





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

SUMARIO

D I C I E M B R E

2 0 2 0

EDITORIAL

04 Olvidar, ¡nunca! 2020 un año para recordar

ENTREVISTA

05 D. Luís Alberto Barriga Martín
Director general del Imerso

OPINIÓN

- 08 Miguel Ángel Martínez Coello · Las cosas como son.
- 09 Dr. Bartolomé Freire · El sentimiento de integridad personal en la jubilación
- 10 Rafael Reche Silva · La solidaridad crece día a día en los universitarios mayores.
- 11 Remedios Seijo · La mascarilla. Aprender a leer la mirada.
- 12 Carlos Lloréns · El recuerdo. El valor efectivo/emocional.

NOTICIAS

- 13 El 31 de octubre se celebra el Día Internacional de las Ciudades.
- 14 Conclusiones del Consejo de la UE sobre digitalización y los derechos de los mayores.
- 16 CEOMA · Audiencia Real a la Junta Directiva de CEOMA.
- 18 Programa V Conferência Internacional Científica de Projectos Educativos para Seniores.
- 19 FEGAUS · Los nuevos retos de la generación "Baby Boom".
- 20 CAUMAS · V Conferencia Internacional Científica de Proyectos Educativos para Sêniors RIP +50.

COLABORACIONES

- 23 José Antonio Caride · Ningún virus es pedagógico.
- 24 Rafael Reche Silva · El nuevo baile.
- 25 Carmen Camargo · Crónica de un paréntesis en la pandemia.
- 26 José Luis Salas Oliván · Las pasarelas de Alquézar.

ASOCIACIONES

- 28 AEPUMA · Versos de carretera y otros átropos (2ª parte)
- 33 AMULL · Nombramientos Socios de Honor.
- 34 AMULL · Homenaje a Olimpo Mateos Guerrero.
- 36 AUDEMAC · La trampa de la nostalgia.
- 38 ALUMA · Los universitarios mayores de Granada convertidos en artistas.
- 40 AUCTEMCOL · Día de la eliminación de la violencia contra la mujer.
- 40 AUCTEMCOL · Taller de música.
- 41 FEGAUS · Radio FEGAUS.
- 42 AULEXNA · La lectura como espacio de encuentro.
- 43 ALUMA · Caminando por Granada y sus contornos.
- 45 AUDEMA · Presentación de los talleres online.





revista digital
Séniors Universitarios

Nº 33

Diciembre 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

El material (textos, fotografías...) que se publica en la Revista es facilitado por las personas que lo firman, y son ellas las responsables del contenido de sus trabajos

CAUMAS

EDITORIAL

Olvidar, ¡nunca! 2020 un año para recordar

Finaliza el año 2020, un año maldito, en el que hemos vivido una pesadilla que, lamentablemente, todavía continuará en el 2021, porque la pandemia no pasa la hoja del calendario, se mantiene aferrada a nuestra salud.

Parece ser que se ve luz al final del túnel, un pequeño resquicio luminoso que debemos vigilar y no perder de vista para no adentrarnos, de nuevo, en la oscuridad de la pandemia descontrolada con millones de muertos. Según los datos de la OMS, en diciembre de 2020, en el mundo han muerto un millón ochocientos mil personas; lo cual nos hace pensar que han sido muchos más muertos, pues hay que sumar a todas esas personas invisibles, que no están registradas, que son inexistentes para las estadísticas.

No será el año 2020 un año para olvidar, ha sido demasiado atroz, nos ha golpeado brutalmente, nos ha pillado por sorpresa desestabilizando el débil equilibrio que hemos creado en nuestra sociedad.

Por eso debemos recordarlo como el año en que la humanidad padeció las consecuencias de mirar solamente su ombligo y actuar como parte de un planeta en el que los intereses humanos prevalecen a costa de los demás componentes que dan vida a la Tierra, sin pensar en la necesaria simbiosis con el entorno.

Debemos recordar que nos necesitamos mutuamente, que nuestros actos se pueden volver contra nosotros, ensañándose siempre con los más débiles, con los desprotegidos.

Un año para recordar la evidencia de las desigualdades que se han manifestado con la pandemia.

Para recordar que todo es posible, que somos vulnerables que, algo tan diminuto y ajeno como un virus, cambió nuestro presente y nuestro futuro.

Para recordar que lo común, lo colectivo, es más importante que lo individual.

Para recordar que -los científicos- la ciencia lo predijo y que, poniendo los medios necesarios, se fabricó la vacuna que podrá protegernos, realizando su desarrollo en un plazo de tiempo inimaginablemente corto en circunstancias "normales".

Para recordar que la ciencia necesita más medios, que es prioritaria la inversión en investigación.

Para recordar el valor de las pequeñas cosas, de los abrazos, de los momentos en compañía.

Para recordar a los que se han ido, a aquellos que han sufrido y sufren la covid-19, a los que no están y a los que quedan con secuelas irreversibles.

Por todo ello, no debemos olvidar el año 2020, para no repetir los mismos errores y para recordar aquel leve -efímero- instante en que sentimos la solidaridad; eso sucedió cuando estábamos muy, muy asustados.

Diciembre 2020



Entrevista a D. Luís Alberto Barriga Martín

Director general del Imserso

Entrevista a D. Luís Alberto Barriga Martín, (Torrelavega, Cantabria, 1966) director general del Imserso.

Diplomado en Trabajo Social por la Universidad de Valladolid. Grado en Trabajo Social por la Universidad Internacional de La Rioja. Máster en Intervención Social en las sociedades del conocimiento por la Universidad Internacional de La Rioja. Máster en Consultoría de procesos de desarrollo de las organizaciones por la Universidad de Valladolid.

Funcionario de carrera de la administración local (Diputación Provincial de Valladolid) como técnico de Programas de Bienestar Social, dedicado al diseño y seguimiento de diversos programas de servicios sociales; en 2013 se incorpora a la Gerencia de Servicios Sociales de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León donde actualmente presta sus servicios como Técnico de la Dirección General de personas mayores, personas con discapacidad y atención a la dependencia.

Socio fundador (1994-actualidad) y responsable de estudios de la Asociación Estatal de Directores y Gerentes de Servicios Sociales y del Observatorio Estatal de la Dependencia. Coautor de sus informes y dictámenes periódicos (Informe Índice DEC de desarrollo de los Servicios Sociales en España: Informe sobre el estado Social de la Nación y Dictámenes del Observatorio Estatal de la Dependencia).

Muchas gracias por atender nuestra petición y responder a nuestras preguntas

En CAUMAS representamos al colectivo de personas mayores que están matriculadas en los distintos Programas Universitarios de Mayores (PUM) de la universidades públicas y privadas del Estado español, por lo tanto, reconociendo el gravísimo problema de las personas mayores que viven y son asistidas en residencias, no vamos a entrar en esta entrevista en ese territorio, del que no somos profesionales, aunque como ciudadanos nos preocupa y estamos muy bien informados.

Desde la creación del Imserso, hace 30 años, para fomentar el envejecimiento activo, el perfil de las personas mayores ha cambiado rotundamente, ahora entendemos el envejecimiento activo como un derecho a permanecer activos en la sociedad, no solo como una opción de ocio ¿lo entiende así el Imserso?

La pandemia ha golpeado a todos los sectores y al colectivo de mayores universitarios lo ha noqueado; se han suspendido la inmensa mayoría de los PUM, dejando sin la principal actividad intelectual y social a miles de personas mayores, abocándolas a una soledad no deseada y difícil de superar, ya que sus hábitos de estudio y relaciones sociales están en la universidad.

¿Son conscientes desde el Imserso de este abandono institucional?

La pandemia derivada de la COVID ha tenido unas consecuencias que hace poco más de un año resultaban del todo impensables. Ha tenido una dimensión no solo estrictamente sanitaria directa, sino que ha afectado a la gran mayoría de los sectores de nuestra

vida cotidiana. Desde el Imserso somos plenamente conscientes de este impacto y además nos estamos esforzando por monitorizarlo, analizarlo y ponerlo en el foco de atención si bien esto es muy difícil en estas circunstancias. Respecto al parón en la actividad universitaria el esfuerzo actualmente debe centrarse -igual que para la enseñanza "formal"- en procurar otras metodologías de enseñanza y debate en línea que den continuidad a la actividad con seguridad.

Algunas universidades (muy pocas) mantienen el PUM con enseñanza presencial (como la de estudiantes de grado), la excusa de muchas de las universidades que han suprimido el programa es la falta de financiación, por el coste que supone cumplir las medidas sanitarias para mantener la formación continua de las personas mayores en una situación tan difícil como es esta de pandemia, ¿no le correspondería al Imserso valorar este déficit presupuestario para ampliar su participación en los PUM?

Obviamente tales decisiones corresponden a las universidades. Por otra parte es cierto que nadie podía ni puede aún estimar la duración que puedan tener las

circunstancias que dificultan o encarecen las actividades presenciales con elevado número de personas. Es correcto pensar que de mantenerse la situación de restricciones habría que pensar en alguna forma de colaborar en la preservación de los PUM buscando fórmulas combinadas (presencial y no presencial) habida cuenta sus evidentes beneficios. Pero esa colaboración no compete solo al IMSERSO sino al conjunto de administraciones.

Desde CAUMAS, ante la escasez de respuestas a las demandas de formación de las personas mayores, hemos abierto una plataforma digital con oferta online de cursos en directo y/o en vídeo para seguir manteniendo la formación de personas mayores que han quedado aisladas de sus universidades, cuyo principal soporte económico es la subvención del Imserso, pero ¿cómo ve la posibilidad de una colaboración más implícita entre las instituciones implicadas, Universidad-Imserso, para ampliar esta oferta y dar una cobertura universal de acceso al conocimiento para las personas mayores?

El Imserso, como organismo público, lleva acabo toda una serie de proyectos y programas acordes a su finalidad y objetivos, siempre con pleno respeto al marco competencial en que nos encontramos enmarcados. Ampliar los ámbitos de actuación del Instituto se debe hacer siempre contando con el respaldo necesario, tanto a nivel normativo como financiero. Los presupuestos del Imserso vienen, en todo caso, asociados siempre a una finalidad que debe estar previamente establecida. En el caso de los programas Universitarios de Mayores, afortunadamente existe ya un marco de colaboración que podría ser objeto de algún desarrollo específico.

La falta de consultas a las asociaciones de mayores, a la hora de decidir actuaciones que afectan directamente a las personas mayores, parece que se va superando y poco a poco son consultadas, como los debates sobre la soledad no deseada, sobre enfermedades asociadas a la edad y otros temas, pero en el Pacto de Toledo han decidido y ni se han preocupado por saber que piensan las personas mayores ¿Cómo podremos vencer esa inercia de la política que nos hace invisibles en temas tan importantes para nosotros?

Es muy cierto que uno de los factores asociados a la discriminación por razones de edad presente en nuestra sociedad es precisamente la exclusión en la toma de decisiones importantes sobre los aspectos que afectan directamente a las personas mayores. Si esta forma de edadismo ya existía, en los tiempos de pandemia hemos visto cómo se hacía mucho más patente. Bajo mi punto de vista este es precisamente un momento en el que los poderes públicos debemos ser conscientes de que ya no es soportable esta discriminación y que se han de realizar reformas profundas en los modos de actuar, en las normas que regulen la participación y en luchar contra la invisibilidad a que se somete a las personas de edad.

Esto es algo sobre lo que nos están alertando insisten-

temente organismos internacionales como Naciones Unidas, o más cercanos como el Defensor del Pueblo. En las Cortes (en concreto en el Senado) se ha creado una Comisión de estudio de la situación de los mayores y uno de los mensajes que trasladará allí el Imserso es precisamente la necesidad de revisión de los cauces de participación real del colectivo en todo que lo que le afecte. Bien es cierto que esta especial situación en que nos encontramos ha supuesto que los cauces habituales de comunicación y colaboración no hayan sido tan fluidos como en ejercicios anteriores. Algo que debemos corregir.

Desde el Estado de alarma, que quedó todo paralizado, no hemos sabido nada del Consejo Estatal de Personas Mayores ¿en qué punto está su renovación?

Precisamente, la situación del Consejo Estatal de Personas mayores es un buen ejemplo de los efectos perniciosos que ha tenido la pandemia, en relación con los mecanismos existentes que permitan la participación de las personas mayores. Como se anunció en su última sesión, en el mes de enero se publicó la correspondiente orden para la renovación del Consejo (que ya iba con un año de retraso), y por parte de las asociaciones y entidades se recibieron las correspondientes solicitudes para participar en el proceso, si bien el Estado de Alarma supuso interrumpir el proceso justo cuando se debían de haber remitido determinadas peticiones de subsanación de ciertos errores advertidos en algunas solicitudes presentadas.

En todo caso, y mediante los medios telemáticos de los que disponemos, estamos retomando este proceso de renovación, siendo conscientes siempre de que la imposibilidad de mantener reuniones presenciales puede añadir una mayor complejidad al trabajo que deberá acometer la Comisión de Valoración que se deberá nombrar para acometer el proceso de valoración de las solicitudes presentadas. El pasado día 30 de diciembre se remitió ya un correo a las entidades que habían presentado su solicitud, en orden a comunicar que se retomaría el proceso de renovación en el punto en que se había quedado.

La extraordinaria situación derivada de la pandemia provocada por la Covid-19 ha supuesto la alteración e incluso la interrupción de algunos de los proyectos más representativos del Imserso. Buen ejemplo de ello ha sido la suspensión del programa de Turismo Social para la temporada 2020/2021. En vistas de este nuevo escenario, ¿se ha planteado el IMSERSO una nueva definición del programa, más en consonancia con el actual perfil de las personas mayores, y que se abra a otras tipologías de viajes relacionado con otros ámbitos, tales como la educación, la naturaleza o el deporte, entre otros?

Por nuestra parte, y en relación con la definición del propio programa, ya hemos iniciado –no sin dificultad– un proceso de participación que nos ayude a mejorar la oferta que en efecto debe hacerse más plural y actualizada. En ese sentido, el pasado día 22 de diciembre se llevó a cabo una reunión en la que

participaron las principales asociaciones de personas mayores, donde se planteó este proceso de rediseño del programa. Y se les invitó a realizar las aportaciones y observaciones que estimen pertinentes, con el objetivo de mejorar el programa. Desde ahí ya estamos trabajando en preparar el programa para su reapertura en cuanto nos lo permita la pandemia –como ya se manifestó en la reunión del 22 de diciembre– es el momento para abrir otros enfoques.

La demanda de colaboración Imserso-Universidad para financiar los programas “Erasmus Senior”, es decir, intercambios entre universitarios mayores, está estancada, en punto muerto, ya ha pasado por cuatro de sus predecesores y predecesoras en la DG del Imserso, ahora, aprovechando la reestructuración de los viajes del Imserso ¿hay alguna posibilidad de incluir los viajes de intercambio de universitarios sénior con un proyecto y presupuesto propio?

El programa de Turismo del Imserso ha tenido desde su inicio, en el año 1986, un claro carácter social, que esperemos no se pierda nunca. Como comentaba antes, toca ahora llevar a cabo una redefinición del contenido del programa para adaptarlo a la esta nueva realidad, lo que incluye ampliar la tipología de los viajes del programa, considerando tipologías de actividades y viajes de otra naturaleza, pero sin perder ese componente social característico del programa. En todo caso, turismo y termalismo se configuran como prestaciones complementarias de seguridad social y cualquier modificación es compleja. No obstante el desarrollo de una actividad de intercambio podría constituir per se una actuación no necesariamente ligada a dichos programas.

El Imserso es el Instituto de Mayores y Servicios Sociales. A nuestro entender es algo absolutamente injustificable atender las propuestas en beneficio de colectivos jóvenes, para utilizar los fondos de los viajes que no se han realizado ¿cómo se va a actuar sobre esta cuestión?

Precisamente, y a pesar de algunas propuestas que se han podido realizar en este sentido en prensa por parte de agentes del sector turístico, el Imserso siempre ha manifestado que estos programas no son en absoluto susceptibles de cambiar en su finalidad y destinatarios. La preservación de los programas de turismo y termalismo para personas mayores como colectivo destinatario está asegurada.

Desde fuera, es decir, sin contacto personal ni actividades presenciales, es muy difícil apreciar todo lo que se está trabajando desde el Imserso en la pandemia, ¿Cuáles son sus principales actividades?

La pandemia ha afectado a las estructuras y a la organización de trabajo, tanto del Imserso como del resto de organismos públicos, así como de las propias entidades privadas. En todo caso, en la parte relativa al Imserso, estamos más que satisfechos con los trabajos que hemos podido desarrollar en unos momentos difícilísimos.

Bien es cierto que la ciudadanía, al identificar en gran medida la actividad del Imserso con los programas de Trismo y Termalismo social pueda tener una percepción que le lleve a pensar que se han “parado máquinas” en Imserso, cuando en realidad se ha continuado trabajando en proyectos clave y en circunstancias también muy complicadas para los propios funcionarios. El Imserso dispone de una veintena de centros, algunos con atención directa a más de mil personas en sectores variados como discapacidad, mayores, Alzheimer, daño cerebral, enfermedad mental...

Nuestra atención residencial o de día no ha sido ajena a la amenaza de la enfermedad provocada por el virus SARS CoV-2 y la lucha de nuestro personal por atender y preservar la salud de nuestros usuarios ha sido denodada y aún continúa. En mitad de la pandemia, por otra parte se han liderado trabajos importantísimos con el conjunto de las Comunidades Autónomas para investigar y conseguir que el ataque sufrido por las residencias y otros servicios sociales se mitigase con conocimiento sobre las mejores estrategias compartidas en el Consejo Territorial. Se han seguido gestionando las pensiones no contributivas y se han iniciado trabajos de mejora de los ritmos de las mismas.

Se ha participado en la primera línea del diseño de un Plan de Choque para la Dependencia en España que se selló felizmente con amplio consenso el día 15 de enero y que aportará la mayor inversión de la historia en los servicios sociales de cuidados a las personas. Lo mismo cabe decir en cuanto a recabar importantes fondos europeos cuyo destino será mejorar ese ámbito de los cuidados. Se han mantenido y ampliado los programas de subvenciones. Es decir, en realidad lo único que no se ha realizado en su totalidad programada ha sido lo referido al turismo y termalismo. Hemos mantenido el resto y hemos abierto nuevas líneas de trabajo muy potentes. Todo gracias a enormes esfuerzos de equipos humanos que –es cierto– permanecen en la sombra si bien su trabajo ha sido excelente. Se verán los resultados de inmediato.

Le deseamos mucho éxito en esta difícil situación en la que le ha tocado dirigir el Imserso, le ofrecemos toda nuestra ayuda y colaboración para mejorar la situación de las personas mayores. Para finalizar ¿cuál es el proyecto que le gustaría ver realizado de su paso por el Imserso?

Buena pregunta... son muchos pero me obsesiona aportar mi granito de arena para que tengamos un país en el que dé gusto envejecer. Con vitalidad, con dignidad y sin perder derechos a medida que se tienen más años. Todos los proyectos en los que trabajamos deberían servir a esa finalidad.

*Entrevista realizada por:
Marina Troncoso
Directora de la Revista Sénior Universitarios
Diciembre de 2020*

LAS COSAS COMO SON

MIGUEL ÁNGEL MARTÍNEZ COELLO



Siempre con la misma cantinela... erre que erre. Desde que nacemos, pasamos la vida empeñándonos en que todo tiene que ser como lo que queremos que sea, y no es así.

Hay una razón aplastante... nunca puede ser como uno quiere que sea porque **lo que está por venir aún no existe... es decir, está por venir...**

Lo ideal es algo que pertenece exclusivamente a nuestra mente, es algo vital y necesario porque alberga uno de los mayores bienes que el ser humano pueda desear, y ése es el ideal de superación.

Éste ideal no sólo es necesario para ser cada día mejor o para alcanzar un mejor bienestar, **el ideal de superación es la causa y motivo de la vida misma**, sin la cual esta dejaría de tener sentido y desaparecería.

Pero **el ideal de superación nace al nacer, con el primer aliento**, y muere cuando exhalas el último. Es algo íntimo, que conocen bien todos aquellos que fueron privados de libertad en los campos de exterminio... sólo aquellos que **"no tiraron la toalla"**, que no perdieron el ideal de superación, se convirtieron en los escasos supervivientes.

Con estos prolegómenos no quiero emular a ningún sesudo neuro-científico sino aplicar a estos momentos una observación para valorar lo que de verdad debemos tener en cuenta y extraer reflexiones válidas.

La vida es como una larga escalera en la que sólo subes, si tienes fuerzas y te apetece subes más aprisa, si te cansas vas más despacio o descansas un rato y si te paras, no bajas, simplemente... desapareces.

Ahora mismo, por decirlo de alguna manera, estamos en una situación contradictoria, estableciendo como norma lo que antes era perjudicial como no viajar, no hacer ejercicio, no comunicarse, no trabajar, no salir a la calle y mil cosas más. Esto produce inevitablemente una reordenación en nuestras neuronas cada vez menos acostumbradas a cambios radicales que se traduce en angustia, temor, miedo... etc. Lo positivo es, que como hasta ahora se le ha dado poco trabajo al "cerebro", ahora sí o sí lo tenemos que poner a trabajar y el resultado nos lleva a pensar que todo está por hacer **y lo único que nos queda es ése... ideal de superación.**

Piensa... quizás ahora es momento de iniciar este sueño, ese nuevo trabajo, o ése proyecto con el que siempre soñaste y consideraste inalcanzable... **no te pares en la escalera... sigue subiendo.**

Miguel Ángel Martínez Coello

Responsable de prensa y comunicaciones de Fegaus (Federación Gallega de Estudiantes Universitarios Senior) y Caumas. Alumno Senior de la U-Vigo Campus de Ourense, Artista, columnista e investigador en periodismo documental.



