

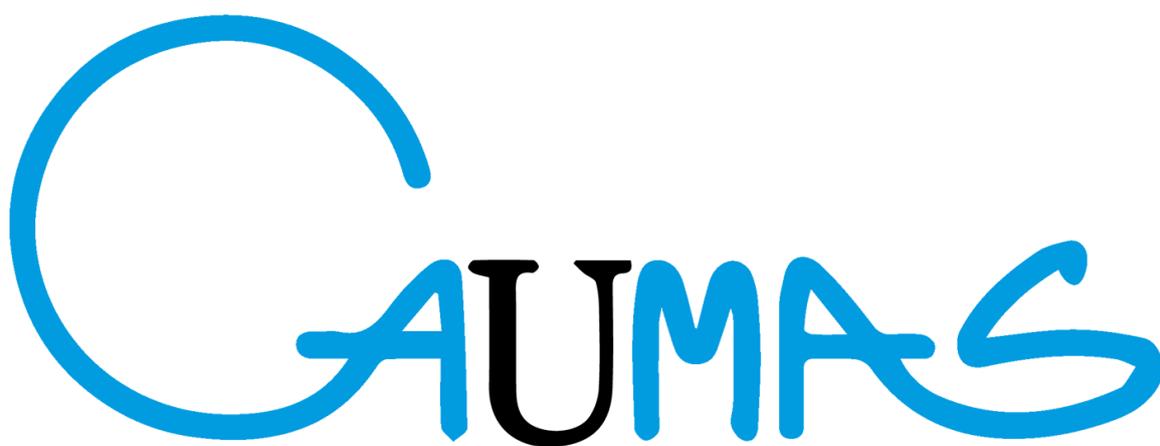
Séniors Universitarios



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

Nº 38 · MARZO 2022



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 M A R I O

M A R Z O

2 0 2 2

- 04 Editorial
- 05 Artículo de opinión, Miquel Iceta, ministro de Cultura y Deporte
- 06 Remedios Seijo · Envejecer es un arte
- 07 Miguel Ángel Martínez Coello · Repetir errores... sí, se puede
- 08 Carlos Lloréns · El valor de la educación
- 09 Jesús Jauregui Gorraiz · Momentos (45)
- 10 Prof. Juanjo Cura · La educación musical sistematizada en la edad adulta
- 12 Antonio M^º González Gorostiza · Caracol go home
- 14 Remedios Seijo · Lo útil y lo valioso
- 15 Félix Sánchez · Perdones rescatados
- 16 Dr. Bartolomé Freire Arteta · Seguir aprendiendo, un reto para los mayores
- 18 La Mesa Estatal felicita al Senado
- 19 La presidenta de CAUMAS, como miembro del comité asesor de 65YMÁS, en la reunión con el Ministro de Cultura y Deporte, D. Miguel Iceta
- 22 FEGAUS · Diálogos Universidad/Mayiores en el siglo XXI
- 26 ALUMA · Jornada Lorquiana
- 28 AUDEMAC · Tiempos nuevos
- 31 AUDEMAC · No hay camino que no tenga final
- 32 ALUMA · VIII Concurso de relatos cortos
- 34 AUDEMA · 8 de marzo - Día Internacional de la Mujer
- 35 ALUMA · Concierto solidario: tarde de tangos y boleros
- 36 ALUMA · Crónica del viaje interuniversitario a la Universidad de Alcalá
- 38 AUCTEMCOL · Senderismo y marcha nórdica
- 39 PERITIA ET DOCTRINA · Manifestación por Ucrania
- 40 AULAS DE FORMACIÓN ABERTA · Visita al Museo de Pontevedra
- 44 AUDEMAC · Escapada a Córdoba
- 48 ADAYEUS · Crónica Carnaval 2022
- 49 PERITIA ET DOCTRINA · Actividades
- 50 ADAYEUS · Camino primitivo a Santiago 2022
- 51 ALUMA · Ensayo abierto Orquesta Ciudad de Granada
- 52 ADAYEUS · Visita al Museo Arqueológico del Castillo de San Antón
- 53 ALUMA · Conociendo nuestra tierra
- 54 ALUMA · Visita a la exposición Fortuny Madrazo
- 55 CAUMAS · Actividades en la plataforma (último trimestre)





revista digital

Séniors Universitarios

Nº 38

Marzo 2022

EDITA

CAUMAS

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

C/ Castelló, 36 * 1ºA
28001 - Madrid

ISSN

2444-2038

DEPÓSITO LEGAL

M-18166-2015

DIRECCIÓN Y REALIZACIÓN

Marina Troncoso
CAUMAS

DISEÑO Y
MAQUETACIÓN

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

EDITORIAL

Negra sombra

La pandemia persiste, ha pasado a un segundo plano por la necesidad de volver a la vida "de antes", pero seguimos en alerta y combatiendo; e inmersos aún en esa lucha nos alcanza una guerra que nos ha cogido por sorpresa, psicológicamente debilitados, apoderándose de nuestro día a día y además acompañada de una nueva crisis económica.

