observa el escudo de la villa y una leyenda en latín que supone toda una declaración de principios: "Esta casa odia la maldad, ama la paz, castiga los crímenes, conserva los derechos y honra a los honestos".

La Iglesia Parroquial de Nuestra Señora de la Asunción, sigue el modelo de la Basílica del Pilar y fue construida entre 1730 y 1745 por el arquitecto Antonio Nadal. La torre es anterior a la iglesia actual y fue construida en 1612 sobre la Calle Mayor. En el primer cuerpo la Torre se encuentra la maquinaria del reloj y unas empinadas escaleras permiten acceder a las plantas superiores que fueron viviendas del campanero. En la primera de las salas se ha recreado una curiosa antigua escuela de la demarcación con su mobiliario original. Tras una aventurera subida a la cúspide de la Torre, podemos disfrutar de unas espectaculares vistas de la localidad y entorno.

En la casa de los Osset, contemplamos una espectacular portada en piedra con las armas de la casa Osset, una de las más poderosas familias de la comarca.

La Iglesia de san Miguel fue construida en 1411, y es un excelente ejemplo del mejor arte gótico de la provincia, que se revela especialmente en el sepulcro de alabastro donde descansó el cuerpo de Gonzalo de Funes, Castellán de Amposta de la Orden de San Juan.

Finalizamos la visita, con un recorrido por la Muralla Aspillera y el Castillo Templario y Calvario. Cuando Jaime II dio orden de arrestar a los templarios de Cantavieja, el Castillo aguantó un largo asedio de ocho meses. El recinto se convirtió en calvario y hoy se puede recorrer hasta llegar a la Ermita del Santo Sepulcro de planta circular, que se levantó en el lugar donde hubo un torreón rectangular.

Miguel Hernández.
Curso 3º B – Vocal Visitas AMUEZ. Universidad de Zaragoza





amUez ASOCIACIÓN DE MAYORES DE LA UNIVERSIDAD DE LA EXPERIENCIA DE ZARAGOZA

CRÓNICA DE LA VISITA A LA CRIPTA DE SANTA ENGRACIA

El día 6 de febrero, los Amigos de los Museos acudimos masivamente (107 compañeros) a visitar la Cripta de Santa Engracia en el 200 aniversario de su reconstrucción, de la mano de nuestro profesor Don Antonio Mostalac, al que desde aquí quiero agradecer su generosa disposición para con nosotros. Fue una explicación magistral la que allí impartió, evocando toda su historia a través de los tiempos y la importancia que siempre ha tenido para nuestra ciudad

La actual iglesia de Sta. Engracia tiene su origen en el siglo IV, tras el Edicto de Milán. Es el lugar de enterramiento de Santa Engracia y otros mártires, asesinados en la persecución de Diocleciano por sus creencias religiosas. En este lugar, orientado hacia Jerusalén, eran bautizados los neófitos entre los siglos IV al VII. Mantiene la planta y la orientación de la iglesia primitiva. En su interior se guardan dos sarcófagos paleocristianos del siglo IV, de piedra y mármol, de talleres romanos. Una pequeña urna de piedra guarda los restos de Santa Engracia y su tío Lupercio. Y en un relicario regalo de Benedicto XIII se conserva su cráneo y el clavo que se lo atravesó en su martirio, así como las "Santas Masas", que son parte de los restos de los 18 cristianos que con ella fueron torturados.

Durante el periodo visigodo, en este lugar se continuó el culto cristiano. Permaneció como iglesia y fue centro de un barrio de población mozárabe de la Taifa de Saragusta, con el nombre de Iglesia de las Santas Masas. En ella estudió Eugenio de Toledo bajo el magisterio de San Braulio.

En 1.063 el obispo Paterno, por donación del rey Ramiro I donó la basílica al Obispo de Jaca, donación que fue ratificada igualmente después por Sancho Ramírez, y que siguió existiendo incluso en la conquista de la ciudad por Alfonso I en 1118 ...

En 1.087, ante la temida llegada de los almorávides, los zaragozanos esconden sus veneradas reliquias sagradas para evitar su saqueo en la cripta, donde fueron descubiertas en 1320.