EL SENTIMIENTO DE INTEGRIDAD PERSONAL EN LA JUBILACIÓN

DR. BARTOLOMÉ FREIRE



¿Qué ocurre con el sentimiento de identidad cuando tiene lugar un cambio tan importante como el final de la etapa laboral?

Nuestros compromisos en diferentes áreas de la vida, con el matrimonio, el trabajo, la paternidad, etc. constituyen lo que llamamos roles. Son conjuntos de patrones repetidos de conductas, capacidades y valores que interiorizamos y reflejan diferentes visiones de quienes somos. Permanentemente tratamos de cohesionar todas esas imágenes, positivas y negativas, conscientes e inconscientes, que percibimos de nosotros y las que nos transmiten las miradas ajenas. Como resultado, conseguimos enriquecerlas entre sí y generar un sentimiento de identidad. Cuando la identidad es realista incorpora, en vez de disociar, distintas representaciones de uno mismo, aunque algunas estén en conflicto.

Por lo tanto, la identidad se basa en la coherencia y continuidad temporal de la historia personal, lo que también llamamos el narrativo, y nos permite definirnos como individuos únicos y autónomos. La hacemos y renovamos a lo largo de la vida, pero tiende a mantenerse estable durante largos periodos de tiempo y podemos hacerla consciente a partir de la introspección. Contiene imágenes parciales de quienes fuimos, a las que se añaden visiones más actuales que van adquiriendo progresivamente primacía sobre las anteriores. Una identidad cohesiva nos permite sentirnos como una unidad, a pesar de los cambios que experimentemos a lo largo de la vida y constituye el sustrato donde se generan nuestras intenciones, la capacidad de juzgarnos con autonomía y de mantener un balance positivo de autoestima.

Erikson⁽¹⁾ habla de crisis normativas, las que todos experimentamos cuando se producen cambios de etapa reconocidos socialmente. Son momentos en los que la imagen preestablecida de uno mismo se desorganiza al perder relevancia alguno de sus componentes esenciales, como el rol laboral en la jubilación. Ello da lugar, por un lado, a un periodo temporal de vulnerabilidad e indefensión y, por otro, a una liberación de energía que puede propulsar el desarrollo personal con la adquisición de nuevos roles y compromisos.



Para ese autor la adaptación a cada nueva fase será el resultado de dos fuerzas contrarias: una que representa el deseo de aprovechar las nuevas oportunidades y progresar, fijando e implicándose en nuevas metas y otra que elude el desafío utilizando los recursos adquiridos y buscando seguridad en lo ya conocido.

La pérdida del rol laboral deja un vacío que lleva a la persona jubilada a preguntarse quién es y necesita encontrar una respuesta válida para vivir con sentido los próximos 15 o 20 años que nos aporta la longevidad actual. Para ello cuenta con todo lo que le queda después de perder el trabajo: sus relaciones familiares, sus amistades, sus creencias, intereses, aficiones, etc. Todo lo que previamente fue relevante perdurará y según vaya agregando nuevos roles y relaciones irá confirmando que es más que el trabajo que hacía y que puede vivir de otro modo. En cada adaptación a la jubilación habrá, por lo tanto, una mezcla de continuidad y cambio. En la medida en que avance hacia sus nuevos objetivos, recompondrá su identidad y su autoestima e irá enriqueciendo, con nuevos hechos, el narrativo de su vida.

En resumen, los jubilados irán reconstituyendo su identidad y recuperando un equilibrio según potencien nuevos patrones de realización personal alineados con sus preferencias y valores. La jubilación crea unas oportunidades con gran potencial transformador en las que cada uno, como único responsable de su vida, tiene la posibilidad de seguir evolucionando, enriquecer su identidad y llegar a ser más quien es o quien puede llegar a ser.



Bartolomé Freire
Médico, Psiquiatra, jubilado
(Autor de "La Jubilación, una nueva oportunidad")

⁽¹⁾ Erikson, E.H. (1966) "Infancia y Sociedad". Buenos Aires: Ediciones Hormé.

LA SOLIDARIDAD CRECE DÍA A DÍA EN LOS UNIVERSITARIOS MAYORES

RAFAEL RECHE SILVA



A estas horas hay personas solidarias en todas partes, hay puentes invisibles entre el bienestar y la necesidad, entre los agraciados y los indefensos.

Allá, del otro lado, donde se posa y se comparte el mismo sol dorado. Allá, en la otra orilla, donde los rayos del amor se derriban, la esperanza del futuro se despeña, se consume los restos del festín de la impaciencia. Ellos, seres que buscan una brizna de luz tras las cortinas, con una mirada que no mira y mira, al otro lado, a nuestro lado y que aguardan.

Acá, en el viejo mundo, en la llamada sociedad del bienestar, se alzan multitud de manos intangibles que se entregan para convertir la Tierra en un planeta mejor: más fresco y justo, sin sangre y sin odio.

Oigo llegar la prematura Navidad, en un tiempo que la llama incandescente del virus sigue quemando vidas, golpeando la economía y aquietando al vulnerable.

El tiempo de espera pasó y la solidaridad crece día a día en su ayuda. Me encuentro con un grupo de estudiantes del Aula Universitaria de Mayores (APFA), hombres y mujeres, jubilados, que alternan las clases y ayudan a los menos afortunados, aquellos que cabalgan en un mundo confuso: desarraigados, desamparados, olvidados, víctimas, enfermos... Ellos, los voluntarios; personas puras, de rostros ocultos que realizan su labor humanitaria en silencio. altruista y con humildad. Hoy quiero rendirle un sencillo homenaje con mis palabras. He recogido algunos testimonios de su labor y visibilizar la grandeza de cada proyecto.

Pepe Rodríguez con los conciertos para niños de ALUMA, José M^a Ruiz con lecturas para niños enfermos y presos y Rafael Tercero como médico jubilado con el seguimiento del COVID 19

Aquí no están todos, pero va una muestra:

José Rodríguez Sánchez. Comercial jubilado, Presidente de la Asociación de Alumnos del Aula Permanente ALUMA. Un hombre que fluye en energía, siempre dispuesto para colaborar en beneficio de la colectividad. Cuando estuvo de vocal de cultura de ALUMA impulsó el proyecto de ayudar a los niños y bebés desfavorecidos.

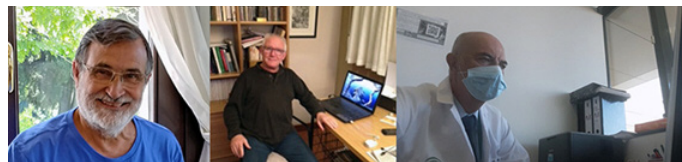
Por este motivo, él pone en marcha desde ALUMA, dos conciertos solidarios cada curso: uno para recaudar alimentos y pañales para bebés en la campaña de Navidad que entrega al Banco de Alimentos de Granada, y en la primavera el segundo concierto musical para recoger material escolar destinado a los niños de los campamentos saharauis de Argelia.

José María Ruiz Rodríguez. Maestro jubilado y alumno universitario del Aula APFA desde hace 10 años. Forma parte de la asociación "Entre libros" que ha obtenido el premio nacional de fomento de la lectura en el 2020.

La lectura abre ventanas al mundo, fomenta valores tradicionales y culturales. Él, desarrolla lecturas de cuentos a los niños hospitalizado en Pediatría y en las salas de esperas de las consultas del PTS de Granada. Me comenta con mucha satisfacción, la reacción de felicidad que observa en sus caras mientras escuchan las fábulas. Su labor altruista continua en la prisión de Albolote en varios módulos de presos, con amplio repertorio de temas:

poesía, relatos cortos y lecturas compartidas escritas por ellos mismo.

Rafael Tercero Padial. Médico jubilado y estudiante del Aula, se ha incorporado a la llamada de solidaridad ante la segunda ola de la epidemia para prestar sus conocimientos y experiencia como rastreador de los contagios y vigilancia epidemiológica por COVID 19 en Granada y área metropolitana. Él, trabaja integrado en un grupo de médicos voluntarios de distintas especialidades en Granada dedica 8 horas al día a los demás sin remuneración.



En la imagen: Pepe Rodríguez con los conciertos para niños de ALUMA, José M^a Ruiz con lecturas para niños enfermos y presos y Rafael Tercero como médico jubilado con el seguimiento del COVID 19

Estudiantes solidarias: Loli Contreras con las jóvenes universitarias embarazadas e Inmaculada Serrano con la ayuda a mujeres en la igualdad y en contra de la violencia Loli Contreras González. Enfermera jubilada, universitaria del Aula, Ella, mujer dinámica con un espíritu abierto, dedica su esfuerzo y experiencia en ayudar a las madres sin recursos en la maternidad de su bebe y cuidarlos en los primeros años de vida, está integrada en la asociación de "Red Madre" de Granada. Entre sus objetivos es que nunca las mujeres embarazadas se sientan solas. La asociación presta un servicio de 24 horas. Se siente feliz, al hablarme de como recientemente ayudaron a unas jóvenes universitarias embarazadas, gracias a Red Madre. Loli, se siente agradecida por el reconocimiento recibido por la Universidad de Granada a través de UGR Solidaria en un diploma que acredita su compromiso solidario en el voluntariado de la Universidad.

Inmaculada Serrano de la Presilla. Matrona jubilada, componente del Coro del Aula Permanente (APFA). Una persona entregada a los demás de carácter muy activo, realiza su labor humanitaria en distintos campos en especial en la violencia de género, con talleres diversos con los adolescentes y con mujeres adultas en los pueblos para trabajar la igualdad. También comprometida con los más pobre, presta apoyo de ropa, material de abrigo: mantas, sacos de dormir, para las zonas de Granada y su área metropolitana.



Estudiantes solidarias: Loli Contreras con las jóvenes universitarias embarazadas e Inmaculada Serrano con la ayuda a mujeres en la igualdad y en contra de la violencia

Los mayores y algunos abuelos volvemos la mirada del amor y de la generosidad a los más débiles, en especial a la infancia.

Rafael Reche Silva, alumno del APFA y miembro de la JD de la Asociación de estudiantes mayores, ALUMA de la Universidad de Granada. Premiado en Relatos Cortos en los concursos de asociaciones de mayores de las Universidades de Granada, Alcalá de Henares, Asturias y Melilla.

LA MASCARILLA APRENDER A LEER LA MIRADA



¿Sabes qué es una mascarilla? Una mascarilla es un dispositivo diseñado exclusivamente para proteger al portador de atmósferas peligrosas, en especial en esta pandemia sanitaria llamada Covid-19, "Coronavirus".

Estamos pasando por una etapa delicada, todos debemos llevar la mascarilla como nos lo anuncian las autoridades sanitarias, ya que, si no obedecemos, lo único que vamos a conseguir es ponernos todos en peligro, exponernos a estar otra vez metidos en casa.

Tenemos que pensar en nosotros y principalmente en todos los que nos rodean. Sobre todo, tenemos que saber leer la mirada de nuestros familiares y amigos, una de las cosas peores que puede existir es perder la expresión del rostro, pero es lo que nos ha tocado vivir.

Antes cuando hablábamos con otras personas captábamos inmediatamente su información por sus gestos, su mirada, su sonrisa, toda su cara departía hermosura, ahora no; tenemos primero que imaginarlo, ya que sólo sus ojos nos permiten poder comprenderles. El lenguaje gestual te da las emociones y sensaciones de la persona: la alegría, tristeza, el interés o la indiferencia, te permiten apreciar que no te está escuchando, o si está pensando en otra cosa, también veíamos el cansancio, la fatiga, la bondad e incluso la mirada perdida de la persona.

Ahora no, ahora es cuando podemos sacar mucha más información, ¿Por qué? Porque te vas acostumbrando a observar, si miran a la derecha es que te están mintiendo, pero si miran para la izquierda es que están dudosos. Ahora bien, como veas unos ojos que te miran de frente, alégrate, es que es leal y franco, esa persona merece todos los respetos, pero ojo, como mire para arriba se está evadiendo de algo y ya no quiero decir si mira para abajo, entonces está ocultando algo, ¿Es curioso verdad? todo lo que pueden decir una ojos con una mirada.

Ahora solo tenemos los ojos, que son nuestra parte importante, y carta de presentación, tenemos que deducir de ellos, ¿qué es lo que le pasa a la persona? Ahí tenemos que adivinar sus sensaciones y emociones, existen ojos que hablan por sí solos, otros son dicharacheros, pero no olvidemos que los tenemos sin expresión, muy tristes, incluso feos, pero con ellos tenemos que intentar ubicar a la persona en todo su grado.

Ahora empezarán a salir escuelas para aprender a leer la mirada, qué buena falta nos va a hacer para poder ver en nuestras conversaciones que las personas sean cordiales, francas, abiertas, directas y expresivas, así que todos a un nuevo lenguaje no verbal de los ojos. "Los ojos son los chivatos de esos procesos emocionales o mentales, normalmente delatan a las personas y lo que suelen estar pensado frecuentemente."

Solemos decir que "la mirada es el espejo del alma" no solemos darles mucha importancia a los ojos, pero nunca escuchasteis hablar de ciertos dichos. Como por ejemplo "Tenía una mirada de hielo", "Lo fulminó con sus ojos de bala" expresar esos proverbios tienen cierta gracia, pero por algo serán.

También debemos tener una cosa clara, ésta es muy cierta, el color de los ojos, lo que encierra cada color. es muy curioso lo de los colores. Por ejemplo, los ojos claros "azules" suelen confundir mucho a la gente por su mirada dulce y hasta angelical, pero aunque suelen ser los más atractivos y tantas veces crees que te están diciendo la verdad, muchas veces no es así; suelen tener una personalidad tranquila a veces son un poquito "mentireiros".

Los oscuros son ojos de gran profundidad suelen ser más siniestros, no tienen la inocencia de los azules ni de los verdes, se perciben más las emociones, luego tienes los ojos negros muy astutos, misteriosos, suelen guardar muchas cosas, son seres de naturaleza muy extraña, seres difíciles de entender, y en cambio suelen ser personas muy inteligentes, con mucha energía, muy profundas en su forma de ser. "Te fijaste algún día que los líderes de esas sectas que tenemos por el mundo, casi por decir que todos tienen los ojos negros. ¡Fíjate y lo verás!! Los ojos de los manipuladores suelen ser muy sibilinos y quieren pasar desapercibidos, se creen inteligentes, pero no lo son mucho, dejémoslo ahí. Tenemos los "castaños" ojos que me encantan, y no en sí, por su color, es por lo que representan, sinceros, profundos, espirituales y altruistas, suelen ser personas muy poco materialistas, pero muy leales y no siempre son sumisas.

¡¡ Es que no se puede tener todo!

Y los del color miel, ¿qué decimos de ellos? son personas introvertidas, divertidas, sociales y muy agradables, pero tienen un pequeño defecto, son inmensamente quejicas, les encanta quejarse, dominar y mandar, suelen ser muy tercos, pero son personas de mucho fiar.

Por la mirada y el color sueles adivinar un montón de cosas. Súper importantes, yo me fijo muchísimo ahora en esta situación.

Resumiendo, este Covid-19 nos va a preparar para todo. ¿Imaginabais la importancia de ponerse una mascarilla? pues seguramente que no, sólo en lo sanitario. Qué importante es también en el resto y ver cómo te miran unos ojos buenos o malos.

Las mascarillas serán los modelos de este verano y próximo otoño. ¡¡Esperemos!! Que termine pronto, toda esta historia para volver a nuestras raíces. Yo, ya tengo una buena colección, porque como soy yo, que ya me conocéis, ¿Cómo podría tener solo un modelo?

La última adquisición en Camariñas de hilo beige adorna da con encaje de bolillos. ¡Esa no la tiene cualquiera!

Mi Reflexión:

**Aunque tenga la mascarilla puesta, siempre reconoceré aquellos que me sonríen con los ojos.
¡¡Los ojos hablan por sí solos!!
Nunca lo olvidéis**

Remedios Seijo

Vocal de la Junta Directiva de AUCEMOL -
Coordinadora Exposiciones y museos
Universidad UC3M - de Colmenarejo

EL RECUERDO. EL VALOR AFECTIVO/EMOCIONAL

CARLOS LLORÉNS



Se me ocurrió este artículo, queridos lectores, cuando finalizaba el mes de Agosto.

El verano parece estar impregnado de un tinte distinto. Da la impresión de que no perteneciera al curso de nuestras vidas habituales.

Lo ansiamos por varios motivos. Resulta ser el final del período académico y el inicio de las vacaciones. Podríamos acompañarlo de otros aditamentos: mejor clima, ampliación del tiempo al aire libre, la playa, los viajes, etc.

Por otro lado en la carpeta de los recuerdos se nos archivan las vivencias que compartimos con los demás y de aquéllas que guardamos celosamente para nosotros mismos. Ésas que no deseamos compartir.

Los buenos recuerdos como los no tan buenos, en ocasiones no nos concuerdan con los proyectos esgrimidos o imaginados. No casan exactamente en las perspectivas y dan como resultado esa especie de decepción que no terminamos de encajar.

Al buen momento pasado, recordado a "posteriori", se une inexorablemente el saber que no se repetirá. Y aunque lo intentásemos no será exactamente aquel momento y además se cumple aquello que dice "nunca segundas partes fueron buenas".

Durante la canícula, en una gran proporción, cambiamos los entornos, convivimos con otras personas, el paisaje, en definitiva, es diferente y las situaciones también.

Quizá lleguemos a pensar que –en cierta manera– nos sentimos como "abandonados", que el alrededor nos es hostil y consecuentemente los recuerdos y nuestro clima emocional/afectivo no van de la mano.

Posiblemente desearíamos tener a mano un salvavidas para asir lo que nos falta. No ocurre así, lo sé.

Y cuando avistamos el retorno a nuestra cotidianeidad, estoy seguro de que nos sentimos mejor. Volvemos al decorado habitual, al que –por otro lado– estamos más hechos y más acostumbrados. Se disipa esa niebla que turbó nuestro interior. Se desdibujan las zonas de sombra vividas a pleno sol y se tranquiliza nuestro estado afectivo, seguramente porque lo volvemos a acondicionar en la autopista conocida de nuestras vidas.

Creo que me siento como muchos de Udes. No me encuentro cómodo en esa catarsis, en esa diáspora en la que se embarcan los seres conocidos. Volvemos a navegar con las mismas

Cartas Náuticas que nos son conocidas, en mares menos tumultuosos y entramos, a conciencia de ello, en aguas tranquilizadoras.

Septiembre tiene para quien les escribe, un tinte distinto. Es como menos alocado y más compatible con las formas de ser. Aglutina más que separa. Es como un mes más jui-

cioso, con menos bullicio y sin tantas idas y venidas, gestión ésta, que se nos antoja lenta y pesada.

Así ocurre un año tras otro. Nadie se ha ocupado de inventar o descubrir algo que cambie esta situación. O sí, porque situaciones las hay para gustos exigentes.

Afrontar la entrada del otoño viene como gestada de antemano.

Y, soy consciente también, de que las cosas ruedan de distinta manera en las distintas etapas de la vida. Las tempranas son "campanilleras" por su propia naturaleza. Y es esta misma naturaleza quien se encarga de irnos "transformando", moldeándonos a cada instante, aunque no nos demos cuenta de inmediato y tengan su sentido con el transcurrir del tiempo.

Al final todo se habrá resumido en un álbum de recuerdos o de experiencias de hecho.

¿Para qué valdrán?. ¿Qué sentido tendrán?.

No lo sabremos de inmediato. Deberemos esperar a que el propio tiempo haga su trabajo. Se cumple aquello de que nada es como comienza y sí como termina.

Por ello recomiendo, sugiero que cuando echemos mano del expediente y releamos los resultados, que éstos sean de calidad excelente.

¿Qué se precisa para ello?.

Tal vez transitar por sendas conocidas y aprender de los errores pasados. No retornar a pisar por aquellas arenas cuya evocación nos traigan a tiempo de presente, experiencias ingratas.

También de dotarnos de agilidad personal para evocarlo.

Nada como una personalidad fuerte, disciplinada, un alejamiento de la "ley del mínimo esfuerzo".

No surtirá efectos "ya". Eso también lo sé.

Siempre será preferible estar con el billete comprado de antemano que aventurarnos a comprarlo a última hora, además, puede que no haya plaza y encima tengamos que quedarnos "en tierra".

Ha sido, una vez más, un placer compartir con Udes. este espacio de tiempo.

CARLOS LLORÉNS FERNÁNDEZ.