Estamos bajo una nube negra que nos dificulta ver un futuro esperanzador, como si tuviéramos un velo en la mirada; vemos en blanco y negro y, sin embargo, continuamos con nuestras rutinas, aunque nos supongan más esfuerzo mental, más esfuerzo físico y más esfuerzo económico. La gran capacidad de resiliencia que tenemos, esa habilidad adquirida con la que el ser humano afronta y se recupera de la adversidad, nos permitirá retirar el velo de nuestros ojos para ver los colores que nos rodean, como el azul del cielo y el mar, donde es posible viajar, volveremos a tener una mirada libre, ver el color verde, el color del mundo vegetal, de la vida abriéndose paso constantemente y el color de la esperanza.

Ovidio (poeta romano 43 a. C.- 17 d. C.) señala que necesitamos esperanza, que esta es una necesidad ontológica, inscrita en nuestro ser: "La esperanza hace que agite el naufrago sus brazos en medio de las aguas, aun cuando no vea tierra por ningún lado".

Aristóteles (filósofo griego 384 a. C.- 322 a. C.) definió la esperanza como "el sueño del hombre despierto", en el sentido de los anhelos hacia los que corremos y que dan sentido a nuestras vidas.

Aquí seguimos, despiertos y soñando a pesar de los pesares que se nos acumulan, viendo los colores de la vida a través de las dificultades, agitando los brazos, intentando lo imposible para conseguir lo posible.

No cabe duda de que superaremos esta situación, aunque por el camino tengamos grandes pérdidas, unas pérdidas que servirán de experiencia para encontrar nuevas fortalezas.

La negra sombra nos acompaña.

Nin m'abandonarás nunca,

Sombra que sempre m'asombras.

(últimos versos del poema *Negra sombra* de Rosalía de Castro)

Marzo 2022

CRECER HACIENDO CRECER

MIQUEL ICETA I LLORÉNS



En su último libro, el profesor Xavier Marcet afirma que son verdaderamente estimables las empresas que "crecen haciendo crecer a los demás". Si esto es válido para las empresas aún lo es más en el ámbito personal, y qué mejor instrumento para ese crecimiento que la cultura. Por eso es tan importante garantizar el acceso universal a la cultura y a los bienes culturales, un acceso que no es sólo físico (acceder a museos, a salas de conciertos, bibliotecas, etc.) sino que demanda a menudo la decodificación de unos lenguajes artísticos que erigen una barrera entre la ciudadanía y la obra artística y para eso necesitamos de alguien que nos ayude a comprender, a descifrar lo que estamos viendo, leyendo o escuchando. Todos, todas, necesitamos nuestros particulares guías para adentrarnos en la extremadamente rica y compleja realidad cultural que nos ha tocado vivir.

Valga esta reflexión inicial para situar el tema que nos ocupa: cómo las personas mayores pueden sentirse más incluidos en el sistema cultural y aumentar su participación más allá de los canales que las comunidades autónomas y los gobiernos locales ya ponen a disposición de la ciudadanía: clubes de lectura, precios reducidos en las entradas, representaciones especiales, etc. La respuesta está en acciones que se traduzcan en una militancia cultural activa, es decir, personas que además de gozar

de los bienes culturales sean capaces de acercarlos a los colectivos y a las personas que tienen dificultad o poca predisposición para ese disfrute.

La cultura de proximidad no consiste sólo en programar conciertos en los centros cívicos sino también en dar las claves para saber disfrutar de esos conciertos. La cultura de proximidad también es el familiar que te ayuda a amar la música clásica, la amiga que te introduce en la danza contemporánea, el maestro que te incita a ir al teatro o al cine... Y en esa red de cultura de proximidad las personas mayores pueden jugar un papel muy importante por la experiencia acumulada, por lo aprendido a lo largo de la vida y porque conocen de primera mano la importancia de continuar aprendiendo y educándose.