En el siglo XIV cobra cada vez más relevancia, sobre todo, al descubrirse las reliquias y con el concurso del rey Juan II de Aragón, que, aquejado de cataratas, es

operado por el médico judío Abiatar, y encomienda su curación a Santa Engracia. Tras el éxito de esta promoción la construcción de un monasterio, que, a su muerte, construyó su hijo Fernando. Sobre el antiguo templo subterráneo se construye la iglesia gótica/mudéjar, de maravillosa portada plateresca, con claustros y biblioteca importantes. En la biblioteca trabajó Jerónimo Zurita, y era una de las más completas de Europa en su tiempo... Se llama para ocupar el Monasterio a la Orden de los Jerónimos, quienes se hicieron cargo de las reliquias de los mártires, aunque la propiedad de la iglesia seguía perteneciendo a Huesca...Y así fue hasta 1.956, en que fue devuelta su titularidad a Zaragoza. A esta iglesia del siglo XIV se le continúa denominando "Iglesia de las Masas", y se convierte en una de las más sobresalientes de la ciudad.

Llegamos a 1.808 y en la noche del 13 de agosto, los franceses, retirándose de la ciudad de Zaragoza, en venganza, minaron y volaron los edificios, destruyendo el Templo y los claustros, tras haber saqueado el edificio y sus tumbas, pinturas y relicarios, incluidos los estuches de las reliquias. En 1.811, las Cortes de Cádiz acordaron la reconstrucción del templo en agradecimiento reconocimiento de la Nación a Zaragoza. Se encomendó el proyecto a D. José Yarza, que lo comenzó en 1814, terminando en 1819. En esta fecha, una gran procesión integrada por clero, nobles y pueblo llegó a la Cripta donde quedaron depositadas las reliquias de las Santas Masas descubiertas en la obra, para su veneración y culto.

Santa Engracia fue declarada Patrona de Zaragoza por acuerdo municipal el 26 de Abril de 1480 y es Monumento Nacional desde 1882 y Basílica Menor desde el 27 de Octubre de 1991.

María Asunción Sánchez Abad
AMUEZ Universidad de Zaragoza



CAMINANDO CON AMULL. RUTA: RAMBLA DE CASTRO



El sábado, 18 de enero de 2020 acudimos 20 socios de AMULL (Asociación de alumnos y ex-alumnos del PUM de la Universidad de La Laguna) hasta La Rambla de Castro, espacio protegido situado en la costa del municipio de Los Realejos, al norte de Tenerife, que alberga un gran palmeral que se nutre de los abundantes nacientes de agua existentes en la zona. Entre sus palmeras se puede ver la casona de los Castro a los que les fue entregado este terreno en la repartición de tierras que tuvo lugar tras la conquista de la Isla y que da nombre a este paraje espectacular.

Fecha: Sábado 18/01/2020.

Comienzo de la caminata: 9:00 horas en el Mirador de San Pedro, en los Realejos.

Recorrido: 5 Km. (Ruta circular).

Desnivel acumulado: 150 metros.

Grado de dificultad: Bajo.

Recomendaciones: Botas de montaña, bastones, agua, algo para picar a mitad de la caminata, chubasquero, ropa de abrigo.

RECORRIDO:

- **Mirador San Pedro.** Autovía del Norte TF-5 en dirección Icod de los Vinos (kilómetro 41) a 200 metros sobre el nivel del mar.
- **Ermita de San Pedro Apóstol,** del S. XVII. La Rambla de Castro fue un lugar de gran riqueza. En el pasado perteneció a Don Hernando de Castro tras el reparto de tierras una vez finalizada la conquista castellana de la isla. El terreno se utilizó para el cultivo de azúcar y de la vid. Es un auténtico vergel de 46 hectáreas, formado por palmeras, dragos y otras plantas exóticas.
- **Mirador de la Punta del Guindastes.**
- **Casona de Los Castro.** Data del siglo XVI y era la vivienda de la familia propietaria de estos terrenos. Donde paramos para un tentempié. Poseen senderos con acceso a:
 - Playa de Castro y Playa de la Fajana.

