

# Séniors Universitarios



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

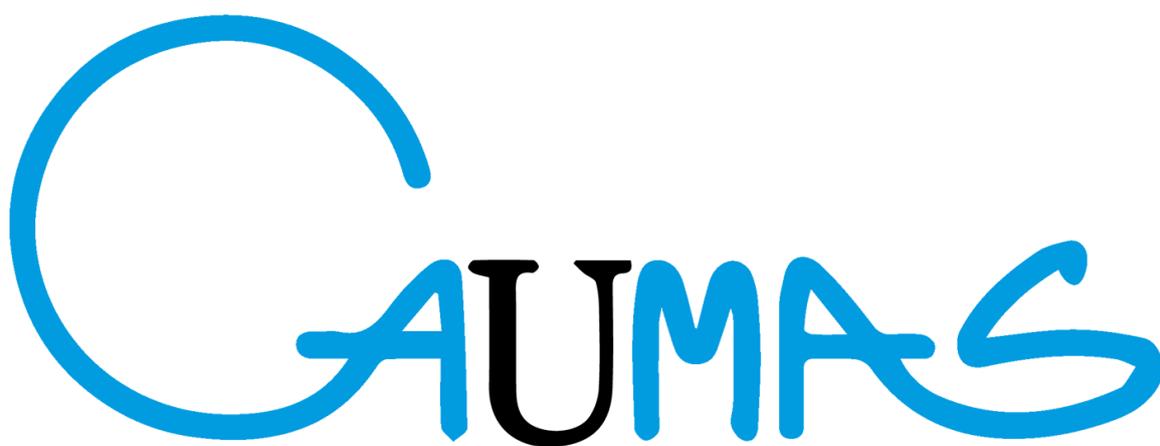
Nº 36 · SEPTIEMBRE 2021

**4** EDUCACIÓN  
DE CALIDAD



**OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE**

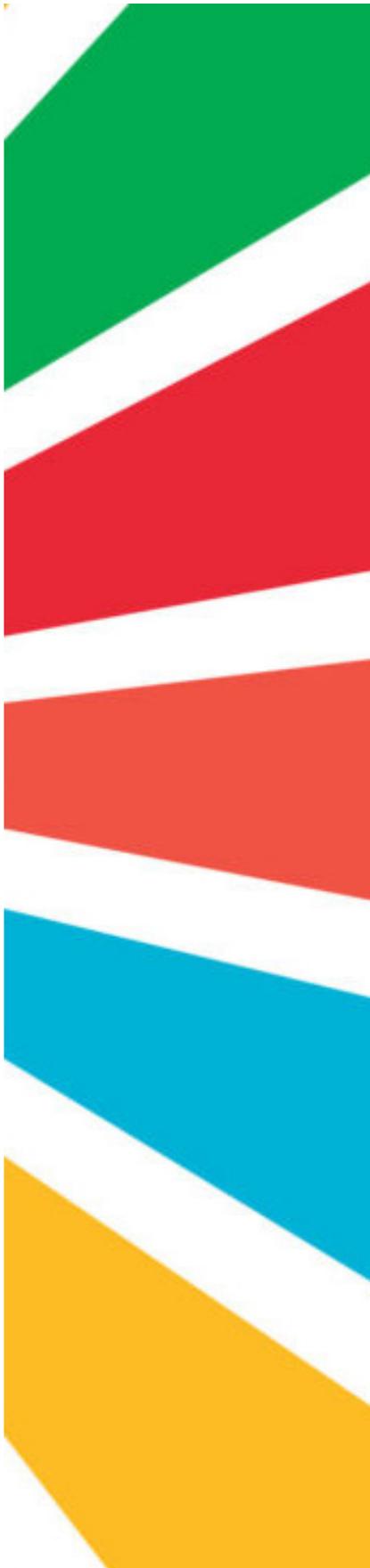
**CAUMAS**

The logo for CAUMAS features a large, blue, stylized letter 'C' on the left. To its right, the word 'AUMAS' is written in a blue, rounded, sans-serif font. The letter 'U' in 'AUMAS' is distinctively colored black, while the other letters are blue.

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

# S U M A R I O

S E P T I E M B R E 2 0 2 1



- 04 Editorial: Agenda 2030: Objetivos de Desarrollo Sostenible
- 05 Entrevista a D. Enrique Sanz Giménez-Rico, SJ  
Rector de la Universidad Pontificia Comillas ICAI-ICADE-CIHS
- 08 Carlos Lloréns · Valor humano en un mundo digitalizado
- 09 Remedios Seijo · Ira del verano 2021
- 10 Alejandro Otero · Madurescencia
- 11 Bartolomé Freira · ¿Importa la edad?
- 12 Jesús Jaúregui Gorraiz · Momentos (42)
- 13 Miguel Ángel Martínez Coello · ¡Estudiante, la facultad espera!
- 14 Alejandro Otero · La "persona" como sujeto  
de la educación en la universidad
- 15 Rafael Rechea Silva · «Las pasiones de los  
Universitarios Mayores» (parte III)
- 18 Rafael Rechea Silva · Viajan a otros mundos, tienen otras vidas
- 21 Remedios Seijo · El anfitrión
- 22 XXV Aniversarios Unión Europea de Mayores (ESU)
- 24 Las personas mayores en el Foro Político de alto  
nivel sobre Desarrollo sostenible 2021
- 26 Manifiesto a favor de la creación de una Convención Internacional sobre  
los derechos de las Personas Mayores
- 28 CEOMA, preparando el futuro
- 29 El Aula de Mayores + 55 de la Universidad de Málaga incorpora el espacio  
de la Térmica
- 30 Rafael Rechea Silva · Los Coros Universitarios de Mayores, una marca de  
identidad
- 32 AUDEMAC · Vuelta a casa
- 35 PERITIA ET DOCTRINA · Fin de actividades Curso 2020/2021
- 36 AMULL · I Muestra de ARTESENIOR de Tenerife
- 38 ALUMA · XXV Aniversario de la Asociació de la Universidad de Mayores
- 39 FEGAUS · A nosa bela Galicia
- 42 Biblioteca CAUMAS · Trabajos destacados

# EDITORIAL

## Agenda 2030: Objetivos de Desarrollo Sostenible

El plan de acción, aprobado por la ONU en 2015, en favor de las personas, el planeta y la prosperidad, llamada Agenda de Desarrollo 2030, se basa en la aprobación de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que representa una oportunidad histórica para unir a los países y las personas de todo el mundo y emprender nuevas vías hacia el futuro, formulados para erradicar la pobreza, promover la prosperidad y el bienestar para todos, proteger el medio ambiente y hacer frente al cambio climático a nivel mundial.

De los 17 ODS aprobados, el objetivo 4 es garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. Es un reto que pretende conseguir el acceso equitativo de todo el mundo a una educación de calidad (formal, no formal, informal) durante todas las etapas de la vida. Dentro de ese objetivo hay que potenciar la formación continua de personas mayores, algo que está quedando relegado por las imperiosas necesidades de educación y formación a niños, sobre todo a mujeres y niñas. Siendo esta educación (de niñas/os y mujeres) vital para el desarrollo sostenible y para erradicar la pobreza, pues ignorancia va unida a pobreza, no es menos imperiosa la atención en educación y formación a las personas mayores, para promover y fomentar el bienestar de un colectivo cada vez mayor en número, pero sin respuestas concretas a sus demandas de participación social y de la garantía de opciones a una formación continua, tal y como se aprueba en el ODS 4.

<sup>1</sup>Cada tres años, el Instituto de la UNESCO para el Aprendizaje a lo Largo de Toda la Vida realiza un Informe Global sobre Aprendizaje y Educación de Adultos (GRALE, por sus siglas en inglés). En esta publicación, dan seguimiento al esfuerzo de 159 países por mejorar el aprendizaje y la educación de adultos (ALE, por sus siglas en inglés) y compara los resultados de informes anteriores para medir el crecimiento desde la perspectiva de la equidad y la inclusión. El resultado muestra la evidente falta de participación e implicación de los gobiernos en un tema tan importante como la educación de adultos y el aprendizaje a lo largo de la vida. Son los gobiernos y las empresas quienes deben apoyar en la creación de mejores políticas y programas de aprendizaje y educación de adultos que sean accesibles e inclusivas.

Es necesario movilizar recursos e implementar soluciones innovadoras y adecuadas al contexto para proporcionar una educación, presencial y/o a distancia, a la vez que se aprovechan los enfoques de alta tecnología, baja tecnología o sin tecnología. Buscar soluciones equitativas y el acceso universal. Un reto que requiere de una voluntad política. Un reto global y al mismo tiempo local que todavía estamos lejos de alcanzar, la inversión es insuficiente. Se deben garantizar respuestas coordinadas y evitar el solapamiento de los esfuerzos.

La formación empodera a las personas para que lleven una vida más saludable y sostenible. La educación es fundamental para fomentar la tolerancia entre las personas, y contribuye a crear sociedades más pacíficas.

<sup>1</sup> <https://observatorio.tec.mx/edu-news/informe-unesco-educacion-de-adultos>



revista digital

**Séniors** Universitarios

Nº 36

Septiembre 2021

EDITA

CAUMAS

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

C/ Castelló, 36 \* 1ªA  
28001 - Madrid

ISSN

2444-2038

DEPÓSITO LEGAL

M-18166-2015

DIRECCIÓN Y REALIZACIÓN

Marina Troncoso  
CAUMAS

DISEÑO Y  
MAQUETACIÓN

POST  
55

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



## Entrevista a D. Enrique Sanz Giménez-Rico, SJ

Rector de la Universidad Pontificia Comillas ICAI-ICADE-CIHS

Comillas es una Universidad de la Iglesia, Pontificia, dirigida desde hace más de un siglo por la Compañía de Jesús, la institución privada que cuenta con más universidades en el mundo.

Nacido en Valladolid en 1965, D. Enrique Sanz es Licenciado en Filología Bíblica Trilingüe por la Universidad Pontificia de Salamanca (1990); Licenciado en Sagrada Escritura por el Pontificio Instituto Bíblico de Roma (1997); y doctor en Teología, por Comillas (2000). Especialista en teología del Pentateuco y teología del Salterio, así como en espiritualidad del Antiguo Testamento, es profesor de la Facultad de Teología de Comillas desde 2001. Ha sido también director del Departamento de Sagrada Escritura e Historia de la Iglesia, vicedecano de la facultad de Teología (2009-2012), y director de la revista de teología pastoral *Sal Terrae* (2001-2012). Desde el año 2015, hasta su sustitución por Francisco Ramírez SJ el 5 de mayo de 2021, era decano de las Facultades de Teología y Derecho Canónico. Ha sido también miembro del consejo de UNIJES (Universidades Jesuitas de España).



*Desde CAUMAS (Confederación Estatal de Asociaciones de Alumnos de los Programas Universitarios de Mayores) felicitamos al rector D. Enrique Sanz por su nueva responsabilidad en la dirección de la Universidad Pontificia Comillas y le agradecemos enormemente su atención para responder a nuestras cuestiones.*

**Según el último ranking de Times Higher Education (THE), uno de los más prestigiosos en todo el mundo, la Universidad Pontificia Comillas es la cuarta universidad en el mundo en el cumplimiento del ODS 7 (Energía asequible y no contaminante), la quinta a nivel mundial en el ODS 13 (Acción por el clima), y la decimoquinta en el ODS 8 (Trabajo Decente y crecimiento económico, además, THE sitúa a Comillas en el Top 100 del ranking general Times Impact, ¿qué esfuerzo extra conlleva conseguir estos magníficos resultados?**

Nuestra universidad tiene la misión de contribuir a lograr un mundo más justo, humano y sostenible. Por ello, más allá de la alegría que supone ver que nuestro trabajo es bien valorado externamente, en este caso nos sentimos especialmente orgullosos ya que

este ranking mide el impacto que las universidades tenemos en la promoción y cumplimiento los ODS de la Agenda 2030 de Naciones Unidas y la Ecología Integral. Estos buenos resultados son fruto del trabajo bien hecho desde hace tiempo en tres dimensiones principales: 1) la promoción de la investigación de calidad, 2) incluyendo en nuestros programas de grado, máster y doctorado la formación y preocupación por estos asuntos, y 3) Comillas es una organización sostenible.

**Dentro del proyecto *life long learning*, impulsado por la Comisión Europea, se encuentran los Programas Universitarios de Mayores, como un aprendizaje informal a lo largo de toda la vida, dependiendo su calidad de la capacidad de encontrar recursos de aprendizaje útiles (digitales y de otro tipo), ¿qué medios utiliza la Universidad de Comillas para conseguir el éxito de este programa?**

El primero, la atención personalizada a nuestros alumnos y a sus intereses formativos. El segundo, una oferta académica cualificada y cuidada, a la que acompañan otras actividades formativas complementarias, que facilita nuestra universidad.

## ¿Cómo gestionan en Comillas la transferencia de conocimientos y experiencias a nivel intergeneracional entre el alumnado universitario de todas las edades?

Por medio de programas académicos como la universidad de mayores, el grado en teología dirigido a laicos, los diversos programas que ofrecemos en nuestros centros, especialmente en nuestra Icade Business School.

## En Caumas consideramos que la educación y la formación tienen que sostenerse en el cuidado de las personas para que aprendan según sus capacidades ¿cómo aplican este concepto de educación respecto al alumnado del Programa de Mayores?

Con un seguimiento personalizado por parte de los profesores, de la tutora de alumnos y del director del programa. A ello le acompaña la valiosa labor de los delegados de curso.

## La publicación de la última clasificación QS de las 1.300 mejores universidades del mundo coloca a Comillas entre los mejores centros universitarios a escala mundial, mejorando 51 posiciones respecto al año pasado a nivel global y dos a nivel nacional ¿se valora el desarrollo del Programa de Mayores en estas clasificaciones?

Como acabo de indicar, es un motivo de satisfacción aparecer en estas clasificaciones junto a las mejores universidades del mundo. Estos rankings internacionales miden muchas cosas, principalmente la investigación, pero no son capaces de incluir todas las líneas de actuación de las universidades. De hecho, y respondiendo más concretamente a su pregunta, QS no incluye indicadores que midan la calidad o el impacto de los programas de mayores que organizamos muchas universidades.

## Según QS Graduate Employability 2020 (QS-GE), en cuyo indicador de tasa de empleabilidad (Graduate Employment Rate) aparece Comillas como la primera universidad de España en inserción laboral de sus graduados, la segunda en la Unión Eu-

## ropea y la séptima a nivel mundial ¿cómo afecta este resultado al retorno de la formación impartida?

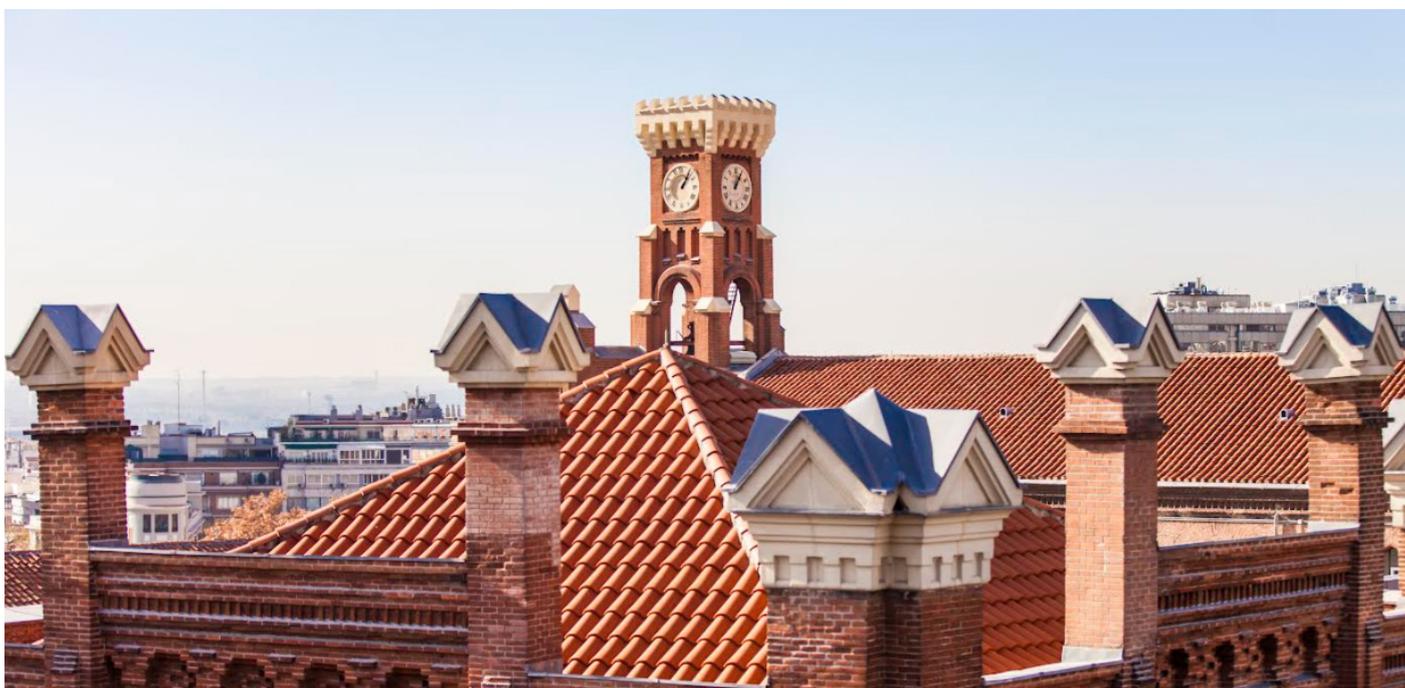
Nuestro objetivo es contribuir a mejorar la sociedad y lo hacemos, principalmente, investigando y formando jóvenes. Queremos formar, además de buenos profesionales, buenos ciudadanos comprometidos con la búsqueda de soluciones a los problemas que nos enfrentamos como sociedad. Y este objetivo de formación de buenas personas es recompensado por las empresas que quieren contratar a nuestros egresados por ser algo más que buenos profesionales. Y eso tiene un impacto muy importante en la atracción de más y mejor talento joven que quiere estudiar y formarse en nuestra universidad. Es un círculo virtuoso: buenos estudiantes, profesores competentes y alta empleabilidad.

## Recientemente, en la revista de Comillas, usted ha declarado que *El objetivo de una universidad es conjugar saberes distintos en busca de uno interdisciplinar y global*, ¿dispone el alumnado senior de esta conjunción de saberes en su oferta de formación en Comillas?

Creo que sí, por la oferta variada con que cuentan cada curso académico.

## El Espacio Europeo de Educación potencia la formación continua a lo largo de la vida, y programa los nuevos programas Erasmus para el período 2021-2027, haciendo hincapié en la inclusión social, las transiciones ecológica y digital, ¿Hay algún proyecto para incluir y ofrecer esos intercambios al estudiantado sénior?

El intercambio de experiencias con otras universidades genera un clima de cooperación que facilita el diseño y la puesta en marcha de nuevas iniciativas vinculadas a los objetivos de desarrollo sostenible. Desde el PUM se están estudiando la forma de implementar estos intercambios teniendo en cuenta, por un lado, las exigencias de los Programas de Intercambios de la Universidad y, por otro lado, la financiación que conlleva estos desplazamientos para que sean accesibles a todo el alumnado.





**¿Cómo cree que se puede potenciar y estrechar la, ya excelente, relación de colaboración entre la Universidad y la Asociación de Alumnos Mayores AUDEMAC, para potenciar, mejorar y enraizar definitivamente el Programa de Mayores?**

Creo que el programa está ya bastante y bien arraigado; cualquier iniciativa que refuerce lo anterior, será ciertamente bienvenida. Por otra parte, la colaboración señalada puede abrir puertas para que AUDEMAC apoye a los alumnos más habituales y numerosos de nuestra universidad, dando a conocer los programas académicos que cursan, ofreciendo ayudas económicas (becas) a quien las pueda necesitar, fomentando cualquier otra iniciativa al respecto.