Como decía al principio, ese crecimiento se producirá en la medida en que seamos capaces de hacer crecer a los demás, en que seamos capaces de incentivar, de motivar, de ayudar a otras personas a incrementar esa red cultural de proximidad donde, a la vez, seremos incentivados a introducirnos en campos culturales a los que difícilmente accederíamos por nuestro propio pie.

Miquel Iceta i Lloréns
 Ministro de Cultura y Deporte
 Marzo, 2022



Autor: Diario de Madrid

ENVEJECER ES UN ARTE

REMEDIOS SEIJO



Todos debemos estar a favor del trato humano de los bancos a las personas mayores, no tienen derecho hacer lo que están haciendo, porque verdaderamente somos mayores, pero no somos idiotas. Tenemos que reivindicar lo razonable, están jugando con nuestro dinero y con nuestra dignidad ¡eso no lo debemos consentir!

El ser mayor no significa ser un inculto, estamos en la última etapa y periodo de nuestra vida. No debemos lamentarnos por envejecer, mejor dicho, de hacernos mayores; es un privilegio que a muchos les fue negado y tuvieron que marcharse antes de tiempo.

Envejecer, hay que reconocer, que es una preeminencia, un arte, un regalo, pues entre la niñez y la vejez tenemos ahí un instante llamado vida, si sumamos canas y sueños debe ser siempre motivo de alegría. Nunca debemos olvidarnos de las arrugas, esas arrugas, que nos hacen bellos porque nos recuerdan parajes, pueblos donde hemos estado; tampoco olvidemos la sonrisa de los momentos felices, en estos casos deberíamos dar gracias por cada una de esas arrugas, que nos recuerdan seres queridos que compartieron con nosotros interesantes vivencias.

Recordemos, cada año cumplimos años, son momentos felices que todos debemos recordar junto a todas aquellas personas que más nos quieren, como son nuestros hijos, nietos, familia y amigos e, incluso, las mascotas.

Podemos ayudar, con nuestra vitalidad y energía, a construir un mundo un poquito mejor. Cuando las arrugas nos empiezan a aparecer nos damos cuenta de lo efímera y fugaz que es la vida: ¡Cómo pasan los años! Y con qué frecuencia estas arrugas, muchas veces, nos hacen sentir molestos e incómodos y nos entristecen cuando, en realidad, deberíamos estar muy contentos y alegres de cum-

plir un año más, pues no muchos lo pueden decir... y tener ese privilegio.

¿Nos puede entristecer la oportunidad de cumplir años?, "SI" porque nos asusta a perder facultades ¡pero eso no es verdad! lo más importante es mantener la mente en funcionamiento y el espíritu joven. En realidad, envejecer es simplemente haber superado las distintas etapas de la vida. Cada día significa nuevas opciones, de maravillosos pensamientos, de cientos de matices de nuestros sentimientos. Por hacer nuestros los instantes y poder soplar esas velas con fuerza y orgullo. ¡Eso es extraordinario!

Yo quiero seguir cumpliendo sueños y años...«Vivir es prodigioso» Y sobre todo poder celebrarlo con la vida y toda esa gente que me quiere y me rodea, quiero verme arrugada y ser feliz.

La vida es un regalo que todos ser humano debemos tener la oportunidad de disfrutar; unos de una manera y otros de otra, lo que sí es cierto es que la vida pasa y los momentos felices no vuelven. Por eso emplea la palabra <Inteligencia> digo y repito mil veces no te lamente por nunca envejecer. ¡¡Muchos no llegaron hacerlo!!

Envejecer es un arte y un regalo

¡¡VÍVELO-DISFRÚTALO!!

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



REPETIR ERRORES... SÍ, SE PUEDEN EVITAR

MIGUEL ÁNGEL
MARTÍNEZ COELLO



Volver a incidir sobre **el valor de las instituciones integradas por Mayores**, que en todas las sociedades pretéritas con reconocida mayoría de edad histórica crearon, es casi innecesario debido al poco caso que los últimos que gobiernan, hacen.