- **Fortín San Fernando:** es una pequeña fortaleza defensiva del siglo XVII que conserva 3 cañones de los 5 originales que tuvo. Su misión era la defensa de los piratas que solían atacar esta zona de gran trasiego debido sobre todo al comercio de vinos de malvasía, muy apreciados por los ingleses. Se cuenta que el malvado corsario tinerfeño 'Cabeza de Perro' rondaba por esta costa llevando a cabo terribles fechorías. A los cinéfilos les encantará saber que sirvió de escenario para la 1ª versión de Moby Dick. Por desgracia, su estado de conservación no es muy bueno en la actualidad pero ahí sigue, resistiendo el paso del tiempo.
- **Barranco de Godínez.**
- **Playa de La Fajana.**
- **Casa de la Gordejuela, antiguo elevador de aguas:** El elevador de aguas o estación de bombeo de La Gordejuela fue construida entre 1904 y 1906 por la empresa Hamilton & Co., dedicada a la explotación y canalización de aguas. Es un edificio de 5 niveles, a una altura de 70 metros sobre el nivel del mar. Una máquina de vapor, que se alimentaba de carbón, elevaba el agua hasta un depósito de 9.000 metros cúbicos por una tubería de 2.000 metros de longitud. La extracción de agua permitió el desarrollo y la prosperidad de Los Realejos y del Valle de La Orotava. Sin duda, este es el edificio más deteriorado de toda la ruta del Sendero del Agua. Da pena ver en ruinas a este hito del patrimonio industrial de Canarias. Representa el lugar donde por primera vez se usó la máquina de vapor en la isla. El camino de regreso lo hicimos por el mismo sendero.
- **Cueva del Naciente de Madre del Agua** y un idílico estanque lleno de nenúfares.
- **Ermita y mirador de San Pedro.**

Reportaje de Luis F. López de Vergara Méndez Comunicación AMULL CLUB DE SENDERISMO AMULL. Organizan: Dorsi Hernández Saavedra, Presidenta del Club de Senderismo (Vicepresidenta de AMULL), José Luis Herrera Rodríguez, Vocal de Senderismo y Pedro Vargas Vargas, Coordinador de Senderismo. Universidad de La Laguna, Tenerife



VISITA EN SANTIAGO AL PORTICO DE LA GLORIA Y AL MONASTERIO DE SAN MARTIN PINARIO

El día 6 de marzo teníamos una nueva cita con ADAYEUS. Esta vez para visitar en Santiago el Pórtico de la Gloria y el Monasterio de San Martín Pinario. Ésta era una visita que teníamos en deuda con un numeroso grupo de asociados deseosos de empaparse de cultura y que, por fin, se llevó a cabo programada por la Vocalía correspondiente.

Ante todo decir que no fue fácil, pues queríamos que fueran las 110 personas anotadas. Se repartieron en cuatro grupos y el problema surgió cuando en el Monasterio se suprimió una de las cuatro visitas guiadas por lo que hubo que reubicar a las personas de un grupo y repartirlas entre los otros tres. Con buena voluntad y comprensión por parte de todos, casi me atrevo a afirmar que se cumplieron las expectativas de este viaje.

En el Monasterio benedictino de San Martín Pinario los guías demostraron gran profesionalidad y consiguieron que se nos hiciera corta la hora y media que duraba la visita. Este Monasterio es el segundo mas grande de España, solo superado por el Monasterio del Escorial. Impresiona el retablo barroco, obra del arquitecto de Casas Novoa y la sillería del coro de madera de nogal. Luego visita al Claustro y a la espectacular escalinata. En la actualidad este Monasterio funciona como Seminario Mayor, residencia de estudiantes y hospedería. Éste fue el lugar elegido para nuestra comida.

La otra visita programada y principal objetivo de nuestro viaje fue la del Pórtico de la Gloria. Las explicaciones del guía nos permitieron comprender esta maravilla románica del Maestro Mateo recién restaurada. Esta restauración hizo que, ocho siglos después, la policromía aflorara. Impresionante el percibir como podían estar esos colores ocultos en las esculturas. La visita fue muy bien explicada por el guía que nos hizo admirar cada uno de los tres tímpanos de los que consta el Pórtico y contemplar la expresividad de las figuras.

Luego un tiempo para tomar café, una cervecita o simplemente para pasear por Santiago antes de volver a casa.

De vuelta en el bus, era momento de recopilar anécdotas y de intercambiar fotos, todo con la satisfacción de haber cumplido objetivos.

Gracias a todos los participantes por vuestra comprensión. Con vuestra actitud nos animáis a seguir trabajando y programando nuevas actividades.

Fdo. Loli Domínguez



Aulas de Formación Aberta
Universidad de Vigo
Campus de Ourense

DE CELANOVA... AL CIELO

"La gente de Celanova es inteligente y civilizada, como demostró muchas veces. Gente de espíritu libre e irónica, su liberalismo le viene de muy lejos"

Manuel Curros Enríquez.