Asociación de Alumnos del Programa de Mayores

"Aulas de Formación Abierta"

Universidad de Vigo

Campus de Vigo

EL 31 DE OCTUBRE SE CELEBRA EL DÍA MUNDIAL DE LAS CIUDADES

Este año, la campaña de Naciones Unidas se centra en “Valorar nuestras comunidades y ciudades”

HelpAge International
ESPAÑA
los mayores cuentan

El 31 de octubre se celebra el Día Mundial de las Ciudades, se estableció esta fecha para fomentar, entre otras cosas, el desarrollo urbano sostenible en todo el mundo. Este año, la campaña de Naciones Unidas se centra en “Valorar nuestras comunidades y ciudades” y destaca la enorme labor de las redes locales y vecinales para hacer frente a la pandemia

El Secretario General de Naciones Unidas, António Guterres, ha publicado un mensaje con motivo del Día Mundial de las Ciudades en el que defiende la importancia de las acciones a nivel local y de la participación de las comunidades urbanas en la formulación de políticas y en la toma de decisiones. Además, esta crisis ha demostrado que el voluntariado local y las redes vecinales son esenciales ante cualquier problema o crisis. Durante esta pandemia, *“las comunidades se han organizado para mantener sus vecindarios seguros y en funcionamiento, colaborando con los gobiernos locales y nacionales para apoyar la respuesta oficial”*, ha afirmado António Guterres.

Sin embargo, Naciones Unidas también recuerda que las actividades comunitarias no pueden darse por sentadas ni carecer de recursos, sino que es necesario contar con políticas que fomenten la participación ciudadana. Por ello, más allá de la crisis, debemos empezar a repensar las ciudades para que sean un entorno sostenible, donde todas las personas puedan acceder a los servicios existentes y puedan gozar de una vida segura, activa y saludable.

“Cuando las comunidades urbanas participan en la formulación de políticas y en la toma de decisiones, y cuando se las dota de recursos financieros, los resultados son más inclusivos y duraderos. Hagamos que nuestras comunidades sean el corazón de las ciudades del futuro.”

- Antonio Guterres

Se estima que en 2050 habrá más del doble de personas mayores de 60 años que niños menores de 5 años y que las personas de 60 años, o más, superarán en número a adolescentes y jóvenes de entre los 15 y los 24 años. Por ello, la planificación urbanística debe adoptar la perspectiva de edad, tener cuenta las necesidades de las personas a lo largo de las diferentes etapas de la vida e incluir a las personas mayores en la toma de decisiones y el diseño urbanístico. En línea con el **objetivo 11 de los ODS, construir ciudades y comunidades inclusivas y accesibles**, los gobiernos deben invertir en viviendas y transporte público seguro, asequible y accesible que mejoren la interacción entre generaciones.

Además, las personas mayores deben estar incluidas en la planificación y en las respuestas ante desastres o crisis humanitarias.

Desde el año 2010, la Organización Mundial de la Salud también promueve la **Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores** para conectar ciudades, comunidades y organizaciones en todo el mundo con la visión común de hacer de su entorno un lugar mejor donde envejecer dignamente y con calidad. La OMS dirige esta iniciativa a todos los ayuntamientos interesados en promover el envejecimiento saludable y activo, mejorando sus entornos y servicios e incorporando esta perspectiva en la planificación municipal de manera transversal. Una ciudad amigable con las personas mayores se basa en la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida durante la vejez.

Las personas mayores son un recurso para sus familias, comunidades y economías en entornos de vida sustentadores y facilitadores. La OMS considera que el envejecimiento activo constituye un proceso que dura toda la vida y es afectado por varios factores que, por sí solos y en conjunto, favorecen la salud, la participación y la seguridad en la vida de los adultos mayores. Basada en este enfoque de la OMS hacia el envejecimiento activo, el propósito es lograr que las ciudades se comprometan a ser más amigables con la edad, con el fin de aprovechar el potencial que representan las personas de edad para la humanidad.

Una ciudad amigable con los mayores alienta el envejecimiento activo mediante la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen.

En términos prácticos, una ciudad amigable con la edad adapta sus estructuras y servicios para que sean accesibles e incluyan a las personas mayores con diversas necesidades y capacidades.

CONCLUSIONES DEL CONSEJO DE LA UE SOBRE LA DIGITALIZACIÓN Y LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES



Conclusiones del Consejo de la Unión Europea sobre derechos humanos, participación y bienestar de las personas mayores en la era de la digitalización.

En este documento se resumen las Conclusiones del Consejo de la Unión Europea sobre derechos humanos, participación y bienestar de las personas mayores en la era de la digitalización

En un documento aprobado el pasado 9 de octubre, el Consejo de la Unión Europea explica que la digitalización ha desempeñado un papel importante a la hora de llegar a las personas mayores durante la crisis de la COVID-19, pero señala que la digitalización también puede exacerbar las desigualdades o excluir a determinados grupos que no tienen acceso o tienen un acceso limitado a la tecnología digital y al uso de las tecnologías de apoyo.

Según demuestra la encuesta *What do rights mean for people in the EU?* - Fundamental Rights Survey (2020), de la Agencia de los Derechos Fundamentales, existe una brecha digital intergeneracional significativa que aumenta con la edad. Los datos de este estudio revelan que tan solo una de cada cinco personas (20 %) de 75 años o más en la Unión Europea utiliza internet al menos ocasionalmente, en comparación con el 98 % de las personas de 16 a 29 años. Esta encuesta también identifica una brecha en el uso de internet para acceder a los servicios en línea, ya que las personas de edad avanzada utilizan menos internet para acceder a servicios bancarios y realizar compras (el 46 % de las personas de 75 años o más compran en línea al menos ocasionalmente, frente al 81 % de las personas de entre 16 y 29 años). Entre los distintos obstáculos que se encuentran las personas mayores para el uso de internet, la encuesta destaca dos: la falta de acceso a los servicios de internet y de falta de las capacidades necesarias.

En este sentido, los datos facilitados por Eurostat en el informe *Ageing Europe - Looking at the lives of older people in the EU (2019)* muestran que se está cerrando la brecha entre grupos de edad en términos de acceso y utilización de las tecnologías modernas de la información y la comunicación, pero indican que existe una brecha significativa entre hombres y mujeres mayores, ya que los hombres de edades avanzadas parecen estar más abiertos a las tecnologías digitales que las mujeres de su misma edad. Esto es debido a la distinta participación que tienen en el

mercado laboral, siendo la de los hombres mayor que la de las mujeres.

El Consejo de la Unión Europea reconoce el derecho de las personas mayores a participar plenamente en la vida pública, social y cultural, así como el derecho a la educación, la formación continua y el aprendizaje permanente. Las actividades digitales garantizan cada vez más la participación y la inclusión social, cultural y económica y ayudan a prevenir el aislamiento social, no solo en tiempos de pandemia, pero para algunas personas mayores la digitalización puede ser un obstáculo y sería necesario mejorar las capacidades digitales y la accesibilidad de los servicios digitales para superar estas barreras.

Propone que los Estados miembros y la Comisión Europea utilicen la financiación del Fondo Social Europeo y las medidas de las políticas regionales y estructurales, para fomentar el envejecimiento activo, la autonomía y la participación en todas las etapas de la vida, en especial en el ámbito digital, mejorando la calidad y la asequibilidad de los servicios sociales y apoyando a las partes interesadas, entre los que se encuentran los agentes públicos locales y regionales y las organizaciones de la sociedad civil.

En las Conclusiones del Consejo de la Unión Europea sobre derechos humanos, participación y bienestar de las personas mayores en la era de la digitalización, se adopta un enfoque basado en derechos y se destacan las oportunidades, pero también los posibles inconvenientes, de lo que puede suponer para las personas mayores una sociedad digitalizada. Además, se describen los retos existentes y el impacto que ha tenido la pandemia sobre este grupo social de forma específica, especialmente en el contexto del entorno digital. Finalmente, el Consejo de la Unión Europea invita a las distintas partes interesadas, como la Agencia de Derechos Fundamentales, el Comité de Protección Social y, en especial, a los Estados miembros y a la Comisión Europea, a tomar medidas concretas

con vistas a encontrar soluciones adecuadas. Incluso, invita a la Comisión a que estudie la posibilidad de dedicar un capítulo de su «Libro Verde sobre el envejecimiento» a los derechos de las personas mayores, incluidas las personas mayores con discapacidad.

Propuestas del Consejo de la Unión Europea a los Estados miembros y a la Comisión Europea

El Consejo de la Unión Europea, invita a los Estados miembros y a la Comisión Europea, dentro de sus respectivos ámbitos de competencia y teniendo debidamente en cuenta el principio de subsidiariedad, a desarrollar las siguientes propuestas:

- Incluir en sus planteamientos la perspectiva de edad con un enfoque basado en derechos y el ciclo de la vida, donde se tenga en cuenta las diferencias entre mujeres y hombres. El Consejo de la Unión Europea señala que para planificar políticas eficaces que afecten a las personas mayores es necesario tener en cuenta que sus condiciones de vida difieren y dependen de diversas circunstancias y factores.
- Considerar un enfoque basado en derechos a la hora de diseñar las estrategias ante la COVID-19.
- Desarrollar campañas de sensibilización que fomenten imágenes positivas en relación con el envejecimiento, que analicen las oportunidades y los retos que este fenómeno ofrece, en las que se reconozca la diversidad que existe entre las personas mayores y se visibilicen las contribuciones que realizan en el ámbito social y económico, reduciría el edadismo y promovería los derechos de las personas mayores.
- Fomentar la inclusión social y la solidaridad mutua entre generaciones e integrar el envejecimiento en todos los ámbitos de actuación para facilitar la adaptación de las sociedades y las economías al cambio demográfico y conseguir sociedades más justas, que satisfagan las necesidades e intereses de las personas de todas las edades. Destaca también la necesidad de involucrar activamente a las personas mayores, en particular a las mujeres mayores, en todos los procesos de toma de decisiones que afecten a sus vidas, respetando plenamente sus derechos, buscando un equilibrio adecuado y fomentando la solidaridad intergeneracional.
- Garantizar que se proporcionen las medidas de protección necesarias en tiempos de crisis sanitarias, teniendo en consideración la manera en la que afectan a los derechos, los intereses y el bienestar de las personas mayores, especialmente a su salud mental y su calidad de vida.
- Promover un envejecimiento activo y saludable, aprovechando los beneficios de la digitalización de los servicios públicos, sociales o de salud. La digitalización de los servicios públicos debe hacerse de manera que sean fácilmente accesibles y no represente un obstáculo, al tiempo que se garantiza el mantenimiento de los servicios no digitales. La Comisión de la Unión Europea incide en que el proceso de digitalización debe ser inclusivo y perseguir los siguientes objetivos:
 - fomentar el acceso a recursos culturales, educativos y de aprendizaje, especialmente a aquellos relacionados con el desarrollo de capacidades digitales, así como la participación no presencial en actos sociales, educativos y culturales.
 - apoyar y capacitar a las personas mayores en la realización de tareas cotidianas a través de medios e infraestructuras digitales que sean accesibles.
 - desarrollar servicios de telemedicina y de herramientas digitales relacionadas con la salud que sean accesibles, para reducir el riesgo de contagio y garantizar que los dispositivos de rastreo utilizados durante las crisis sanitarias no supongan un obstáculo y sean fáciles de utilizar.
 - analizar la manera en que la digitalización y la tecnología del bienestar pueden integrarse en los servicios asistenciales para mejorar la accesibilidad y la prestación de servicios como la teleasistencia y los cuidados de larga duración.
- Ofrecer nuevos modelos de envejecimiento en los que se capacite a las personas mayores para que mantengan su independencia y disfruten de una mayor calidad de vida, facilitar vidas laborales más largas a través de la jubilación tardía voluntaria y de periodos de transición flexibles y graduales hacia la jubilación y desarrollar diferentes programas de formación continua y de desarrollo de capacidades, entre las que destaca las capacidades tecnológicas y digitales.
- Garantizar por otros medios que aquellas personas que no puedan beneficiarse del uso de las tecnologías digitales puedan disfrutar de los mismos derechos que otros grupos de la población.
- Garantizar el derecho de acceso a la salud y a los cuidados de larga duración en condiciones de igualdad, así como el derecho a dar un consentimiento informado y específico. Además, considera que las decisiones médicas deben basarse en principios éticos centrados en la dignidad de las personas, en la protección de los derechos humanos, en la igualdad de género y en la obtención del mayor nivel de bienestar y de calidad de vida posibles. Específicamente, el Consejo de la Unión Europea señala que los criterios basados en la edad de una persona no deben ser el único factor determinante para acceder a los servicios de asistencia sanitaria o para prolongarlos, sino que solo deben aplicarse en el contexto de una evaluación clínica del estado de salud del paciente.
- Crear una plataforma digital sobre participación y voluntariado después de la vida laboral, que podría vincularse a los proyectos existentes orientados a la participación cívica europea. La Comisión Europea debe valorar el desarrollo de esta plataforma, que podría ofrecer incentivos e información para que las personas mayores participen en actividades voluntarias transfronterizas utilizando sus conocimientos, capacidades y experiencia. Además, podría ofrecer información a las autoridades locales y a otros agentes sobre estrategias y proyectos para implicar a las personas mayores en el trabajo voluntario y ofrecer un espacio para que las personas interesadas reciban información sobre oportunidades de voluntariado.

- reducir el aislamiento social.



AUDIENCIA REAL A LA JUNTA DIRECTIVA DE LA CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORGANIZACIONES DE MAYORES (CEOMA)

Palacio de La Zarzuela. Madrid, 13.11.2020

Su Majestad el Rey recibió en audiencia a la junta directiva de la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA), con motivo del XX aniversario de su constitución. En representación de CAUMAS asistió la vicepresidenta 1ª, Elisa Nuez Patiño.



*Imagen de la web casareal.es © Casa de S.M. el Rey
Don Felipe saluda a la vicepresidenta 1ª de CAUMAS, Elisa Nuez Patiño*

Don Felipe recibió en audiencia a la Junta Directiva de la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA) con motivo del XX aniversario de su constitución. Durante la audiencia CEOMA, como entidad de referencia del colectivo de las personas mayores, expuso la situación que el colectivo de las personas mayores -el más afectado- ante la pandemia por el COVID-19 está viviendo, ante la dignidad de las personas mayores y el edadismo, dos temas que en estas fechas se están especialmente infringiendo con mucha frecuencia.

Por otro lado, y ante la situación vivida en las residencias, donde más de 20.000 personas mayores han fallecido, CEOMA representada por su presidente, Juan Manuel Martínez Gómez, han intentado, por todos los medios posibles, incluido en reuniones con políticos de alta responsabilidad, proponer hacer más test en las residencias y dotar de más EPIs al personal dándoles la formación adecuada. También, hemos recomendado facilitar sistemas informáticos a los médicos de las residencias para comunicarse con los médicos de atención primaria e incluso que estos pertenecieran al Servicio Nacional de Salud, de forma que la coordinación sociosanitaria fuera más eficiente y eficaz.

Asimismo, y en colaboración con otras instituciones han llevado a algunas residencias equipamiento que les pudiera ayudar tanto a los mayores como a los trabajadores a hacer mejor su trabajo.



Imagen de la web casareal.es © Casa de S.M. el Rey - Momento de la reunión

CEOMA recordó a Su Majestad el Rey los 2 millones de personas mayores que viven solas, y que desde la Confederación han conseguido con voluntarios de diferentes federaciones pertenecientes a CEOMA y con las subvenciones de Fundaciones como Mapfre llevar comida a unos 50.000 mayores. También los han acompañado mediante teléfonos gratuitos y personal formado por la Confederación Estatal de Mayores Activos (CONFEMAC), Edad Dorada Mensajeros de la Paz y Federación de Asociaciones Nagusilan de Euskadi – NAGUSILAN, la Asociación Grupo Mayores de Telefónica (AGMT), la **Confederación Nacional de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios para Mayores (CAUMAS)**, la Sección de la Unidad Progresista de Pensionistas de la ONCE – SUPPO-ONCE y la Asociación Internet de las Personas. Emancipatic.

Estas son acciones hechas con motivo de la pandemia, pero CEOMA hace mucho más. Por otra parte, CEOMA aboga por un envejecimiento activo y saludable, defendiendo que los mayores tengan una mayor presencia activa en la sociedad y que su experiencia sea fuente de sabiduría para los más jóvenes.

Para finalizar la Junta Directiva de CEOMA expresó a Don Felipe el honor para la Confederación el haber contado con el apoyo de la Casa Real en todas las ocasiones en las se ha solicitado. Asimismo, que CEOMA fue galardonada con el I Premio Príncipe de Viana de Atención a la Dependencia, en el año 2010 por el programa "Desatar al Anciano y al Enfermo de Alzheimer".



Imagen de la web casareal.es © Casa de S.M. el Rey - CEOMA con el Rey Felipe VI



PROGRAMA V CONFERÊNCIA INTERNACIONAL CIENTÍFICA DE PROJETOS EDUCATIVOS PARA SENIORES – RIPE+50

V INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE OF EDUCATIONAL PROJECTS FOR SENIORS – RIPE+50

9 DE DEZEMBRO, DECEMBER, 9 TH, 2020 ONLINE - ZOOM

Entrar com: <https://us02web.zoom.us/j/89680252319?pwd=c3hXQmp6eGthaU5BK0dmL01lUHRFZz09>
ID da reunião: 896 8025 2319 Senha de acesso: rutis

14.30h (PT), 15.30h (Bruxelas), 11.30h (BR)

2º e 3º sessões em paralelo

Sessão 2º - Projectos Europeu
Moderador: Ana Cristina Perdigão, Diretora da Agência Nacional Erasmus+ Educação e Formação

- Richard Heise (GER), All4inclusion Project *Em inglês*
- Zdenka Telnarova (CZ), ASEB Project *Em inglês*
- Ana Durão (RUTIS)

Sessão 3º - Projectos de envelhecimento

Moderador: Felicitas Fernandez
Representante da RIPE50+ na América (Argentina/USA)

- Carlota Esteves (BR), Movimento Longevidade
- Isabel Marques, Projecto Ler Maior, PNL
- Elisio Costa (Porto4Ageing), Projectos H2020

15.30h (PT) – Momento lúdico (Risoterapia por Fernando Batista)

15.45 (PT), 16.40 (ES) – **Projectos online**
Moderador: Luis Jacob (Presidente da RUTIS)

- Participação da US da Nazaré, US de Castelo Branco, US de Rio de Mouro e Fegaus (Espanha)

16.45 (PT) – Debate

17.00 (PT) e 9.00h (CAN)
– Colin Milner (Canada) **Envelhecimento ativo** *Em inglês*

17.20h - Encerramento

10h (PT), 7.00 (BR), 11h (ES e FR) – Sessão de Abertura

- Direcção da RIPE50+ : Luis Jacob (RUTIS, PT), Lisa Valéria (PUC- Goiás, BR) e Alejandro Davila (FEGAUS, ES)
- Presidente da AIUTA (Association Internationale des Universités du Troisième Age): Francois Vellas (FR) *Em inglês*

10.30h (PT) – Convidada de honra

- Rita Mendes: Secretária de Estado da Ação Social

10.45h (PT) e 20.45h (AUS) – 1º Painel: U3A no mundo

Moderação de Dulce Mota (RUTIS)

- Rhonda Weston (Toowoomba, Austrália) – U3A na Austrália *Em inglês*
- Meire Cachioni (USP, Brasil) – UNATI no Brasil
- Marina Troncoso (CAUMAS, Espanha) – UM/PUM em Espanha
- Luis Jacob (RUTIS, Portugal) – US em Portugal e apresentação da bolsa de estudos superiores RUTIS/PSE

11.45h (PT) – Debate

12.00h (PT) – Momento lúdico

12.30h (PT) – Pausa para almoço

Entrar com: <https://us02web.zoom.us/j/87966583215?pwd=YkZVc21tbTZ2Z3VVUnFLbTFTTW5Fdz09>

ID da reunião: 879 6658 3215 Senha de acesso: rutis
14.00h (PT) – Jorge Humberto Dias (Universidade Atlântica), A felicidade nas instituições,





Presentación de FEGAUS en la V Conferencia Internacional de Proyectos Educativos para Personas Mayores

LOS NUEVOS RETOS DE LA GENERACIÓN "BABY BOOM"

La nueva generación de prejubilados y jubilados vendrá marcada por la incorporación de los "seniors boomers", como consecuencia del crecimiento de las tasas de natalidad en los años 1958 a 1977.

En España **entre 1958 a 1977**, se generó un fenómeno que se denominó "baby boom". Nacieron casi 14 millones de niños, (650.000 anuales); **2,5 millones más que en los veinte años anteriores; y 4,5 millones más que en los veinte años siguientes.** Los baby boomers españoles alcanzarán la edad de 65 años y se convertirán – seniors boomers - a partir de 2023/2024, e irá aumentando progresivamente desde esa fecha hasta 2044 aproximadamente.

Los principales retos que tenemos en Galicia cara al año 2030 y desde la perspectiva de FEGAUS, **es el imparable envejecimiento de la población**, el impacto social que esto supone, nos obliga a comenzar a poner **las bases de los procesos de formación y ocio** de los nuevos mayores gallegos, **que será una la población de mayores, la más formada, con una experiencia profesional más cualificada y mucho talento; que han viajado, conocen idiomas y utilizan las Tics.**

Y tenemos la responsabilidad de facilitarles los medios y opciones para que puedan orientar su nueva vida después de su jubilación, **con una oferta de formación continua a lo largo de su vida.**

Esta situación, que comenzará en el año 2023/2024 y se prolongará hasta el año 2044, supondrá una transformación social que debe ser intergeneracional y en la que estarán presentes nuestros hijos, la generación del baby boom.

Y comenzaremos a convivir cuatro generaciones.