El Senado Romano, el Consejo de Ancianos en Grecia, de Francia, de los indígenas, de los Pielos Rojas la gerontocracia de la URSS, Japón, China... Cámara de los ancianos... y mil más sin olvidarnos del **"Consello Consultivo de Galicia"** ... sí en Galicia también tenemos... Una vez le pregunté a **D. Gerardo Fernández Albor**, unos años después de haber dejado de ser Presidente de Galicia, sobre cuál era la función de tal organismo (constituído por antiguos presidentes autonómicos), a lo que me contestó que era donde los órganos de gobierno del momento hacían sus consultas sobre leyes o decisiones trascendentales con el fin de recabar una decisión de calidad basada en la experiencia y la enseñanza de la historia... y a continuación sentenció: **pero, nunca nos consultan...**

Una vez más, se repite el problema de base, se repiten los errores y se retrocede en la historia, y lo que es peor nos recargamos de negatividad, nos vence el odio y saca lo peor de todo.

Es necesario olvidarse de una vez por todas al hecho de recurrir a expresiones "enlatadas" como "nueva normalidad" o "hojas de ruta"... y centrarse en admitir que comenzamos un nuevo juego y una nueva aventura en un nuevo escenario en el que vamos a crear nuevas normas y nuevas metas.

Todo ello es posible si se cuenta con la experiencia y **el consejo del MAYOR, que nunca impone, sólo recuerda lo que no se debe hacer en base a la experiencia y la razón del ser.**

*Miguel Ángel Martínez Coello
Graduado y estudiante del PUM de la UVigo campus de Ourense
Responsable de prensa y comunicación de FEGAUS*



Enseñando a mi nieto a segar
Autor: Miguel Ángel Martínez Coello



EL VALOR DE LA EDUCACIÓN

CARLOS LLORÉNS



Uno de los aspectos que se estudian en Psicología es el de la "Personalidad Elegida".

En su magnífico libro "**Aprender a vivir**", su autor, el Sr. José Antonio Marina, hace hincapié en 3 elementos primordiales:

*Proyecto vital.
Negociación con el propio carácter.
Negociación con la realidad.*

Ciertamente el tema es amplio, pero voy a centrarme en el proyecto de la formación que debe/debiera acompañar a cualquier ser humano. **La Educación.**

Me inclino a creer que la educación no abarca únicamente los primeros años académicos, sino que se extiende a lo largo de la vida. Se aprende cada día. Se puede desaprender, eso también.

Las buenas formas de comportamiento (normas sociales), que –primordialmente- debieran aprenderse en el seno familiar, se complementan con un buen expediente académico. Al menos aceptable.

Estoy de acuerdo en que desde que nacemos la lucha es constante.

El Sr. Rojas Marcos, psiquiatra, basa una buena vida adulta en 2 pilares fundamentales:

**Un proyecto, una meta, un fin, un horizonte.
Una fe inquebrantable.**

Cuando mencioné, al inicio, el término "Personalidad Elegida", recordé otros 2 apartados que, asimismo, se estudian en Psicología, a saber: Inteligencia dañada e Inteligencia fracasada.

La primera nos viene de nacimiento, no así la segunda que –a lo largo de la vida-, puede torcerse por múltiples motivos.

Una educación en constante aprendizaje, viene – a mi modo de ver- como una toma de conciencia personal con uno mismo y en la inter-dependencia con los demás.

Por ejemplo. No debe maltratarse a un ser vivo. Respetarlo es haber aceptado que la toma de conciencia sobre la vida propia o de otro, es un bien a mantener.

Respetar los bienes materiales ajenos, podría incluirse también.

Esto que se denomina "todo vale", que hoy en día parece prevalecer, ni tiene sentido ni alcance a tiempos de futuro.

Sabemos que ninguna Civilización subsistió en el "caos".

Si vemos a nuestro alrededor, si atisbamos con detenimiento, todo cuanto nos rodea en el mundo natural, todo es fruto de un orden. Podríamos argumentar que la Naturaleza asumió sobre sí misma un delicado, influyente y enorme sentido del orden.

Hasta aquí quería llegar.

Los primeros años de formación académica, son cruciales. Por descontado que exigen esfuerzo, incluso que en ello, vayan grandes dosis de "trabajo personal", de "superar obstáculos".....

Esa motivación que debiera estar presente es como el motor que irá modelando las satisfacciones personales.

Por todo ello, no dejo de reconocer la enorme responsabilidad que debe subyacer en el seno familiar, posteriormente en la comunidad educativa y finalmente en el propio individuo, el cual, dotado de cualidades adecuadas, sabrá dar a su propia existencia el valor que lo alejen de la mediocridad y la vulgaridad.

No menos importancia cobra la Educación Emocional. Algo que trata en profundidad el Sr. Daniel Goleman en su magnífico libro "Inteligencia Emocional".