**La investigación es el punto fuerte de Comillas, ¿cuentan con el alumnado senior para trabajos de investigación?**

La investigación que se realiza en Comillas busca y propone soluciones que impacten en la sociedad con el fin misional de que ésta sea más justa y sostenible. Toda la comunidad universitaria de Comillas está invitada a participar aportando su experiencia, inteligencia y trabajo. Y, claro, también tenemos alumnos senior comprometidos en esta dimensión.

**¿Qué valores considera que deben transmitir los Programas Universitarios de Mayores?**

Los propios de nuestra institución: el cuidado por las personas, el valor de la sabiduría y el conocimiento, la relación entre gratuidad y esfuerzo, el sentido de la trascendencia.

**De todos los proyectos y retos que asume como rector ¿cuál es el que más ilusión le hace y le gustaría ver realizado, una vez que concluya su responsabilidad como rector?**

No es fácil responder a esta pregunta, pues todos me hacen ilusión. Señalo, sin embargo, como uno muy relevante el de la innovación de los docentes y de nuestra docencia.

**Muchas gracias por su atención, en CAUMAS estamos muy complacidos por su amabilidad al responder a nuestras preguntas,**



**que nos permite conocer mejor el sentir de la Universidad de Comillas. Para finalizar, por favor, responda a la pregunta que le hubiera gustado que le hiciéramos, pero que se ha quedado en el tintero o en las teclas del ordenador. Quedamos a su entera disposición.**

La pregunta sería: ¿de quién se acuerda con agradecimiento en estos primeros meses como rector? De mis padres, familia y amigos, de muchos compañeros jesuitas, de todas las personas que a lo largo de mi vida me han ayudado a comprender mis fortalezas y debilidades, mis virtudes y defectos. Y de los miembros de la comunidad universitaria de Comillas que desde que soy rector tanto me ayudan. Muchas gracias a CAUMAS y quedo a su disposición.

*Entrevista realizada por  
Marina Troncoso  
Directora de la Revista Sénior Universitarios  
Septiembre de 2021  
Fotografías José Ángel Molina*

# VALOR HUMANO EN UN MUNDO DIGITALIZADO

CARLOS LLORÉNS



Sigo manteniendo que estamos viviendo tiempos difíciles, muy convulsos. Algo así como si se avecinase un gran cambio, que tampoco descarto.

¿Cómo se han movido las piezas en el tablero de ajedrez humano desde la Revolución Industrial...!

Pareciera que todo aquello haya mutado y lo que atisbamos se sumerge en una continua incertidumbre.

La Tecnología invade, como una espesa niebla, nuestras vidas.

¿Quién iba a imaginar el "teletrabajo"? O que, incluso, dentro de muy poco serán robots altamente "inteligentes", quienes conduzcan, repongan productos en los lineales de un supermercado, por poner 2 ejemplos.

Les supongo al tanto de lo que significan palabras como "dataísmo", "algoritmos", "Inteligencia Artificial". Son términos que utiliza el Sr. Yuval Noah Harari (Profesor de Historia en la Universidad Hebrea de Jerusalén), en su magnífico libro "Homo Deus", cuya relectura se hace imprescindible, casi obligada, para adentrarnos mejor en el tema.

¿Recuerdan este aforismo **"es lo que hay"**? Solemos utilizarlo cuando no nos adentramos convenientemente en o sobre algo. Vendría a ser como un **"salir del paso"**.

La Psicología nos define como "Biología y Memoria". También como "Neurología y Cultura".

El Sr. José Antonio Marina, en su libro **"La inteligencia fracasada"**, dice del ser humano que "estamos en continua transición".

Nada permanece, también lo argumenta la Filosofía Budista. De ahí que todo, absolutamente todo, constituya una "permanente" "impermanencia". Y valga el juego de palabras.

No somos los mismos de ayer, ni los de mañana con respecto al pasado.

Las vivencias personales, incluso éstas, mutan o, por decirlo de otra manera, evolucionan. De tal manera que lo vivido hoy, nunca se repetirá de la misma manera. Ni la

solución que fue apropiada para un momento, volverá a ser válida en otra ocasión.

Frente a todas estas premisas, el ser humano, recurre a las soluciones que, a priori, tiene más a mano. Y cuando éstas fallan o no las encontramos, recurrimos a otras "instancias", que se alejan de lo terrenal para adentrarse en lo "místico". Son formas de proceder respetables y le valen a quién tiene la suerte o la fortuna, de una "fe inquebrantable".

Aquí, en este plano, siempre nos quedan los sentimientos que cubren un montón de carencias. Es una fortuna que no se hayan dejado a un lado y sean ese "salvavidas", que suaviza los sinsabores cotidianos.

El Sr. Nelson Mandela, nos regala lo siguiente: "La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo".

Convento totalmente con el Sr. Mandela. Sostengo que la educación abarca todos los terrenos, incluso los de la cultura, entendida no sólo como "academia", sino asimismo como una visión más amplia de lo que nos rodea.

Para quien no ha salido de su lugar de nacimiento, su realidad es ésta. Si cambiase a otro lugar de residencia, su realidad sería otra y tendría elementos de comparación.

Las "innovaciones que comportan nuevas formas de vivir y trabajar conducen a cambios sociales de gran calado". Otro postulado con el también estoy de acuerdo. O que no me quedaría más remedio que aceptar.

Bien. Pero sin olvidar ese mundo de afectos, de profundidad, de buen proceder, de crear lazos que unan y no de armas que separen.

Tal vez, tras todo esto que nos toca vivir, sea lo que nos quede para seguir conservando la condición de seres sociales.

Conservémoslo, sea en la propia vida personal, sea en la colectiva como sociedad.

**CARLOS LLORÉNS FERNÁNDEZ.**  
Universidad de Vigo. (300921 LD)



# IRA DEL VERANO 2021

REMEDIOS SEIJO



**Este artículo va destinado a mi experiencia de este verano condicionada por la Covid-19**

En estas fechas nos encontramos con una situación muy difícil, ya que llegado el verano todos tuvimos que renunciar a nuestras vacaciones estivales, pero resulta que en el 2021 la situación apenas cambió, en mi opinión era bastante similar.

Ha sido terrible para mi no poder moverme con libertad, con miedo a no poder desplazarme en avión en tren... en una palabra, en transporte público y siempre con nuestra amiga la mascarilla dichosa. ¿Cuándo llegará, el día en que saldremos sin ella?

Llegó un momento que La Ira, se apodero de mi ¿Sabemos la clase de emoción que es?, Es un sentimiento emocional de enfado muy grande. La ira es tan enrevesada y difícil, que muchas veces solemos perder los papeles, yo tengo que reconocer que un poco sí me paso eso, después de verme metida en casa, con la vida que habitualmente llevaba... mis vacaciones anuales de siempre, se me suspendieron, me daba cuenta de que eso ya no lo tenía, yo era consciente de que no debía dejar que la ira me invadiera, ya que amo la paz, la tolerancia... pero no, la rabia me llevó a entrar en una situación de enfado constante conmigo misma.

Claro, uno entra en ese ataque de ver lo mal que se está llevando todo, la gente no respeta las ordenes sanitarias, cada uno hace lo que le viene en gana, y es ahí cuando sientes ese malestar. Es algo que no puedes controlar, por eso el ser humano cuando ve las olas del mar que se embravecen, las lluvias que destrozan todo, los ríos desbordados y los montes convertidos en cenizas, se percata de lo trágico del cambio climático que hoy día nos está volviendo locos y nos preguntamos con indignación ¿por qué pasa esto?. Pienso que el hombre poco puede hacer frente a los fenómenos de la naturaleza, Y ahora ¿qué pasa con el Covid- 19? Pues que más o menos viene a ser lo mismo, no podemos hacer nada, sólo mantener la calma y la paciencia,procurando no entrar en ataques a nadie y apartarnos de ellos de ellos lo más rápidamente posible porque de ahí vienen las situaciones dramáticas y trágicas.

Muchas veces los humanos somos tan presas de la ira que perdemos todos los modales aunque lo más importante es no salirse nunca de nuestros papeles, pero sucede muchas veces que la ira puede más que nosotros. La paciencia se acaba, vas viendo que el verano va pasando y tú sigues más o menos metido en casa. Yo por ejemplo, no puedo soportar a esa juventud de botellones, lo mismo que las gentes apiñadas en las playas sin poder moverse, eso te produce un pánico que terminas medio tocado y vas viendo que esto no termina nunca.

Pensemos ahora que, con que está ocurriendo, tenemos una sensación tremenda de pánico, y que ésas no son las soluciones ni las formas, las cosas se tienen que pensar antes de hacer y ponerse ahora como energúmenos no nos llevaría a nada, es más bien cuestión de saber esperar a que puedan solucionarse con el tiempo, a que pase esta pandemia, para no convertirlas en emociones negativas, frustraciones y tristeza, ya que esas emociones no te dejan actuar ni pensar ni hacer. Tenemos que ser valientes para poder disfrutar el próximo año como hacíamos antes de todo este mal tan grande que ha cambiado el mundo, tenemos y debemos volver todos a nuestras raíces en todos los sentidos de la vida, tanto en vacaciones como en todos nuestros cursos venideros, debemos ir perdiendo ese miedo para volver a empezar a vivir a viajar como está mandado.

La ira, empieza con los temores y las frustraciones, tengamos presente que la paciencia y la tolerancia son valores que tienen que estar por encima de todo esto. ¡Esto no debe poder con nosotros

Eso sí, tener precaución toda.

Tenemos que conseguir de volver a nuestros felices veranos de playas, mar, montañas, familia y amigos.

**¡Esto es verdad!**  
**El secreto de una mujer**  
**Es muy simple, nunca se rinde**  
**Y eso me pasa a mi**

*Remedios Seijo*  
*Vocal de la Junta Directiva de AUCTEMCOL*  
*Coordinadora Exposiciones y Museos*  
*Universidad UC3M - de Colmenarejo*



# MADURESCENCIA

ALEJANDRO OTERO



Desde hace algunos años, incluso últimamente, decidimos buscar una palabra que nos permitiese definir a las personas mayores que entran en su nueva vida después de la laboral. Se aportaron muchas sugerencias, pero ninguna cubría la necesidad de poder definir a estas personas que desean iniciar su nueva vida activos, utilizar toda su formación, preparación profesional y talento para participar en la sociedad voluntariamente y seguir formándose a lo largo de toda su nueva vida, que cada día se alarga más.

Nuestro trabajo está centrado en conseguir que la nueva generación de lo que definimos actualmente como, Personas MAYORES, SÉNIORS etc. son términos objetivos, que no conllevan carga ni valoraciones de ningún tipo, pero se han ido revaluando, sobre todo, a partir de la segunda asamblea mundial de envejecimiento y vejez de Madrid en el 2002, cuando se determinó que lo correcto sería referirse a esta etapa como **vejez y a la población como personas mayores**. Esto lleva según esa asamblea a situarnos a cada uno por nuestra edad, población mayor, (**subgrupo de edad a partir de los 60 y más años**): y a continuación nos sitúan a cada uno de nosotros y nos definen lo que somos: Adultos (as) **mayores jóvenes**: 60 a 74 años. Adultos (as) **mayores viejos**: 75 a 84 años. Adultos (as) **mayores longevos**: 85 a 99 años. Centenarios (as): 100 años y más.

**Qué barbaridad me han convertido en un VIEJO.** Y esto se decía en una asamblea hace 19 años, los tiempos han cambiado tanto en estas dos centurias, que esa definición está totalmente obsoleta.

Hace unos días celebramos las XIX Jornadas Internacionales sobre el Asociacionismo en los programas universitarios de formación de Mayores de los alumnos de nuestras Universidades (CAUMAS) y en la mesa redonda dedicada al futuro de los "Programas Universitarios de Mayores, visto desde las instituciones", donde intervenía D. Rafael Robaina Exrector de la ULPGC (Universidad de Las Palmas de Gran Canaria) aportaba dentro el Aprendizaje a lo Largo de Toda la Vida. "Long Life Learning" una forma de responder al llamado de las personas de mediana edad que nos ha cogido "**Totalmente desprevenidos**" y nos embarcamos en la segunda mitad de la vida, sin conocer cómo definir a esta generación que quiere vivir dentro "Long Life Learning"

Muchos de nosotros, las personas mayores, realmente no hemos sido educados en la escuela ni preparados para la segunda mitad de la vida, la madurez, la muerte y la eternidad.

La cita de Carl Jung (1933, p. 108) destaca nuestra necesidad de un nuevo tipo de educación que permite a los de mediana edad revisar sus verdades e ideales, y reflexionar sobre lo que significa vivir una vida larga, que es a lo que nos referiremos como "una vida larga aprendiendo." Como tal, la educación de la mediana edad no debe centrarse solo en la adquisición de conocimiento, pero debe estar centrado en el alumno para **apoyar el cultivo de la sabiduría y bienestar**.

Y esto lo ha mostrado perfectamente el profesor Robaina, con su definición de esa nueva etapa de la vida, la **Madu-**

**rescencia**, personas que han decidido estar formándose a lo largo de toda su vida y el deseo de "**dejar una huella**" o un legado. Los **Madurescentes** describen la mediana edad como un período fundamental que requiere: "un equilibrio y un pico de funcionamiento en la intersección de crecimiento y declive.

Y desde a Federación Galega de Asociaciones Universitarias Seniors FEGAUS, poder conducir a los miles de **Madurescentes**, con el objetivo de:

- (1) Conseguir el bienestar y realización personal y cómo navegar las transiciones de la vida y desarrollar resiliencia y una mentalidad de crecimiento,
- (2) El establecimiento de significado y propósito en la vida posterior,
- (3) Las mejores prácticas extraídas de las etapas de la vida y teorías del desarrollo y personal y social.
- (4) Y los enfoques para mejorar las relaciones intergeneracionales.

Mantener actitudes saludables hacia uno mismo, es crucial para la salud mental. La ausencia de la capacidad de aceptar incondicionalmente a uno mismo puede conducir a una variedad de dificultades emocionales, incluyendo incontrolables ira y depresión.

Las relaciones positivas con los demás, desarrollarlas y mantenerlas cálidas y auténticas, confiar en las relaciones interpersonales con los demás. Deben ser las actitudes de las futuras generaciones de **Madurescentes**.

Gracias profesor Robaina, por descubrir a la nueva generación de las personas Madurescentes.

- Los primeros cuarenta años de vida nos dan el texto; los treinta siguientes, el comentario. **Arthur Schopenhauer**.

**Alejandro Otero Davila.**

Presidente de la Federación Galega de Alumnos Universitarios Seniors (FEGAUS)

#### Bibliografía.

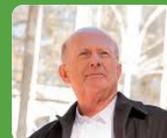
Travis, and Skylar

Skikos Dedicated "Long Life Learning" outside of Higher Education



# ¿IMPORTA LA EDAD?

BARTOLOMÉ FREIRA



**Dr. Bartolomé Freire, Psiquiatra jubilado y autor del libro: "La Jubilación, una nueva oportunidad".**



Hay personas mayores que al declarar nuestra edad, tenemos la sensación de que la cifra no es real, ni se corresponde con como nos percibimos. Y nos miramos una y otra vez en el espejo esperando encontrar algo que ya no existe. Nos cuesta asumir el avance de la edad porque implica renunciar a una imagen ideal y a ilusiones que ya no se cumplirán. También, porque somos parte de una cultura en la que predomina una idea negativa de envejecer.

Decir adiós a la juventud y aceptar nuestra edad significa reconocer internamente que nos vamos transformando con el paso de los años. Importa, en la medida en que hacer una valoración sincera de quienes somos y de donde estamos aporta paz y armonía y es la base de cualquier estrategia para envejecer con éxito. Tener presente la edad debe servir como acelerador y no como freno. Puede ser un estímulo para vivir más intensamente, priorizar lo que realmente nos importa y disfrutar más de las relaciones. Por el contrario, negar la edad y mantener la fantasía de seguir siendo joven y rebosante de energías, aunque sea parcialmente verdad, puede convertirnos en extraños para nosotros mismos.

Sin embargo, es evidente que envejecemos a distintas velocidades, que existen diferencias marcadas entre personas con la misma edad y que muchos criterios sobre la edad están condicionados por prejuicios de un pasado superado por la longevidad actual. Desde ese ángulo, la edad ha perdido mucho significado a la hora de prede-

cir la competencia física, mental o social de una persona mayor.

El énfasis contemporáneo en que la expectativa de vida se va extendiendo sin fin puede contribuir a ocultar la existencia de la vejez y a menoscabar la motivación para abrazarla y disfrutarla como una fase más del ciclo vital, con sus limitaciones y sus oportunidades de crecimiento. En palabras de Ann Karpf<sup>1</sup>: *"El concepto de que la edad no importa elimina el valor de la experiencia, nos priva de nuestra historia y nos impulsa a imitar una falsa juventud"*.

¿Qué nos lleva a convivir con la idea de ser mayores? El reconocimiento de la edad puede comenzar a partir de los mensajes que nos transmiten las miradas ajenas (¡ay... las primeras veces que nos ceden el asiento en el autobús!) o de los cambios que observamos en las personas próximas. La psicoanalista A. Blanché<sup>2</sup> hace una consideración interesante: *"El cuerpo del cónyuge puede convertirse en la imagen del tiempo que corre, porque nos devuelve, como en un espejo, la imagen de nuestro propio envejecimiento y socava el mito de la eterna juventud y la inmortalidad"*.

Enfermar o sufrir un accidente invalidante erosiona la confianza en nuestra fortaleza física y nos obliga a admitir que la vulnerabilidad está instalada en nuestras vidas. Cada molestia, cada deterioro funcional o en nuestra apariencia, nos confronta con los años cumplidos y nos pide poner al día la idea que tenemos de nosotros mismos. También la pérdida de un ser querido nos trae a la conciencia que nuestro futuro es limitado y que el final es real e inevitable.

No podemos retroceder en el tiempo, pero sí retrasar los efectos negativos del envejecimiento. Para lograrlo necesitamos potenciar la juventud que conservamos en nuestro interior: fomentando la capacidad de sorprenderse ante lo desconocido, de entusiasmarse y comprometerse, de ser curiosos y de dar y recibir amor.

**Bartolomé Freire**  
Septiembre 2021

(1) Karpf, A. (2014): "How to Age". London: Pan MacMillan.

(2) Blanché, A. (2014): "La retraite, une nouvelle vie", Paris: Odile Jacob.



## MOMENTOS (42)

JESÚS JAUREGUI GORRAIZ



Otra vez Cortázar con su relato templado de buen torero, lento y de detalle que te hace sentir la piel y el pensar mismo de los personajes, por las calles de París en sus andanzas nocturnas: Saint Germain, boulevard de Saint Michel, la plaza de Saint Sulpice, el Sena.

He vuelto a leer a Julio Cortázar y a sentir envidia de sus personajes, de él mismo como relator de historias simuladas o sucedidas. Y he vuelto a desear, en pasado, sumergir mi oscura juventud, en los ambientes del barrio junto al Sena y las calles medievales que rodean Saint-Severin, santo antiguo en piedra gótica de columnas que ascienden retorciéndose a la cúspide de su iglesia. Calles de esquinas inmediatas que ocultan, hasta el final, los trazados irregulares de las siguientes calles.

Y el transitar nocturno de músicos de jazz, literatos en busca de tipos que completen sus tramas, pintores, amigos que buscan amigos para tomar la última copa en un apartamento abuhardillado y sin ventilación. Humo de Gaullois y de marihuana, sudor de sexo y frío de pobre parisino. Y envolviendo todo, la música persistente y repetitiva del saxo de Johnny Carter o la voz de Tica. Y conversación pastosa y desarticulada sobre el tiempo detenido al que llaman "siempre", sobre el conocer de uno mismo, sobre el río cercano y un próximo final, "lo fantástico procede siempre de lo cotidiano".