En los próximos años, los adultos de más de 50 años y los mayores de 65, **tendrán un perfil distinto al actual, tanto en niveles educativos, profesionales, económicos y de estatus social, con nuevas mentalidades, con otros enfoques, formas de pensar y de estar en la sociedad.**

Por tanto, el perfil de los seniors boomers, que se jubilarán en los próximos 10 o 15 años, tiene poco que ver con **lo que hoy entendemos como personas mayores.**

Son generaciones con más nivel de estudios, las generaciones que hoy están en torno a los 40 – 45 años han dispuesto de unos estudios medios y superiores, viviendo la enseñanza para todos y **en donde la mujer ha tenido acceso a estudios técnicos y superiores en igualdad de condiciones**, siendo un colectivo de personas mayores más formadas, con más opciones de ocio para su tiempo desocupado.

Han viajado mucho más; han vivido el cambio a la sociedad de la información, integrando Internet en su día a día; y las modificaciones en las estructuras familiares, **entre ellas el incremento progresivo de nuevos modelos y la presencia masiva de la mujer en los medios externos a la familia.**

Han compaginado la vida familiar y laboral, lo que configura un marco cotidiano con condiciones distintas a las anteriores generaciones. Vivirán en una sociedad que experimenta cambios en múltiples esferas, **tales como las modificaciones de los sistemas de producción, la globalización, la apropiación de nuevas tecnologías, el "Internet de las Cosas", los roles a desempeñar en una sociedad del conocimiento, automatización, robotización, nuevas profesiones, avances en los medios de comunicación, una sociedad de más riesgos, etc.**

Todo ello lleva consigo la necesidad de unos planteamientos innovadores de adaptación, por lo que la persona mayor debe ser el inicio de un nuevo proyecto. No es volver a empezar, pero sí de vivir una nueva realidad, con nuevas posibilidades de crecimiento, con nuevas cosas con las que dar contenido a lo **que se ha sido** a lo largo de la vida.

Esto supone expectativas diferentes de cara a las últimas etapas de la vida, **que además serán mucho más largas**, demandando experiencias sociales y actividades, fórmulas para seguir aprendiendo y una aspiración de independencia aún mayor. **También se enfrentará el deseo de retirarse con la necesidad de seguir trabajando.**

La pregunta que nos debemos hacer: **¿están nuestras organizaciones preparadas para dar respuesta a esta nueva generación de personas mayores, con este perfil, único en nuestra historia y que sucede por primera vez?**

FEGAUS, desde los Programas Universitarios de Formación de Mayores, es consciente de este nuevo mundo, de la necesidad de formación que se nos llega, y comienza el proyecto para acoger a esta nueva generación, y proponer a las Universidades de Galicia la formación en ese nuevo proceso de envejecimiento y la nueva etapa de la vida, con una modelo de formación, **presencial y ONLINE** dedicada exclusivamente a conseguir este objetivo.

A esta **V Conferencia** enviamos uno de nuestros proyectos, el denominado *los Centro Virtuales de Mayores*, con el objetivo de ofrecer formación **presencial y ONLINE**, a esa nueva generación de mayores. E incorporamos la oferta online, para que las poblaciones rurales que no puedan desplazarse puedan acceder a esta formación.

Henry Ford decía: Cualquiera que para de aprender se hace viejo, tanto a los 20 años como a los 80 años. Cualquiera que sigue aprendiendo permanece joven. Por lo tanto, seguir siempre siendo personas MAYORES activas y formándose a lo largo de la toda la vida.

Alejandro Otero Davila
Presidente de FEGAUS
Séniors Universitarios

V CONFERENCIA INTERNACIONAL CIENTÍFICA DE PROYECTOS EDUCATIVOS PARA SENIORS RIPE+50



V Conferencia Internacional Científica de proyectos educativos para Seniors Ripe+50

Debido a la pandemia de la COVID-19, el V Encuentro que debía celebrarse presencialmente en Madrid, se ha realizado online.

Comunicación de CAUMAS

Título:

"Año 2020: Personas Mayores en la Universidad Actuaciones ante la pandemia"

Online, 9 de diciembre de 2020

Entre los derechos fundamentales de las personas mayores, está el derecho a la educación y a la formación permanente. Una de las vertientes para ofertar esa formación es a través de las Universidades, lo que en España se denominan, y están encauzados, dentro de los **Programas Universitarios de Mayores**.

El Plan europeo renovado de aprendizaje de adultos, adoptado por el Consejo en noviembre de 2011, define las prioridades de la cooperación europea en el ámbito de las políticas de educación de personas adultas.

En este documento, el Consejo reconoce la necesidad de que todos los adultos amplíen sus destrezas y competencias personales y profesionales periódicamente, y que el aprendizaje de adultos es el aspecto más débil de los sistemas nacionales de aprendizaje a lo largo de la vida.

Dentro de este plan, en el Estado español, se desarrollan 68 Programas Universitarios de Mayores, en 62 universidades, públicas y privadas. Los 68 programas universitarios se desarrollan en 270 sedes, repartidas por todo el territorio nacional, y en todas las CC.AA. Además, también hay otras propuestas formativas, fuera de la Universidad, como las Aulas de la Tercera Edad, etc.

Aquí vamos a hablar de las 62 universidades que ofertan Programas Universitarios de Mayores. Algunas de estas universidades como Burgos, Valladolid, Autónoma de Barcelona, Politécnica de Cataluña, Pompeu Fabra, Universi-

dad de Lleida y la Universitat de Valencia, tienen más de un programa para personas mayores.

Estos programas universitarios tienen diferentes estructuras, distintos contenidos y características académicas muy diferenciadas.

Hay dos modalidades de oferta desde las universidades españolas:

- La modalidad académica y de enseñanza universitaria, propiamente dicha, siguiendo las normas del Plan Bolonia, donde los estudiantes son alumnos universitarios de pleno derecho. En estos programas, una vez realizados, el estudiante sénior obtiene un título académico propio; como la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria con **CINCO DIPLOMAS ESPECÍFICOS PARA LOS ALUMNOS SÉNIOR**, la Universidad Pompeu Fabra con el título propio **SÉNIOR DE ACTIVIDADES ACADÉMICAS ESPECIALES**, o la Universidad de Vigo con el título **GRADUADO SÉNIOR Y GRADUADO SUPERIOR SÉNIOR**
- La otra modalidad son LAS AULAS DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA PARA LOS MAYORES, y LAS AULAS DE LA EXPERIENCIA, con un contenido formativo basado en talleres, charlas, completamente distinto al anterior, sin el rigor académico de un título propio.

Todos los Programas Universitarios para Mayores -excepto los de la UNED (Universidad de Educación a Distan-

cia)- son programas presenciales, que se crearon realizar actividades ligadas al desarrollo personal de las personas mayores y la mejora de las relaciones personales e interpersonales, así como también para la actualización e incrementación de conocimientos.

La presencialidad es inherente a estos programas, por su importancia para combatir la soledad, para ampliar y consolidar los vínculos sociales de las personas mayores, para permitir una vejez más saludable y activa y, en definitiva, para mejorar y reforzar el bienestar psicológico y los niveles de autoestima de este colectivo.

La pandemia provocada por la covid-19, ha modificado, no solo los hábitos y las costumbres en todos los ámbitos de la sociedad, ha transformado la vida de miles de personas mayores, que han tenido que buscar soluciones a sus necesidades de formación, como es en el caso de las personas mayores que están realizando estudios universitarios dentro de los PUM, por la falta de atención o de soluciones adecuadas de las instituciones.

Analizando la respuesta de las universidades ante el reto de mantener la actividad académica en los Programas Universitarios de Mayores durante la pandemia, comprobamos que hay reacciones y soluciones de todo tipo:

- a) enseñanza presencial con continuidad académica,
- b) modalidad de formación combinada: presencial y online,
- c) oferta académica solamente online,
- d) supresión del programa durante el primer cuatrimestre, esperando la evolución sanitaria para iniciar el programa en enero de 2021, ofreciendo la formación únicamente durante un cuatrimestre académico,
- e) anulación definitiva del PUM para el curso 2020/2021.
- f) oferta de charlas y/o conferencias, de manera esporádica y de contenido variado

Actualmente en la mayoría de la universidades se ha suspendido el Programa Universitario de Mayores, sin posibilidad de participación de las personas mayores en los estudios que habían comenzado, o que tenían intención de iniciar.

- En algunos casos la Universidad ha sustituido el programa presencial por la oferta online, con continuidad académica.
- En otras universidades se ha suspendido el PUM, con oferta de charlas/conferencias online, pero sin continuidad en los estudios que se estaban realizando.
- Solamente algunas y escasas, universidades han trabajado y han realizado el esfuerzo de mantener la formación académica presencial con total seguridad, cumpliendo las normas sanitarias exigidas, a veces recurriendo a números clausus en las aulas, o reduciendo el nº de matrículas y completándolo con formación online; como en la Universidad de Vigo, algunos cursos de la Universidad Pontificia de Comillas o de la Universidad Complutense.

Ante esta situación, en CAUMAS se reaccionó y se puso en marcha un gran proyecto para atender y dar formación a los universitarios mayores en confinamiento.

En marzo, en pleno confinamiento, comenzamos con el proyecto **#mayoresactivosencasa**.

Para realizarlo se actualizó la Plataforma de formación, se desarrolló la instalación de APP y de la Plataforma de Moodle para cursos de larga duración.

Se han modificado y actualizado totalmente con las últimas versiones de las tecnologías utilizadas en la plataforma digital y se ha establecido un formato más visual y moderno. Se ha desarrollado un modelo **multiplataforma** para poder estar disponibles las plataformas de los socios que lo deseen. Se han creado los portales de la Plataforma de cada uno de los Socios para que tengan la posibilidad de comunicar a sus respectivos asociados las actividades que se desarrollan en el portal de CAUMAS de una forma personalizada a cada Asociación y Federación. También se ha mejorado la visibilidad en medios y redes sociales y se ha facilitado el procedimiento de registro, para los participantes en las actividades.

Mantenimiento y desarrollo de APP: Se han desarrollado las APP's de la plataforma en los dos sistemas para su utilización tanto en los smartphones como en las tabletas, IOS y Android. La APP de Android se encuentra ya publicada en la tienda online de este sistema operativo, Play Store, quedando pendiente de auditar por Apple su publicación en la Apple Store.

Desarrollo de la **Plataforma de Moodle** para cursos de larga duración. Desarrollando una plataforma apropiada para los contenidos de los cursos que denominamos largos, ya que estos tienen otra metodología distinta; con la incorporación de foros y tutorizaciones para las personas que asistan como alumnas a los cursos.

Todo esto dentro de un **Plan de Formación**.

Los Cursos realizados se ejecutan en dos modalidades de impartición que son:

- Cursos Telepresenciales
- Cursos Online o visionados de las grabaciones de los cursos Telepresenciales

Los Cursos Telepresenciales grupales desde las Aulas de nuestros asociados y colaboradores quedan suspendidos.

En las amplísimas materias de los cursos y actividades se incluye, según corresponda en su temática, alguno de los 17 ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible, Programa de la Naciones Unidas para el Desarrollo, UNDP sus siglas en inglés) que se adoptaron por todos los Estados Miembros en 2015 como un llamado universal para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas gocen de paz y prosperidad para 2030.

TEMÁTICA de las actividades:

- TICs,
 - Manejo
 - Móviles
 - Cámaras, videos
 - Como realizar documentos
 - Firma digital
 - Gestiones digitales
- Arte
 - Visitas virtuales a museos
 - Conferencias sobre vanguardias

- Cine.
- Clásicos y Renacimiento
- Ética y estética

- **Literatura**

- Cervantes, Galdós, Lorca, Mujeres en la Literatura

- Sociología
- Economía
- Derecho
- Historia
- La UE, su historia, desarrollo, miembros, etc.
- Psicología
- Salud
- Prevención sanitaria
- Monográficos sobre los derechos de las personas mayores, con intervenciones tan destacadas como la del Defensor del Pueblo.
- Fomentar, adquirir y practicar actitudes para superar una soledad No deseada

En septiembre 2020, al comprobar que la mayoría de las universidades suspendían el Programa Universitario de Mayores, CAUMAS decide continuar con la oferta de formación online y se lanza el proyecto **#seniorsactivos**, porque, aunque ya no estábamos en casa confinados, la mayoría de nuestros socios no puede asistir presencialmente a la Universidad.

#seniorsactivos es una ampliación del proyecto anterior, donde, además de las temáticas citadas, se amplía la oferta con más actividades, como las conferencias en directo que los propios profesores universitarios del programa realizan para los estudiantes sénior, en un intento de mantener el contacto, la comunicación y la formación.

Toda esta actividad se graba en vídeos que se cuelgan en la videoteca de la plataforma digital para poder visionarlos en cualquier momento -por si el día de la conferencia no se ha podido asistir o simplemente porque se quiere volver a oír y ver-.

El resultado de participación, hasta noviembre de 2020, ha sido de **105.826 participantes, incluyendo las sesiones en directo y el visionado posterior de los videos.**

El número de actividades **EN DIRECTO** ha sido de **312, una media de 8 actividades semanales en directo, de lunes a viernes.**

Nos hemos adaptado a la nueva realidad, haciendo un gran esfuerzo para mantener la formación continua al colectivo de personas mayores.

Y desde CAUMAS continuamos con más programación para el año 2021, añadiendo la presentación de libros por sus autores, facilitando el debate e interactuando con las personas asistentes para que pregunten al/la autor/a sobre la obra presentada. Renovados y adaptados a las necesidades de la nueva realidad.

Deseamos que esta situación de falta de contacto personal, por el riesgo que supone el contagio, sea superada y volvamos pronto a encontrarnos y vernos en las aulas de nuestras universidades.

Mientras tanto seguiremos trabajando y reinventándonos para atender las demandas de nuestro colectivo.

Autora:

Marina Troncoso Rodríguez
Presidenta de CAUMAS



V International scientific conference of
educational projects for seniors



Año 2020:
Personas Mayores en la Universidad
Actuaciones ante la pandemia

In 2020
Seniors at the University
Actions in the face of the pandemic

Online, December 9, 2020

NINGÚN VIRUS ES PEDAGÓGICO

JOSÉ ANTONIO CARIDE



La pedagogía no es un virus ni sus lecciones las de un pedagogo que está intentado decir algo que debamos aprender para un futuro más habitable. Siendo verdad que tendremos un problema si no escuchamos y entendemos lo que la covid-19 nos está diciendo, lamento discrepar -aunque sea en las palabras- con el magisterio cívico e intelectual de Boaventura de Sousa Santos, cuya obra aprecio desde que tuve la oportunidad de leerle, por vez primera, en *Pela mão de Alice. O social e o político na transição pós-moderna* (Afrontamento, 1994); y, recientemente, en su lúcido ensayo sobre a cruel pedagogía do virus (Almedina, 2020), cuestionando un modelo de desarrollo y de sociedad agotado, ecológica y éticamente. Siendo así, además de enfermarnos biológica y psicológicamente, el coronavirus desvela modos de producir y consumir insostenibles, que agravan las injustas e injustificables desigualdades sociales, prolongadas en el hambre, la pobreza, la discriminación o la exclusión de millones de seres humanos, muchos de ellos niños. Y, con ellas, un sentimiento de vulnerabilidad que creíamos desterrado, al menos en las *sociedades opulentas* (Galbraith) del capitalismo globalizado y sus insaciables mercados.

Sociológicamente, el diagnóstico de la pandemia y sus trágicas circunstancias son irrefutables: "todo lo que es sólido se desvanece en el aire", acudiendo a la expresión de la que hicieron uso Marx y Engels en el *Manifiesto Comunista* de 1848. Como entonces, 150 años después, creencias e ideas veneradas secularmente están rotas, forzando a la humanidad a reconsiderar sus condiciones de existencia y sus relaciones recíprocas. Lo hace con urgencia, sin la serenidad a la que se aludía en el *Manifiesto*, ante las inkomodas verdades del mundo desbocado en el que nos hemos instalado. Son otras, sin dejar de ser las mismas que hicieron de la dignidad un valor de cambio, perpetuando la opresión y la explotación directa, descarada, brutal... del Planeta y de la vida en común.

A diferencia del pasado, cuando lo social exigía u obligaba compartir unas mismas coordenadas espacio-temporales, el presente transita por hilos inalámbricos. Invisibles, como el virus, pero muy eficaces para que los negocios y el ocio no cierren nunca. El computador personal y todos los dispositivos que abren pantallas (televisores, tabletas, móviles, etc.), tienen mucho más del primero (*negotium*) que del segundo (*otium*): conectan, procesan, almacenan, registran, ordenan, informan... A cambio crean necesidades y perpetúan dependencias psicosociales y socio-económicas hasta hace poco impensables.

Solo en España se calcula que el acceso universal a una formación *online* que atienda la educación obligatoria se

aproximará a los cincuenta millones de euros. Sorprende que hasta algunos de los educadores e intelectuales más vanguardistas -que se autoproclaman reformistas, progresistas e innovadores- afirmen que el gran cambio de la educación será el que se construya con internet. La enseñanza, presagian, saldrá de la pandemia más preparada para aprovechar la tecnología y las "nuevas" opciones de la docencia. Nada, o muy poco, dicen de los aprendizajes y de las convivencias. Lo importante, como sucedió con la "banca digital" en su relación con los clientes, será incrementar la competencia de los operadores -en este caso, del profesorado y del alumnado- y de las estrategias que la hagan posible, "caiga quien caiga". Si cerraron las oficinas bancarias y hasta las empresas con los soportes corporativos más consolidados ¿que impedirá que puedan hacerlo las escuelas o las universidades?

La desescolarización de la sociedad, que tuvo en Ilich, Reimer o Goodman a sus principales defensores, nunca imaginó un escenario tan proclive para sus teorías. Ni un contexto-pretexto tan irrefutable: la salud. Su profecía empieza a cumplirse: al monopolio de las escuelas sobre la educación lo sustituirá el que ejerza la tecnología sobre la sociedad. Según Iván Ilich, la mutación exigirá, como mínimo, tres cosas: dotarla de redes y tramas que faciliten la formación, potenciar el aprendizaje informal y retornar a la responsabilidad y la iniciativa personal en el aprendizaje. Ya están servidas. El virus, argumenta el filósofo coreano Byung-Chul Han, además de acabar con los rituales, está destruyendo las comunidades y los vínculos sociales cuando, paradójicamente, la hipercomunicación no las fortalece, sino que las debilita.

Digámoslo con rotundidad: no hay *paideia* ni pedagogía sustentadas en el temor, el dolor o la muerte, sin escuelas y una sociedad que las elogie. Ningún virus es pedagógico, como tampoco lo son las enseñanzas y/o aprendizajes que destruyen los derechos y deberes de la *polis*, que no agranden la ciudadanía cada día que amanece, o que no asuman que la convivencia es mucho más que la mera supervivencia.

Volveremos para reflexionar acerca de cómo podrá hacerse, pedagógica y socialmente, cuidando y cuidándonos.

José Antonio Caride

Catedrático de Pedagogía Social
Universidade de Santiago de Compostela
joseantonio.caride@usc.es



EL NUEVO BAILE QUE NOS TRAE LA PANDEMIA A LOS UNIVERSITARIOS MAYORES

RAFAEL RECHE SILVA



Los universitarios jóvenes y más los mayores se enfrentan a las marejadas que van y vienen con olas de un virus que azotan nuestro modo de vida, transforman el paisaje urbano y nos convierten en testigo del período pasado que fue, de un curso anterior detenido, tan cercano y tan remoto a un tiempo, hoy, suspendidos en sí mismo, encerrados en una esfera de cristal.

El presente es una aparición efímera, irreal para nuestro entendimiento, algo que se deshace apenas se toca. Los universitarios y la sociedad de mente abierta hemos aprendido en la fugacidad de las cosas, que la vida es un espectáculo unas veces animado y otras indescifrable, que el virus es un péndulo que nos pasa de un lado a otro, con la suerte que no contamina la conciencia fresca de la creatividad y la espontaneidad del ingenio.

La condición de sobrevivir está en nuestra verdadera naturaleza, podemos escapar del precipicio que nos arrastra la pandemia, los universitarios mayores del Aula Permanente (APFA) de la universidad de Granada, revelan sus yo ilusionate, el apego al mundo, despiertan la inquietud de aprender las nuevas tecnologías, los jóvenes lo llevan en el ADN desde que nacieron, pero los que peinamos algunas canas, jubilados, hombres y mujeres mayores que combaten su soledad impuesta, sorprenden a muchos su capacidad de adaptación y aprendizaje, no exenta de su dosis de rebeldía para integrarse en el nuevo universo digital que ha forzado el virus: las redes sociales (Wasaps, Facebook, Instagram...), clases online, visitas virtuales a museos, monumentos en la ciudad...

Un nuevo baile en un mundo distinto ha creado un estilo de vida diferente que por un lado avanzamos pasos y en ocasiones retrocedemos algunos. En realidad, se ha disipado la efusiva sociabilidad (abrazos choques de manos, besos...), el encuentro en los pasillos bulliciosos de la Universidad, la amistad y compañerismo tejidos en las horas en las aulas y en los días de viajes con la asociación de estudiantes, en definitiva, nos ha adormecido la seducción de vivir en plenitud una segunda vida como jóvenes maduros universitarios sin embargo progresamos en las dificultades, mayores con un poder interior curtido por los años, irreductibles al desánimo, luchan por la defensa de la permanencia del Aula de Mayores en Andalucía, cada tarde sus rostros sin mascarillas se iluminan en la pantalla del ordenador compartiendo una clase online, se animan a salir a la calle con sus lápices y papel a pintar las calles de Granada, se calan sus zapatillas de deporte y recorren en grupos reducidos los entornos de la ciudad, se manifiestan con sus opiniones en las redes sociales, cuelgan emoticones de risas, corazones, el pulgar levantado con el ok.