Si hay algo cierto en esta vida, es que lo bueno, lo mejor y lo más envidiable, es lo que tenemos más cerca. Casi siempre anhelamos conocer algo remoto como la mayor de las maravillas y cuando lo alcanzamos vemos que no era para tanto...

Una de esas maravillas que tenemos tan cerca, es Celanova, equivale al Vaticano Ourense, y aún es más, porque el tesoro de San Rosendo es el que se custodia en la Catedral de Ourense. Pero para los recelosos quisiera hacérselo ver narrando el increíble viaje que con mis compañeros de la Asociación de Aulas Abiertas del programa de Mayores de la Universidad de Vigo, campus de Ourense disfrutamos el pasado día 7 de marzo a Celanova.

El día abrió con algo de frío bajo una neblina primaveral casi veraniega que presagiaba un buen y apacible día como así sucedió. Nada más llegar, nos hicimos la primera foto de familia al lado de la fuente meiga que preside la plaza, enfrente de la iglesia dedicada a San Rosendo, y donde nos esperaba Paula Conde, la magnífica guía que nos acompañó en todo momento durante la visita de Celanova, Casa dos poetas, Monasterio de San Salvador y capilla de San Miguel. Lo primero que nos comentó, fue la leyenda de la fuente que según se cuenta, si bebes del caño que da al norte o bien te casas con alguien del lugar o "toleas", o sea, casi lo mismo. Lo cierto es que dicha fuente proviene del claustro reglar del monasterio que en tiempos de la "Desamortización", el alcalde de turno pensó que estaría más visible en la plaza, enfrente del monasterio de San Rosendo y aun

así bailó varias veces de ubicación, aunque en la misma plaza. Acto seguido, nos dispusimos a tomar el café de las 11 en el café del mismo nombre y allí fue donde recibimos la primera sorpresa del día. Las servilletas nos llamaron la atención porque en ellas estaban impresas frases interesantes de mujeres, promovidas por la CIM (centro de información da muller). Después nos dirigimos paseando por las bien cuidadas calles a la "Casa dos Poetas" ubicada en la casa en la que vivió Curros Enríquez, que además es la sede de la Fundación del mismo nombre, distante de la plaza a un poco más de un tiro de piedra.

LA CASA DE LOS POETAS

Llegamos a Casa dos poetas, situada al comienzo de una ligera cuesta, que al observarla, la hace más grandiosa, que aunque no es ostentosa, se muestra como una cuidada joya de la cultura y arquitectura rural. La bien cuidada disposición de las salas, dedicadas en mayor parte a la obra de Curros Enríquez, y otras a la obra de los grandes poetas originarios de Celanova que contribuyeron a engrandecer la cultura de Celanova, en las salas dedicadas a Celso Emilio Ferreiro, Castor Elices y Xosé Luis Méndez Ferrín. En ella podemos contemplar objetos y documentos vinculados a la obra de Curros Enríquez en una exposición permanente titulada "Na fronte unha estrela" organizada por la Real Academia Gallega. El resto del edificio dispone de dependencias destinadas a exposiciones temporales, presentación de libros, conferencias, pequeños actos culturales y una biblioteca para estudiosos e investigadores. Además allí



comenzamos una ruta poética leyendo distintas poesías de Celso Emilo Ferreiro que fueron leídas por distintos compañeros durante el recorrido a Celanova.

LA IGLESIA DE SAN SALVADOR

Al término, nos dirigimos al Monasterio de San Salvador, fundado por San Rosendo. De época medieval, sufrió las graves consecuencias de la citada "Desamortización", fue renovándose en los S XIX y XX, con acierto y armonía. La iglesia se comenzó en 1641 constituye con el monasterio, uno de los más importantes conjuntos monacales del barroco gallego, en el que participaron las más ilustres arquitectos gallegos.

La fachada de la Iglesia, en interior, las tres naves, las puertas del coro, el coro bajo, el retablo mayor obra de Francisco Castro Canseco, el retablo barroco del Santo Cristo, el retablo rococó de San Benito, el retablo de la Dolorosa y San Bernardo, el retablo de San Juan Bautista, el retablo-baldaquino del Ecce Homo, el retablo de San José de Calasanz, el retablo de Santa Catalina, el retablo rococó de San José, el retablo de San Rosendo, el retablo barroco de La Inmaculada, el Trascoro, la sacristía-archivo, la urna-relicario de San Torcuato, la torre, la excepcional cúpula obra de Pedro de Monteagudo, los alabastros del altar mayor, las arquetas relicarios, las puertas de la Sacristía, los bellísimos púlpitos, los sepulcros, la reja de la vía sacra... y mil detalles que el visitante observa con admiración en el interior de la iglesia, dan para una visita de varios días si se quiere observar con detalle la magnitud de tanta riqueza artística.