Mayo del 68, todavía guardo las cartas con sus sobres, a alguno le falta el sello de correo que recorté para mi colección, que Bibiana y Lurdes me escribían desde París en los primeros meses de este año 1968. La última, fechada en el mes de mayo, se la entregué, con devoción, a mi amiga Lurdes que, finalmente, se casó con mi primer amigo de juventud. Acababa de morir, temprano, de cáncer. Cartas recibidas, casi siempre escritas con trazos irregulares, que eran llamadas de ayuda y a las que contestaba, *-¿las habrán destruido?, me pregunto-*, con esperanzas y promesas de vernos pronto. *¿Por qué no huí a París?* Todavía no había leído a Cortázar y, seguramente,

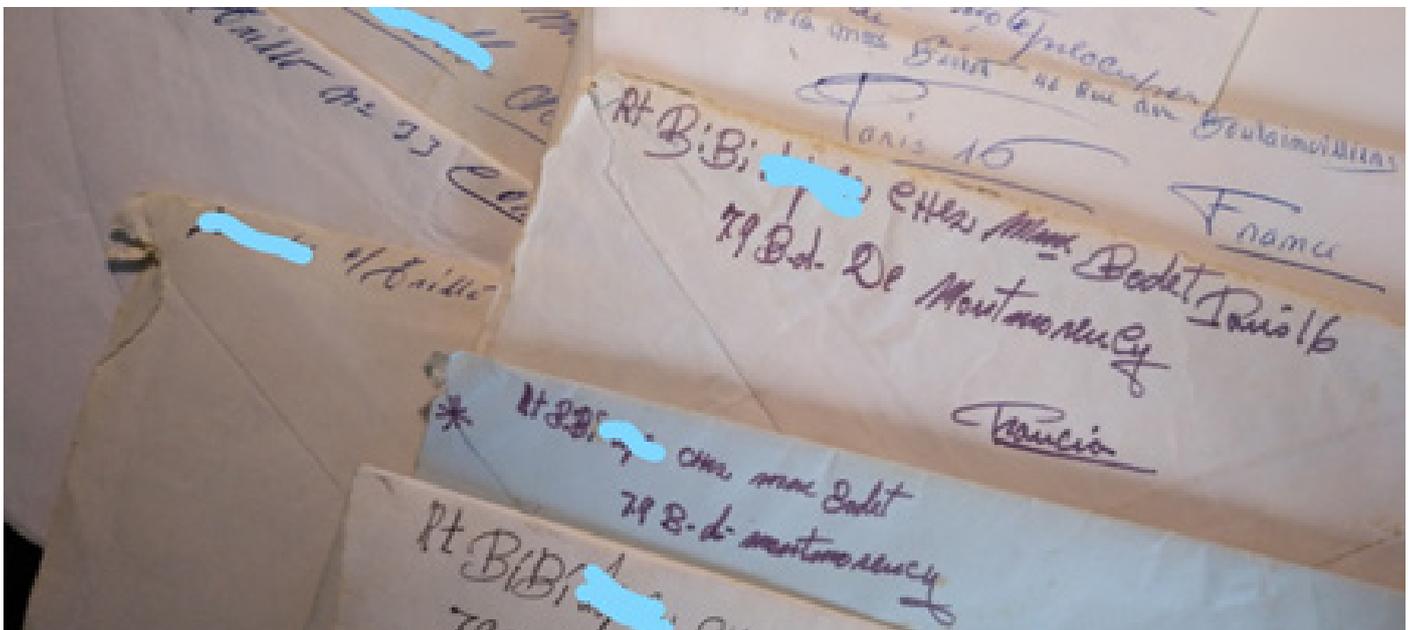
en aquellos años de torpe juventud, tenía veintiún años, me hubiera asustado el mundo que tanto me gusta leer en los libros de Julio Cortázar. Lo más probable, hubiera ido a París y me habría convertido en un administrativo empleado en despachos de cristalerías y mostradores de madera, me habría alojado en barrios incipientes, Porte de Versailles, para obreros de la Renault, y me habría acomodado a una vida rectilínea de horarios afrancesados. Es lo que después hice en mi vida, sin correr a París.

Pero hoy, cercano a los setenta, -me obsesiona tener más años de los que cumplo-, me gusta pensar en París, donde he acudido varias veces y, la última, tristemente para enterrar a mi hermana. Y relaciono los libros de Cortázar y las cartas de mis amigas que guardo y el gregoriano que en esta visita escuché en Notre Dame y el tortuoso visionado de las calles latinas de París y mi acomodo actual y mi tiempo "siempre" hecho de "mañana" y mi deseo incompleto. *"Tú no haces más que contar el tiempo"*, le dice Johnny a Cortázar.

Mientras escribo, escucho "Side by side" de Duke Ellington y Johnny Hodges y trato de convencerme, en frase de Cortázar referida a su personaje "El perseguidor", *"no puede ser que no haya otra cosa, no puede ser que estemos tan cerca, tan del otro lado de la puerta"*.

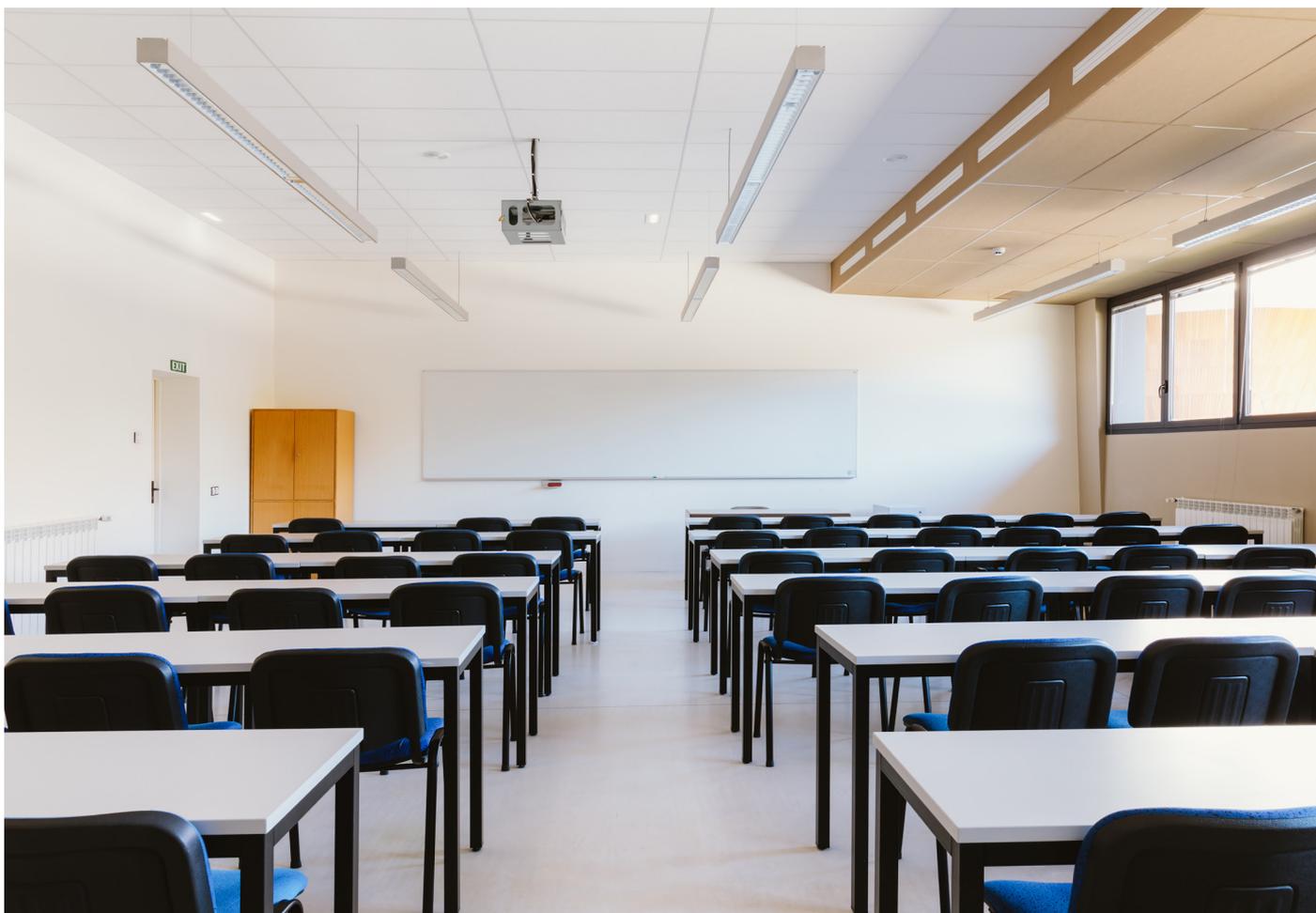
No pasa el tiempo, caminamos sobre el tiempo inmóvil y, de vez en cuando, miramos hacia atrás y ahí está el tiempo perdido esperando ser recorrido.

**Jesús Jauregui Gorraiz, socio de Aulexna,**  
(Asociación de Alumnos de la Universidad de Navarra)  
Pamplona/Iruña, julio 2021



# ¡¡ESTUDIANTE, LA FACULTAD TE ESPERA!!!

MIGUEL ÁNGEL MARTÍNEZ COELLO



Parece que fue ayer, pero ya van 21 años ininterrumpidos desde que se crearon los Programas Universitarios de Mayores, **PUM**.

El curso 2021-2022, el PUM de la UVigo se estrena con el logro de considerarnos como: **"Estudiantes de pleno derecho"**

## ¿Qué beneficios tenemos las personas mayores al seguir estudiando?

Los investigadores coinciden en que **mantenerse activo, física y mentalmente es fundamental** si queremos "madurar" de una manera saludable.

Está demostrado que el hecho de **estudiar tiene beneficios positivos para el cerebro**, tales como **prevenir y reducir el riesgo de depresión o el desarrollo de demencias** y por tanto, **mejorar nuestra autoestima**.

Todos los estudios científicos han demostrado que ejercitar el cerebro **previene o retrasa el deterioro cognitivo asociado a la edad**.

Los Programas de Mayores Universitarios **PUM**, nos permiten adquirir nuevos conocimientos mejorando **la capacidad analítica, la toma de decisiones y la resolución de problemas**.

Asistir a clases, **como estudiante**, te mantiene **activo físicamente**, **te permite desterrar el sentimiento de la soledad no deseada** y **la sensación** de sentirse prescindible para la sociedad.

La educación **es siempre un desafío muy positivo** en la vida de una persona mayor porque aporta **un nuevo sentido a la vida**, nos mantiene activos y dispuestos a afrontar nuevas metas **fortaleciendo los vínculos sociales**.

## ¿Quién se puede matricular?

Con las aulas de formación abierta, la Universidad de Vigo, desarrolla un **proyecto científico-cultural** destinado a **fortalecer las relaciones humanas y promover la ciencia y la cultura en las personas mayores**, al mismo tiempo que se potencian **las relaciones intergeneracionales**.

Cualquier persona de más de 50 años, con o sin titulación previa puede acceder a la matrícula en cualquiera de los 7 campus de Galicia o en el campus de su comunidad.

*Miguel Ángel Martínez Coello  
Responsable de prensa y comunicación de FEGAUS  
(Federación Galega de Asociaciones Universitarias Sénior)*

# LA “PERSONA” COMO SUJETO DE LA EDUCACIÓN EN LA UNIVERSIDAD

ALEJANDRO OTERO



En este momento las universidades españolas con Programas de Mayores han iniciado el proceso de matriculación para el próximo curso 2021/2022, utilizando el concepto de persona mayor en su acercamiento a la Universidad definido por la edad, por la situación de prejubilado o de jubilación y por los estudios previos.

Población que definimos como no activa, consecuencia directa del alto nivel de envejecimiento poblacional en España, que incluye a un colectivo tan importante como son las personas mayores, por su magnitud y posibilidades de desarrollo en lo económico, cultural y social.

En la Conferencia Internacional sobre Educación celebrada en Hamburgo en Julio de 1997, se proclamó abiertamente, que la formación y desarrollo intelectual de las personas mayores constituye una de las claves para resolver positivamente los problemas a los que deberá enfrentarse la sociedad del siglo XXI.

En la Declaración Mundial de la UNESCO sobre Educación Superior en el siglo XXI, se establece como acción prioritaria: “Que los Centros Universitarios se abran a las personas mayores creando oportunidades de aprendizaje, flexibles, abiertos y creativos”.

Nuestra Constitución consagra el derecho universal a la educación, sin que pueda ser restringido por ninguna causa o motivo, ni por razones de edad. Atención universitaria no reglada o informal promovida e impulsada por el IMSERSO y Servicios Sociales de las Comunidades Autónomas, correspondiendo a la Universidad organizar y desarrollar los programas a través de una formación próxima al concepto de servicio social impartidos por docentes universitarios, teniendo como objetivos, la ocupación del tiempo libre en el marco de un envejecimiento activo.

Esta nueva generación de personas, procedentes de contextos muy distintos, busca fórmulas más atractivas, que promuevan la participación activa y cohesión social; es la generación más formada, académicamente, de la historia en España y está en la idea de las Universidades ligadas al “aprendizaje permanente” la preparación de programas para esta nueva generación de “PERSONAS”, que consideramos que no somos mayores, va encaminada a la formación que solicitamos para seguir participando en la sociedad del siglo XXI.

La **ESCOLA ABERTA DE FORMACIÓN PERMANENTE** de la Universidad de Vigo, se prepara en esta línea de orientación a la especialización profesional en un área específica que facilita la adquisición de conocimientos en entornos de constante evolución, <http://eafp.uvigo.gal/gl/>, centro que gestiona toda la formación permanente de la Universidad, a través de títulos propios, en el que está integrado el **PROGRAMA DE MAYORES**.

Este plan nuevo se implantará en el próximo curso académico 2021-2022 de acuerdo al plan establecido, con el título propio **UNIVERSITARIO EN CULTURA Y SOCIEDAD**, dentro del plan Bolonia y asignaturas



valoradas por créditos, con un mínimo a realizar en cada ciclo y una duración de 4 años.

Aprobado este Ciclo ya pueden matricularse en el Ciclo INTEGRADO, en el que participan en las asignaturas que los profesores ponen a disposición de los estudiantes de los Programas de Mayores, participando y compartiendo en una relación intergeneracional, de dos generaciones estudiando el mismo temario.

Sin perder su carácter de servicio social, estos programas, en sus actuales planteamientos de programación, metodología y docencia, deben avanzar con nuevas propuestas, ya que la Universidad dejará de ser monopolizada por los jóvenes para ser una **institución educativa a la que acudir durante toda la vida**.

En consecuencia, no debería ser utilizado el término “persona mayor”, sino simplemente la palabra “**ESTUDIANTE**” cuando se haga referencia al sujeto de la educación “sin edad” y para todas las “edades”, para que la Universidad ponga a su disposición toda su estructura formal, reglada y no solo los programas universitarios para mayores, tal y como se están ofreciendo en la actualidad.

FE GAUS (Federación Galega de Asociaciones Universitarias Séniors), trabaja para conseguir este objetivo y poner en valor la Formación, Experiencia Profesional y Talento de las nuevas **PERSONAS**, que se incorporan después de su vida laboral, a seguir formándose para seguir participando en la sociedad y aportar todos sus conocimientos.

**“Lo maravilloso de aprender algo es que nadie puede arrebatárnoslo”**  
**B.B. King**

Uno de los músicos de blues más influyentes

**Alejandro Otero Davila**

Presidente de FE GAUS (Federación Galega de Asociaciones Universitarias Séniors)



FEDERACIÓN GALEGA DE ASOCIACIONES  
UNIVERSITARIAS SÉNIORS

## «LAS PASIONES DE LOS UNIVERSITARIOS MAYORES» (PARTE III)

RAFAEL RECHE SILVA



En algunos momentos acaricio la idea de quedarme pendiente del cielo ardiente que se viste de tonos rojos, naranjas y amarillos de los atardeceres o del cielo azul pulido y delicado del amanecer, sin otro interés que contemplar la naturaleza pura y la belleza de la creación. Es mi deseo, a estas horas, parar del ajetreado movimiento del día, o activar la circulación de la sangre estancada por el sueño.

Quisiera atrapar algo tan perfecto como es el equilibrio. Ese equilibrio, para seguir vivo y activo, mantener el control entre lo físico y lo mental y reconocer a ese hombre maduro que parece que el tiempo me ha convertido, un tiempo desconocido que me ha traído la jubilación. Escribo, una y otra vez, algo ajeno a mí, extraído de la propia vida de los compañeros y de su entorno. Un mundo de emociones que buscaron y encontraron en su retiro. Abro con mis palabras una pequeña rendija para contemplar como los personajes, ocupan su espacio vacío, recaptura su ilusión, fruto del deseo que aún conservan intacto. Hombres y mujeres, anónimos en sus campanas de cristal, en su segunda etapa de la vida mantienen la cabeza despierta, los ojos ocupados, las manos activas e inhalan suspiro de felicidad.

Una emoción poderosa y de admiración me manda escribir cada historia, como si la viviera en mi propia carne. En este universo tan variado, encontramos de todo, algunas inusuales, otras para manos o mentes privilegiadas y dotadas del don natural del talento, pero la mayoría realmente se presentan asequibles y fáciles de ejecutar.

Una palabra que queda lejos en el nuevo estilo de vida, el quietismo. La actividad nos obliga a desplazar la soledad, Construir, diseñar nuestra propia obra, sin buscar recompensas ni halagos, es nuestra propia satisfacción la que nos enriquece nuestro espíritu.

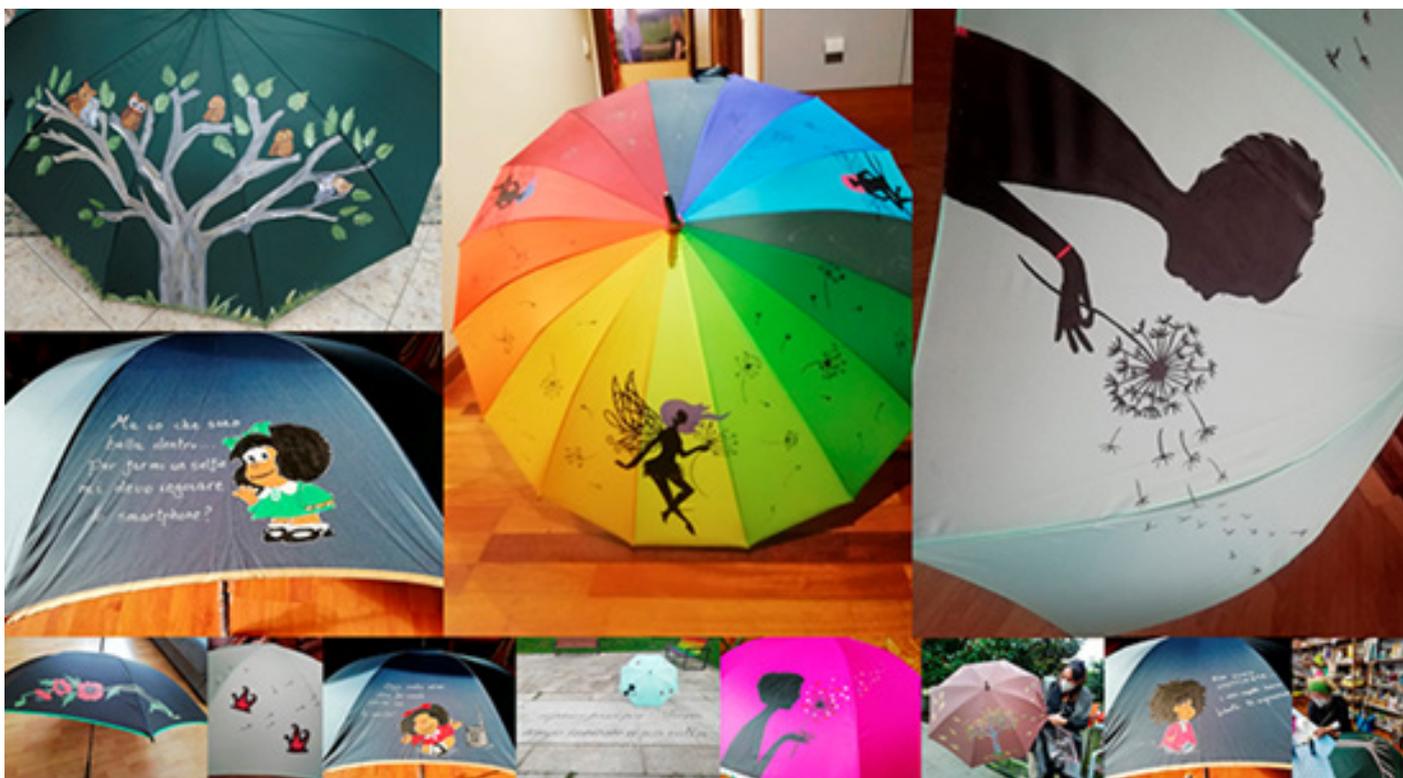
Esta semana son protagonista dos mujeres de orillas opuestas, una desde Asturias y otra desde Rio Cuarto, Argentina. Ellas, desde su jubilación han encontrado, otra forma de invertir su tiempo, cultivando un microcosmo artístico extraído de la inmensidad de lo natural.