Estudiantes mayores que viven despiertos, que no se resignan y se amoldan con su fuerza vital a seguir el ritmo de los tiempos que nos ha tocado vivir frente a una pandemia sin frontera

Rafael Reche Silva,
alumno del APFA y miembro de la JD de la Asociación de estudiantes mayores, ALUMA.
Premiado en Relatos Cortos en los concursos de asociaciones de mayores de las Universidades de Granada, Alcalá de Henares, Asturias y Melilla.

CRÓNICA DE UN PARÉNTESIS EN LA PANDEMIA

CARMEN CAMARGO



Desde hace más de 15 años, asistimos al festival de cine de San Sebastián.

Al principio organizando todo sobre la marcha (algunas veces sin reservar alojamiento), sin tener entradas para las películas..., todo muy precipitado y así sucedió que un año tuvimos que dormir en un sitio inmundito, cerca de la cárcel de Martutene y acabamos presentando una denuncia por las condiciones del "hotel".

Pero aprendimos y desde hace ya muchos años organizamos con bastante antelación todo lo relativo a alojamiento, nos informamos de todo lo que se "cuece" en el Festival y compramos las entradas por internet, una vez elegidas las películas que podemos ver en los últimos tres días del festival, fechas que ya tenemos fijadas desde hace tiempo.

San Sebastián es una ciudad maravillosa que siempre merece una visita en cualquier momento del año, pero durante el Festival de Cine cobra una vida y una energía que te arrolla, sobre todo si eres amante del cine. El ambiente es increíble, las calles están llenas de gente de todas las partes del mundo: directores de cine, productores, actores, críticos, corresponsales de medios de comunicación, personal acreditado, espectadores, mirones.... es increíble! ¡La alfombra roja delante del Auditorio Kursaal es un hervidero!

Pintxos: Pretender el acceso a la barra de alguno de los múltiples bares que hay en el casco antiguo sobre todo, es misión casi imposible, pero no hay que tener prisa porque la gran variedad de exquisitos y apetitosos pintxos compensa la espera. ¡Y te los comerás todos! También está la opción de comer o cenar en un restaurante y la oferta es abundante y de calidad aunque cara, no hay que olvidar que Guipúzcoa está considerada la Comunidad Autónoma con mejor calidad de vida y mayor renta per cápita.

¡Por la mañana (si toca) y por la noche, al cine! Y entre medias, solemos organizar unas excursiones que vamos variando para conocer sitios nuevos. El año 2019 estuvimos en la ermita de San Juan de Gaztelugatxe, en Bilbao. Este lugar junto con Zumaia y otros dos lugares más en el País Vasco, fueron escenarios de la serie Juego de Tronos. Entrada obligada a Francia todos los años, Biarritz, San Juan de Luz, St. Étienne de Baigorri, Saint Jean a Pied de Port... lugares todos preciosos y cercanos.

Hasta aquí el relato de los años anteriores a este fatídico 2020 (bisiesto). Y ahora el Festival de este año.

Como es fácil de comprender, tuvimos serias dudas sobre la conveniencia de ir o no a San Sebastián por la Covid-19 pero después de estar cuasi confinados desde marzo y no haber salido a ningún sitio, nos armamos de valor y junto con otros amigos, nos "echamos la manta a la cabeza" y ¡p'Donosti!

Previamente nos habíamos asegurado de que esta edición iba a ser diferente y que se habían tomado todas y cada una de las obligadas medidas de seguridad.

El aforo de las salas de cine estaba reducido al 40-50%, la renovación del aire modificada, un tiempo estipulado entre cada sesión para limpieza y desinfección de las salas, los tiques numerados (las otras ediciones no lo han sido), un despliegue de personal controlando los accesos y facilitando y obligando a ponerse gel hidroalcohólico a todo el mundo y vigilando que los espectadores ocuparan su butaca. Avisos en euskera, español e inglés en pantalla con todas las medidas de seguridad exigidas y avisando de una salida ordenada al finalizar cada sesión. ¡Impecable! ¡Mis felicitaciones a los responsables!

Hemos disfrutado de las películas, de unas más que de otras pues al ser estrenos mundiales normalmente, no hay críticas ni más referencia que la intuición o simpatía hacia Director, Actores y temática claro! La comida, como siempre, estupenda y al tratarse de sitios ya conocidos, no hay posibilidad de sorpresa o decepción, ¡todo buenísimo!

Entonces, además de la Covid-19 ¿qué ha hecho diferente a otras esta 68 edición del Festival? ¡La borrasca Odette!

Nunca, en todos los años que llevamos asistiendo a este festival, había hecho un tiempo tan horroroso: viento huracanado de más de 100 km./hora, unas cortinas de agua que empapaba a pesar de los paraguas (nos rompió tres paraguas), bajada de temperatura... mala suerte!

Con estas condiciones meteorológicas no hemos podido realizar nuestras excursiones, pero ni esta borrasca ni la Covid-19 han mermado el disfrute e ilusión de nuestro ya tradicional viaje anual y nos alegramos de haber tomado la decisión de ir en el último momento.

Carmen Camargo, Vocal de la Junta Directiva, Responsable de Excursiones y Viajes Cortos. AUCTEMCOL, Asociación de Alumnos Carlos III, Colmenarejo

LAS PASARELAS DE ALQUÉZAR

JOSÉ LUÍS SALAS OLIVAN



Esta pequeña población, que en 2017 tenía unos 300 habitantes, está situada en la margen derecha del último cañón del río Vero, al sudeste del Parque Natural de la Sierra y los Cañones de Guara, a 660 m de altitud, en la provincia de Huesca. El espléndido casco urbano es Conjunto Histórico-Artístico desde 1982, mientras que la altiva y encumbrada Colegiata es Monumento Histórico Artístico Nacional desde 1966.

El musulmán Jalaf ibn Rasid mandó construir el castillo como principal punto de defensa de Barbastro (Barbitanya) frente a los cristianos del Sobrarbe en el siglo IX. En el año 1067 se cita al rey Sancho Ramírez de Aragón que le concedió fueros en 1069 y privilegios en 1075. Alfonso I el Batallador otorgó nuevos fueros en 1125, confirmados en 1245 por Jaime I, que añadió los privilegios de feria y mercado. En los siglos XIII y XIV pasó por manos señoriales y volvió a ser de realengo.

El entorno paisajístico es impresionante. En él se funden la roca, el agua, la historia, el arte y la leyenda, formando un universo sorprendente. El tiempo se ha detenido en sus estrechas callejuelas y en las puertas de la muralla. Sobrecogen sus barrancos, acantilados, cuevas y abrigos, habitados desde la prehistoria como lo prueba el conjunto de arte rupestre prehistórico en el Parque Cultural del Río Vero.

Mientras por los altos riscos pueden verse quebrantahuesos, buitres, alimoches, halcones, etc. (ZEPA), es un placer recorrer el encanto medieval de sus calles y casas, incluyendo la parroquia dedicada a San Miguel Arcángel o el Museo Etnológico Casa Fabián. A las calles principales, relativamente amplias y rectas, confluyen en sentido perpendicular otras, pequeñas y cubiertas, los "callizos", de una fascinación especial. Al final del recorrido está la joya, la Colegiata de Santa María la Mayor, siglos XI al XVI, gótico tardío.

Su origen está en la fortaleza construida en el siglo IX por Jalaf ibn Rasid, "Al Qasr", la fortaleza. Conquistada hacia 1067 por Sancho Ramírez, fue fortaleza cristiana (Castrum Alqueçaris), que se convirtió en institución religiosa. Se construyó en estilo románico, sustituida en el siglo XVI por otra tardogótica. Es obra de Juan de Segura, autor también de la Seo de Barbastro. En el siglo XIV se había construido el claustro, de planta cuadrangular irregular para adaptarse al espacio, con reminiscencias románicas como seis capiteles historiados, de la primera mitad del siglo XII. Los muros se decoraron con pinturas al fresco en los siglos XV al XVIII. El atrio quedó integrado en el claustro, con una bonita portada gótica para acceder a la iglesia, de bóvedas de crucería estrellada.

Además de los valores artísticos de la población, este patrimonio, natural y cultural al tiempo, ofrece múltiples alternativas en sus mágicos rincones para todo tipo de excursiones. Muy famosa es la **Ruta de las Pasarelas**. Se trata de un recorrido circular de montaña, exclusivamente senderista, de unos tres kilómetros de longitud y 180 m de desnivel acumulado, en un rincón mágico y espectacular esculpido por el río Vero en las calizas de la zona.

En un mundo de inmejorables valores paisajísticos, podemos disfrutar de sensaciones especiales admirando la agraciada combinación de agua y roca, y los trabajos del hombre para aprovechar la fuerza del agua del río.

Se puede obtener el billete de entrada por internet para evitar colas y para asegurarse el acceso en determinadas fechas que resulten conflictivas. El punto de partida es, desde la plaza Rafael Ayerbe –antigua Plaza Mayor-, al lado del Ayuntamiento, la calle Iglesia, que desciende hacia la Colegiata. Aquí también puede adquirirse el billete.

Nos colocamos el casco protector y se comienza el primer tramo del recorrido, la bajada al río Vero por el Barranco de la Fuente, encajonado entre altas paredes calizas, con la elevada Colegiata en lo alto a la derecha y la Peña Castibién a la izquierda, lugar de escalada. Esta bajada, de recortado horizonte, está acondicionada en algunos tramos con pasarelas de madera, pero hay zonas rocosas y tramos muy frondosos, con plantas rupícolas, que alivian el calor de algunos días con su sombra y humedad. En conjunto, puede admirarse el trabajo erosivo del agua y el viento a lo largo del tiempo, mientras, en silencio, pueden verse las rapaces sobrevolando la zona.

El segundo tramo es el río Vero. Al llegar al cauce, invadiendo la soledad del río, se va unos cien metros a la izquierda para ver una curiosa oquedad formada por la erosión del agua, la cueva de Picamartillo. El río como escultor del paisaje. Retrocediendo un poco se toma, atravesando un cortado vertical, el primer tramo de pasarelas aéreas, debajo de las cuales corre el río de aguas verde oscuro en la sombra y más claro al sol, para bajar de nuevo al cauce del río, a un lecho de grises cantos rodados, siempre por su orilla derecha. Se continúa un poco por la orilla del agua, al pie de árboles que sombrean sus orillas, hasta el estruendo del salto de agua en el Azud, cascada ruidosa cuyo eco resuena en el cañón. La caída del agua es una inigualable metáfora de la libertad. Es una zona muy agreste –caos de bloques rocosos, oquedades, pozas-, iniciada en el azud, que tomaba el agua que se derivaba por un canal a la Central, situada más abajo, para generar electricidad. Las pasarelas servían de comunicación entre los tres elementos, azud, canal y central, para los operarios de mantenimiento de la infraestructura, al igual que en el Caminito del Rey. Todo esto da fe de la importancia del río en la vida de las gentes. El río es como la sangre de estas tierras.





Arriba, un trozo de cielo. Abajo, entre las peñas, obstáculos que rompen el flujo uniforme de la corriente, el minúsculo pasillo del río trashumante. El río es pequeño y humilde como sus pueblos, pero bravío, y ha excavado su camino en pleno corazón de las montañas, oculto tras las peñas de las hoces que lo aíslan del mundo y lo guardan como un tesoro en lo más hondo de la sierra.

Desde la antigua central se asciende por un sendero hacia el pueblo. Este era el recorrido de las primitivas pasarelas, pero ahora se ha ampliado. Hay que seguir el letrero que indica Mirador, a la izquierda, que nos dirige al nuevo trayecto, otro tramo de pasarelas más moderno y más aéreo, con espectaculares vistas sobre el río, barrancos y, pasando bajo la Colegiata, Alquézar en lo alto. Mientras se siente debajo el murmullo y la humedad de la corriente, en este tramo ya puede empezar a notarse las contradictorias sensaciones que produce la altura. Así se llega al Mirador, desde el que puede contemplarse una espectacular panorámica del último cañón del Vero.

Es impresionante el abismo de las hoces que el río ha labrado quebrantando la roca para poder abrirse paso y esconder su belleza en la angostura de la grieta, en un peregrinaje tortuoso desde su nacimiento, en un trabajo durante muchas edades. Este escenario hostil es un paisaje en busca de miradas, con el fondo del valle en la sombra, silencioso como la muerte: lo único vivo parece el río, cuyo incesante trabajo, con su continuo fluir, con su incansable desgaste de la tierra, hendiendo continuamente el paisaje, es la imagen de la lucha por la vida y del trabajo constante.



Desde aquí se sale al camino empinado, pesado en días calurosos, que, entre almendros y olivos, nos devuelve a Alquézar, a la plaza del frontón, donde dejamos el casco y nos refrescamos en las terrazas de los bares, próximos a la Oficina de Turismo. A la sombra y con alguna bebida fresca, el pensamiento vuelve al río.

José Luís Salas Oliván

Vocal de AUDEMA

Asociación Universitaria de Mayores de Alcalá



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcalá

VERSOS DE CARRETERA

y otros átropos (2ª parte)

No es que lo tengamos todo visto pero no está bien visto programar viajes en estos tiempos pandémicos que corren, así que opto por re-viajar a través de esas cosas que, con más o menos tino, uno ha ido vertiendo, letra a letra, en muchos de los viajes realizados durante estos años.

Versos de carretera no es, ni más ni menos que una recopilación de ese material con el que os he ido dado la tabarra mientras nos movíamos por esos mundos, siempre guiados por una organización impecable que nunca terminaré de agradecer. Como tampoco terminaré de agradecer que no me guardéis rencor (al menos no tengo constancia) por daros tanto la lata.

Son cosas que no tuvieron otra pretensión que la de entretener esos momentos tan gratamente compartidos. Cosas sencillas nacidas de la observancia de tantas cosas vistas, vividas y sentidas.

Es verdad que mucho de ello se ha perdido, pero aún he podido atropar una buena parte.

Pues eso, os dejo esta geografía de versos porque acaso sirva, si tenéis la paciencia de leerlo, para hacer un corte de mangas al aburrimiento de estos tiempos en los que no podemos movernos mucho y, de paso, rememorar momentos y lugares.

Eliseo



7. Viaje a Portugal (Jun 2017)

Viejo Duero que allá en tu Soria pura
regaste el olmo viejo de Machado,
ganando liquidez perdiste altura
y hoy te rindes al mar lento y cansado.
Ancho Douro que calmas tu andadura
bajo el último puente reflejado,
no sabes que, aunque el olmo se ha secado,
los versos no han perdido su frescura.

La noche es puro pecado
incendiando la velada
cuando la pena cantada
es lamento desgarrado.
La profundidad del fado
trenza el arte con la pena
cuando el alma sale a escena
con dulce voz portuguesa.
Es quejido que atraviesa
la penumbra de la cena.

Todo pasa y todo queda,
pero lo nuestro es pasar
abriendo siempre caminos
de perpetua libertad.
Viejo Duero, son tus huellas
el camino, y nada más.
Viejo Duero, no hay caminos
que no lleven a la mar.
Abriste, al andar caminos,
sin volver la vista atrás,
sin saber que el olmo viejo
ya es madera, y algo más.
Es la vida viejo Duero,
no vuelvas la vista atrás,
que aquel olmo de Machado
ya nunca más brotará
Duero viejo y acabado,
nunca te perdonaré

que te bebieras los claros
arroyos de mi niñez
y aquella escuadra invencible
que eran cáscaras de nuez.
Cuando el mar era un remanso,
el renacuajo un gran pez,
la vejez cosa de viejos
y el pasado era anteayer.
Es la vida viejo Duero,
es la vida, ya lo ves,
a ti te pesan las aguas
y a mi me pesa la piel.
Es la vida Viejo Duero,
mira hoy tú como te ves:
torpe, lento, tembloroso
y apagada ya tu sed.
Lejos de aquel olmo viejo
que regaras una vez.
Todo pasa y todo queda,
pero lo nuestro es pasar
y a ti y a mí nos espera
la eterna danza del mar.



Permitid que hoy con mi verso
y las pavesas de cielo
trence un crespón sobre el suelo
de este Portugal inmerso

en el más trágico horror,
y maldiga al dios Vulcano
que ayer se le fue la mano
con su fragua de terror.
En este lunes de adiós
mandemos nuestros abrazos
a este pueblo hecho pedazos
que hace hoy preguntas a Dios.
Y como final de viaje
al cruzar hoy la frontera,
cada cual a su manera,
dejemos como peaje
el valor de una oración,
el pésame más sentido,
el beso más dolorido
y un lazo en el corazón.

8. Viaje a Lugo (Oct 2017)

Me entretuve en la mirada
de esa muralla inmortal
que con látigo imperial
fue por Roma cimentada,
y admirando la fachada
de esa pétrea fortaleza
quise saber con certeza
los siglos que ha resistido,
y resuelto y decidido
a un gallego pregunté,
por no dar palos de ciego,
y respondiome el gallego:
¿cuántos siglos piensa usted?
Y esa bella catedral,
que tanto elogio merece,
¿usted me podría informar
a qué estilo pertenece?
y prosiguiendo en su empeño
me respondió el lugareño:
¿a usted a cuál le parece?
Por sana curiosidad,
que no por rizar el rizo,
pregunté en la catedral
a expensas de quien se hizo
la última restauración,
¿del Obispado o la Xunta?
Y fue la contestación:
¿y por qué me lo pregunta?

Sobre el Sil encañonado,
berciano y acaudalado
que da fama y agua al Miño,
como un tembloroso guiño,
flota en su luz reflejado,
ese viñado, hoy dorado,
donde rezuma la esencia
y la roja transparencia
de un vino sacralizado
y audazmente cultivado.



Este viaje cultural
me sirvió para aprender
que Lugo tiene su aquel
y un pulpo fenomenal,
y que no están nada mal
los caldos de su ribera.
También descubrí que era
una ciudad muy antigua
y su muralla atestigua
que hubo allí buena cantera.
Que San Froilán, su patrón,
fue obispo de tal altura
que mereció sepultura
en el más sacro rincón
de la ciudad de León.

9. Viaje a Campo de Criptana (Dic 2017)

Hoy lo he visto, Caballero:
lo que molinos parecen
son gigantes que merecen
la embestida de tu acero.
Si tu escudero prudente
harto de pan queso y vino,
al ver gigantes de frente
se imaginara molinos,
yo no me hubiera escudado
en corduras, don Quijote,
de haber estado a tu lado
te hubiera echado un capote.
Y aunque quedara maltrecho
y abollada mi armadura
yo también lo hubiera hecho
rey de la Triste Figura.
Si vuelves cuenta conmigo
y, a lomos de la locura,
yo cabalgaré contigo
por la manchega llanura.
Nos batiremos a ciegas
con tanta falsa cordura
aunque en alguna refriega
perdamos la dentadura.
Si vuelves cuenta conmigo
para una nueva aventura
Si vuelves cuenta conmigo
seré tu Alegre Figura.

Por los caminos del viento
llega el eterno lamento,
como un eco de dolor
de esos molinos que antes
fueran temibles gigantes
vencidos por el valor
de un andante caballero
que con lanza y escudero
este lugar cabalgó.
Mudó el tiempo sus destinos
convertidos en molinos
y un maligno encantador
les dejó como castigo
moler y moler el trigo
hiciera frío o calor,
y como único alimento
comer pan y beber viento
como el manso labrador.
A nadie, en su sano juicio
le quedará ni un resquicio
de duda de que hay encanto,
porque si molino fuera

una bella molinera
nos regalara su canto
mas fue la voz, sin embargo,
de un mozo de blusón largo
la que deshizo el encanto.

Estas aspas, Sancho amigo,
que de mil vientos bebieron,
antes de moler el trigo
al Caballero molieron.
Y no es igual, por ventura,
el viento y la ventolera
ni molienda y moledura
se miden de igual manera.



Mientras medio autobús andaba en sueños, andaba yo en pensares de molinos y me vino a la memoria aquello escrito en un lugar del Quijote: "En un lugar de las montañas de León tuvo principio mi linaje, con quien fue más agradecida y liberal la naturaleza que la fortuna..."

Tener una geografía tan rasgada por ríos, hizo que en mi tierra el inventario de molinos de agua sea abultado y nunca fuera menester atrapar vientos para moler el grano. Mal lo hubiera tenido el Caballero para enfrentarse a las aspas de esos molinos que bucean en la corriente, pero con estos de viento no es extraño que a don Quijote le diera la ventolera y embistiera...

Pensaba también en la blanca soledad y el duro oficio del molinero, siempre metido en harina y en sospechas de sisar en la maquila. Desde antiguo se estudió a los molineros entre las aves rapaces...

Y qué decir de las molineras... Eso es harina de otro costal. ¡Ay!, las molineras, en boca siempre de coplas y leyendas de arrimes y devaneos (omito decir fornicios) extra-coyunda. Ya lo dice una vieja copla: "A robar corazones voy al molino, porque la molinera, me robó el mío..."