Sin embargo, y para los amantes de la música nos esperaba una gran sorpresa, la visita al coro alto con su hermosísima sillería coral, con el facistol en medio de la sala y el órgano rococó de finales del S XVIII. Allí nos esperaba M^a José Mosquera, una de las 6 mujeres encargadas de la enseñanza musical de la comarca y por supuesto una organista de primer nivel y mejor persona, vamos todo un lujo. Tras una completa descripción de las partes principales y funcionamiento del órgano y



detalles de su reciente restauración, deleitó con obras de Bruns, Carlos Seixas, la "Negra Sombra" de Rosalía de Castro a la que Juan Montes puso música, Pascual Veiga (el autor de la música del Himno de Galicia) interpretando su famosa "Alborada" y por último la obligada "Tocata y fuga en re menor" de Juan Sebastián Bach, que interpretó magistralmente. Con muchas ganas de volver, abandonamos el coro para retomar la visita al conjunto monumental.

LA CAPILLA DE SAN MIGUEL

La joya de Celanova es la capilla de San Miguel, uno de los más importantes y escasísimos monumentos españoles del S X, salvada por ser una reliquia de San Rosendo. Se trata de la iglesia mozárabe de menor tamaño. Éste pequeño oratorio de 8,50 X 3,85 de planta y 6 metros de altura fue edificado en el huerto del monasterio de Celanova por San Rosendo de Dumio en memoria de su hermano Froila, fundador del mismo.

EL MONASTERIO

Del monasterio de San Salvador hay que destacar entre otras maravillas el Claustro Reglar, quemerece una visita por separado dada la magnificencia y calidad artística de su factura, fruto de varias remodelaciones iniciadas hacia 1550 hasta bien avanzado el S XVIII en que fray Plácido Iglesias hará una curiosa reforma de una mezcla de estilos de acertado resultado. Describir tanta belleza es, como en el caso de la iglesia algo materialmente imposible.

Aunque es de visita obligada la visita el claustro nuevo o "do Poleiro", la escalera de honor, el refectorio, la cocina con su bóveda y pilastras barrocas la botica y la biblioteca, quedo pendiente de visita por falta de tiempo.

Después de tamaña ración de arte nos dirigimos a reponer fuerzas al "mesón vieira", un sencillito pero encantador restaurante que previamente Celso Pumar, nuestro meticuloso presidente, había contratado con anteriori-



dad al planificar con maestría tan precisa y organizada visita a Celanova.

Tras una muy bien elaborada comida de tres platos, postre y café nos recogió de nuevo el autobús para dirigirnos a la última de las visitas.

VILANOVA DOS INFANTES

Hablar de Vilanova dos Infantes, es hablar de cultura e historia por los 4 costados. Aunque se supone que data de la época "castrexa", lo cierto es que ya había documentos fechados en el S XII que dan fe de la torre y la villa amurallada. Vilanova es la villa familiar de San Rosendo, en donde su madre Ilduara funda un monasterio femenino, y en el que se educarán dos hijas de Alfonso IX, de ahí proviene el nombre "das infantas". A mediados del S XV, las "Revueltas Hirmandiñas" destruyeron el palacio y las torres quedaron seriamente dañadas, procediéndose casi inmediatamente a la reconstrucción de la Torre del Homenaje que hoy contemplamos. En la visita a la Torre del Homenaje podemos recrear toda la historia de Vilanova dos Infantes y su entorno, además de gozar de una magnífica vista desde lo más alto de la torre desde la que se divide un espectacular paisaje. También en la Torre podemos contemplar una réplica de "A Virxe do Cristal", cuya imagen original fuera robada al cura párroco que fue asesinado durante el robo, y que presidía el santuario que dista unos 300 metros del lugar.