La universidad no tiene frontera y en este caso, contemplamos la unión de dos formas artísticas, en una armonía de gran belleza plástica. No me canso de admirar, como han desarrollado en su etapa de jubilación esa capacidad creativa que raya en la perfección.



**Azucena Fernández, en el taller decorando con pintura los paraguas.**

**Azucena Fernández Morán**, 66 años, se define como asturiana de pura cepa. En la actualidad jubilada de médico de familia y estudiante del Programa Universitario de Mayores (PUMUO) de la Universidad de Oviedo en su sede de Mieres.



### Paraguas decorados por Azucena Fernández.

Un trabajo de médico en urgencias y centros de salud, con su doble cara, una dulce y agradecida del trabajo bien hecho y recompensados por los pacientes y familiares y otra dura por el stress que supone las situaciones de emergencias vitales.

A los 39 de ejercer su profesión se retiró a su hogar con su esposo e hijos. Un cambio radical se presentó en su vida del ajeteo hospitalario a la calma chicha. El viento se calmó y las olas se apaciguaron. Pero, ella, una mujer inquieta, supo buscar la alternativa en la transformación de las cosas. En aquellos objetos rutinarios, frágiles, imperfectos y sin suntuosidad por sí mismo, solo útil para la función que fue creado, realizó una metamorfosis en ellos, dotándoles de una riqueza de colorido y dueños de una cierta belleza abierta a los ojos.

Azucena con sus propias palabras nos descubre su arte y como llegó a ello.

*Me pareció bien crear cosas así que decidí empezar con trabajos manuales, mi profesora Pilar [mi gratitud para ella] me sugirió pintar.*

*¿Pero si no tengo ni idea, y dibujo muy mal? le dije.  
Me respondió: No te preocupes yo te enseño.*

En esta etapa de incertidumbre que se origina al cese de la vida laboral, nos golpea de cara el vacío de las horas y de los días. Ella, encontró a la persona adecuado en el momento preciso.

*Con mi primer cuadro disfruté muchísimo me parecía imposible que pudiera salir de mis manos aquel árbol que tenía corteza y todo, el mar, el cielo...*

Lo inesperado brota como un pez o un chorro de agua. Pero la naturalidad la llevamos dentro hay que dejarla fluir y el magnetismo de la creatividad surge antes nuestra propia sorpresa.

*Luego había que pensar en otros lienzos, los cuadros eran muy grandes tardaba mucho, empecé a pintar camisetas, tazas, cajas...*

*Una amiga un día me dijo que había visto un paraguas decorado, que le había gustado mucho y seguro que yo podía pintarlo y así fue con la ayuda de mi profe UE consigue que mis sueños se hagan realidad.*

Azucena, buscó y al final encontró el camino que debería seguir. Ella, aspiraba a reconducir su energía compositiva sobre los paraguas, un instrumento muy empleado en Asturias y en un expresivo mensaje de Wasaps me escribe le siguiente texto:

*Así empecé hace unos siete años para personas de mi vida, personalizados, según gustos, acontecimientos, algo simbólico así surgió uno de los últimos, árboles y arbustos para nuestra profesora de María Castaño por su intervención quirúrgica de urgencia. Como no podía ser menos en el paraguas un Castaño, en el tronco grabado anagrama de PUMUO (Programa Universitario de Mayores de la Universidad de Oviedo) Mieres y en las hojas caídas los nombres de sus alumnos, así lo descubrió Solé, nuestra querida compañera y lo llevó hasta ti.*

Su arte se disfruta con un paseo bajo la lluvia y sobre todo en invierno. Todo comenzó con un simple pasatiempos y pasó un paraguas a convertirse en un lenguaje plástico, libre y desenfadado personalizado con todo su cariño a las personas de su entorno.

*Para mi pintar paraguas es una forma de agradecer a las personas que están ahí, en vida, que las siento y procurar hacer un poco más bonito objetos útiles que en Asturias utilizamos bastante por cierto pero que vosotros también podéis utilizar como sombrillas.*

*Experimento, Paz y Gratitude según vas viendo lo que hacen las pinceladas, la mezcla de colores es indescriptible.*

*Trabajar con las manos, dar belleza a las cosas es una gran satisfacción y lo recomendaría a todo el mundo.*

Azucena, para finalizar, una anotación rápida. Admiro tu arte y creatividad.



### **Matilde Maffrand con sus cuadros en una exposición en Argentina.**

**Matilde Maffrand.** 76 años, alumna de la Universidad de Río Cuarto, Córdoba, Argentina. Jubilada de maestra de Escuela Primaria.

Es inútil quedarse en casa, inútil levantar muros al conocimiento. El Arte está en todas en parte sin estar en ninguna, atravesando fronteras, mares, montañas ... para universalizarse en un patrimonio de la humanidad.

Poco a poco se afianza una sólida relación de amistad entre universitarios mayores españoles y argentinos, compartimos considerables lazos de unión y un mismo lenguaje que facilita la comunicación. Dos países en polos diferentes del Globo, pero que se atraen. Matilde consagra su tiempo libre en desarrollar su talento sutil y personal, expresando su amor por el arte en la escritura y pintura. Ella, se une como una compañera más de la universidad a darnos su testimonio en palabras, he querido respetar la riqueza lingüística en matices del argentino.

*Mi querida Universidad siempre me ha dado opciones. Desde los talleres Culturales de Dibujo y Pintura para todas las edades, hasta los muy bien reconocidos de Escultura e Historia del Arte y los Talleres del Programa Educativo de Adultos Mayores, PEAM.*

*Los trabajos que he desarrollado en mis benditos años han sido múltiples. Desde Maestra de Escuela primaria hasta los más variados, acompañando a los emprendimientos familiares. Gestora de transferencias, cocinera de una familia de 6 personas y en mi vivero forestal vi crecer miles de plantines de (Pino) Pinus Elliottii, sembrados semilla por semilla; de ese plantel logré una forestación de 60 hectáreas, siempre acompañada por mi esposo y mis hijos.*



### **Dos cuadros de pintura de Matilde Maffrand.**

*Atesoro mi admiración por los pintores vanguardistas que se atrevieron a romper con las estructuras, que salieron a pintar por los campos de trigo, por los campos de girasoles amarillos como el sol, a poner ocres, violetas y rojos, a instalar en sus soportes los colores primarios y los colores complementarios. Amo los colores desde que yo recuerdo. A partir de ellos me siento en condiciones de cambiar el mundo, y han logrado despertar en mí una llama creativa que brilla intensamente. En ese instante tomo mis pinceles y mis óleos y soy capaz de expresarme con todo mi ser.*

*El rojo que me recuerda a las manzanas de Paul Cézanne. El amarillo a los trigales de Vincent van Gogh, los multicolores a Vasili Kandinski.*

*Que el azul te lleve al espacio infinito  
Que el rojo llene tus mañanas de olores a fresas  
Que el naranja tiña tus tardes de ocasos ocultos  
Que los ocres, verdes, lilas y violetas sean  
el espejo de un nuevo amanecer  
Me pregunto: ¿Cuál es mi pasión?  
Soy apasionada de la vida*

Gracias Matilde por tu grandeza de espíritu y tu pasión por la vida que nos ha hecho llevar desde la querida tierra Argentina.

Continuaremos con otras historias, con otras vivencias donde expresar la fecundidad de los mayores en su día a día, en este tiempo de pandemia y de jubilación.

**Rafael Reche Silva**, alumno del APFA y miembro de la JD de la Asociación de estudiantes mayores, ALUMA, Universidad de Granada



## VIAJAN A OTROS MUNDOS, VIVEN OTRAS VIDAS

RAFAEL RECHE SILVA



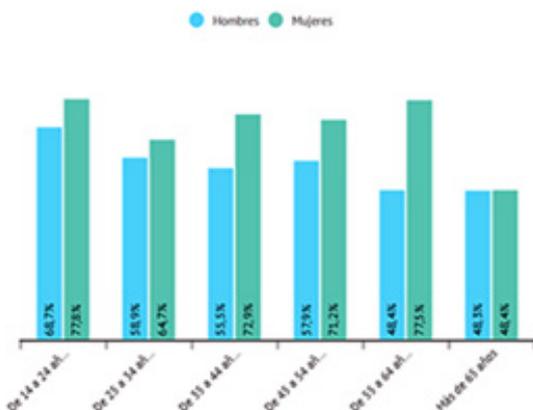
En abril celebramos el Día Internacional del Libro. Los medios de comunicación y redes sociales nos recuerdan la fecha en el día de San Jorge con el regalo de un libro y una rosa. Los universitarios mayores también hablan con voz, nos cuenta su vida alojada en los libros donde cabe todo: el inocente y el culpable, lo evidente y lo indeciso, la conmoción y la serenidad, el amor y el odio...



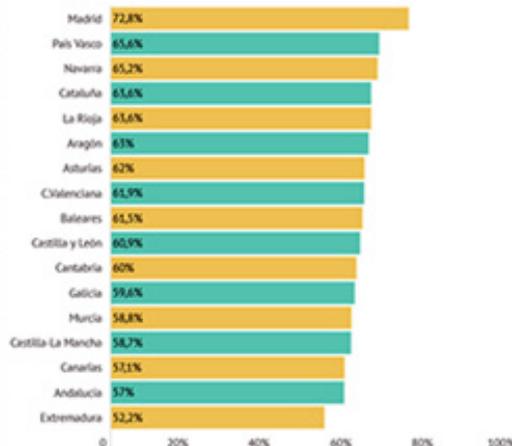
La lectura sigue siendo una fuerza capaz de revelar a las personas sus sueños y de invitarnos a vivirlos en pleno día. La seducción, se despliega sobre nosotros ejercida por los maestros tejedores de la prosa, con la sabia mezcla de veracidad y fantasía. Ellos, escritores de todas las lenguas de todos los tiempos, no dejan en sus obras el legado de su testimonio para que el lector anónimo cruce fronteras de los mundos creados por el autor, quien remueve nuestra conciencia en un combate sin ruido entre la ficción y la realidad.

Quiero realizar un llamamiento a ese espíritu curioso que habita en cada uno, a veces difícil de contener, que no tiene forma pero que habita en todas las formas de la vida, me ha llevado a preguntarle a nuestro sabio virtual "Google" ¿Quién lee en España? Y el sistema en decimas de segundos me responde desde el oculto valle de Silicón en California.

Evolución de lectores y lectoras desde los 14 años hasta después de los 65



¿En qué comunidades autónomas se lee más?



Gráficos estadísticos de hombres y mujeres lectores por edad y Autonomías

La primera impresión que me produce su lectura es la extrañeza. Este sentimiento surge cuando nos enfrentamos al complejo mundo de la ciencia Estadística que convierte la vida social a datos y los números en gráficos: de barras, quesitos y tablas basados en las matemáticas aplicadas. Mi asombro nace, al descubrir el disperso mundo de los lectores, por edades, sexo y lugares.

"El perfil más típico del lector que lee cada semana en España es el de una mujer mayor de 55 años, con estudios universitarios y que vive en un área urbana, según el último Barómetro de Hábitos de Lectura y Compra de Libros de 2019 de la Federación de Gremios de Editores de España (FGEE). El perfil masculino típico tiene las mismas características y ambos leen alrededor de un 40% de los libros en soporte digital".

Una sociedad como la nuestra es un buen síntoma de salud cultural que cada año se incrementa el número de lectores y es de destacar con orgullo como la mujer encabeza el mayor porcentaje en todas las edades, solo se equipara al hombre en la lectura a partir de los 65 años. En lo alto de la existencia, los hombres y mujeres mayores, se reconcilian con la vida y funden sus gustos en la igualdad en el reino de los libros.

La parte más triste por la parte que me afecta como andaluz es observar en el penúltimo lugar de la lista de Autonomías donde menos se lee, se encuentra Andalucía (57%) junto a Extremadura (52%). En cabeza Madrid (72,8%) y País Vasco (65,6%).

M<sup>a</sup> José García García. 68 años. Nació en Huétor Tajar (Granada). Estudiante del Aula Permanente de Formación Abierta (APFA) de la Universidad de Granada, perteneciente al Club de Lectura "Lo que vale una vida" del APFA, jubilada, Doctora en Obstetricia y Ginecología.



### María José García y su amor por la lectura

El destino me ha llegado a conocer a M<sup>a</sup> José García en el club de lectura. Ella, es capaz de iluminar nuestra tertulia con fértiles comentarios, capaz de revelarnos la esencia de las tramas y personajes de la novela como si estuviera antes sus ojos una radiografía. La concreción es un arte y M<sup>a</sup> José lo practica en su análisis, lógica e inteligente expone sus argumentos dentro de su sobriedad. Le doy paso para que nos cuente sus impresiones sobre la lectura.

Atendiendo una petición de Rafael Reche, nuestro dinámico compañero, me dispongo a, sin ánimo de aburrirlos, comentar algunas cuestiones en cuanto a mi interés por la lectura por si pudiera transmitir algo del mismo.

No recuerdo cuándo ni cómo aprendía a leer. Siempre leía todos los "papelillos" que se me ponían por delante. Fui una niña felicísima el día que me colocaron las gafas y podía leer los letreros en las calles, superando así la limitación que la miopía me imponía.

Mi madre me reprochaba: "todo lo vas a aprender en los libros". Y así era: aprendía mucho en ellos, se abría mi pequeño mundo infantil. Afortunadamente, en casa siempre hubo libros. El día en que mi padre (maestro) me trajo de la capital el mejor regalo que nunca me han hecho (Los diez mejores cuentos eslavos) se me abrieron los ojos como platos y guardo hacia él una enorme gratitud en mi corazón.

Durante mi adolescencia leí a Emilio Salgari, Julio Verne, Fernand Cooper, Robert Louis Stevenson, y también Mujercitas de Louise Alcott, y a Corín Tellado. ¡Aquello sí que eran aventuras!

El hecho de estudiar interna el Bachillerato no supuso para mí ninguna pena, todo lo contrario, volvió a ser una apertura hacia otro mundo, otras amistades y otra biblioteca, donde leía lo que en aquella época del franquismo se consideraba apto para "chicas estupendas", tal era el título de una revista juvenil a la que me suscribieron. Enid Blyton, José Luis Martín Vigil, Carmen Martín Gaité, José María Gironella...

A los 18 años ingresé en la Facultad de Medicina de Granada especializándome en Obstetricia y Ginecología, profesión que he ejercido hasta mi jubilación hace dos años. Esta profesión ha llenado mi vida. Aunque en todos estos años, la lectura predominante ha sido la científica, nunca he dejado la "lectura de complacencia y curiosidad", que me ha acompañado siempre.

Porque un libro es un amigo, y, a veces, al finalizar su lectura dejan un espacio de orfandad que no se llena fácilmente. Entre los libros que me dejaron una huella especial recuerdo "Cien años de soledad" (G. G. Márquez) "Memorial del convento" (José Saramago) "Crematorio" (Rafael Chirbes) "Todo un hombre" (Tom Wolfe) "La vieja sirena" (José Luis Sampedro) "David Copperfield" (Charles Dickens).... seguro que olvido muchos, no quiero alargarme.

Y hay un libro especial que para mí es una medicina. Nuestro genial Cervantes con su Don Quijote de la Mancha. Un capítulo, cuando estás triste, nerviosa o desencantada, te cura. Es una de sus maravillas.

Mi experiencia como lectora es lo de menos, lo que deseo es animaros a leer a todos aquellos que os resulte más lejano. Ningún medio audiovisual (y los hay maravillosos: el cine) pueden mejorar la lectura porque ahí tu mente está libre atendiendo solo las sugerencias del autor sin dirigir tu mirada. Se establece una relación única ente el libro y cada lector.

Con un libro entre las manos, nunca os sentiréis solos.

Por último y, a petición nuevamente de Rafael, unas recomendaciones de lectura. Me voy a permitir dos: "Demasiada felicidad" de Alice Munro. Un libro de bellísimos relatos cortos, la autora premio Nobel de Literatura 2013 y "La sonrisa etrusca" de José Luis Sampedro, a los que sois abuelos os va a resultar especialmente grata su lectura.

Hasta pronto, un abrazo a todos en estos difíciles días que nos han tocado vivir. También quiero enviar unas palabras de consuelo a todos los que hayáis tenido alguna pérdida irreparable.

Liliana Beatriz Bonaldi, 61 años. Jubilada, profesora de Enseñanza Primaria y Licenciada en Gestión Educativa, alumna del PEAM de la Universidad Nacional de Río Cuarto (Argentina).



Liliana nos escribe su experiencia en la lectura desde Argentina

Hemos construido un puente de una sola pieza que une Granada con Río Cuarto en Córdoba (Argentina). Con pilares que se asienta en el conocimiento, la hermandad y la colaboración entre estudiantes mayores de ambas orillas. Al otro lado se encuentra, la profesora Susana Rocha, una mujer emprendedora y abierta a los diálogos entre mayores nos presta su constante apoyo.

Nuestra compañera Liliana nos cuenta con sus palabras la experiencia de la lectura como argentina.

Leo desde que tengo uso de razón o mejor desde que aprendí a leer, creo que heredé de mi madre la afición por la lectura, aunque mis tíos eran muy lectores. Con ellos me acerqué a los comics, cuentos y novelas policiales y de cowboy. El club al que pertenecía toda la familia tenía una Biblioteca Popular en la que me pasaba horas leyendo.

Mientras trabajaba, buena parte de la lectura tenía que ver con la profesión, pero desde mi jubilación leo mayoritariamente Literatura, dedicándole varias horas al día. He leído y leo de todo, me gustan las novelas históricas, las de suspenso, la literatura fantástica y la psicológica. Amo también la poesía.

La ficción te da la posibilidad de viajar, subirte a la máquina del tiempo y asomarte a la historia, vivir romances prohibidos y aventuras imposibles sin salir de tu casa. En tiempos como los que atravesamos, de encierro y aislamiento, un buen libro es la mejor compañía para echar a volar nuestra imaginación.

Muchas veces te preguntan qué libros te llevarías a una isla desierta, y la respuesta es bien difícil, yo llevaría ¡un contenedor! Pero, forzada a responder creo que llevaría una Biblia, los poemas de Borges y una buena novela.