Y no nos olvidemos del sufrido asno de molino, con sus lomos molidos y moldeados por el peso de los costales. "Asno de molino, andar, andar y no adelantar camino"

Molinos de viento, molinos de agua que molieron el grano del pan de la infancia. Molinos que ya solo sirven para deleitar mirares y evocar ayer...
Gracias por aguantarme. Me encantó este día manchego.

10. Viaje a Atienza (Mar 2018)

Atienza guarda la hechura
recia de su ayer pujante,
donde pisó la herradura
de Babieca y Rocinante.

Castillo en roca enraizado,
Villa de factura añeja
donde se vela el legado
de aquella Castilla Vieja



11. Viaje a León y Valporquero (Abr 2018)

*Viendo desde el autobús el pesado cielo de la tarde opri-
miendo los trigales y ese horizonte a ras de suelo de la
llanura castellana, uno siente tranquilidad y sosiego. Esa
tranquilidad que debió sentir Don Miguel Delibes cuando
recorría estos ondulados páramos cazando conejos y pala-
bras.*

*De más joven yo también cazaba algún conejo... pero con
los años uno va perdiendo puntería... Ya solo disparo algo
a las palabras y, si salgo al campo, es solo para atropar ro-
cios... Buen viaje a León.*

Ensayando los senderos
de la juventud rabiosa
a una dama alta y hermosa
regalé amores primeros
cuando ella cada mañana,
en su naciente reflejo,
se miraba en el espejo
del cristal de mi ventana,
y al levantar la mirada
de mi mesa de trabajo,
miraba de arriba a abajo
su piel en piedra bordada.
Aún me tiene enamorado
y cuando la tengo enfrente,
siento celos de la gente
que la contempla a mi lado.
Y es que en un viejo edificio,
al pie de esta catedral,
cuando yo aún era un chaval,
tuve mi primer oficio.
Para mí esta catedral
es como maga vidente
que me encandila el presente
y me adivina el pasado.
Vistosa y frágil por fuera
por dentro fiel a su misa,

incitadora y sumisa,
rosa de mi primavera.

Todo tiene cabida en este angosto paso
el vértigo, la luz y la armonía;
el eco de la niebla y el silencio
violado por la espuma enfurecida
del agua que no fluye, se despeña
para aplacar la sed de la llanura.

No os fieis de la luz de estas montañas,
prisioneras del mar y la llanura.
Ni esperéis de esta vaga primavera
más orden que el desorden de la vida
brotando por doquier, dentro de un orden.
No os fieis de la paz de estas montañas
cobijo de rebeldes y vencidos.
Suenan huecas la voz de sus adentros,
donde las aguas, obviando geometrías,
abrieron abismales oquedades
hasta pensar la oscuridad extrema.



Si alguna vez, compañeros de viajes, la vida os lleva por el Alto Curueño; por esa indómita tierra, última en ser conquistada por Roma; por las cristalinas sendas del agua de ese "Río del Olvido" tan bien descrito por J. Llamazares, subid hasta el puerto de Vegarada para verlo nacer y, de camino, escuchad el bramido de la cascada de Nocedo y los ecos del silencio en las Hoces de Valdeteja.

Subid los 365 escalones que os llevarán hasta la ermita de San Froilán, colgada en la roca, y que alguien os cuente la leyenda del burro del santo. Cruzad los eternos puentes de de piedra; el puente de Los Ahorcados, el de Los Verdugos...

Y, sobre todo, visitad el pueblo de Arintero. Dejad que allí os hablen de su Dama, de la Dama de Arintero, esa heroína leonesa que se coló, como varón, en el ejército y luchó con valor contra el rey portugués, hasta ser descubierta cuando se enfrentaba, espada en mano, a un caballero enemigo. Cuenta la leyenda que un golpe de la espada enemiga rasgó su blusa y dejó a la vista una teta (un seno, dice la leyenda). El valor de esa dama hizo que los reyes de Castilla otorgasen al pueblo de Arintero abundantes privilegios.

Contaba el actor Viggo Mortensen, enamorado visitante de estos pueblos del Curueño, donde he oído que se compró una casa, contaba que la primera vez que recorrió estos pueblos y nadie le conocía, preguntó a un lugareño dónde podía comer una ensalada, a lo que el hombre respondió, sin apenas detenerse: "no es tiempo". Viggo entró en el bar del pueblo y volvió a preguntar: "no es tiempo de lechugas" le dijo el tabernero que sin más palabras le sirvió un trago de orujo (hacía frío) y un buen plato de chorizo y cecina. Y es que la dureza de estas tierras curte el carácter de sus gentes, escuetas en el trato pero leales sencillas y generosas cuando las descubres con calma.

Fuera un antojo del destino, la mala suerte o el empujón de vino, vino a caer Genarín bajo la rueda del camión de la basura. Eso fue hace mucho tiempo. Ocurrió una noche de Jueves Santo a comienzos del SXX mientras Genarín hacía sus micciones al arrime de la muralla.

La noticia se extendió como la pólvora (es un decir) y los ayes y lágrimas inundaron (en sentido figurado) la ciudad. ¡Ha muerto Genarín!

Genarín era, un personaje muy popular y querido en la ciudad. De profesión pellejero y pendenciero; frecuentador de tabernas y burdeles, lugares malos y nada recomendables en homilías, pero visitados de cuando en cuando por algún canónigo barrigón, arrastrado por el maligno Lucifer que hasta en las almas de los más venerables canónigos escarba... No me imagino, compañeros, un canónigo de la época desabrochándose toda aquella hilera de botonadura...

Cuentan que la vecindad despidió al pellejero con un entierro digno y bien llorado y, desde entonces, cada Jueves Santo, León celebra "El Entierro de Genarín" con una multitudinaria procesión, en la que se componen y recitan poesías y coplas en su honor.

Yo diría que Genarín es el primer santo leonés canonizado por "lo civil" y cada año es procesionado desde la plaza del Grano hasta el cubo de la muralla donde expiró. Cubo por el que trepa un mozo cofrade para depositar la Ofrenda a Genarín, en la que no falta una botella de orujo —hay un orujo de marca Genarín— para que al popular pellejero se le haga más llevadero el más allá.

12. Viaje a Pirineos (Jun 2018)

Yo para la cosa meteorológica local prefiero recurrir a la atávica sapiencia pastoril. Hoy logré contactar con un conocido pastor del Somontano para pedir su parecer sobre las previsiones del tiempo en la zona. Lo primero que me soltó es que estaba hasta los... (omito decir cojones) de que aemet se meta en sus asuntos y que en la próxima reunión de pastores elevará una queja al respecto.

Es hombre de poco discurso y mucha meditancia, preciso en cuestiones meteorológicas. Me contó que la deriva de la observancia comportamental del ganao le dice que cuando el ganao anda impaciente puede que esté barruntando agua y que estos días las ovejas (las negras) están haciendo mucho amague de impaciencia y desazón... también podría ser que huelan lobo cerca...

Me dijo que en las últimas mañanas se está viendo por la zona el grajo volar a ras de suelo, pero que en este tiempo viene siendo normal. Con el ganao nunca se sabe, me dijo, pero pa mí, la cosa no está clara...



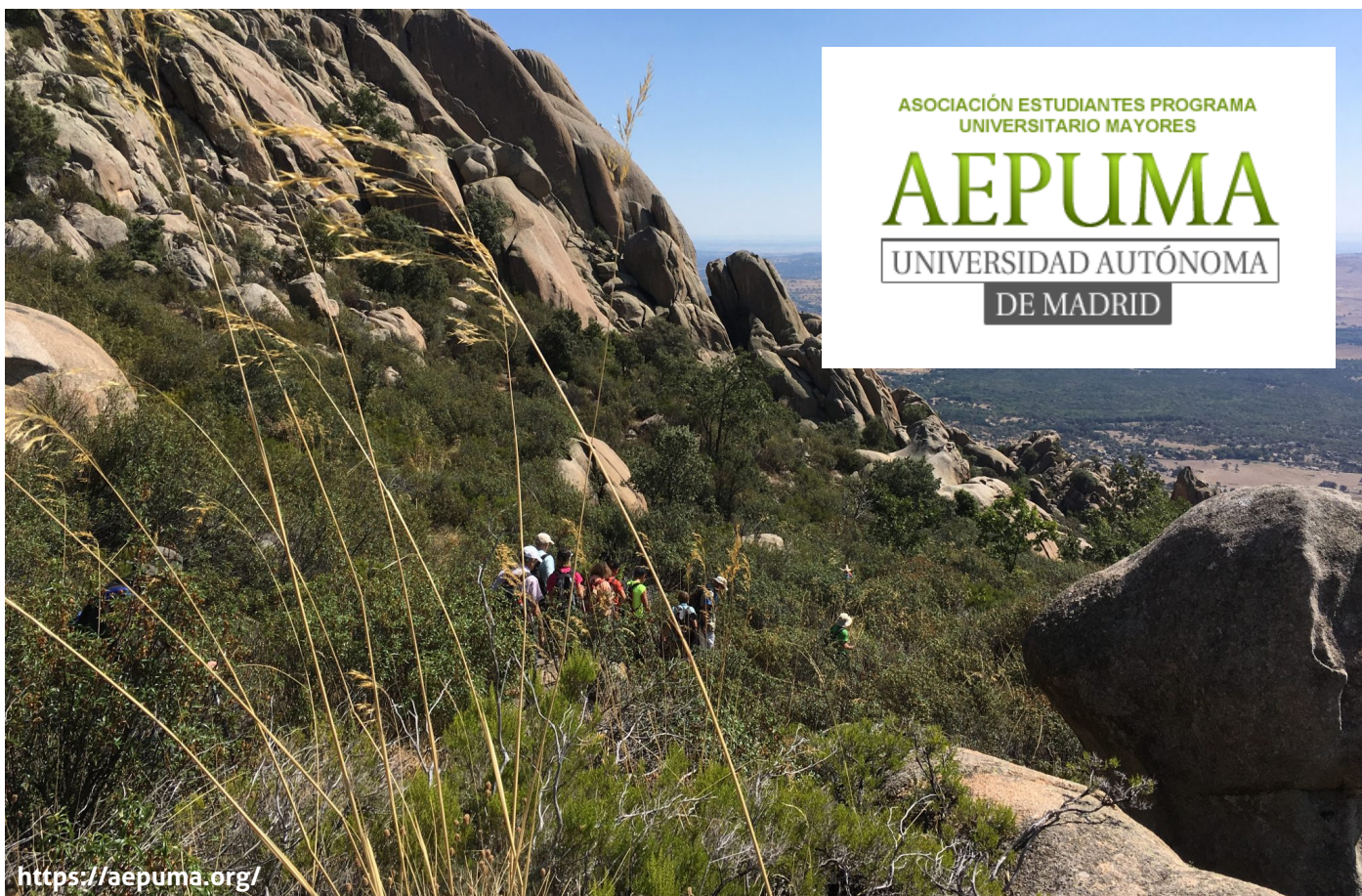
Por estos elevados horizontes
de frontera luz que hoy nos asola,
desolados cruzaron, no vencidos,
dejando atrás asolada su tierra.
Mordieron el silencio de estos montes
impregnados de sangre, plomo y miedo,
sin más ropaje que un manto de nieve
ni más camino que el que iban abriendo.
No siempre es primavera en esta tierra,
no siempre es primavera, compañeros,
hubo un invierno largo, crudo y ciego
de palomas que volaban al norte
cuando las aves hacia el sur volvían.

No abandones el rebaño,
sigue el paso de la guía
por aquí al que se extravía
no le encuentran en un año.

No te salgas de la senda
cuando andes por este monte,
si pierdes el horizonte
no pierdas nunca la rienda.
Pero si eso sucediese
y se te borra el sendero
reza a tu Dios verdadero
pero activa el gepeese.
Lleva vino, pan y queso
que andar perdido adelgaza
y no malgastes la hogaza
señalizando el regreso,
que hay mucho pájaro hambriento
acechando en la espesura
y si buscas aventura
la encontrarás al momento.
Si te pierdes cuídate
de adentrarte en la maleza
y no pierdas la cabeza
que guguel todo lo ve...
Y si acaso se da el caso,
cosa que nadie descarta,
busca la huella de Marta
antes que llegue el ocaso...
Y evita que por descuido
la recia lluvia te atonte.
Quien se pierde en este monte
doblemente está perdido...

Eliseo Fernández Gómez

Socio de AEPUMA y alumno en la Universidad
de la Experiencia de la UAM



<https://aepuma.org/>

NOMBRAMIENTOS SOCIOS DE HONOR DE AMULL



NOMBRAMIENTOS SOCIOS DE HONOR DE AMULL

**Mercedes Rodríguez del Palacio Fernández y
Olimpio Mateos Guerreiro.**

El jueves 29 de octubre de 2020 en la Asamblea General Extraordinaria de la Asociación Mayores de la Universidad de La Laguna AMULL, presidida por D^a Carmen Gloria Mesa Moreno y el secretario D. Luis Francisco López de Vergara Méndez, con la presentación de la nueva Junta Directiva, de los colaboradores y de la secretaría técnica, celebrada en Salón de Actos de la Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación (Edificio de Periodismo, La Pirámide) de la **Universidad de La Laguna**, se acordó nombrar los siguientes **Socios de Honor**: En primer lugar, a **Dña. Mercedes Rodríguez del Palacio Fernández** (adjunta a Presidencia) por su constante interés en que AMULL sea un referente asociativo en Canarias, por su participación en Juntas Directivas anteriores, por su asistencia a Jornadas Nacionales representando a la Asociación y por el apoyo a esta nueva Junta y especialmente a la Presidencia. Desgranados los motivos, la presidenta realizó un resumen del currículum: **Dña. Mercedes Rodríguez del Palacio Fernández** es doctora en Medicina por la Universidad de La Laguna y titulada en Enfermería por esta misma Universidad. Especialista en Endocrinología y Nutrición, académica de la Real Academia de Medicina de Santa Cruz de Tenerife, fue la primera mujer que perteneció a la Junta Directiva del Colegio de Médicos de Santa Cruz de Tenerife en calidad de Vocal de ejercicio libre.

Ha trabajado en el Servicio Canario de Salud y como médico provincial de Correos y Telecomunicaciones. Profesora titular de Seguridad e Higiene en el Trabajo, en la Escuela de Graduados Sociales y posteriormente profesora del ICAP para toda Canarias en temas de nutrición. Premio de investigación del Atlántico, Azores y Madeira por su tesis doctoral.

Durante más de tres años fue redactora de las páginas de salud del periódico ya desaparecido "La Gaceta de Canarias" y del programa "A tu salud" en Onda Cero. Ha impartido numerosas charlas para la empresa "Iltesa-Danone" a fin de mejorar los hábitos alimentarios de la población canaria. Directora y ponente de cursos en la Universidad Menéndez Pelayo, Adeje y en CajaCanarias durante su etapa de "Otoño Cultural" en relación con divulgación científica médica.

Relatos de bata blanca es su primer libro de cuentos, que ha visto la luz en Escritura entre las nubes.

Y a **D. Olimpio Mateos Guerreiro** (adjunto a Secretaría) por su entrega y dedicación durante quince años al frente de la Secretaría de la Asociación y por su nueva etapa de apoyo a la Junta Directiva adscrito a la Secretaría. **D. Olimpio Mateos Guerreiro** ha sido Secretario de la Asociación en los últimos 15 años, desde el año 2006 hasta el año 2020 durante el mandato de cinco presidentes. Nació en el año 1949 en un barrio popular del Municipio de La Laguna, como es La Cuesta de Argujón donde aún reside. Hijo de un funcionario del Estado (militar) que llegó destinado a Tenerife en los años 40 del siglo pasado y se afincó en la Isla. Estudió en el Colegio de La Salle, el Instituto en Santa Cruz de Tenerife y en la Escuela Normal de La Laguna (antigua Escuela de Magisterio). Fue maestro de Primera Enseñanza en varias localidades de las Islas, en El Hierro y en Tenerife. Ha cursado estudios en el Programa EUPAM para los mayores de la ULL. Ha publicado trabajos de clase de Canarias en la Biblioteca de la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos del Programa Universitario de Mayores (CAUMAS).

Ambas propuestas fueron aprobadas por unanimidad de la Asamblea y en reconocimiento y en recuerdo del día del nombramiento se les hizo entrega de placa y de diploma con el aplauso y el cariño de todos los asistentes.



Entrega de diploma y placa como socia de honor de la presidenta D^a Carmen Gloria Mesa a D^a Mercedes Rodríguez del Palacio Fernández



Entrega de diploma y placa como socio de honor del secretario D. Luis F. López de Vergara Méndez a D. Olimpio Mateos Guerreiro.

HOMENAJE DEL AYUNTAMIENTO DE LA LAGUNA A OLIMPIO MATEOS GUERREIRO



HOMENAJE DEL AYUNTAMIENTO DE LA LAGUNA A OLIMPIO MATEOS GUERREIRO 15 AÑOS SECRETARIO DE AMULL

San Cristóbal de La Laguna, en la Isla de Tenerife, Ciudad Patrimonio de la Humanidad- como ejemplo de la primera ciudad colonial española no fortificada- rindió homenaje a sus 35 asociaciones de personas mayores con una gala simbólica en el Teatro Leal, el miércoles 28 de octubre de 2020.

D^a. Candelaria Leónides Carrillo y D. Olimpio Mateos Guerreiro recibieron un reconocimiento en representación de las diversas entidades por la labor que han realizado a favor de los derechos de los mayores en la Ciudad.

Asistieron el alcalde de este municipio, D. Luis Yeray Gutiérrez Pérez; el concejal de Bienestar Social y Calidad de Vida, D. Rubens Ascanio Gómez; la concejala de Cultura y Participación Ciudadana, D^a. Yaiza López Landi; representación de la Junta Directiva de AMULL; así como numeroso público de las asociaciones de mayores del municipio, y familiares y amigos de los homenajeados.

es muy especial para la ciudad porque ayuda a visibilizar el gran número de asociaciones que tenemos y permite honrar al colectivo, que en estos momentos vuelve a hacer un sobreesfuerzo para dar respuesta a las dificultades por las que pasan sus allegados”, destacó el regidor local durante la celebración, en la que también se presentó el libro ‘**La Laguna ciudad amigable para las personas mayores**’. D. Luis Yeray Gutiérrez recordó que la obra, un diagnóstico impulsado por la Concejalía de Bienestar Social y fruto de la colaboración con la Universidad de La Laguna (ULL) a instancias de AMULL, supone el “pistoletazo de salida” para convertir al municipio en una **Ciudad Amigable con las Personas Mayores**, una distinción que otorga el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) a aquellos territorios que promueven el envejecimiento saludable y activo. “Esto es fundamental para el Ayuntamiento; responder a nuestros mayores con la atención, el cuidado y el cariño que merecen, a través de políticas que garanticen su calidad de vida”, concluyó.



Libro “Diagnóstico: La Laguna, Ciudad Amigable con las Personas Mayores”



Cartel del Evento “Día de las Personas Mayores”
Ayuntamiento de La Laguna

El Teatro Leal se convirtió en el escenario principal de una agenda cargada de actividades para rendir tributo a las 35 asociaciones de mayores de La Laguna, con motivo del **Día Internacional de las Personas Mayores**. “Este día

En similares términos se expresó el concejal de Bienestar Social y Calidad de Vida, D. Rubens Ascanio, quien destacó el papel de D^a. Candelaria Leónides Carrillo y D. Olimpio Mateos Guerreiro dentro del movimiento asociativo de Agüere, donde existen asociaciones con más de 20 años de historia. “Ambos son un ejemplo de compromiso y reivindicación de los derechos de la ciudadanía de más edad, un aspecto que queremos seguir abordando a través de un trabajo participativo que ya se ve reflejado en el libro que presentamos”, agregó. El concejal de Bie-

nestar Social recordó que contar con este diagnóstico sobre la situación, necesidades y demandas de las personas mayores es un paso fundamental para convertir a San Cristóbal de La Laguna en el **primer municipio de Canarias amigable con las personas mayores**, que significa ser un lugar mejor para vivir al cubrir las expectativas del 16 % de la población -las vecinas y vecinos con más de 55 años-. Para avanzar en ese objetivo, afirmó que se continuará con la línea de trabajo establecida, centrada en la participación y la colaboración de los distintos agentes implicados para implementar "un plan de acción realista" en este ámbito.

La gala continuó con el **homenaje a los dos representantes de Asociaciones** que por su trayectoria a lo largo de estos años han merecido tal reconocimiento público. A nuestro recién nombrado Secretario de Honor, Olimpio Mateos Guerreiro, le entregó el trofeo "Drago de Honor" la presidenta de AMULL, Carmen Gloria Mesa Moreno, la cual hizo una presentación de la Asociación y su papel en el derecho a la educación de calidad en el ámbito universitario público a lo largo de toda la vida y del papel de Olimpio durante los quince años de secretario, habiendo colaborado con cinco presidentes "lo que habla de su buen hacer", desgranando resumen de su biografía para el conocimiento del público, **"D. Olimpio Mateos Guerreiro ha sido secretario de la Asociación en los últimos 15 años,**

desde el año 2006 hasta el año 2020 durante el mandato de cinco presidentes. Nació en el año 1949 en un barrio popular del Municipio de La Laguna, como es La Cuesta de Argujón donde aún reside. Hijo de un funcionario del Estado (militar) que llegó destinado a Tenerife en los años 40 del siglo pasado y se afincó en la Isla. Estudió en el Colegio de La Salle, el Instituto en Santa Cruz de Tenerife y en la Escuela Normal de La Laguna (antigua Escuela de Magisterio). Fue maestro de Primera Enseñanza en varias localidades de las Islas, en El Hierro y Tenerife. Ha hecho estudios en el Programa EUPAM para los mayores de la ULL. Ha publicado trabajos de clase de Canarias en la Biblioteca de la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos del Programa Universitario de Mayores (CAUMAS) y actualmente ejerce el cargo de Secretario de Honor".