EL CASINO Y LA CUEVA DE SAN VIVIÁN

**"Esta noite en Vilanova
Ésta noite de Fuliada;
que así o dispuxo o Concello
i o señor Abade o manda."
Manuel Curros Enríquez**

Vilanova dos Infantes es un pueblo cuyos habitantes son amantes de las fiestas y tradiciones cuyo devenir

está plagado de leyendas. Son dos las más importantes por su singularidad y proyección social. La primera es la fiesta de AS MARZAS que se celebra el 1 de marzo en que celebran el aniversario de la muerte de San Rosendo. Además de llegar a ser un importante mercado de ropa, la parte lúdica se celebra en El Casino Recreo con grandes partidas de naipes en la que sólo participan mujeres. La otra es la ROMERÍA ETNOGRÁFICA RAIGAME, que se celebra el día 17 de mayo, día de las letras Gallegas, en conmemoración con la fecha de la muerte de Rosalía de Castro. En ése día la localidad se llena de gente, hay talleres artesanales al aire libre, exposición de artesanía, exhibición de folclore y mil actos culturales más.

La excursión culmina con la visita al centro etnográfico dos "zapateiros" y a la "cova de San Vivián". Situada más abajo de la Torre se encuentra en una casa habilitada el museo dedicado a los zapateros, oficio que hace tiempo era el que ocupaba a la mayor parte de la población, llegando a convivir más de 150 zapateros. Allí también podemos observar la foto del hombre más alto de España en aquellos tiempos y probablemente del mundo con sus 2,45 metros. Pero la sorpresa está en el subsuelo del museo. Allí se encuentra la enigmática cueva de San Vivián excavada en roca viva, que si bien se utilizó de bodega, pudo utilizarse en tiempos como sinagoga judía.

Allí terminó una jornada que todos prometimos repetir y porque el hechizo de la fuente monacal, hizo efecto aunque no bebimos...

**"Fai un tempo tiven un sonho
que máis ben foi un lembrar,
pois os sonhos moitas veces
veñen da realidade."
Celso Emilio Ferreiro**

Miguel Ángel Martínez Coello
Responsable de comunicación y prensa de FEGAUS

yo me quedo en casa



#MayoresActivosEnCasa

PROGRAMACIÓN

CAUMAS.CANALSENIOR.ES

Desde Caumas estamos promoviendo la iniciativa **#MayoresActivosEnCasa** con el objetivo de contribuir a que las personas mayores, o cualquier otro sector de la ciudadanía, aproveche la situación de confinamiento y pueda sobrellevar de forma más amena el día a día e ir mejorando en conocimientos, sacando partido a las TICs.

Para ello, ofrecemos una serie de ponencias online, onlive y un repositorio sobre variados temas de actualidad.

Como no son posibles las actividades presenciales, es el momento de utilizar las TICs e internet, y desde la plataforma web: <https://caumas.canalsenior.es/>, se ofrecerá la posibilidad de participar en variedad de charlas gratuitas, abarcando distintas temáticas.

Esta iniciativa, que se ofrece de manera totalmente gratuita, está abierta a la participación de todas aquellas entidades públicas o privadas, así como personas individuales, que tengan algo que aportar y quieran ayudar, para dar cobertura a cuanto más gente mejor.

#MayoresActivosEnCasa está abierta para su colaboración en todos los ámbitos, desde el apoyo en la comunicación y difusión por correo electrónico, WhatsApp y/o entre las redes sociales y contactos potencialmente interesados, informando de las conferencias; como también sugerir e invitar a ponentes cualificados en cualquier materia que pueda ser de interés, o implicando a otras entidades, ya sean: Universidades, Fundaciones, Museos, etc. **#YoMeQuedoEnCasa**, esperando y deseando que pronto volvamos a abrazarnos.



COMUNICACIÓN PARA TODOS. APRENDE A COMUNICARTE Y RELACIONATE MEJOR

Lunes 6 de abril. De 10:30 a 11:30 h

Aprende claves y técnicas de comunicación para disfrutar de tus relaciones y hacerlas más enriquecedoras y sólidas de la mano de un experto en comunicación.

VELÁZQUEZ. SEVILLA: LA CIUDAD QUE VIO NACER AL ARTISTA

Lunes 6 de abril. De 16:30 a 17:30 h

Conoce con José Manuel Ortega, Doctor en Historia del Arte, las pinturas del artista sevillano y trasládalo a la sociedad del Siglo de Oro

Con la colaboración de:



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcalá



VISIÓN MÉDICA DEL CORONAVIRUS

Martes 7 de abril. De 10:30 a 11:30 h

Hablaremos con el Doctor Francisco Javier Iriarte que nos explicará con detalle todo lo que gira en torno al coronavirus: de dónde viene, cómo se propaga, cómo se puede prevenir, etc.