Más allá del placer y el gozo que te brindan un buen libro, la lectura mantiene nuestras neuronas activas, incrementa nuestra capacidad de concentración, nos entretiene, ayuda a nuestra memoria, es una buena compañía y si sufres insomnio ¡te ayuda a dormir!

Estoy leyendo "Bellas durmientes" de Stephen King y en el último tiempo he leído "Las malas" de Camila Sosa Villada, "A Lupita le gustaba planchar" de Laura Esquivel, "Las voladoras" de Mónica Ojeda y la saga de "La amiga estupefacta" de Elena Ferrante, entre otros. Mientras, espero que salga a la venta el último de Graciela Ramos, "Hijos de la sombra".

Mi mejor inversión ha sido la compra de un e-book, ya que puedo llevar muchísimos libros en un espacio reducido, aunque extraño a veces "el olor a libro nuevo". He retomado, además, mi otra pasión que es escribir ficción.

M<sup>a</sup> del Carmen Expósito Mesa. 75 años. Maestra jubilada. Estudiante del Aula (APFA) de la Universidad de Granada, inscrita en el club de lectura "Lo que vale una vida".



María Expósito disfrutando de la lectura en casa

María como le gusta que le llamen, me comenta sus impresiones de forma escueta pero clara.

La lectura, es mi gran afición y no se desde cuándo porque siempre la he tenido, desde pequeña me gustaban los cuentos, las novelas del oeste que cogía de mi hermano y después todo libro que caía en mis manos me lo tragaba.

Me gustan la novela con base histórica, sobre todo, de aventuras y la novela actual. La serie de *El Médico*, de los escritores modernos españoles hombres y mujeres.

La lectura en mi opinión produce muchos beneficios, cultura, satisfacción, conocimiento, conocer lugares como si los hubieras visitado...

Libros que me impactaron: "Concierto para instrumentos desafinados" de J. A. Vallejo Nájera y "Martes con mi viejo profesor" de Mitch Albom, (este lo he comprado tres veces, lo prestaba y no me lo devolvían ni sabía a quién).

Queridos lectores deteneros unos instantes ante un libro, dejad que la mirada interior se despliegue y un mundo de vértigo nazca bajo la mente del que sueña.

Mi agradecimiento a María José Gracia, Liliana Bonaldi, María Expósito y otros compañeros por su colaboración. Cerramos estos artículos en homenaje al libro y especial a los universitarios mayores grandes lectores. En otras ediciones, continuaremos con otras historias interesante sobre la lectura.

**Rafael Reche Silva**, alumno del APFA, miembro de la JD de la Asociación de estudiantes mayores, ALUMA, de la Universidad de Granada.



# EL ANFITRIÓN

Relato sobre la manera de recibir en casa, ser el anfitrión de tu propia comida, cena, amigos o familia

REMEDIOS SEIJO



El anfitrión es una persona que por el motivo que sea decide hacer una invitación, bien sea de amigos, familiar o algún compromiso que se le presente, hoy día es muy frecuente hacerlo fuera de casa, pero reconozcamos, como queda en casa de uno no tiene nada que ver, es más íntimo y acogedor a mi particularmente me gusta mucho más, aunque reconozco que da trabajo, pero luego si todo sale bien la satisfacción es tan grande que compensa todo ese trabajo que tuviste y que hiciste con tanto esmero.

El anfitrión tiene la obligación de saber atender a todos sus invitados de la mejor manera posible, ser un excelente anfitrión no es nada fácil, requiere un montón de cosas, debes dominar como recibir, presentar a los invitados y por supuesto despedirlos, estas son unas de las reglas importantísimas y básicas, recibir implica mucha naturalidad y por supuesto el que organiza es el que tiene que recibir en la puerta a sus invitados y procurar crear un ambiente agradable para que todos se sientan muy a gusto, debes estar toda la comida pendiente de que todo salga bien, pero sin que se te note, sacar importancia a cierta clase de conversaciones ya que muchas veces la gente toma una copita de más y suelen ponerse pesados, yo tengo una norma en mis reuniones, jamás se suele hablar de política ni religión, son temas tan delicados y cada cual tiene sus ideas que además nadie se las vamos a cambiar que no vale la pena arruinar una gran noche por algo que no va a terminar en nada, reconozco que no es fácil y se tiene que tener mucha mano izquierda, pero para eso tenemos al anfitrión que es ahí donde está su gran cometido, luego nos llega la hora de la despedida el anfitrión debe tener serenidad y por supuesto nunca dar sensación de prisa, aunque ya estés cansadísimo pero una vez que entraste en esa vorágine tienes que llegar al final como un campeón, ¡ se decide despedirse!, la despedida será breve, se le acompaña a la puerta abriéndola y cerrándola y nunca dejar que la cierre el invitado, le daremos las gracias por venir, estas son unas reglas mínimas para una cena que no sea protocolaria, simplemente de amigos familia o algún motivo de compromiso que muchas veces se presenta.

A mí me gusta empezar con bastante antelación esta clase de cenas lo primero son las invitaciones hoy día es muy fácil pues aquello de la cartulina como que quedo un poco anticuado hoy lo normal es el teléfono lo más práctico, aunque para mí lo mejor es el WhatsApp abres un chat y pones a quien quieres invitar, un consejo que doy lo máximo para invitar en una casa deben ser ocho o diez personas máximo, a partir de ahí ya es difícil y complicado, ya que no dispones de vajillas suficientes e infinidad de cosas lo ideal son seis u ocho, también hacer cena para más no es tan fácil.

Empezamos por ejemplo por decoración de la mesa, es una de las cosas que más me gusta, y le suelo darle mucha importancia una buena mesa lo dice todo y te puede perdonar muchas cosas el mantel siempre debe estar impecable y la vajilla sea como sea muy limpia y muy bien colocada junto con la cubertería y cristalería, todos esos elementos aunque no sean de primera calidad serán muy limpios y bien colocados, por supuesto un adorno en la mesa que puede ser poner cualquier figurita y siempre unas flores aunque sean una cosa pequeña una simple

planta que tengamos por casa, lo importante es ponerla con gusto y tirando a baja ya que si lo ponemos muy alto quita visibilidad al de enfrente

Una de las cosas que también es primordial son los aperitivos, ellos dan lugar para ir esperando a los invitados más rezagados. Y esperar así a todos. Se les puede recibir con una copa de cava eso queda muy bien, pero bueno eso ya es cosa de cada uno.

Pasamos al menú una de las cosas más importantes ya que debemos elegirlo con mucho esmero y cariño, elegiremos según la estación del año, no es lo mismo un menú en invierno que en verano, los vinos otro capítulo muy interesante procurando que siempre tengan su maridaje con lo que ofrecemos de cena y para terminar los postres, ahí siempre debemos de poner un vino generoso como un Pedro Ximénez para terminar lo haremos con esa bebida burbujeante bien fría brindando con una buena copa de cava

Y finalmente con los cafés e infusiones y por supuesto unas copas. Por cierto, no olvidaremos poner unas pastitas para el café.

Otra cosa que no debemos olvidar y a mí también me gusta mucho es poner el nombre de cada comensal en la mesa donde deben sentarse, porque no hay peor cosa que estar pensando donde te sientas. Y preguntando ¡yo donde me siento!, no así cada cual ya va directamente a su sitio, tenemos que procurar que todos queden más o menos con las personas más afines.

Debemos reconocer que organizar una fiesta en casa lleva su tiempo y un presupuesto, si lo hacemos con tiempo se puede hacer bien de precio ya que hoy día tenemos muchas cosas para hacer, al final de todo, que agradable es el estar todos reunidos, ya que cada vez estamos menos juntos y con la vida que llevamos a toda prisa parece que dejamos pasar el tiempo sin pensar que tenemos cosas pequeñas tan importantes que forman parte de nuestra vida y disfrutamos entre todos nosotros,

Por último, nunca debemos olvidar un pequeño obsequio al final de la cena porque, aunque parezca una tontería siempre quedas fenomenal, aunque sea un paquetito de caramelos bien envuelto y dándolo con gracia dejás al comensal con ese sabor de haberlo pasado tan bien que estará esperando que le vuelvas a invitar, veréis que gratificante es ser un buen anfitrión, que me figuro que lo somos todos. Cuando tenemos ganas de invitar. A nuestros amigos y familia, ¡No hay cosa más bonita que una reunión alrededor de una buena mesa!

**Hoy me despido con una gran sonrisa por qué.**

**Entre vuestra sonrisa y la mía,  
Elijo la vuestra;  
¡Porqué vuestra sonrisa, provoca la mía...!**

*Remedios Seijo*

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

# XXV ANIVERSARIO UNIÓN EUROPEA DE MAYORES

## ESU (EUROPEAN SENIORS' UNION)

La Unión Europea de Mayores (ESU) es la organización de adultos mayores más grande de Europa y está representada en 27 estados con 34 organizaciones y alrededor de 1.269.000 miembros.

Madrid, 24 de septiembre de 2021.



CAUMAS ha estado presente en la celebración del XXV aniversario de ESU, exponiendo, a través de su presidenta, Marina Troncoso, las actividades de la Confederación y reclamando a la Comisión Europea una mayor y mejor atención al colectivo de personas mayores, para que se tomen las decisiones que afectan al colectivo, escuchando sus demandas y necesidades, esta vez centradas en la actualización del manejo y la utilización de los medios digitales por parte de las personas mayores.

### Resumen de la intervención de Marina Troncoso.

#### **Mayores y Digitalización desde CAUMAS**

CAUMAS, la Confederación Estatal de Asociaciones y de Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores, viene trabajando, a nivel nacional, en proyectos digitales desde el año 2015. Entre sus objetivos está el de reducir la brecha digital dentro del colectivo de personas mayores y fomentar el uso de las nuevas herramientas y dispositivos que se utilizan en las TICs, priorizando en el entorno rural, que es donde más se necesita.

En palabras de nuestro querido y recordado profesor D. Enrique Pozón Lobato, de su libro, *Asignatura pendiente del siglo XXI, conocer el proceso del envejecimiento y la etapa de la vejez Libro blanco de CAUMAS*:

*"El más humano de los derechos es el derecho a ser inteligente, unido al derecho a la educación. La peor lacra que sigue azotando al ser humano es la ignorancia. Todos nacemos con el mismo potencial de inteligencia; traemos al mundo la misma estructura cerebral, con la misma capacidad y el mismo número de neuronas Y ello independiente de nuestro género, raza, color, condición social, idioma, religión, posición económica o cuna.... Toda persona tiene opción a reclamar este derecho a quienes le dieron la existencia y también a la sociedad que le recibió en su seno. Sin embargo, comprobamos que entre los seres humanos*

*existen notables diferencias. La razón es que el proceso evolutivo es desigual, ya que no todos nos desenvolvemos en circunstancias favorables al desarrollo de nuestras capacidades intelectuales. Situaciones económicas, sociales, políticas, etc. determinan la existencia de factores, que dejan al margen este derecho a ser inteligente."*

En CAUMAS reivindicamos el derecho a desarrollar ese potencial de inteligencia en el colectivo de personas mayores.

#### **Perfil de las personas mayores usuarias de las TICs.**

Según el informe publicado en julio de 2021 por UDP (Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados); este perfil indica que el 55,1% son hombres, 44,9% mujeres. Valorando por edad de usuarios, de 65 a 74 años (55,7%), con alta capacidad de gasto (56,9%) y, sobre todo, tienen estudios universitarios (82,0%). El informe refleja diferencias entre las personas usuarias habituales del ámbito rural y las grandes ciudades, registrándose en las grandes urbes un porcentaje (48,0%) significativamente superior al registrado en los pequeños municipios (33,6%). Destaca también, el porcentaje de quienes participan en redes sociales en las ciudades pequeñas (42,0%) que es significativamente superior al registrado en el ámbito rural (23,9%). Las distintas actividades digitales disminuyen significativamente entre los segmentos más vulnerables: las personas de mayor edad, con menor nivel formativo y menor poder adquisitivo. Lo cual relaciona el uso de internet por parte de las personas mayores, los de menor edad y un mayor estatus socioeconómico. Las personas de mayor edad, los que tienen un nivel de estudios más bajo y los que se encuentran en zonas rurales son los grupos que presentan, de forma sistemática, los niveles de acceso a las TICs más bajos. Casi tres de cada diez personas mayores que no usan internet, aseguran que no han podido hacer alguna gestión cotidiana porque sólo se podía hacer a través de Internet.

Las personas mayores manifiestan, en ocasiones, que no tienen suficientes conocimientos en determinados aspectos que afectan de modo directo a decisiones personales, como la administración de sus bienes, gestiones administrativas por internet, y en concreto temas financieros y el comercio electrónico, por la complejidad del propio mercado.

Para la cuarta parte de las personas mayores usuarias de Internet lo más complicado es realizar gestiones con la Administración, siguiendo en dificultad las gestiones sanitarias, las gestiones bancarias y realizar compras por Internet. Los resultados del informe reflejan un aumento de la dificultad, en los últimos dos años, en las gestiones administrativas y en las gestiones bancarias.

Es llamativo que la *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares* que elabora el Instituto Nacional de Estadística- INE sólo cubre la población menor de 75 años, claro caso de discriminación por ausencia de investigación, debido a la edad. Llamémosle Edadismo, ejercido desde la Administración.

Urge garantizar el acceso correcto a internet en el medio rural ya que, el acceso de las personas mayores a la Sociedad de la Información, con todas las ventajas y oportunidades que esto supone, es una absoluta prioridad. «*La Sociedad de la Información ha de ser una sociedad inclusiva y amigable, propiciando el acceso a su mundo de servicios y oportunidades a todas las personas sin distinción. Acceder es un derecho, no lo olvidemos*».

### La autonomía personal también es un derecho en el mundo digital.

Los proyectos que CAUMAS emprende siempre tienen una finalidad muy clara, ayudar a las personas mayores, con una apuesta en firme por la digitalización de estas personas, con la oferta de programas diarios, impartidos por especialistas en todas las herramientas que se utilizan para la formación en el uso de las TICs.

Desde este prisma y con el colectivo tan grande, tan rico y diverso que comprende, es preciso incentivarlo, formarlo y sensibilizarlo para que sean las personas mayores las que protagonicen, promuevan y movilicen todas las capacidades posibles, poniendo en valor su gran potencial de experiencia, de formación y social.

El impacto del coronavirus ha sido significativamente mayor en la población de más edad, por lo que, el confinamiento, dentro de este colectivo, ha sido más estricto. Esto conlleva una serie de problemas adicionales, como la dificultad de comunicación con los familiares y/o para mantener los cuidados habituales que muchos reciben, el incremento de la sensación de soledad, la falta de distracciones y entretenimiento, la imposibilidad de seguir formándose en modalidades presenciales, etc.

La tecnología, ayuda enormemente y hace que se pueda mantener una conexión, incluso visual, con amigos y familiares. Esto no solo refuerza los vínculos familiares y sociales, sino que supone una ayuda a nivel psicológico, especialmente en la población mayor. (.....)



Para finalizar, se exponen los objetivos concretos en CAUMAS:

- Apoyar el aprendizaje permanente de las personas mayores.

- Proporcionar a las personas mayores oportunidades de formación dentro de los principios de educación a lo largo de toda la vida, con itinerarios formativos flexibles, que den respuesta a sus demandas y necesidades, haciendo hincapié en las tecnologías de la información y la comunicación, que reduzca la brecha digital que afecta a las personas mayores.
- Conseguir que la mayoría de la población mayor utilice internet y el resto de las tecnologías digitales.
- Potenciar el desarrollo de cursos y acciones orientadas al buen uso de las TICs por parte de las personas mayores, con el fin de que puedan acceder en igualdad de oportunidades a los distintos ámbitos de la información y a la utilización de las redes sociales, haciendo programas específicos para los grupos de edad más avanzada.
- Ampliar y crear espacios formativos universitarios para personas mayores que favorezcan las relaciones intergeneracionales.

Nuestra meta es llegar al mayor número de personas mayores posible para ir generando conexiones digitales entre ellas, **crear una comunidad** digital que permita a las personas participantes estar en contacto con gente de su edad, compartir intereses y actividades, reduciendo la fragilidad relacional que pueda surgir en estos momentos tan excepcionales, combatiendo la soledad no deseada.

Entre todos, Gobiernos y responsables de la UE, administraciones y usuarios, tendremos que realizar un gran esfuerzo, facilitando el acceso para el uso de los medios digitales.



Reitero nuestras felicitaciones en el XXV aniversario de ESU y nuestro agradecimiento por permitir tener voz en esta celebración. Estar representados en la UE como colectivo de personas mayores, es una oportunidad para que se oigan nuestras reivindicaciones, necesidades y sugerencias, con el fin de actuar en beneficio de una sociedad más justa con todas las edades.



**Marina Troncoso**  
Presidenta de CAUMAS

Barómetro de MayoresUDP:

[https://www.mayoresudp.org/wp-content/uploads/2021/07/54461l-SAS01-Baro%CC%81metro-Mayores-2021\\_1.pdf](https://www.mayoresudp.org/wp-content/uploads/2021/07/54461l-SAS01-Baro%CC%81metro-Mayores-2021_1.pdf). Documento completo en pdf

# LAS PERSONAS MAYORES EN EL FORO POLÍTICO DE ALTO NIVEL SOBRE DESARROLLO SOSTENIBLE 2021

6-15 de Julio 2021, Nueva York



## HIGH-LEVEL POLITICAL FORUM ON SUSTAINABLE DEVELOPMENT

Como cada año, en el ámbito de Naciones Unidas y al amparo del ECOSOC, se ha realizado un seguimiento y una revisión de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y de la situación de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que la integran.

El tema del **Foro Político de Alto Nivel sobre el Desarrollo Sostenible 2021** (HLPF por sus siglas en inglés) ha sido *"Recuperación sostenible y resiliente de la pandemia de COVID-19 que promueva las dimensiones económica, social y ambiental del desarrollo sostenible: forjar una vía inclusiva y eficaz para el logro de la Agenda 2030 en el contexto de la década de acción y resultados en favor del desarrollo sostenible"*.

Los Estados y otras partes interesadas examinaron los impactos de la pandemia de COVID-19 y los distintos aspectos de las respuestas que se han diseñado o se están desarrollando. Además, debatieron sobre las políticas y los planes de acción en el ámbito de la cooperación internacional que deberían implementarse para controlar la pandemia y sus impactos con la finalidad de alcanzar los ODS para el año 2030.