A continuación, nuestro compañero Olimpio Mateos agradeció a las autoridades y a AMULL tal reconocimiento, e instó al público asistente a matricularse en el programa EUPAM de la ULL. Terminó el acto con la actuación musical del grupo **"Alma de Bolero"**.

Fotos © Ayuntamiento La Laguna

TEATRO LEAL. Miércoles 28/10/2020.

DÍA DE LAS PERSONAS MAYORES.

HOMENAJE A OLIMPIO MATEOS GUERREIRO

HOMENAJE A OLIMPIO MATEOS GUERREIRO, SECRETARIO DE AMULL 2006-2020.



De izquierda a derecha: Rubens Ascanio (concejal de Bienestar Social y Calidad de Vida), hermana de D^a Candelaria Leónides Carrillo Guadalupe, D. Olimpio Mateos Guerreiro y D. Luis Yeray Gutiérrez (alcalde).

Pues eso, os dejo esta geografía de versos porque acaso sirva, si tenéis la paciencia de leerlo, para hacer un corte de mangas al aburrimiento de estos tiempos en los que no podemos movernos mucho y, de paso, rememorar momentos y lugares.

Entrega del **"Drago de Honor"** a **Olimpio Mateos Guerreiro** de parte de la presidenta de AMULL, Carmen Gloria Mesa Moreno



LA TRAMPA DE LA NOSTALGIA

Asociación de Alumnos & Alumni, UMA Comillas

AUDEMAMC
 UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS


Evocar el pasado está bien, regodearse sobre la idea de que cualquier tiempo fue mejor que el presente, no tiene futuro.

Es cierto que la nostalgia te envuelve en sus cálidos brazos y te dejas llevar por la ensoñación, pero hay que sacudirse esa tentación y aceptar la realidad: nada es, ni va a seguir a corto plazo, igual al mundo que vivíamos. La pandemia ha trastocado muchos supuestos que creíamos inamovibles en la sociedad del siglo XXI.

Seamos realistas. En **UMA-Comillas** las clases son ahora virtuales, pero no por eso menos interesantes. Echamos de menos el asistir a la universidad, ver a amigos y compañeros, tomar un café, apuntarse al grupo de Teatro, Coro, Golf, Senderismo, Taller de Lectura... a viajes y salidas a conciertos y representaciones. Que nuestro día a día es más aburrido y lineal, sin fiesta de graduación, Asamblea anual, comidas ni exposiciones, sin... es innegable.

Bueno, admitido todo esto, hay mucho por disfrutar.

AUDEMAMC desde septiembre, está en contacto con los socios. Su presidente Bruce Taylor ha ideado un intercambio cultural muy interesante: cada uno que asista a un espectáculo, puede hacer una reseña del mismo para la web. Desde si aconseja ir, a las medidas de seguridad que se toman en el local. Así supimos que merecía la pena asistir a ver y escuchar la obra de Juan Mayorga "El Último de la Fila" que trata del vínculo entre un profesor de literatura y su alumno. O en cine "La Boda de Rosa" de Icíar Bollaín, directora que aborda situaciones que atañen a la mujer y que nuestra sociedad admite como normales, cuando no lo son. También lo seguro y gratificante de escuchar música, opera o zarzuela en vivo. Y ver exposiciones en museos o Fundaciones. Porque la vida sigue ahí fuera, e incluso es factible sentarse en una terraza si se lleva mascarilla y respetando el número de personas y distancia individual que nos aconsejan. O en un restaurante. Y recorrer un palacio.

El Palacio de Liria

El conocerlo ha sido una actividad presencial propuesta por AUDEMAMC. Yo lo visité hace unos años, cuando todavía vivía la duquesa Cayetana que lo hacía, como el actual duque, en el piso de arriba, no en el que se enseña. Recuerdo que en aquella ocasión me pregunté por vez primera ¿por qué un apellido inglés en el ducado español?

Fitz-James fue el que adoptaron casi todos los hijos de la duquesa nacidos Martínez de Irujo, al promulgarse la ley

que permitía elegir entre apellido materno o paterno. No me resisto a contároslo, disculpad.

Cuando en 1802 falleció sin hijos la XIII duquesa de Alba de Tormes, la musa de Goya, heredó el título un sobrino tercero: Carlos Miguel Fitz-James Stuart y Silva, perteneciente a la casa Berwick y dueños del palacio de Liria. Berwick. ¿Quiénes son? James Fitz-James hijo ilegítimo de Jacobo I rey de Inglaterra, llegó a España acompañando al que luego sería Felipe V, el primer Borbón español. A este señor, el rey en agradecimiento por su contribución en la guerra de Sucesión, le concedió el ducado de Liria, que es donde había nacido su descendiente, entre otras regalías. El nuevo duque decidió instalarse en Madrid y se mandó construir un palacete que no se terminó hasta en tiempos del III duque. Al recaer sobre su heredero el título de Alba, Liria pasó a ser residencia de esta Casa.

El palacio contiene obras de Fra Angélico, Rembrandt, Tiziano, Van Dyck, colección que empezó a ser importante en el siglo XIX, cuando después de la Guerra de la Independencia el XIV duque de Alba viajó por Italia y Europa comprando obras maestras con la idea de hacer un museo. Ya en siglo XX, Cayetana y antes su padre, aportaron cuadros impresionistas, expresionista y de otros istmos, así como de autores españoles. Me llamó la atención en la visita, entrar en el comedor, un gran salón vacío con un retrato de Eugenia de Montijo y nada más. Me dijeron que montaban la mesa según el número de comensales, como en el palacio real ¡claro! Y en cuanto a la emperatriz, supe más tarde que su hermana había sido duquesa de Alba y que ella vivió y murió en Liria en 1920. Otro motivo de sorpresa es el cementerio de mascotas de Cayetana que está en el jardín particular de la casa y la gran biblioteca con 30.000 libros repartidos por salas y con 21 manuscritos de Colón y otros documentos como el último testamento de Fernando el Católico y las capitulaciones de la boda de Juana la Loca y Felipe el Hermoso.

En cuanto al cuadro de Goya "La Dama del Perrito" o "Dama de Blanco" es el lienzo que más curiosidad despierta. Se trata de averiguar si aquel cuerpo de la duquesa Cayetana se corresponde o no, con las medidas de las Majas. En la intra historia, hay mucho Sálvame de Lux, hay que reconocerlo.

Un Libro en tus Manos

No uno cualquiera, es nuestro **Anuario** que recoge los 20 años de existencia de **UMA-Comillas**, de **AUDEMAMC** y parte de la vida de muchos de nosotros. Dando por imposible la presentación que estaba prevista dentro de los



festejos XX Aniversario, se ha puesto a la venta en la librería de la universidad. A un precio simbólico.

Por favor leedlo, criticarlo, porque siempre faltará algún suceso fundamental, según la memoria de cada uno. Aparecen todas las Orlas y el paso del tiempo sobre las fotografías, como es de esperar. A Bruce se le ocurrió la idea de que debía hacerse y muchas personas han colaborado para que fuera posible. Incluso según vayan incorporándose nuevos alumnos, el remontarse a de dónde



venimos es fundamental.

AUDEMAC os da las gracias por la respuesta que le llega y anima a quien no lo tenga a subsanar esa carencia.

Y hablando de libros.

UMA- Comillas nos invita a participar en El Club de los Solitarios con la profesora Marina Solís. Título de novela romántica, pero en realidad un encuentro de cinco personas cada vez para hablar de un tema. En este caso de la **soledad**, de la necesidad de crear vínculos afectivos, aún desde la distancia. Para ello se apoya en libros fundamentales como *La Odisea*, *El Corazón es un Cazador Solitario*, *El Viejo que leía Novelas de Amor*, entre otros. Literatura de todos los tiempos para encontrar respuestas válidas en la actualidad. Otra propuesta es un *Taller de Teatro, Teatro de lo Diverso*, presencial, que utiliza este arte como aprendizaje de crecimiento personal y transformación social.

Y es que **UMA- Comillas** sigue activa. Funcionan con normalidad los cursos y el de post grado y nos ofrece además siete seminarios. Hay donde elegir. El de Mario López Barrajón sobre Catedrales y Monasterios de Europa bate records y los conciertos de Patrizia que pueden seguirse a

través del canal Senior tienen seguidores incondicionales. Cada profesor cuenta con sus fans y es que son buenos, justo es reconocerlo. Buscan enfoques originales y transmiten saber y despiertan la curiosidad intelectual; nunca defraudan.

Tras las Montañas se adivina la Aurora

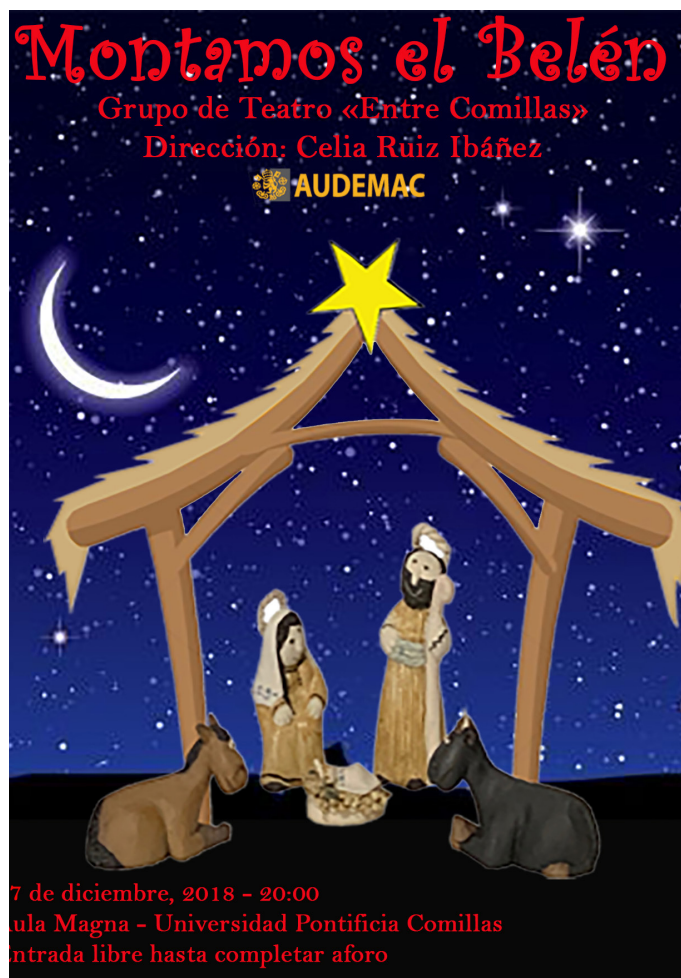
El presente, de una forma objetiva no es tan negro. Es importante no dejarse ganar por el desánimo y no perder la conexión con compañeros y amigos. Ahí están el móvil y los chats y por supuesto la web de **AUDEMAC** que sirve de ligazón entre todas las promociones.

Es cierto que ante tanta invitación a disfrutar del momento parece que hemos olvidado a las víctimas de la Covid. No, las tenemos muy presentes. Sabemos que algunos han estado en el hospital y que la mayoría lo ha pasado en casa. Para todos nuestro cariño y ánimo. Esto también pasará y nos reuniremos todos de nuevo (las vacunas parece ser que llegarán a buen fin) y aunque predicen que hay cambios que permanecerán, el año próximo está abierto a la esperanza.

Recordad que la Navidad es un estado de ánimo que debe permanecer inalterable este diciembre más que nunca. Debemos transmitir entereza y ser apoyo y no tema de preocupación. Desde **AUDEMAC** desean que la salud y confianza en el futuro permanezcan intactas en vosotros durante estas fechas y más allá. Un abrazo simbólico de la Junta Directiva y mío por supuesto. 2021 ¡un gran año!

Texto: Alicia López Budia

Fotos: Bruce Taylor



LOS UNIVERSITARIOS MAYORES DE GRANADA CONVERTIDOS EN ARTISTAS



Abrimos un viaje apasionante a través de las asignaturas, talleres y seminarios que componen el rico y variado Programa Universitario de Mayores del Aula Permanente de Formación Abierta (APFA) de la Universidad de Granada (UGR) elaborado por el equipo directivo capitaneado por la Directora María del Carmen García Garnica, heredera del legado dejado hace 27 años por su primer Director Miguel Guirao y la actual Rectora, Pilar Aranda

Una ventana abierta al ARTE se abre para los universitarios mayores del Aula Permanente del APFA de la Universidad de Granada. Ellos son los verdaderos protagonistas, hoy, jubilados de sus trabajos, alejados temporalmente de sus tareas: en el hogar, cuidando de los mayores y nietos, de pasear al perro o de la partida en el bar, buscan en la pintura la magia de iniciar la reconquista de sí mismo, en la creación de sus propias obras pictóricas. El arte no tiene edad. Al gran maestro Picasso le llevó toda la vida dibujar como un niño.

Entrevista a Elizaberta López Pérez, profesora del Taller de Arte y Creatividad del Aula de Mayores (APFA).

Si tuviera que definir con una sola palabra a la profesora Elizaberta escogería "Vitalidad". En su expresión corporal trasciende su energía que contagia su positividad, aliada con una mirada ávida, sonrisa despierta y su pelo negro rizado en constante rebeldía, define una personalidad inagotable de entusiasmo, inconformista que respira arte y creatividad.



Los alumnos tenemos la gran suerte de contar con una excelente docente en la persona de Elizaberta López y su equipo de profesoras.

De su nivel de preparación nos habla su amplio currículum que extractamos:

Arteterapeuta por la Universidad de Murcia, Doctora por la Universidad de Granada, en el ámbito de las Bellas Artes. La experiencia investigadora y profesional la desarrolla tanto hacia la arteterapia, con una larga trayectoria, como en el ámbito clínico, docente y social, siendo profesora del Departamento de Escultura, así como coordinadora y docente del Área Plástica del Aula Permanente de Formación Abierta. Actualmente ejerce de Vicedecana de Ordenación Académica y Planificación Docente de Grado en Bellas Artes y de Estudiantes con necesidades especiales.

P. ¿Qué ha significado el Aula de Mayores, APFA, en su trayectoria docente?

Elizaberta. Como docente del APFA desde el año 2000 y coordinadora unos años después, he de decir que mi experiencia ha sido desde el primer momento tan enriquecedora y vital que ha conformado mi manera actual de desarrollar la docencia.

Recibo y despido, año tras año, a las generaciones de estudiantes del Grado en Bellas Artes que acuden a nuestro centro. Sigo, como no puede ser de otra manera, con una forma que aprendí siendo docente del APFA: ser profesora con todo lo que soy: mis conocimientos sobre arte, mis vivencias como artista multidisciplinar (artes plásticas, escénicas, música, etc.), pero sobre todo mi conciencia de saberme un ser humano delante de otro/s ser/es humano/s.



P. Dentro del Programa Universitario de Mayores del Aula, el Arte y la Creatividad es una materia referente en cada curso. ¿Porqué del nombre de Arte y Creatividad?, ¿Qué atractivo impulsa a los universitarios mayores a elegirla?

E. El nombre de la asignatura no lo puse yo. A nadie le es ajeno que la creatividad remite no solo a la dedicación específica de desarrollar proyectos artísticos, sino que es algo que pertenece a la vida, que implica a todas las personas y hace posible la existencia. En estos momentos de pandemia y de caos, del que el coronavirus parece solo un síntoma más, parece ser urgente aferrarnos a esta capacidad creadora para sobrevivir, para compensar las ausencias de esta realidad desoladora que estamos viviendo. Es algo que no escapa a quienes acuden al Aula APFA.

P. Algunos estudiantes mayores sienten el miedo a coger por primera vez un pincel, al sentido del ridículo de no ser capaz. ¿Qué les aconsejaría a los que sienten interés por el arte y no se atreven?

E. Les diría, que vengan al Taller de Arte y Creatividad, que sonrían y que se unan felizmente, sin ninguna preocupación, al caudal irrefrenable de belleza, reflexión, pensamiento, diálogo, generosidad, complicidad que significa nuestra asignatura. Es más, le diría que no lo piensen como asignatura, sino como experiencia vital, porque el arte es experiencia y no hay nada previo a este hacer. Que no teman al ridículo, pues no hay ridículo ni error en el arte, solo evolución y proceso, solo investigación, evolución. No necesitamos más que un pincel, (a veces, ni eso), un poco de pintura y un lugar donde dejar la primera huella. Lo demás viene por añadidura.

P. ¿Qué cualidades destacarías de los estudiantes mayores ante el reto de crear una obra?



E. Habría que distinguir entre quien viene por primera vez al taller y quien lleva algún tiempo. Los estudiantes mayores son gente con experiencia de vida, acostumbrada a afrontar muchos retos. Sin embargo, cuando abordan por primera vez una obra en el taller, sobre todo cuando el contacto con los procesos artísticos en su vida ha sido muy escaso, vuelven a los diez u once años, con una especie de temor al fracaso que quizás se ha quedado anclado en su recuerdo infantil. El Taller de Arte y creatividad y las dinámicas de trabajo que se proponen acaban de una vez por todas, y en muy poco tiempo, con este vértigo y cada estudiante se descubre a sí mismo/a con una energía creadora desbordante que les entusiasma y les alimenta para futuros abordajes. Así, cada nueva propuesta es asumida como una verdadera aventura apasionante, que en ocasiones les quita el sueño, pero les da razones para seguir viniendo y compartiendo, año tras año, lo que ya forma parte de su vida.

P. ¿Qué beneficios destacaría que aporta el Arte y la Creatividad en los Mayores? ¿Sus trabajos artísticos tienen alguna proyección en la sociedad?

E. El Taller de Arte y Creatividad se convierte en un motor de vitalidad, de energía y empoderamiento que se deja ver en las iniciativas que tienen y han tenido proyección a nivel local, nacional e internacional, en las que ellos y ellas mismas son protagonistas. Es decir, lejos de lo que pueda parecer, son los/as estudiantes quiénes, a partir de las propuestas docentes, hacen posible una expansión a veces impensable en los primeros momentos del curso. Cada uno/a de ellos/as siente el proyecto como suyo y lo hace crecer. Por eso, encuentran en el Taller un lugar desde donde seguir siendo sujetos activos de la sociedad, desafiando el estereotipo tradicional de "persona mayor" para presentarnos otro modo de envejecer desde la sabiduría, la salud, la energía y la capacidad emprendedora.

P. En el tiempo que lleva de docente con los estudiantes mayores, en su contacto directo con ellos, tendrá anécdotas dignas de mención. ¿Nos podría contar alguna que le llamó la atención?

E. Contaré un hecho divertido: hace años, una estudiante maravillosa, María Luisa, me llama porque no conseguía el color que necesitaba; sus pinturas acrílicas, apenas mezcladas, aparecían como una masa abundante e irisada sobre la paleta. Le digo que insistiera un poco con el pincel hasta que la mezcla tuviera un color más homogéneo y me marché a visitar otros caballetes. De lejos la veía de espaldas, afanada sobre su trabajo, pero sin distinguir bien qué era lo que hacía. Cuando vuelvo me encuentro que María Luisa había batido tanto la pintura que había conseguido montarla a punto de nieve, como si fuera me-

rengue. No se me olvida su risa y la de todo el grupo, pero, sobre todo, no se me olvida ella, ni Pepa, ni Paco, ni Paula, ni nadie.

P. Muchas gracias por su atención, muy agradecido por su disposición a responder a las preguntas y permitir conocer el sentir de los Profesores del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada. Para finalizar, responda a la pregunta que le hubiera gustado que le hiciera, pero que se ha quedado en el tintero.

E. Pues que cuál creo que es lo fundamental para un/a docente, bajo mi perspectiva, tiene que amar a sus estudiantes y solo desde ese amor será capaz de guiarles hacia sus propios saberes y descubrimientos y pondrá en ello todo su empeño y su vida.

Granada a 9 de octubre 2020.



Alumnos mayores pintando en el Taller de arte y creatividad.



Elizaberta López con el autor y alumnos del AULA APFA en una exposición de pintura



Facultad de Bellas Artes de la UGR.

Autor de la entrevista:
Rafael Reche Silva, Alumno del Aula APFA y miembro de la Asociación de estudiantes mayores ALUMA.

DÍA DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER



La Junta Directiva de AUCTEMCOL felicita a la presidenta Francisca Sauquillo y Junta Directiva del Movimiento por la Paz por su Manifiesto de hoy **"25 de Noviembre Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer"**, sumándonos a su Sensibilización Social y a su Difusión con toda la fuerza solidaria de nuestra Asociación.

Esta ONG ha trabajado las fortalezas de las mujeres frente a esa violencia y entre las personas que participan en sus actividades decidieron crear un patchwork con el objetivo de que esas fortalezas les resguarden frente a la violencia y una voluntaria de la organización ha escrito un cuento donde descubre la importancia de la libertad y de ser dueña de una misma, como hacen las mujeres del video que os remitimos a continuación.