Con la colaboración de:



DE MADRID AL CIELO: VELÁZQUEZ PINTOR DEL REY

Martes 7 de abril. De 16:30 a 17:30 h

Velázquez fue pintor de reyes y cortesanos, de ricos y pobres, de lo divino y de lo terrenal. Viajemos juntos al corazón del siglo XVII.

Con la colaboración de:



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcalá



WHATSAPP #YoMeQuedoEnCasa PERO CONECTADO CON FAMILIARES Y AMIGOS

Miércoles 8 de abril. De 10:30 a 11:30 h

Estar conectado con la familia y amigos se ha convertido en una necesidad básica. Aprende paso a paso cómo hacer vídeo llamadas con tus contactos para verlas y hablar con ellos desde tu hogar.



VELÁZQUEZ. LA DÉCADA DE LOS AÑOS 30 Y 40: RETRATANDO LA CORTE DE FELIPE IV

Miércoles 8 de abril. De 16:30 a 17:30 h

Nos centraremos en el primer viaje a Italia de Velázquez, de los retratos de Baltasar Carlos y algunos apuntes sobre las pinturas para El Buen Retiro.

Con la colaboración de:



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcalá

PROYECTO RADIO FEGAUS. LA RADIO DE LA EXPERIENCIA

Jueves 9 de abril. De 10:30 a 11:30 h

Descubre la iniciativa de la RadioSénior que contribuye a la formación y la transformación de los adultos mayores en agentes activos de la comunicación.

Con la colaboración de:



ARTE PREHISTÓRICO Y ARTE ANTIGUO. DE ATAPUERCA A LA HISPANIA ROMANA

Lunes 13 de abril. De 10:30 a 11:30 h

En esta sesión trataremos el inicio de las manifestaciones artísticas ligadas a los primeros grupos de pobladores de la Península Ibérica, analizaremos la evolución del arte conforme al desarrollo de las primeras comunidades importantes.



PARA QUÉ SIRVE EL RECICLAJE

Lunes 13 de abril. De 17:00 a 18:00 h

Súmate al reto del reciclaje conociendo cuáles son los beneficios medioambientales de una acción tan sencilla como la separación de los envases, cartones, vidrios, etc. y facilitar así su posterior reciclaje.



ARTE MEDIEVAL EN ESPAÑA: LA GESTACIÓN DE LA CULTURA OCCIDENTAL (S.-V-XV)

Martes 14 de abril. De 10:30 a 11:30 h

Repasaremos los principales estilos y monumentos más representativos del arte medieval español. Un viaje al pasado conociendo el arte románico y musulmán.



¿NO ME MANDES BULOS!

Martes 14 de abril. De 17:00 a 18:00 h

¿Has oído hablar de las "fakenews"? Las noticias falsas se han convertido en una herramienta útil para desinformarnos. Veremos que detrás de una noticia falsa pueden esconderse varios fines.



Fundación
iberCaja

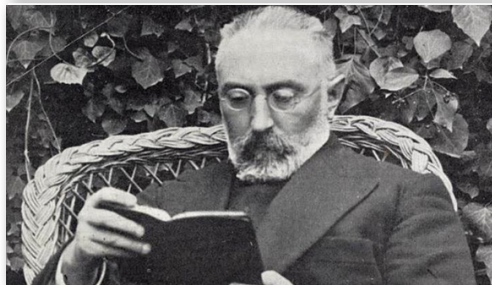


ARQUITECTOS, PINTORES Y ESCULTORES DEL RENACIMIENTO Y EL BARROCO ESPAÑOL

Miércoles 15 de abril. De 10:30 a 11:30 h



Durante los siglos XVI y XVII, España fue uno de los más referentes internacional a nivel político y artístico. Descubre las influencias italianas en los pintores y arquitectos renacentistas españoles y el esplendor del arte barroco español.



PARA ENTENDER A UNAMUNO, HOY

Miércoles 15 de abril. De 16:30 a 17:30 h

A Miguel de Unamuno se le ha intentado ocultar durante décadas después de su muerte. Conoce su obra como filósofo, ensayista, poeta, novelista, político, dramaturgo, comentarista y más.

Con la colaboración de:



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcadá

EL ARTE DE LOS SIGLOS XIX Y XX : LA ÉPOCA DE LAS GRANDES TRANSFORMACIONES

Jueves 16 de abril. De 10:30 a 11:30 h

Nos detendremos en los movimientos que dieron paso a las primeras vanguardias, pintores románticos, impresionistas, u otros inclasificables como Goya, Sorolla o Fortuny. Presentaremos la arquitectura moderna en España, con arquitectos de la talla de Gaudí o Antonio Palacios y artistas como Picasso, Miró o Chillida.