En esta HLPF2021, el **Secretario General** presentó un informe donde se analizan los progresos realizados en el logro de los ODS y 42 países presentaron **revisiones nacionales voluntarias** sobre su implementación de la Agenda 2030. Finalmente, se adoptó una **Declaración ministerial** en base a las sesiones celebradas en la que se manifiesta lo siguiente:

"Reconociendo que la Agenda 2030 se sustenta en la Declaración Universal de Derechos Humanos<sup>12</sup> y los tratados internacionales de derechos humanos, ponemos de relieve que la protección, el respeto y el disfrute universales de los derechos humanos y la dignidad humana, la paz, la justicia, la igualdad y la no discriminación son fundamentales para cumplir nuestro compromiso de no dejar a nadie atrás. Nos comprometemos también con el respeto de las razas, el origen étnico y la diversidad cultural, la igualdad de oportunidades y un mundo justo, equitativo, tolerante, abierto, creativo y socialmente inclusivo, en el que se atiendan las necesidades de las personas en situación de vulnerabilidad. **Nos esforzaremos por promover y garantizar la plena realización de todos los derechos humanos y libertades fundamentales de las personas de edad.**"

En relación con el tema propuesto y aunque se considera que todos los ODS están interrelacionados y tienen un carácter integral e indivisible, los ODS que se han debatido en esta sesión han sido:

- ODS1 sobre el fin de la pobreza
- ODS2 sobre el hambre cero
- ODS3 sobre la salud y el bienestar
- ODS8 sobre el trabajo decente y el crecimiento económico
- ODS10 sobre la reducción de las desigualdades
- ODS12 sobre la producción y el consumo responsables
- ODS13 sobre la acción por el clima
- ODS16 sobre la paz, la justicia y las instituciones sólidas
- ODS17 sobre las alianzas para lograr los Objetivos

En este documento se resumen las consideraciones sobre la situación y los derechos de las personas mayores en los debates celebrados en el HLPF2021. Desde HelpAge España creemos que las personas mayores, como grupo en situación de vulnerabilidad reconocido por la propia Agenda 2030 (párrafo 23 de la **Resolución en la que Naciones Unidas aprueba la Agenda 2030**) y por el impacto que ha tenido la pandemia sobre ellas, no han estado lo suficientemente representadas en los debates que se han celebrado ni en el programa que se diseñó. Valoramos positivamente las referencias que se realizan ya que el envejecimiento de la población es un proceso con importantes repercusiones a la hora de conseguir los ODS y la perspectiva de edad es fundamental para no dejar a nadie atrás y cumplir con el compromiso adquirido por los Estados en el marco de la Agenda 2030.

### Las personas mayores en el HLPF2021

En los documentos temáticos presentados al HLPF por los principales grupos y otras partes interesadas en relación con el envejecimiento y las personas mayores se manifiesta que la pandemia se ha cobrado un gran número de víctimas entre la población de edad avanzada por lo que **es necesario que las respuestas, las estrategias y los planes de recuperación enfrenten las graves violaciones de los derechos humanos de las personas mayores, reconozcan sus contribuciones a sociedad, la economía y a las familias y garanticen sus derechos, tanto a nivel nacional como internacionalmente.**

Ante la falta de seguridad en el empleo y de una normativa que regule una jubilación flexible, muchos trabajadores de edades avanzadas se han quedado sin empleo o han sido despedidos u obligados a jubilarse en contra de su voluntad, sin disponer de una protección social adecuada. Además, los confinamientos también han afectado especialmente a las personas mayores que trabajan en el sector informal. Como consecuencia, las personas mayores son el grupo mayoritario entre las personas que llevan mucho tiempo desempleadas y ha aumentado el riesgo de que estas personas se encuentren en una situación de pobreza, amenazando su dignidad y su calidad de vida.

En el ámbito laboral existe discriminación por razón de edad, a pesar de las obligaciones internacionales relativas a la igualdad de trato de los trabajadores de todas las edades. **Para superar estos estereotipos asociados a las personas mayores y que vulneran su derecho a un trabajo digno es necesario desarrollar medidas de protección social, crear incentivos para emplear y retener a los trabajadores de más edad y ofrecer oportunidades de aprendizaje permanente y acceso a las nuevas tecnologías.**

En relación con el derecho de acceso a la justicia, las personas mayores encuentran gran cantidad de barreras que limitan o impiden el ejercicio de ese derecho. A la complejidad de los procedimientos, la falta de acceso a la información y los costes excesivos se suma que la pandemia a provocado el cierre de instituciones judiciales, siendo necesario la **creación de un instrumento que permita realizar un seguimiento del empeoramiento de la situación de los derechos de las personas mayores en el ámbito sanitario, económico y social.**

La discriminación por razón de edad constituye un obstáculo para alcanzar los ODS relacionados con la pobreza,

la salud, el trabajo digno, el crecimiento económico y la igualdad de género. El problema no es el envejecimiento, sino el edadismo, por lo que el **Stakeholder Group on Ageing** insta a los Estado miembros en el documento que presentó para informar el HLPF2021 a:

- Reconocer las contribuciones de las personas de las personas mayores
- Llevar a cabo actividades para celebrar la Década del Envejecimiento Saludable
- Aplicar plenamente los estándares internacionales en el ámbito laboral y garantizar los derechos de los trabajadores de edades avanzadas a un trabajo decente y a la protección social
- Combatir el edadismo prohibiendo toda forma de exclusión y discriminación por razón de edad
- Establecer medidas a nivel jurídico para garantizar la igualdad y el acceso a la justicia

**El camino hacia la recuperación y el logro de los ODS con perspectiva de edad y de derechos, inclusivo con las personas mayores, comprende el empoderamiento de estas personas a través de leyes y políticas que las tengan en cuenta, conseguir sociedades justas para todas las personas, independientemente de su edad, y crear una convención internacional para proteger los derechos de las personas mayores.**

Para ampliar información consultar [Documentos de debate sobre el tema del foro político de alto nivel sobre el desarrollo sostenible, presentados por los grupos principales y otros interesados.](#)



# MANIFIESTO A FAVOR DE LA CREACIÓN DE UNA CONVENCIÓN INTERNACIONAL SOBRE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES

1 de octubre – Día Internacional de las personas mayores



**Las personas mayores y, particularmente, las personas con discapacidad mayores no pueden disfrutar de sus derechos en igualdad de condiciones que las demás, lo que afecta a multitud de aspectos de sus vidas y a su dignidad.** Los estereotipos y prejuicios asociados cultural y socialmente al envejecimiento, a la edad y a las personas mayores, hacen que se justifique un trato diferente y discriminatorio al atribuirles un menor valor social y menos capacidades.

La discriminación por razón de edad (edadismo) que existe en nuestras sociedades excluye a las personas mayores de muchos ámbitos de la vida social (la educación, la cultura, los servicios públicos, la participación social y política, etc) y limita su calidad de vida y su autonomía. Invisibiliza a las personas mayores y las importantes contribuciones que realizan.

**Las mujeres mayores siguen siendo el grupo social en mayor riesgo de exclusión,** especialmente si se asocia la edad a factores de interseccionalidad, tales como la discapacidad, entre otros. Esto hace necesaria la atención específica a esta parte de la población de personas mayores.

Asimismo, **la implantación de tecnologías no accesibles, en muchos ámbitos públicos y privados, impiden que muchas personas mayores puedan hacer uso de servicios o incluso reivindicar sus derechos en igualdad de condiciones,** convirtiéndolas en ciudadanos de segunda clase. El diagnóstico mediante el uso de la inteligencia artificial, los nuevos medicamentos y aplicaciones informáticas les deben ser accesibles, útiles e incorporar sus particularidades específicas.

El Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento (MIPAA), aprobado por Naciones Unidas en 2002, se ha demostrado claramente **insuficiente para proteger adecuadamente los derechos de las personas mayores.** A pesar de que incluye una serie de recomendaciones para abordar los objetivos socioeconómicos en relación con el desarrollo, la salud y el bienestar y los entornos amigables de las personas mayores, no ha sido aplicado sustancialmente por los Estados al no ser jurídicamente vinculante, ni incluir mecanismos independientes de supervisión, responsabilidad e investigación. Este Plan, además, omite importantes cuestiones de derechos humanos y carece de acciones específicas para abordar la discriminación por razón de edad. Por todo ello, es necesario actualizar y complementar el MIPAA con un instrumento vinculante de carácter universal.

Así los poderes públicos deben prestar especial atención a las nuevas reformas legislativas, apoyándolas y dotándolas de los adecuados recursos económicos y humanos; tal es el caso de la importante y recientemente entrada

en vigor *“ley por la que se reforma la legislación civil y procesal para el apoyo a las personas con discapacidad en el ejercicio de su capacidad jurídica”.*

La reforma, impulsada por el CERMI, acaba con la distinción entre capacidad de obrar y capacidad jurídica estableciendo la imposibilidad de anular esta última e incorporando la obligación, por parte de los poderes públicos, de prestar los apoyos individualizados que cada persona mayor con discapacidad necesite para poder tomar y expresar sus decisiones de manera libre, autónoma y adecuadamente informada.

**En el medio rural la privación de derechos de las personas mayores es más acentuada,** pues el escaso acceso a recursos sanitarios, sociales, culturales y de participación en el entorno, hace más difícil la tarea de promover una adecuada salud física y mental, lo que pone en riesgo su calidad de vida y su derecho a un envejecimiento saludable, afectando negativamente a su permanencia en la comunidad y contribuyendo así al proceso de despoblación rural que padece la denominada España Vacía.

**En las ciudades se precisa incorporar las características y necesidades de las personas mayores y particularmente las personas con discapacidad mayores,** en los nuevos diseños del entorno construido, el espacio público, el transporte y sus infraestructuras, la información, la comunicación y las nuevas tecnologías así como en las instalaciones públicas y los servicios, subrayando la importancia de construir urbes inclusivas que mejoren su calidad de vida y a la vez les permita participar en igualdad de condiciones en la vida social hecho que además contribuye, de forma eficaz, a paliar la soledad no deseada y sus graves secuelas en el colectivo.

**Las respuestas a la pandemia del COVID-19 han puesto de manifiesto graves lagunas en la protección de los derechos de las personas mayores.** En todas las regiones del mundo se les han negado sus derechos durante la pandemia, han sufrido privación de acceso a los servicios sanitarios, violencia y abusos y se les ha dado un trato inadecuado, contribuyendo todo ello a maximizar los efectos letales de la enfermedad sobre las personas mayores, que ha tenido un gran impacto en el colectivo precisamente debido a estas carencias.

También nos pone de manifiesto que **el sistema sanitario español debe ser capaz de diseñar y poner en funcionamiento una orientación hacia el envejecimiento y la cronicidad y ser capaz de aplicar un plan para restaurar la merma que han sufrido los derechos de las personas mayores a una sanidad sin discriminaciones, eficaz, sin listas de espera dilatadas y de calidad.**

El **Secretario General de las Naciones Unidas**<sup>1</sup>, el **Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos**<sup>2</sup>, la **Experta Independiente sobre el disfrute de todos los derechos humanos por las personas de edad**<sup>3</sup> y el **Consejo de Europa**<sup>4</sup>, han reconocido la necesidad de subsanar las deficiencias del sistema internacional que protege los derechos humanos de las personas mayores. **146 Estados**<sup>5</sup> también han reconocido estas lagunas y han adoptado el compromiso de promover y respetar plenamente los derechos de las personas mayores al apoyar el Informe del Secretario General de la ONU sobre el impacto de la COVID-19 en las personas mayores publicado en mayo de 2020.

Por todo ello, creemos necesario y urgente que se apruebe una convención de Naciones Unidas que promueva y garantice los derechos de las personas mayores, en toda su diversidad, para que los gobiernos y las sociedades de todo el mundo, sean conscientes de sus obligaciones y responsabilidades en materia de derechos humanos hacia las personas mayores ahora y en el futuro, facilitando los procesos de participación de las personas mayores en todas las acciones.

Una convención que, además, luche para desterrar la idea prejuzgada en demasiadas ocasiones, de que las personas mayores son una carga para la sociedad, reconociendo el valor que tiene para ésta el colectivo, y lo mucho que aporta en innumerables ámbitos, incluido el económico.

La Unión Europea y sus Estados miembros han demostrado ser líderes mundiales en la defensa de los derechos humanos y apoyar la creación de una convención sobre los derechos de las personas mayores, demostraría que el respeto de los derechos de todas las personas, continúa siendo una prioridad y una señal de identidad del proyecto común europeo.

Desde la Mesa Estatal por los Derechos de las Personas Mayores, (formada por más de 20 entidades del tercer sector), creemos firmemente que es absolutamente necesario, que los diferentes gobiernos, entre ellos, por supuesto, el de nuestro país, sean conscientes de que el marco legislativo existente no es suficiente para garantizar la protección de los derechos de las personas mayores. Que es necesaria la celebración de la Convención.

Con frecuencia, la vejez se asocia a estereotipos que generan una visión negativa y generalista de las personas mayores: Las personas mayores son ciudadanos de pleno derecho que en su gran mayoría no solo aportan, sino que enriquecen la sociedad con su experiencia, conocimiento y entrega desinteresada a sus familias y sus comunidades. Solicitamos a la Mesa del Congreso de los Diputados, a todos los grupos parlamentarios y al Gobierno de España, que apoye la celebración de una Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos de las personas mayores, y con motivo del Día Internacional de las personas mayores (oficialmente se denomina Día Internacional de las Personas de Edad), que celebramos el 1 de octubre, España se sume a ese movimiento global que defiende y reivindica este nuevo instrumento internacional de protección de derechos humanos.

- 1 Policy Brief: The Impact of COVID-19 on older persons, mayo 2020.
- 2 Update to the 2012 Analytical Outcome Study on the normative standards in international human rights law in relation to older persons, marzo 2021.
- 3 Impacto de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) en el disfrute de todos los derechos humanos por las personas de edad, julio 2020.
- 4 Conclusiones del Consejo sobre una recuperación tras la COVID-19 basada en los derechos humanos, febrero 2021.
- 5 Statement of Support to the UN Secretary General's Policy Brief on The Impact of COVID-19 on Older Persons, mayo 2020.



## CON MOTIVO DEL 'DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES'

# CEOMA, PREPARANDO EL FUTURO



(Madrid, 30 de septiembre de 2021). Con motivo del 'Día Internacional de las Personas Mayores (1 de octubre) la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA), como entidad de referencia en el mundo de las personas mayores, manifiesta que **la edad no es una barrera en la vida** y que no debe existir una obligatoriedad de jubilarse a una edad determinada. En este sentido, entiende que el Gobierno adopte una serie de propuestas de medidas para modificar el Sistema de las Pensiones, que, sin duda alguna, no deberán perjudicar seriamente a este grupo poblacional ya que "para conseguir un fin, No vale cualquier medio".

Asimismo, CEOMA entiende que las empresas privadas tienen que plantearse que "la edad no es un inconveniente y menos una barrera laboral".

El beneficio de mantener a las personas mayores -50 años en adelante- en el ámbito laboral y retrasar la jubilación "voluntariamente" es triple: permite a estos trabajadores mantener su nivel de ingresos, beneficia al sistema de pensiones -al seguir éstos cotizando y no abonarlas al aplazarse la jubilación- y aporta experiencia al mercado laboral, ¡Todos ganan!

CEOMA que trabaja por la defensa y derechos, manifiesta una "No discriminación por razón de edad: un Derecho Fundamental". Las personas mayores, como el resto de los miembros de la sociedad, tienen Derecho al Trabajo, según la Constitución Española (Art. 14 y 35) y la Declaración Universal de los Derechos Humanos (Art. 23).

En España existen más de 9 millones de personas mayores de 65 años, cifra que representa un 19.8% de la población y se espera que en 2050 esta proporción se eleve a un 30 %. Con esta estimación, España se convertirá en el segundo país más envejecido del mundo.

Sabemos que, a partir del año 2022, la nueva generación de personas mayores que dentro de poco van a empezar

a entrar en el sistema de pensiones, son personas más longevas, con nuevas inquietudes y en muchos casos, con una mayor preparación.

En este sentido, se deben dar nuevas oportunidades para disponer de un entorno social favorable, fomentar un envejecimiento activo y saludable con una especial atención en el sistema de salud, nuevas oportunidades económicas, nuevos patrones de consumo adaptados a sus necesidades, así como una transformación digital para todos, con especial atención en los ámbitos rurales, disminuir la brecha digital y el sentimiento de soledad no deseada, entre otras necesidades.

Desde CEOMA consideramos fundamental que las empresas intervengan de manera activa y para la nueva sociedad que estamos creando, las personas mayores son determinantes en la economía del país. Por ello, las empresas deben poner especial atención a las necesidades y prioridades de las personas mayores en las formas de comunicarse con ellos.

Ante esta metamorfosis económica y social que afectará a la población mayor y ante todo lo anteriormente expuesto, CEOMA solicita una mayor presencia activa y participación para representar y llevar la voz de las personas mayores ante las Administraciones Públicas, en las que, sin duda alguna, se adoptaran nuevos cambios y es imprescindible que se tengan en cuenta las necesidades de las personas mayores.

Por otra parte, CEOMA apuesta por un envejecimiento activo y saludable, en una sociedad en la que los mayores cada día van a tomar más protagonismo.

El abuso y maltrato a las personas mayores, en todos sus ámbitos, es una violación de los derechos humanos y uno de los principales motivos de enfermedades, indefensión, pánico, depresión, soledad, entre otras muchas.



# EL AULA DE MAYORES + 55 DE LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA INCORPORA EL ESPACIO DE LA TÉRMICA



## **Con la iniciativa de José Antonio Sierra y la colaboración de la Universidad de Málaga.**

La Universidad de Málaga (UMA) ha anunciado que el Aula de Mayores +55 incorpora este curso 2021 / 2022 la sede de La Térmica para impartir sus actividades formativas en el centro de la Capital, facilitando así el acceso a sus cursos a personas con dificultades para acceder a la sedes universitarias tradicionales.

Aula de Mayores +55 es una iniciativa que se desarrolla a través del Vicerrectorado de Igualdad, Diversidad y Acción Social de la UMA, junto con la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía, con el objetivo de dar una oportunidad a aquellas personas que, después de la finalización de su etapa laboral o por otras circunstancias, deseen acceder a la formación y la cultura, facilitándoles un espacio de debate cultural, social y científico, y ofreciéndoles un marco idóneo de convivencia intergeneracional.

La sede principal del Aula de Mayores+55 de la Universidad de Málaga se encuentra en el Campus de El Ejido, donde se imparte la mayor parte de su Programación. A ella se suma el Campus de Teatinos, donde se imparten algunas actividades formativas y, a partir de este curso 2021/2022, se amplía la Programación con la impartición de actividades formativas, en horario de mañana, en La Térmica, en las instalaciones cedidas para este fin por la Diputación Provincial de Málaga.

La decisión de impartir los cursos del Aula de Mayores +55 en la sede de La Térmica responde a una iniciativa de José Antonio Sierra Lumbreras, quien en 2020 lanzó una campaña con ese objetivo para contribuir a salir de la soledad, facilitar su formación, acercar la cultura y educación así como promover las relaciones sociales a través

de intereses comunes a los miles de mayores que viven solos en el distrito de la Carretera de Cádiz y otras zonas de la ciudad de Málaga que, por problemas de movilidad y dificultades de transporte, no pueden asistir a los cursos del Aula de Mayores de la UMA en El Ejido.

## **Cultura para mayores en Málaga**

Según los datos de José Antonio Sierra, cerca de 70.000 personas mayores de 65 años viven solos en la provincia de Málaga. Únicamente en la capital hay cerca de 24.000 personas mayores que viven solas. Los distritos que más mayores acogen son Cruz del Humilladero y la Carretera de Cádiz con 20.000 y 18.000 residentes con más de 65 o más años respectivamente. La zona con mayor densidad de población de Málaga está la Carretera de Cádiz con más de cuatro mil habitantes en apenas 250 metros cuadrados. La más envejecida vive en la Carretera de Cádiz de Málaga.

En octubre de 2021, será presentado el Círculo Cultural Internacional de Mayores «Andalucía Seniors» de La Térmica que tiene, entre otros fines, el apoyo, la colaboración y difusión local e internacional de todas las actividades de La Térmica; promover actividades para mayores; fomentar las relaciones nacionales e internacionales con asociaciones de mayores, la organización de encuentros y viajes culturales así como ayudar para la asistencia de grupos de asociados a eventos y actividades culturales, deportivas y sociales que tengan lugar en Málaga.

Podrán pertenecer al Círculo todas las personas mayores de cincuenta años, aunque no estén asistiendo a los Cursos del Aula de Mayores+55 de la Universidad de Málaga.