Este es el enlace del video que apareció en la página web el 25 de noviembre: <https://youtu.be/gl2AO-7Vlzk>

Ana Fernández Rodríguez
Presidenta de AUCTEMCOL



TALLER DE MÚSICA

Esperando que todos estéis bien y en vista que el Taller de Música – Ópera, nos es imposible reanudar de momento de forma presencial, hemos pensado en realizar un taller reducido por videoconferencia, Con el tema para este Taller: **"LOS ESTILOS MUSICALES"** (Profesor: **Raúl Barrio Alonso**)

El lenguaje de la música se impregna de su tiempo igual que cualquier creación humana, y por ello la música es capaz de transportarnos a otros tiempos y lugares con un enorme poder de sugestión. En este ciclo analizaremos los elementos que reflejan el estilo y la época a la que corresponde la música de los últimos 400 años, y daremos unas claves sencillas para situar cada música dentro de su estilo y época.

- **CLASE 1** El estilo barroco
- **CLASE 2** El estilo clásico
- **CLASE 3** El estilo romántico
- **CLASE 4** El estilo nacionalista

Los interesados nos lo debéis comunicar mandando un correo electrónico, a la nueva dirección correo de la Asociación que es: **opera@auctemcol.org**

Indicándonos si sois asociados o no. La inscripción finalizará el domingo **22 de noviembre**.

El taller se llevará a cabo los lunes 30/11/2020, 14/12/2020, 11/01/2021 y 25/01/2021, dando comienzo a las 11:30 horas, con una duración de una hora y finalizando la clase con un coloquio.

El coste de este Taller será de 8 € para los asociados y de 10 € para no asociados.

SEMINARIO DE HISTORIA: DE LA ILUSTRACIÓN A LA REVOLUCIÓN

En nuestro deseo de realizar alguna actividad, os enviamos adjunto un díptico con el programa de conferencias que nuestro amigo Leonardo Bermejo, Ingeniero de Telecomunicaciones y gran aficionado y curioso de la Historia de España, dará en la Casa de Cultura de Moralarzal, los próximos meses de noviembre y diciembre.

La entrada será libre hasta completar aforo y según nos informa el recinto guarda todas las medidas de seguridad que la situación de pandemia exige.

A Leonardo ya le conocéis por haber impartido dos conferencias en la UC3M, en Colmenarejo con nuestra asociación, podéis descargar el díptico del evento haciendo clic en el botón. Os animamos a asistir y quizá tengamos la ocasión de, al menos, vernos y compartir unos momentos juntos.

Un abrazo

Junta Directiva Asociación Estudiantes Mayores UC3M Colmenarejo
AUCTEMCOL





Desde el día 25 de noviembre de 2020, el programa de **RADIO FEGAUS "50yPico" la voz de los Alumnos de los Programas Universitarios de Mayores de las Universidades Gallegas**, se transmite desde la emisora **"Ponte na onda"**, emisora de ASAEXS (Asociación de Alumnos Universitarios del Campus de Pontevedra de la Universidad de Vigo).

Al proyecto se ha unido **"Radio Sénior"**, un proyecto de Comunicación de ADAYEUS, la Asociación de la Universidad Senior del Campus de A Coruña, Universidad de A Coruña.

Radio Sénior se presentó a los alumnos y alumnas participantes en el taller Europeo, el 25 y 29 de noviembre de 2016, dentro del taller de Comunicación e Información Audiovisual y después de un programa de formación con los alumnos que participarían en el proyecto de la **Radio Sénior, los días 25 y 29 de noviembre de 2017**, contando con la colaboración de los Talleres de Comunicación Audiovisual de la Universidad de A Coruña. Las ondas radiofónicas de Radio Senior están en "CUAC FM 103,4". Un programa que trata de llevar información, actualizada de interés para los alumnos Universitarios seniors de la Universidad de A Coruña.

Radio Sénior ha sido la semilla que ha plantado en la Junta de Directiva de FEGAUS, nuestra vicepresidenta M.^a del Puerto Pérez Domínguez, una entusiasta de la Radio, el encuentro con otra persona que ya estaba realizando su propia emisora, Miguel Ángel Yebra Valera miembro del equipo de la federación, comenzó a cuajar la idea que la Federación tuviese un proyecto para la participación de los siete campus universitarios de Galicia.



Se preparó un plan de formación con todos los alumnos interesados en participar en el proyecto de la nueva RADIO FEGAUS y alumnos de 5 Campus, A Coruña, Lugo, Ourense, Pontevedra y Vigo, se reunieron en Santiago de Compostela, después del confinamiento y con todas las medidas recomendadas de seguridad anti COVID-19. En estas reuniones tuvimos la suerte de contar con un gran conocedor de los medios que, además goza de una paciencia infinita, y nos va poniendo en orden, nos ayuda a conocernos, a definir cuáles serán nuestras primeras responsabilidades, cual es el lenguaje radiofónico, y bas-

tantes cosas más, por eso hemos querido que este primer día, del primer programa, cuente con nuestro agradecimiento y reconocimiento a su buen hacer: Gracias a **Mariano Fernández Cabarcos** en nombre de todos.



A partir de la formación y la preparación del primer programa de presentación, el 11 de noviembre de 2020, comienza a caminar el programa **50ypico**, de **Radio FEGAUS "La Voz de los Alumnos Universitarios de los Programas de Mayores de las Universidades Gallegas"**.

Los dos primeros programas se han emitido desde la antena de RADIO CUAC 103,4 FM desde la Universidad de A Coruña.

El objetivo estratégico que se marcó dentro del equipo que dirige el programa, es conseguir la máxima difusión de los programas que se pongan en antena y llegar al mayor número de oyentes, utilizando los medios que en este momento están en marcha, la RADIO **"Ponte na Onda"** por mediación de su emisora por internet, para disponer de emisión las 24 horas del día los 365 días del año.

El tercer programa semanal **50ypico** de FEGAUS, se emitió por internet el día 24 de noviembre y al día siguiente el de **Radio Sénior**, con tres emisiones diarias a las 13,15 y 23 horas.

La emisora por internet está controlada por Miguel Ángel Yebra Valera, un gran entusiasta en este medio de comunicación, desde nuestra página Web <https://fegaus.com/noticias/> y desde nuestro <https://www.facebook.com/groups/304355563870558/> así que, por todas las páginas de las diferentes asociaciones de Galicia, se entra en el programa, así que:

CONÉCTATE CON NUESTRA RADIO
24 horas de emisión 365 días al año, goza de la buena música y de nuestros programas.



Alejandro Otero Davila
Presidente de FEGAUS

LA LECTURA COMO ESPACIO DE ENCUENTRO



En el curso 2017-2018, Aulexna inició la puesta en marcha de algunos talleres que complementarían la oferta formativa que realizaba a través de los Cursos de Extensión. Entre ellos propuso la creación de dos clubs de lectura que tuvieron una gran aceptación y comenzaron su trayectoria en octubre de 2017 contando con la colaboración de la Biblioteca General de Navarra que facilitó los libros y el espacio de reunión. Aulexna asumió los gastos del coordinador de ambos grupos.

Teníamos muy claro que ese nuevo espacio de puesta en común de lecturas lo debíamos mejorar y construir entre todas y todos. Por este motivo la organización de los grupos ha estado abierta a las sugerencias y propuestas de los participantes. Se han recogido e implementado propuestas a través de información que nos ha llegado de grupos de lectura de otras bibliotecas y sobre todo a través de los cuestionarios de evaluación que hemos pasado cada año. Por lo cual aquellos grupos que comenzaron en 2017, a lo largo del curso 2018-2019 y el inicio de 2019-2020 han ido modificando su organización, y muestra de ello es la elaboración del programa de lecturas en junio para el curso siguiente, la entrega al inicio de curso de la programación completa en formato marcapáginas y archivo digital, la inclusión en las lecturas seleccionadas de novela negra, poesía, ensayo, literatura de otras culturas, cuidando la presencia de escritoras, la optimización de la intervención del coordinador que actualmente va matizando las aportaciones de cada uno de los miembros del grupo con aspectos de la técnica, del contexto y significado de la obra leída y la creación de una sección en la página web de Aulexna en la que se recoge un resumen de cada una de las sesiones del club.

Con una gran ilusión comenzamos el curso 2019-2020 afianzando los cambios que en los dos cursos anteriores habíamos implementado y recogiendo la satisfacción de los miembros de los grupos que veían en ellos un espacio de encuentro, de amistad y un lugar en el que sus habilidades lectoras iban creciendo. Pero llegó marzo y con él la pandemia y el confinamiento que en un primer momento nos desconcertó. Las sesiones del mes de marzo no las realizamos, pero comenzamos a intercambiar correos electrónicos con las valoraciones de los libros propuestos

para ellas. En el mes de abril debido a que las bibliotecas estaban cerradas no pudimos recoger los libros programados. Casi teníamos la sensación de que no íbamos a poder continuar con los clubs. Pero una compañera disponía de una magnífica biblioteca virtual en formatos que podíamos compartir. Ya disponíamos de lo básico y a partir de ese momento todo fue sencillo. Optamos por la plataforma Jitsi como espacio virtual en el que seguir hablando de lecturas y sobre todo continuar estando en contacto.

A las sesiones virtuales que realizamos en mayo y junio, aproximadamente asistieron la mitad de los participantes, pero fueron un éxito por el ambiente que se creó. En las reuniones bullía una pregunta constante "el próximo curso ¿qué va a suceder?". No teníamos clara la modalidad, pero sí la continuidad de los clubs. El coordinador preparó el programa del curso 2020-2021 y en septiembre de acuerdo con las directrices de la Junta Directiva, se decidió que los clubs continuarían realizándose en modalidad online. Pero teníamos una gran ventaja en relación a los meses de mayo y junio, en este momento las bibliotecas estaban abiertas y por lo tanto podíamos recoger los libros. La entrega y recogida de ejemplares se convirtió en una excusa para vernos e incluso tomar un café en una terraza en grupos, respetando el número establecido por el Gobierno de la Comunidad. En el mes de noviembre el cierre de la hostelería hizo que nos reuniéramos en la plaza de la Biblioteca General, fue algo entrañable, incluso el tiempo nos acompañó y disfrutamos de un rato de charla. En ocasiones nos ha costado comenzar las tertulias por algunos problemas técnicos y nuestra impericia pero hemos ido mejorando y "el boca a boca" sobre el funcionamiento de las videoconferencias ha hecho que vayamos contando cada vez con mayor número de asistentes.

Tenemos pendiente para este curso la consolidación de un espacio en la página web de recomendación de lecturas con independencia de las que se leen en los clubs.

Como muestra de lo que realizamos en el club os adjuntamos el resumen de una de las sesiones que realizamos durante el confinamiento.

El lunes 18 de mayo el club de lectura 2, se reunió virtualmente para comentar la lectura de « El mar» de John Banville.

Un libro considerado por la mayoría de los asistentes como una gran novela, tanto en su forma como en su contenido.

Una novela compleja a la que algunos de los lectores y lectoras han entrado despacio y con cierta dificultad debido a la complejidad de su estructura. Pero una vez franqueado ese obstáculo inicial, han transitado con deleite y emoción por ese mundo creado por Banville, en el que un cerebro y un corazón se nos muestran « a tumba abierta», hilando y entrelazando tres tiempos diferentes en un ejercicio de introspección.

Empecemos por la forma, por los valores literarios creados por Banville, un poeta que escribe prosa: Un



rico y preciso vocabulario, adjetivos y metáforas deslumbrantes, descripciones de escenas a modo de imágenes congeladas, de cuadros pictóricos de los momentos fundacionales de una vida, junto a descripciones de los personajes que logran a través de pinceladas de rasgos de carácter, del aspecto físico, de indumentaria, que los veamos al entrar en escena, se articulan en una compleja estructura en la que John Banville conjuga simultáneamente tres tiempos, el presente, el pasado inmediato y el pasado lejano, sin chirriar y en la que nos arrastra a los lectores, mecidos por las idas y venidas de la mente del protagonista.

Prosigamos con su contenido: Un narrador omnisciente hace un ejercicio de introspección en el que nos muestra sus mayores secretos, esos que son tan difíciles de reconocer y aceptar, las carencias, vergüenzas, adicciones, el dolor, y nos lleva hacia el territorio del final de la infancia, del inicio de la adolescencia, del nacimiento de los primeros amores, de las primeras grandes heridas que a modo de corriente subterránea modelarán la vida adulta. En ese ejercicio de introspección no se rinde, no se contenta con la primera respuesta, si no que continúa hurgando y extrae un dolor casi palpable por los lectores y lectoras.

Mientras narra nos interpela captando y manteniendo nuestra atención.

Una voz, como protagonista de una historia de amores de infancia, de adolescencia y de madurez, pero sobre todo de la pérdida de todos ellos, pero también del leve consuelo del encuentro con otros que compartieron nuestros amores. Una voz que ante un presente doloroso vuelve al pasado y no puede dejar de pensar en que quizá en ese tiempo se perdió algo.

Max, la voz protagonista, no es un héroe, es un ser humano sin grandes ambiciones, sin objetivos claros, que se

deja llevar, aspira a ser un diletante, duda de quien es, de si realmente conoció al ser amado y si fue conocido por él. Un tipo de protagonista no muy frecuente en la literatura pero que, al darle voz y presencia, John Banville legitima, ratificando y certificando esos rasgos grises de nuestras almas y vidas que tan difícil es mostrar.

Forma y contenido tienen el mar como marco, como metáfora. Ese elemento tan idealizado quizás para evitar el encuentro con su realidad que puede llegar a atemorizarnos. En esta novela el mar es metáfora de la vida que nos lleva nos empuja y a veces con una incomprensible indiferencia en una de sus mareas nos golpea, nos desconcierta y anonadados nos preguntamos ¿por qué a mí? ¿por qué a nosotros? En ese empujarnos también a veces surge y rompe en la orilla esa espuma amarilla que nos ensucia.

El interés por el juego de espejos, por lo idéntico de John Banville, está presente en esta novela a través de los hermanos Grace. Un interés que quizás haya desarrollado en su carrera literaria mediante la creación de personajes que en parte son él y a la vez no lo son.

Es uno de esos libros cuya lectura te lleva a la intimidad de alguien, susurrándonos tal cantidad de experiencias que no podemos evitar identificarnos con alguna de ellas, emocionarnos, reflexionar y sentir un cierto abandono al finalizar su lectura y preguntarnos ¿quiénes somos en realidad? John Banville no nos da una respuesta, un desenlace, si no que nos incita a pensar a desear volver mediante la lectura a ese mundo tan real y onírico que durante unas horas hemos construido a partir de sus palabras.

Teresa Labalde Salinas

Miembro de la Junta Directiva de AULEXNA. Encargada clubs de lectura



El lunes 18 de mayo el club de lectura 2, se reunió virtualmente para comentar la lectura de "El mar" de John Banville.

CAMINANDO POR GRANADA Y SUS CONTORNOS



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

"Caminando por Granada y sus contornos"

Acequia Real de la Alhambra
Viernes 16 octubre
Salida, 9:00 h.

Punto de encuentro: Fuente de Plaza Nueva

Plazas limitadas

APUNTARSE EN ALUMA, partir del martes 6.

Cita previa: 958 242 835 lunes a jueves 10 a 12 h.

Llevar calzado cómodo, agua y bocadillo

Avd. de Madrid (Antigua Facultad de Medicina) Espacio V Centenario, 18071 Granada
958 242 835 - alumaasociacion.com

fuelle del Tomate, monumento a Ángel Ganivet, fuente del Pimiento, Puerta de Siete Suelos y pasado el Generalife iniciamos la subida a la Silla del Moro, llegados a este punto, una parada para admirar el paisaje con la Alhambra, la ciudad y la Vega a nuestros pies, fotografía de grupo y a continuación nos adentramos en el camino que nos condujo a la vereda de la Acequia Real.

Ante los participantes se abrió el valle de Valparaíso, con las impresionantes vistas hacia el Sacromonte y su monumental Abadía, la vereda discurre paralela a la acequia, importante obra de ingeniería de nuestros antepasados nazaritas, realizada en tiempos de Alhamar, primer rey de la dinastía y creador de la Alhambra. La acequia discurre oculta, excavada en la roca, de trecho en trecho podemos ver las bocas por donde se realiza la limpieza de la misma, en una pequeña parte de su recorrido queda al aire libre, ahí nos hicimos algunas fotos, continuando nuestro camino hasta una pequeña placeta rodeada de encinas, provista de un banco para descanso del caminante, siendo un magnífico lugar para observar aves, oír sus cantos y el sonido del agua que surge del fondo del valle.

Después de reponer fuerzas y hacer algunas fotos, desde este punto realizamos la vuelta por el mismo recorrido, hasta la Mimbre, donde en medio de comentarios y risas compartimos unas cervezas, para a continuación bajar a la ciudad por la cuesta de los Chinos que discurre entre la Alhambra y el Generalife.

Un magnífico día de otoño en buena compañía de amigos, con estas actividades que promueve ALUMA, estrechamos lazos de amistad y camaradería entre los alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, fomentando al mismo tiempo el conocimiento de nuestra tierra y las actividades deportivas y lúdicas.

Equipo de Redacción.

Todas las fotos del día las podéis ver en el siguiente enlace: <https://alumaasociacion.com/galeria/>



AUDEMA PRESENTA SUS TALLERES ONLINE



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcalá



AUDEMA presenta sus talleres ONLINE

El Carlismo, la pintura a través de la historia, el Romanticismo, los pueblos prerromanos y Roma, historia de Madrid..

Abiertos para todo el mundo, consulta toda la información en audema.org

La Asociación Universitaria de Mayores de Alcalá (AUDEMA) presenta sus próximos talleres dirigidos a mayores de 50 años.

La oferta formativa de Historia Contemporánea, Literatura, Arte, Historia Antigua, Historia de Madrid se extiende hasta el mes de mayo de 2021.

Nuestros talleres ofrecen un amplio conocimiento cultural y permite seguir formándose en nuestras raíces culturales a los interesados en las Humanidades.

Todos los talleres estarán dirigidos por profesores muy experimentados en la enseñanza a adultos y con una gran capacidad de análisis y creatividad.

Nuestra oferta académica se desarrolla a través de plataforma virtual en horario de tarde de lunes a viernes.

Para más información: www.audema.org



Próximos talleres ONLINE



Esta vez no queremos limitar los talleres a los socios de AUDEMA, sino que abrimos la posibilidad de que cualquier persona hacerlo.

El precio para los socios es de 60 euros el primer curso y si se apunta a alguno más el precio sería de 50 euros para cada uno.

Para las personas que no sean socios de la asociación, el precio es de 75 euros el primer curso y si se apunta a alguno más es cada uno de los siguientes.

BIBLIOTECA SÉNIOR CAUMAS

TRABAJOS DESTACADOS

LA MUJER Y EL FRANQUISMO



Autor: Olimpio Mateos Guerreiro

Universidad: Universidad de La Laguna

Campus Universitario: Universidad de La Laguna

Tema: Historia

Descripción:

Las penalidades que tuvo que pasar las mujeres durante el franquismo

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/la-mujer-y-el-franquismo/>

LAS ADICCIONES



Autor: Lloréns Fernández Carlos

Universidad: Universidad de Vigo

Campus Universitario: Campus de Vigo

Tema: Biología

Descripción:

Las sustancias psicoactivas pueden producir psicopatología persistente más allá del curso habitual de la intoxicación o de la abstinencia. Y se considera derivada del daño directo: neurotoxicidad de inhalantes. O del indirecto: lesiones y espasmos vasculares por cocaína.

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/las-adicciones/>



FEDERACIONES Y ASOCIACIONES



FEGAUS

FEDERACIÓN GALEGA
DE ASOCIATIONS
UNIVERSITARIAS SÉNIORS



ADAMUC

ASOCIACIÓN DE
ALUMNOS MAYORES
DE LA UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE MADRID

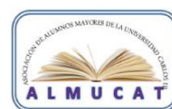
ADAUMA

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS
Y EXALUMNOS "TERESA
DE LUNA", DEL PUM "JOSÉ
SARAMAGO", UNIVERSIDAD
DE CASTILLA-LA MANCHA,
CAMPUS DE CUENCA



AEPUMA

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



ALMUCAT

UNIVERSIDAD
CARLOS III
GETAFE



ALUMA

ASOCIACIÓN DE
ALUMNOS DEL AULA
PERMANENTE DE
FORMACIÓN ABIERTA
UNIVERSIDAD DE GRANADA



AMUEZ

ASOCIACIÓN DE
MAYORES DE LA
UNIVERSIDAD DE
LA EXPERIENCIA
DE ZARAGOZA



AMULL

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



AUCTEMCOL

ASOCIACIÓN DE
ALUMNOS DE LA
UNIVERSIDAD CARLOS
III DE COLMENAREJO



AUDEMA

ASOCIACIÓN
UNIVERSITARIA DE
MAYORES DE LA
UNIVERSIDAD DE
ALCALÁ DE HENARES



AUDEMAMAC

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



AULEXNA

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



AUMA

ASOCIACIÓN
UNIVERSITARIA DE
MAYORES
DE ASTURIAS



**PERITIA ET
DOCTRINA**

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



UEXPA

ASOCIACIÓN ALUMNOS
Y EXALUMNOS DE LA
UNIVERSIDAD DE LA
EXPERIENCIA PALENCIA

SIEMPRE HAY TIEMPO PARA IR A LA UNIVERSIDAD



MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES
Y AGENDA 2030

SECRETARÍA DE ESTADO
DE DERECHOS SOCIALES



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