ESTRATEGIAS DE SALUD EMOCIONAL EN ESTADOS DE CONFINAMIENTO Y AISLAMIENTO SOCIAL

Jueves 16 de abril. De 12:00 a 13:00 h



Salud y bienestar
Salud y Persona
Fundación

Las noticias acerca del coronavirus, junto con las restricciones del estado de alarma decretado por el gobierno, pueden provocar miedo y frustración. Aprende cómo gestionar tus emociones en estos momentos.

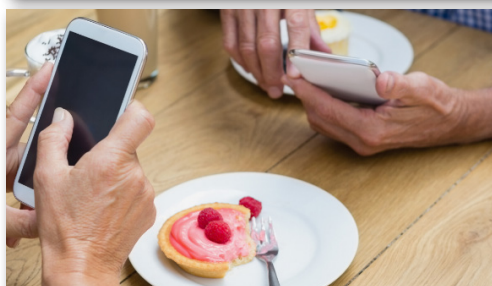
CONFLICTOS, GUERRA Y DESTIERROS EN UNAMUNO Y SU OBRA

Jueves 16 de abril. De 16:30 a 17:30 h



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcadá

La guerra y destierros influyen en Unamuno y su obra, desde la creación filosófica a la repercusión en su obra literaria. Desde una perspectiva personal, no dudó en enfrentarse al Rey Alfonso XIII, al Dictador General Primo de Rivera y a la República de Azaña.



FUNCIONAMIENTO DE TELÉFONOS MÓVILES

Viernes 17 de abril. De 10:30 a 11:30 h



En este seminario veremos cuáles son los usos básicos y cómo podemos realizarlos rápidamente en nuestro dispositivo para poder hacer un uso más provechoso y cómodo del mismo

EL DEFENSOR DEL PUEBLO Y LA TUTELA DE LOS DERECHOS FUNDAMENTALES

Viernes 17 de abril. De 12:00 a 13:00 h



DEFENSOR
DEL PUEBLO

El Defensor del Pueblo es el Alto Comisionado de las Cortes Generales encargado de defender los derechos fundamentales y las libertades públicas de los ciudadanos. Participa y resuelve tus dudas.



BIBLIOTECA SÉNIOR CAUMAS

TRABAJOS DESTACADOS

VIDA Y OBRA DE UN GENIO DIGNO DE RECORDAR



Autor: Alconada Martín Felipe

Universidad: Universidad de Vigo

Campus Universitario: Campus de Vigo

Tema: Tecnología

Descripción:

Estudió en la Escuela de Ingenieros de Caminos, Canales y Puertos de Madrid, siendo considerado el mejor alumno de su promoción, recibiendo el premio Escalona. Posteriormente estudió Derecho en la Facultad de la Universidad Central. Aprendió 5 idiomas: árabe, ruso, italiano, francés y alemán Artículo: FERNANDO GALLEGO HERRERA

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/vida-y-obra-de-un-genio-digno-de-recordar/>

EL BALCÓN EN INVIERNO



Autor: Víctor Rufino Núñez

Universidad: Universidad de La Laguna

Campus Universitario: Universidad de La Laguna

Tema: Literatura

Descripción:

El autor del trabajo comenta algunos pasajes de la obra de Luis Landero "El balcón en invierno". Este libro es la narración emocionante de su infancia en una familia de labradores de Extremadura. El autor del trabajo incorpora sus propios comentarios similares, que recogen anécdotas, hechos...

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/el-balcon-en-invierno/>



FEDERACIONES Y ASOCIACIONES



FEGAUS

FEDERACIÓN GALEGA
DE ASOCIACIONES
UNIVERSITARIAS SÉNIORS



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



ASSAXAUM

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



AUMA

ASOCIACIÓN
UNIVERSITARIA DE
MAYORES
DE ASTURIAS



AUCTEMCOL

ASOCIACIÓN DE
ALUMNOS DE LA
UNIVERSIDAD CARLOS
III DE COLMENAREJO



UEXPA

ASOCIACIÓN ALUMNOS
Y EXALUMNOS DE LA
UNIVERSIDAD DE LA
EXPERIENCIA PALENCIA



ALMUCAT

UNIVERSIDAD
CARLOS III
GETAFE

SIEMPRE HAY TIEMPO PARA IR A LA UNIVERSIDAD



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