\*Noticia de "Revista Viajes y Turismo"



# LOS COROS UNIVERSITARIOS DE MAYORES, UNA MARCA DE IDENTIDAD

RAFAEL RECHE SILVA



Y al dar la vuelta a la hoja del calendario, nos sorprende un mes de junio muy peculiar que no tiene nada que ver con los anteriores. El calor habla en voz alta y nos sofoca con temperaturas de verano, mientras las mascarillas siguen dejándonos sin rostro, el curso universitario toca a su fin y te liberas de las celdas virtuales de las pantallas del ordenador, el calor ha derretido las conexiones online y poco a poco, con las vacunaciones los caminos de la normalidad se reajustan y se adaptan, me inyecto unas dosis de confianza para pasar las vacaciones veraniegas, espero con optimismo que en estos meses la madeja enredada de los coronavirus se deshaga y nos aventuramos a un otoño de revivir las clases presenciales, descongelar los viajes al extranjero y nacionales, limpiar de polvo la maleta olvidada en el trastero.

Este mes sin actividades universitarias y escasas de la asociación, el monólogo me acecha a cada paso, con sus signos de interrogación y los recordatorios de aquellos meses de junio de ajetreo entre comidas, clausuras académicas, celebraciones de fin del curso, el trasiego de aviones y autobuses en los recorridos por la vieja Europa, los besos y abrazos de los adioses.

¡Oh vida por vivir! Necesitamos recuperar tanto espacio perdido, resarcirse de este naufragio oxidado de tanta duración. Encuentro la receta apropiada, que encauce el instante, romper esta red de silencios con unas voces siempre viva entre acordes que le daba color y entusiasmo al Aula Universitaria y a las Asociaciones de estudiantes mayores sobre todo al finalizar el curso. Llenar una aérea en blanco, volver a sentir el imán del **Coro que alce sus canticos al aire liberado**.



**El Coro del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, en la entrada del edificio Espacio V Centenario de la UGR.**

Y al darle la vuelta al recuerdo, la alegría se refleja en mi rostro, del tiempo vivido y compartidos con los compañeros del coro donde todos esculpidos del negro elegante, cada uno inmóvil en su cuerda, ordenados y equidistantes de la figura central del director. Las gargantas cerradas en un silencio pausado ante una sala colmada de miradas expectantes. Ante un gesto vivo en el aire del Director, la sinfonía de voces brota de los labios y navega en el espacio virgen. Las palabras escritas en la partitura se convier-

ten en materia vibrante, en música de un Coro que canta con el alma.

La experiencia en el Coro crece poderosa en cada componente, se proyecta en una sensación gratificante, aprendes a valorar el mérito y el trabajo de preparación en equipo junto con un conjunto de hombres y mujeres, estudiantes mayores, para interpretar un repertorio de canciones de todos los tiempos, de todas las culturas.

Es curioso como di el salto al vacío, para incorporarme a la Coral vencer la timidez innata que te impide dar el paso a cantar en público, cierto que dentro de mi latía una congregación de sentimientos y deseos, en contrapartida ninguna experiencia previa en canto, lo más cercano las canciones militares a coro que aliviaban la fatiga de las duras marchas a pie y los coros gaditanos de carnaval que me convirtieron en un forofo.



**El Coro del Aula en su actuación en el certamen de coros universitarios en las Jornadas Interuniversitarias de Oporto (Portugal).**

El milagro ocurrió, aquella noche en Oporto, cuando como un mero espectador me quedé estremecido de asombro y admiración, en el recital de Coros Universitarios de Mayores portugueses y donde participaba el Coro del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, todo ello, dentro del programa organizado por la Asociación ALUMA en las primeras Jornadas Interuniversitarias en Oporto junto con nuestros compañeros portugueses, corría el año 2015.



**Teatro de Alessandria (Italia) recital con los Coros de la Universidades de mayores de UNITRE y APFA.**

El flujo de sonidos nacidos de las gargantas de los estudiantes mayores, borrarían las fronteras de países y las voces hablaban el mismo lenguaje musical. En el curso siguiente, cumplí mi deseo y me matriculé en la asignatura Práctica coral del lenguaje música con el excelente y carismático **profesor /director del Coro, Pedro Pérez Hinojosa**. En los siguientes años el Coro vive una etapa dorada, con la participación internacional en la Jornadas universitarias en el teatro de la ciudad italiana de Alessandria 2016 y ante los estudiantes mayores franceses de la Universidad de la Tercera Edad de Toulouse 2017.



**El Coro del APFA de la Universidad de Granada en la Universidad de Mayores de Toulouse (Francia).**

**Los Coros se han convertido en una marca de identidad de las Universidades y Aula de Mayores**, con sus letras alegres o sobrias, extraídas del folclore popular o del estilo clásico.

Todos vamos cayendo cada día, pero la sabia naturaleza nos conserva la voz joven. Tenores, Sopranos, Contraltos y Bajos. Todos son importantes, todos necesarios dentro del universo de la partitura, hombres y mujeres situados según su timbre de voz.

**Sopranos:** las mujeres con la voz más aguda del coro tienen un timbre claro y brillante y suelen llevar la melodía.

**Tenores:** los hombres con voz más aguda, redonda y timbrada que alcanza notas altas.

**Contraltos:** las mujeres con la voz más grave; su timbre es más oscuro y cálido que el de una soprano, por lo que alcanzan las notas más bajas.

**Bajos:** Los hombres con voz más grave, su timbre es muy oscuro y suelen llevar el ritmo en varias canciones.

El Coro en la Sala Máxima

La pieza clave de este tablero musical, la encontramos en el Director, su función no consiste sólo en mover las manos delante de un grupo de gente que canta. Él, selecciona el repertorio de canciones, enseña cómo deben cantarse y procurar que se canten como él quiere. Duran-

te un concierto, lleva el ritmo y la velocidad de interpretación para que todos los cantantes estén coordinados y se apoya en la expresión facial para contribuir a una mayor expresividad de las piezas.



**El Director Pedro Pérez Hinojosa con miembros de ALUMA y del Coro en la copa de bienvenida de los compañeros de la Universidad de la Tercera Edad de Oporto.**

**Un coro es bueno si tiene un buen director**, en este caso contamos con la calidad y experiencia del profesor Pedro Pérez Hinojosa. En mi esfera personal, reconozco el mérito como docente, buena persona y paciencia infinita para integrarme como Bajo del Coro del Aula.

En este mundo disperso y multi color de las Universidades de Mayores en España y en el resto de los países, podemos afirmar que un Coro de alumnos mayores es un símbolo representativo de la propia entidad, en algunos casos no están integrados como una materia académica y asumen sus competencias las propias asociaciones de estudiantes.

A pesar de que la pandemia del Covid ha vuelto más oscura la vida, el Coro del Aula (APFA), no ha permanecido en silencio, ha roto la inercia de la pasividad activando los ensayos online a través las pantallas del ordenador.

Cerramos una etapa, concluimos un curso y sobre los arcos abovedados y pilares del Hospital Real sede del Rectorado de la Universidad de Granada sonaran las voces del Coro cantando el himno del "Gaudeamus Igitur", en el acto de clausura.

He de reconocer que el Coro no es una clase cualquiera, los ensayos, su complejidad y la identificación en la puesta en común, genera unos vínculos de hermandad y amistad entre todos los componentes del Coro.

**Rafael Reche Silva.**

Alumno del Aula Permanente de Formación Abierta y miembro de la JD de la Asociación de estudiantes mayores, ALUMA de la Universidad de Granada

# VUELTA A CASA

Asociación de Alumnos &amp; Alumni, UMA Comillas

# AUDEMAM

UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS



## VUELTA A CASA

El curso ha comenzado, y aunque llevamos mascarilla y mantenemos la distancia de seguridad, la alegría de pisar de nuevo las aulas y el reencuentro con compañeros y profesores compensa. Saludemos la actual normalidad. La única posible. De momento.

### Suena la Campana

Acabó el recreo. Cuatro meses de vacaciones es mucho tiempo y el retorno a la universidad se esperaba con impaciencia y los alumnos de primero con curiosidad. El día 20 de septiembre acudieron al acto de acogida que, seguro, les confirmó que no se habían equivocado de Centro al matricularse en Comillas. El director Dr. Don Angelo Valastro y el Dr. Prof. Don Bonifacio Bartolomé hablaron para ellos. Además de las cuatro asignaturas troncales y dos de libre elección, les explicaron que todos los servicios de la universidad: biblioteca, gimnasio, librería, Cine Forum, clases de pintura, canto, fotografía, escritura etc. también ahora son suyos, así como la posibilidad de asistir a todos los actos que organicen las distintas Facultades y apuntarse al extenso programa que Actividades Culturales ofrece al alumnado. Los cursos serán bimodales – presenciales y online- con la posibilidad para los primeros de recuperar alguna clase, si se la pierden, al estar colgadas las grabaciones.

Y lo mejor: al ser alumno de la UMA también se puede ser miembro de AUDEMAM.

Bruce Taylor, nuestro presidente, expuso el ideario y programa de la asociación, e incluso intervinieron algunos componentes de la Junta para animarles a integrarse en el Grupo de Golf o Senderismo, entre otros. La respuesta fue la esperada y ahora somos más. Bienvenidos.

Al ver a muchos de los antiguos y nuevos compañeros, suena anacrónico el que sean llamados alumnos de la Universidad de Mayores y no de la Universidad para Estudiantes Adultos -personas en formación constante- A muchos de ellos la denominación actual les resulta inadecuada y molesta; son jóvenes de edad y el resto también por entusiasmo y estado mental. Para nada sienten agotado su camino. Deberían ser escuchados



Los nuevos.



Carlos y Alfonso explican los programas Golf & Senderismo.

### ¿Qué tal el Verano?

Es la pregunta recurrente en los primeros encuentros del otoño. Pero aunque muchos alumnos estuviéramos "descansando" otros seguían trabajando. Veamos.

**Comillas.** Desde el 3 de junio tenemos nuevo Rector Magnífico, Dr. Don Enrique Sanz García-Rico SJ en quien depositamos muchas esperanzas, así como en Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> D.<sup>a</sup> Clara Martínez García la responsable de la nueva Vice-Rectoría de Alumnos & Alumni, a la que está adscrita la UMA. Tenemos pendientes algunas aspiraciones que nos gustaría ver satisfechas.

La Compañía de Jesús ha celebrado en Madrid, Roma, Pamplona, el V Centenario de la conversión de San Ignacio de Loyola. Ocurrió como consecuencia de la herida recibida cuando luchaba contra los franceses en 1521. En la convalecencia, leyó la vida de Cristo y ello le induce a reorientar su vida. La apertura del Año Ignaciano se celebró el 20 de mayo con una Eucaristía y un ciclo de conferencias en el Instituto de Espiritualidad de la Facultad de Teología. También se entregaron los III premios Padre Arrupe al periodismo comprometido y a la ayuda en red. José Naranjo fue galardonado por su defensa de los derechos humanos en el ámbito de la inmigraciones y la aplicación móvil RERAID por informar a las personas migrantes sobre la localización de diferentes tipos de ayuda y recursos.

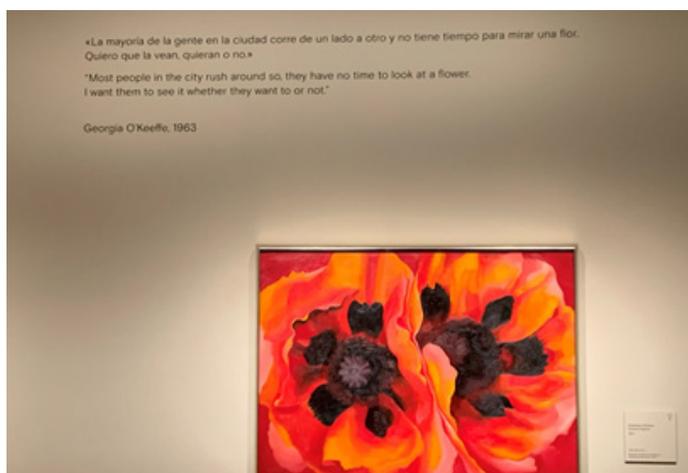
En julio, Comillas organizó el I Campus ICADE de Justicia y Debate para nuestros nietos de 4º de Eso y 1º de Bachillerato. Un primer contacto con el mundo del derecho la

Política y el Debate dirigido por el Profesor Don Francisco Valiente. En él los participantes podían ejercer de diputados, programar iniciativas, discutir nuevas leyes. Es cierto que en un principio los adolescentes no se sentían muy atraídos, pero los que asistieron volvieron entusiasmados de lo "súper guay" que había resultado.

Esto para los nietos, los abuelos mientras, podían seguir unos cursos a través de **CAUMAS** para alcanzar las Competencias Digitales. Que falta nos hace a la mayoría de nosotros,

## ¿Y AUDEMAC...?

En junio se programó visita a la exposición de O'Keeffe, uno de los máximos representantes de la pintura norteamericana del S.XX. Es la primera vez que exponía en Madrid y su retrospectiva es una celebración de la belleza natural, de formas y colores, especialmente de las flores, uno de sus temas esenciales.



Expo. Georgia O'Keeffe.

Los amantes del cine o de las series, pudimos seguir disfrutando del coloquio con el profesor Sánchez-Noriega y las recomendaciones de nuestros compañeros de "Cine Digital" que nos guiaban entre tanta oferta como ofrecen las distintas plataformas. Los lectores, ahí andaban, eligiendo en la extensa y variada lista de títulos que nuestro librero de confianza, Juan Carlos, nos siguió ofreciendo también en este mes y que abarcaba para todo el verano. Y la web siguió activa con noticias casi diarias.

La Junta Directiva, antes de la dispersión, celebró su "Tormenta de Ideas" Un encuentro de varias horas donde se pergeña el programa de actividades de todo el curso, se lanzan ideas y se pulen propuestas ya en marcha.



Tormenta de ideas de la Junta Directiva.

Y llegó julio y sí, empezaron las vacaciones de verdad. Una desconexión necesaria para todos porque la vuelta, en septiembre, ha sido con marcado ímpetu. Como AUDEMAC nos tiene acostumbrados. Quienes se quedaron en la capital, asistieron, al menos un grupo muy numeroso, a la inauguración de los conciertos al aire libre en El Castillejo del Olivar. Nuestra Patrizia Prati nos transportó a su mundo musical, donde la técnica más depurada se conjuga con una sensibilidad y pasión envolvente y difícil de obviar. La misma Profesora Prati que, ya en septiembre, y con motivo del centenario de Carmen Laforet –Nada– intervendría con la ponencia "De la mano de Dante" resaltando la influencia del poeta florentino en la escritora catalana, en un acto académico organizado por los profesores americanos del College of Charleston y de University of Bristol. Y de nuevo los alumnos de la UMA acudimos a su invitación.



Patrizia en el Olivar.

## Vamos, que Nosotros Podemos

A primeros de septiembre AUDEMAC entró de nuevo en erupción: Propuestas de viaje a León, acompañados por la profesora María Ángeles de Vicente, con posada y fondada ¡nada menos! que en el Hostal San Marcos; escapada de un día al Parque Arqueológico de Segóbriga y el Monasterio de Uclés y la salida apta solo para valientes, de hacer el Camino de Santiago desde Sarriá en sus 117 últimos kilómetros. Y los hubo; el grupo de 23 romeros recibieron la bendición del peregrino por parte del profesor de Cristología P. Enrique Martínez de la Lama-Noriega y se pusieron en marcha. Eso sí, su primera parada sería en Castillo de los Polvazares a degustar un tradicional cocido maragato. No sé, si después de eso se puede caminar, o se redoblan las fuerzas...



Gasolina para el Camino.



Camino Santiago. Los galardonados por la Orden del Camino.



Camino Santiago. La llegada.

Han vuelto emocionados y muy satisfechos de su gesta. Tres de ellos Marisa Cruz, José Luís Lara y Bruce Taylor,

han sido galardonados por la Orden del Camino por su esfuerzo excepcional. Nadie habla de pies destrozados, lloro de impotencia al pensar que no se es capaz de seguir, ni nada negativo. Solo palabras emocionadas. "Ha sido una semana inolvidable con momentos de esfuerzo, momentos de reflexión, momentos de amigable relax... en un ambiente distendido y solidario. Una experiencia preciosa, con un grupo inmejorable" este es uno entre tantos, de los testimonios que hemos podido leer. Esperamos una crónica detallada del viaje y la ocasión para hacerles patente nuestra admiración. ¡Lo han conseguido! Aleluya.

### No lo Olvides

Despedimos el curso con la alegría de saber que dos compañeras: Mercedes Lobo y Marta García Oliva, habían conseguido el Primer Premio y Premio Especial respectivamente, en el concurso de micro- relatos convocado en su V edición por la asociación de alumnos de la universidad de Alcalá de Henares. Ahora sabemos que Conchita Mira, antigua alumna como las anteriores, celebra la segunda edición de su novela "Sirena Perdida" y tiene ya para entregar a imprenta su nueva obra.

Las tres, han sido ganadoras en distintas ediciones de nuestro Certamen Literario. Esto debe de servir de acicate a los participantes de este año. Todavía no se ha cerrado el plazo de admisión. El tema, tanto en micro-relatos como en poesía es libre y si te gusta escribir y lo intentas, es posible que figures en el próximo palmarés. Como sabéis, el fallo del Certamen se da siempre en la fiesta de fin de curso, pero como este año no ha habido, se pasa a octubre. Ánimo y si pierdes, nadie más que tú lo sabrá. Pero ¿y si ganas...?

**Texto: Alicia López Budia**  
**Fotografías: Bruce Taylor**

# FIN DE ACTIVIDADES CURSO 2020/2021



Como colofón a las actividades de la Asociación PERITIA ET DOCTRINA de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC) se programó una salida al Parador de Tejeda.

## **Velada Astronómica (Astroeduca)**

Por el camino una parada en Teror, siguiendo posteriormente a nuestro destino.

El objetivo, ver las estrellas y constelaciones de la mano de un guía experto y conocedor de ese espacio.

La estancia en el Parador fue de lo más agradable, poniendo a nuestra disposición todos los servicios que ofrecen habitualmente a sus clientes.

Como muestra de la aceptación y el interés suscitado para esta visita, aquí les acompañamos una foto de los asistentes a esta salida cultural-recreativa y que ha sido para despedir las actividades de este pasado curso 2020/2021



## **ORLAS PROGRAMAS FORMATIVOS ESPECIALES DE LA ULPGC**

Con la presencia de D. Lluís Serra Majem, Rector Magnífico de la ULPGC, D. José Luis Trenzado Diepa, Vicerrector de Cultura, Deporte y Activación Social de la ULPGC y la Sra. Dña. Josefa Lorenzo González como presidenta de la Asociación Peritia et Doctrina, el pasado 13 de Julio de 2021 en el Palacio de Congresos INFECAR, se llevó a cabo la entrega de orlas a los alumnos de los diferentes diplomas que se imparten en la ULPGC.

La oferta que propone la ULPGC, consta de cinco diplomaturas divididas en los siguientes temas:



- PERITIA ET DOCTRINA
- ESTUDIOS CANARIOS
- ESTUDIOS EUROPEOS
- ESTUDIOS AFRICANOS
- ESTUDIOS LATINOAMERICANOS

En un ambiente de compañerismo, alegría y amistad, los alumnos recibieron sus orlas correspondientes, después de haber aprovechado la enseñanza que cada diplomatura pone a su disposición.

Con las medidas preventivas recomendadas por las autoridades sanitarias, el acto se celebró de forma fluida y satisfactoria

## **SEMINARIOS, CONFERENCIAS Y CHARLAS**

Como cierre a las actividades organizadas por la Asociación PERITIA ET DOCTRINA de la ULPGC durante el curso 2020/2021, en su apartado cultural: Seminarios, Conferencias y Charlas, el Sr. D. Luis Serra Majem, Rector Magnífico de la ULPG, impartió una conferencia titulada:

### **UNA ALIMENTACIÓN SANA Y SOSTENIBLE EN CANARIAS**

Agradeció el interés de la Asociación y asociados en mejorar los conocimientos y animó a seguir programando actividades culturales con la inestimable colaboración y apoyo de la ULPGC, que pone a su disposición los medios para la celebración de las mismas.