Aprender a solucionar los conflictos, el arte de la empatía, el saber dirigir las relaciones y dirimir adecuadamente las diferencias, acabarán por completar ese ciclo, por otra parte nunca terminado, de formarnos como seres humanos.

Dice el Sr. Goleman, que esa Inteligencia emocional, dará mejores padres, mejores hijos, mejores maridos, mejores esposas. En definitiva mejores ciudadanos.

Eduard Spranger, en su libro "Formas de vida", dibuja una tipología fundada en el estudio de las tendencias que pueden actuar en los determinados campos de la cultura.

Y continúa..."El hombre desarrolla su vida en un mundo en el que existen unos determinados valores"... "todo cuanto representa un fin para el hombre, es decir, todo aquello a lo que aspira"....

En resumen, esto que se expone dará sus frutos si detrás hubo una buena Educación.

**Carlos Lloréns Fernández.
Asociación Aulas de Formación Abierta
Universidad de Vigo.**

MOMENTOS (45) DE NÁUFRAGOS

JESÚS JAUREGUI GORRAIZ



Cuando aquel náufrago dejó de bracear, su cuerpo fue quedándose inmóvil sobre la superficie del agua y, primero su cabeza, luego sus brazos y sus piernas dejaron de sobresalir hasta que desapareció de la vista de la gente que llenaba la playa. La ingravidez propia de los cuerpos a los que solo les queda el alma, hizo que se mantuviese a media profundidad, envolviéndose en un verde oscuro, mirando el fondo también oscuro y sintiendo que absorbía el líquido salino y reblandecía el ánimo endurecido con el que nadaba hacía un momento.

No sé calcular el tiempo en que estuvo sumergido en ese recinto amniótico, pero le dio tiempo de recordar dos y tres veces las líneas breves que le habían escrito no hacía mucho en su wasap. Respiraba las frases, los puntos y aparte, comas, espacios de silencios que contenían respiración de quien se los había enviado. Al final, emergió con suavidad, como si no necesitase el aire que estaba esperándole en la superficie sobre la que lleva tanto tiempo nadando.

El náufrago hace tiempo que había adquirido esa condición, cuando no consiguió subir a la barca, nada más zarpas, de lo que llamamos juventud.

Pero, ¿Desde dónde, desde cuándo viene nadando este náufrago tan cansado? Y, sobre todo, ¿qué le hacía seguir braceando todavía con un cierto ímpetu?

Siendo joven -¿dieciocho años?-, tuvo que encontrar, con prisas, el sitio en la sociedad a la que le habían arrojado desde los acantilados de la fe religiosa, sin haber encontrado en su interior el sentido de la vida y su puesto en ella. Ni tan siquiera él se encontraba. -¿Cómo soy? ¿Soy diferente a lo socialmente admitido?, se preguntaba constantemente-. Lo escribía en los dos cuadernos que conforman un diario de los acontecimientos y pensamientos en esos años tan indefinidos y tan determinantes; los dieciséis años.

Lo que encontró nada tenía que ver con lo que había estudiado, ¿tal vez la Filosofía? Esta asignatura le dio suficiente criterio para distinguir lo fundamental, lo trascendental, el bien, el comportamiento, y la reflexión. Sobre todo, le entusiasmaba la filosofía de la historia, conocer el por qué la Humanidad había evolucionado hasta la forma en que se presentaba ante él, las razones, casi inexplicables, que arrastran los tiempos en un sentido o en otro. Y creyó en la razón como herramienta, y abrazó la idea de que la sociedad avanza o retrocede a impulsos de la tesis, antítesis y síntesis de las fuerzas que intervienen

en las relaciones de los hombres. Estuvo convencido de las ideas marxistas. Y abandonó la religión y sus dogmas.

Así empezó su primer bracear en un mar desconocido para él.

Decidió no seguir estudiando. Más bien, se dejó caer. Llevaba ocho años intensos de estudio y el cuerpo y el ánimo le empujaron a integrarse en un ambiente de laboriosidad obligada que encontró en su familia. Asustado, se puso a trabajar desde el peldaño más básico: maca de buzo -le avergonzaba andar por la calle vestido de esa forma- que trae los bocadillos al resto de trabajadores del taller de metalistería.

Esta decisión fue la primera, luego vinieron otras que le determinaron y le llevaron a nadar, casi siempre, a des-tiempo.