En definitiva, un brillante colofón a las actividades programadas con una muy interesante conferencia.



# I MUESTRA ARTESÉNIOR DE TENERIFE



## I MUESTRA ARTESÉNIOR de TENERIFE

Artista Invitada: M<sup>a</sup> Jesús Pérez Vilar

### SALA DE ARTE DEL PARQUE GARCÍA SANABRIA

13.11.21 al 5.12.21

Con el fin de fomentar las disciplinas artísticas en la población sénior de nuestro ámbito de actuación, además de realizar múltiples actividades relacionadas en este campo: visitas a museos, a exposiciones, a talleres de artistas, etc. hemos creado desde hace 12 años los Premios AMULL en fotografía, pintura y cerámica. Estas obras han sido expuestas en el Aulario de Guajara, en la Sala La Capilla y en otros espacios de la Universidad de La Laguna hasta 2017. En el 2018 y 2019, AMULL decide salir del área universitaria a la búsqueda de un público que no suele visitar los recintos culturales de la ULL, y en esos dos años se realizaron en la Sala de Exposiciones el Sauzal con Jaime Hernández Vera y Paz Barreiro como artistas invitados. La experiencia acumulada durante estos años y con el proceso de escucha activa con los potenciales artistas mayores de 45 años de todas las disciplinas, hemos optado por unas bases cuyo objetivo ya no es presentarse para unos premios, sino que el premio es la propia selección y exposición.

#### BASES

##### 1.- Objetivos de la Muestra

Estimular el vínculo con la sociedad a través del arte para combatir la soledad no deseada de las personas mayores promoviendo así su participación en la comunidad. A la vez que cumple con el mantenimiento de todos los derechos de ciudadanía, con independencia de su edad. Cumplir con el artículo 9 de la constitución española de 1978 que establece que *corresponde promover a los poderes públicos las condiciones para que la libertad y la igualdad del individuo y de los grupos en que se integran sean reales y efectivas; remover los obstáculos que impidan o dificulten su plenitud y facilitar la participación de todos los ciudadanos en la vida política, económica, cultural y social*. El artículo 20 de la Constitución reconoce y protege, entre otros derechos, *el de producción y creación literaria, artística, científica y técnica*.

Implicar a los seniors para que sean los protagonistas de la transformación de su comunidad en un entorno amigable que favorezca el envejecimiento activo y saludable. Generar mecanismos de participación artística para la dinamización social, creando redes de apoyo comunitario, garantizando así la erradicación de la soledad no deseada y la emancipación y autonomía personal.

Tratar de poner a los seniors con vocación artística junto a una artista con trayectoria consolidada. Propiciar que se

retroalimenten de sus expectativas y conocimientos mutuos, apoyando así, la formación artística, la promoción y la difusión de las Artes Plásticas. Estas obras serán seleccionadas por una comisaria, entre personas de más de 45 años que estén trabajando en pintura, fotografía, dibujo-ilustración y cerámica sin ser conocidos por el gran público. Se seleccionarán aquellas obras que por su originalidad y su técnica merezcan ser expuestas.

##### 2.- Participantes y Temática

Podrán participar en el concurso todas las personas mayores de 45 años. Las obras deberán ser propias, originales, inéditas y no haber sido premiadas ni presentadas a otros concursos o muestras. La MUESTRA ARTESÉNIOR está abierta a cualquier temática y técnica dentro de las disciplinas de pintura, fotografía, dibujo-ilustración y cerámica. La obra plástica debe ir montada adecuadamente para su exposición.

##### 3.- Presentación

Presentación de un máximo de 2 obras en cada disciplina. Las obras deberán presentarse personalmente o se enviarán a la siguiente dirección:

Asociación de Mayores de la Universidad de La Laguna Torre Prof. Agustín Arévalo, 3<sup>o</sup> planta  
Av. de La Trinidad, 61.

38204. San Cristóbal de La Laguna. Tenerife  
Teléfono: 623 21 00 66 amullasociacion@gmail.com

Las obras irán con un envoltorio exterior con el título de la obra. Junto a la obra se presentará un sobre cerrado identificado en su exterior con el título de la obra, el mismo que se ha puesto en la obra presentada a la muestra. En el interior del sobre irán todos los datos del que desea presentarse a la selección, teléfono y correo electrónico y fotocopia del DNI. Además, memoria descriptiva de la obra en la que conste: título de la misma, materiales utilizados, técnica empleada, así como cualquier otro dato que el autor considere de interés.

El plazo de entrega de las obras serán los lunes, miércoles y viernes en horario de 10:00 a 12:00 h en la oficina de AMULL de la 3<sup>a</sup> planta de la Torre Prof. Agustín Arévalo, Av. de La Trinidad, 61. La Laguna. Desde el 1 de septiembre al 15 de octubre..

La oficina receptora podrá rechazar cualquier obra que no se ajuste a lo establecido en estas bases. Asimismo, expedirá los correspondientes justificantes de recepción.

El/la seleccionado/a en todo momento es propietario/a de los derechos de autor de las obras expuestas y acepta la publicación de sus fotos en las redes sociales y páginas Web de AMULL y de la ULL sin coste alguno.

#### 4.- Premios

El Premio es la propia selección y la entrega de 10 Tarjetas originales de la obra expuesta. Y su obra formará parte del catálogo de la artista invitada.

#### 5.- Retirada de las obras

Las obras presentadas podrán ser recogidas por los participantes en la misma dirección donde fueron entregadas aportando el justificante expedido en la entrega, en el plazo de 30 días desde el final de la muestra. Cumpli-

do ese plazo se entenderá que renuncia al derecho a su devolución. Las obras no recogidas durante este plazo pasarán engrosar el fondo de la Asociación pudiendo ser utilizadas en despachos y centros que se considere, con fines divulgativos de esas obras, sus autores y del propio premio. Las obras serán tratadas con el máximo cuidado, no obstante, la organización no se hace responsable de los daños que pudiesen sufrir durante su manipulación, almacenamiento o exposición, así como de su robo o extravío durante su envío, depósito o devolución. En caso de no poder recogerlas personalmente, las recogerá un representante con una autorización firmada por el participante.

#### 6.- Base Final

La participación en esta convocatoria implica el conocimiento, entendimiento y aceptación de las presentes bases. Cualquier cuestión o duda que pueda surgir en su interpretación será resuelta según los criterios de los Organizadores.

## Convocatoria I MUESTRA DE ARTESÉNIOR DE TENERIFE

La Asociación de Mayores de la ULL -AMULL- convoca las bases para la realización de la I MUESTRA DE ARTESÉNIOR DE TENERIFE a celebrar del 13 de noviembre al 5 de diciembre de 2021, en la Sala de Arte del Parque García Sabinaria de Santa Cruz de Tenerife.

Cuyo objetivo es estimular el vínculo con la sociedad a través del arte. Generar entre los adultos mayores de 45 años, mecanismos de participación artística para la dinamización social, creando redes de apoyo comunitario, garantizando así la erradicación de la soledad no deseada y la emancipación y autonomía personal. Tratar de poner a los adultos mayores de 45 años, con vocación artística, junto a una artista con trayectoria consolidada. Propiciar que se retroalimenten de sus expectativas y conocimientos mutuos, apoyando así, la formación artística, la promoción y la difusión de las Artes Plásticas. Estas obras

serán seleccionadas por la comisaria, Vicky Pérez (Galería Marvick) entre aquellos que estén trabajando en pintura, fotografía, dibujo-ilustración y cerámica sin ser conocidos por el gran público.

Este proyecto es subvencionado por el Área de Acción Social, Participación Ciudadana y Diversidad del Cabildo de Tenerife y el OAC (Organismo Autónomo de Cultura) del Ayuntamiento de Santa Cruz de Tenerife.

Asociación de Mayores de la Universidad de La Laguna  
Avenida de La Trinidad, 61  
Torre Profesor Agustín Arévalo, 3ª planta  
38204 - San Cristóbal de La Laguna. Tenerife  
Teléfono: 623 21 00 66  
amullasociacion@gmail.com



Diego Delso, delso.photo, Licencia CC-BY-SA"

## JUAN FRANCISCO ACEÑA CABALLERO: «XXV ANIVERSARIO DE LA ASOCIACIÓN DE LA UNIVERSIDAD DE MAYORES»



Observar el pasado de la Universidad de Mayores de Granada (Aula Permanente de Formación abierta) y su asociación ALUMA al cabo de 25 años es como contemplar un bello paisaje desde la cumbre de una montaña. Bien es verdad que quedan alturas superiores, la de los 50 años, la de los 100, pero la conseguida por ahora, ante su riqueza de contenidos, es una montaña tal de recuerdos, vivencias y actividades que su perspectiva es incomparable, manteniendo, además, la seguridad de que se irá incrementando con el paso del tiempo, pues su ascensión hacia una mejor convivencia no ha terminado todavía. La Universidad de Mayores de Granada creada en 1994 y su asociación de alumnos en 1996, que cumple en este año su 25 aniversario, nacieron gracias a la iniciativa personal de Dña. Pilar Aranda, rectora actual de la Universidad granadina, conforme a su concepto de servicio público universitario a la sociedad. Dicha novedad tuvo su origen en Francia, siguiendo el lema de «universidad para todos», siendo la de Toulouse -la primera que funcionó-. Su primer director en Granada fue Don Miguel Guirao, catedrático de la Facultad de Medicina, de imborrable recuerdo como persona y como docente.

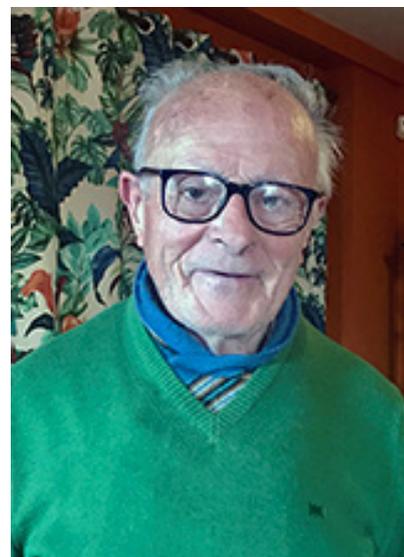
Su finalidad se ha cumplido ampliamente, superándose cada vez más y practicando en cierta manera la psicoterapia de grupo por variedad de contrastes, tales como los viajes culturales, senderismos, comidas de aniversarios, convivencias, visitas guiadas, concursos, conferencias, etc., cultivando la ilusión creativa y enmarcando la actividad principal, como es la de renovar los estudios universitarios, según el concepto de servicio público abierto a la ciudadanía creado por su fundadora en nuestra ciudad.

La Asociación de Alumnos Mayores (ALUMA), de cuyo nacimiento se cumplen 25 años, ha sido y es para sus socios un acogedor escenario en donde lucir sus habilidades artísticas y culturales, ha representado una familia en la que expresar libremente sus relaciones sociales y senti-

mentales, constituyendo para quienes la han conocido el crisol en donde se han frugado grandes amistades, o algo más.

La prolongada fase de pandemia no ha logrado borrar su actividad, más bien lo contrario, ha servido de impulso para llegar más lejos y más alto con objetivos renovados, sin olvidar la huella de un feliz pasado.

Demos pues la bienvenida a la ALUMA del futuro y la Universidad de Mayores, ambas dependen de nuestro interés. No se puede olvidar que el porvenir es la incertidumbre de lo desconocido y por eso viene en pequeñas dosis para no deslumbrarnos, en cambio el pasado es la experiencia de lo conseguido, usemos pues este patrimonio para cristalizar el futuro en éxitos e ilusión.



*Juan Francisco Aceña Caballero*

# A NOSA BELA GALICIA



FEDERACIÓN GALEGA DE ASOCIACIONES  
UNIVERSITARIAS SÉNIORS



Proyecto para realizar en todos  
los CENTROS GALLEGOS por FE-  
GAUS

CON LA COLABORACIÓN



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN  
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA  
Secretaría Xeral de Política Lingüística

## 1.- Presentación.

El proyecto **A nosa Bela Galicia**, es un proyecto liderado por Fegaus, en el que se pretende que la participación de sus miembros asuma parte activa en el mismo. La reciente incorporación de **Radio Fegaus** y los distintos grupos que realizan actividades culturales u ocupacionales deben integrarse en la elaboración del proyecto. Además, poder demostrar que los mayores tenemos capacidad creativa y suficiente capital humano para desarrollarlo, tal y como viene haciendo desde su fundación.

Se pretende llevar un **abrazo de calor humano** a todos los gallegos del mundo, unidos por el amor a Galicia y un idioma común "El Gallego".

El idioma nos une y nos identifica. Es una manera de demostrar que el gallego nace al venir al mundo un gallego. El idioma pasa a ser desde ese momento el alimento del alma que le hace sentir y llevar a Galicia allá donde vaya.



Debemos poner en valor, que una persona nacida en Galicia y que, durante su formación obligatoria, estudia **gallego, español e inglés** disponemos de muchísimas ventajas que otros ciudadanos de nuestra nación. Con el conocimiento de estos tres idiomas, domina todo el continente americano, parte de África y en toda Asia y Oceanía, se encontrará con las tres lenguas.

Por eso se sugiere crear este proyecto para llevar a los Centros gallegos nuestra cultura, personajes históricos, leyendas, paisaje, gastronomía, música... en un trabajo abierto que se pueda separar en varios según la temática tanto para añadir contenido como para adaptarlos a nuevas producciones o proyectos que lo requieran.

Hacer visible el capital humano de FEGAUS a través de un Proyecto, en el que Galicia, a través del idioma gallego llegue a la mayor parte de la humanidad inter-actuando con las TIC, Centros Gallegos, comunidades culturales, turismo... etc.

Si la biblia del galegismo "Sempre en Galicia" se escribió en Badajoz y por primera vez se publicó en Buenos Aires. El himno se interpretó por primera vez, en la Habana y que en esta ciudad se gestó la fundación la Academia de la Lengua Gallega. "Follas Novas" de Rosalía de Castro, la obra fundamental del teatro gallego, se estrenó en Buenos Aires y que, en el cementerio de la Chacarita, es el lugar del mundo donde reposan más gallegos.

Si gran parte de Galicia está fuera de Galicia, y Buenos Aires es la segunda ciudad gallega en población, la primera Vigo, el proyecto de "A NOSA BELA GALICIA", deberá ser conocida por todos los centros gallegos, las aulas CeMIT y las asociaciones de mayores de toda Galicia, con un temario para impartir de CULTURA DE GALICIA.

Utilizando las nuevas tecnologías y la experiencia de FEGAUS en la formación ONLINE, llevaríamos a miles de personas formación en información en directo de "**A NOSA BELA GALICIA**".

**Alejandro Otero Davila**  
Presidente de FEGAUS  
Vicepresidente 3º de CAUMAS

# Información corporativa

Únete y disfruta todas las ventajas de asociarte a la mayor Confederación de Mayores Universitarios Séniors



## SECRETARÍA TÉCNICA DE CAUMAS

CAUMAS es la Confederación que agrupa a las Asociaciones de los Programas Universitarios de Personas Mayores (PUM) vinculados a las Universidades Públicas y Privadas del territorio español. Por ende, representa también a Federaciones, Confederaciones y Fundaciones que persigan los mismos fines y que estén ligadas a los PUM.

El objetivo principal de CAUMAS es ser la Entidad referente que represente, coordine, informe, asesore y defienda a las asociaciones miembros, ante los Organismos Públicos y privados, así como ante otras Organizaciones de Mayores que defienden fines no relacionados con la Universidad.



Para optimizar al máximo la capacidad de respuesta de los asociados a las, cada vez más, frecuentes demandas tecnológicas que el contexto socio digital exige, CAUMAS dispone desde hace tiempo del servicio de Secretaría Técnica para sus afiliados.

Con ello queremos poner en valor todo el trabajo de coordinación, búsqueda de nuevos proyectos y recursos de financiación, desarrollo tecnológico y difusión que hasta ahora están asumiendo las organizaciones y que les consume capacidad para centrarse en sus verdaderas actividades.

# SERVICIOS PARA ORGANIZACIONES

Con el impulso y la dedicación de la Secretaría Técnica, CAUMAS facilita a sus Organizaciones una participación activa y garantizada en proyectos con base tecnológica. De ese modo, los Asociados pueden dedicar sus esfuerzos a la actividad concreta de su entidad y delegar en la Secretaría Técnica la misión de mantenerse al día en las novedades del entorno digital para aprovechar todas las ventajas que ofrecen y ejecutar las acciones que por su propia naturaleza les quedan alejadas de su fin primordial.

En este sentido, los principales cometidos de nuestra Secretaría Técnica son:

- ✓ Asesoramiento en las necesidades internas de carácter técnico que se presenten: página web, posicionamiento, tráfico, analíticas, dominios, alojamiento...
- ✓ Formación y Asesoramiento directo en Gestiones Digitales y gestión de las Asociaciones
- ✓ Asesoramiento en nuevas iniciativas de interés como jornadas, congresos, eventos, biblioteca, páginas web, revistas, newsletter, comunidades digitales, etc.
- ✓ Apoyo e interlocución en relaciones institucionales y comerciales específicas que se acuerden abordar.
- ✓ Apoyo en la captación de patrocinadores para el desarrollo de iniciativas y proyectos.
- ✓ Colaboración y asesoramiento en las iniciativas que se vayan realizando.
- ✓ Elaboración de proyectos individuales o en colaboración y presentación a patrocinadores o colaboradores.
- ✓ Asesoramiento en la evaluación para la puesta en marcha de las propuestas que las organizaciones reciban de otros proveedores y/o patrocinadores.
- ✓ Desempeño de una labor proactiva en la proposición de iniciativas a llevar a cabo que sean relevantes para el contexto de acción de la organización.
- ✓ Desempeño de acciones de representación en el establecimiento y mantenimiento de relaciones digitales con vistas a conseguir una imagen digital, ampliar el círculo de relaciones y propiciar el desarrollo de proyectos.

# BIBLIOTECA SÉNIOR CAUMAS

## TRABAJOS DESTACADOS

### LÉXICO JUDÍO V2E



**Autor:** Gonzalo López Puech

**Universidad:** Universidad de Comillas

**Campus Universitario:** Universidad de Mayores

**Tema:** Cultura

**Descripción:**

El mundo judío está en el contenido de varias asignaturas: Filosofía de las Religiones, Historia, Religiones Actuales, Literatura, Geopolítica... Una parte de los términos de este léxico son empleados en ellas, pero la bibliografía y referencia puede ayudar a ampliar el conocimiento en estos temas. En este léxico se ha incidido en personajes con mayor...

**Enlace a la Biblioteca:**

<https://caumas.org/articulo/lexico-judio-v2e/>

### PERCEPCIÓN, ATENCIÓN Y MEMORIA



**Autor:** Lloréns Fernández Carlos

**Universidad:** Universidad de Vigo

**Campus Universitario:** Campus de Vigo

**Tema:** Psicología

**Descripción:**

La Psicología moderna intenta analizar la percepción desde puntos de vista diferentes. La considera como un proceso activo de búsqueda de la correspondiente información, distinción de las características esenciales de un objeto, comparación de las características entre sí, creación de una hipótesis apropiada y, después, comparación de esta hipótesis con los datos originales.

**Enlace a la Biblioteca:**

<https://caumas.org/articulo/percepcion-atencion-y-memoria/>

# GAUMAS

## FEDERACIONES Y ASOCIACIONES



**FEGAUS**

FEDERACIÓN GALEGA  
DE ASOCIACIONES  
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

**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



**AUDEMAC**

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



**AULEXNA**

ASOCIACIÓN DE ALUMNOS  
Y ANTIQUOS 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



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

VICEPRESIDENCIA  
SEGUNDA DEL GOBIERNO

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