La Universidad fue ese lugar al que no dejó de mirar mientras braceaba, como lugar de retorno necesario para cumplir su deseo de ser profesor. Y fue la Universidad el lugar que siempre ha esperado a este náufrago, desde hace casi cincuenta años.

La diplomatura de humanidades, durante cuatro años, organizada por el Aula de la Experiencia de la Universidad Pública de Navarra, fue el enganche para empezar a nadar, esta vez sí, en la buena dirección: estudiar, adquirir conocimientos inútiles, aprender a escribir y a leer, actividades que persiguió en los últimos años de estudios de Filosofía, en Zaragoza. Y el bracear entre compañeros que, la mayoría de ellos, habían terminado su tiempo de trabajo activo, le hizo encontrarse más cómodo, más acompasado en su afán de llegar a alguna parte. Como dice Saramago, "siempre se llega a donde nos esperan".

Y aquí estoy, tras recibir las palabras de ánimo recibidas a través de la fibra óptica, deseando más mar para seguir nadando, para contar las palabras o pensarlas si me hundo.

El cansancio hace mella en los músculos al avanzar, o es que nos hemos hecho viejos, o hemos bajado el nivel de ensoñación, o las dos cosas.

Jesús Jáuregui Gorraiz
Socio de AULEXNA

Asociación de la Universidad Pública de Navarra



LA EDUCACIÓN MUSICAL SISTEMATIZADA EN LA EDAD ADULTA

PROF. JUANJO CURA



La educación de adultos ha sido propuesta por la UNESCO como medio para fomentar la inclusión social y el bienestar de las personas mayores, adaptando metodología y contenidos a sus características, contexto y necesidades.

El retiro implica en muchos casos un cambio en la identidad personal y ajustes sociales que coinciden con una reconceptualización individual de la propia imagen y el sentido del lugar en el mundo. La libertad que acompaña al retiro puede enriquecer la vida pero a la vez contribuir a las ansiedades que habitualmente acompañan las incertidumbres y las elecciones. Una orientación positiva del tiempo libre en el adulto mayor retirado o a punto de retirarse, da una vida nueva y ha de ser un compromiso que no sólo atañe al individuo sino también a la sociedad en la cual está inserto, la cual, mediante instituciones adecuadas, debe fomentar y desarrollar programas destinados a ello. Una nueva actividad colaborará en la construcción de una nueva identidad, fortalecida por la nueva socialización y por la visión como parte de un nuevo contexto, compatibilizándolo con los nuevos roles de la vida adulta (abuelazgo, cuidado de padres muy mayores, etc). El objetivo final es "sentirse bien", ese ideal que vinculamos con el estado de bienestar físico, emocional, mental y social que llamamos "salud".

Las actividades artísticas en general y la música en particular, promueven el bienestar de las personas y es un recurso eficaz en la adquisición y fortalecimiento de lazos sociales y operaciones cognitivas y afectivas a toda edad. Escuchar y sobre todo hacer música provee de modos de entender y desarrollar la identidad, el bienestar y la autoestima (muchas veces degradada en la adultez por la falta de habilidades), y contribuye a: envejecimiento positivo, sentirse competente, fluencia verbal, memoria, independencia, alejar sentimientos de aislamiento y soledad, plenificación y planificación del tiempo, estimulación y motivación, felicidad interior, contención, creatividad, aumento de los niveles de energía, reducción del estrés y mantenimiento de las funciones físicas y cognitivas. Además, la ejecución instrumental ayuda a liberar los dedos de artritis, mantenimiento del tono muscular, lateralidad, mejoramiento cardíaco y respiratorio, una visión más juvenil de la vida, descubrir nuevas obras, recordar antiguas, aprendizaje continuo, probar lo nuevo, mezcla de lo conocido y lo desconocido, de lo esperable y lo inesperado, sostener sueños para el futuro y la apertura a nuevas posibilidades. Las experiencias estéticas del pasado y del presente, asociadas a obras musicales, están inseparablemente ligadas a ciertas experiencias vitales. Hacer música cantando o tocando un instrumento, es un modo de expresar nuestro interior profundo. Iniciar o retomar la práctica instrumental o vocal, además, mediante la participación en ensambles corales e instrumentales, fortalece vínculos sociales, identitarios y de pertenencia.

Sin embargo, ese sueño por cumplir, puede quedar truncado debido a que el acceso al aprendizaje de la música y a la ejecución instrumental y vocal está circunscripta a escuelas públicas o privadas cuyo alumnado es mayoritariamente gente joven, y tanto la metodología como los tiempos de aprendizaje, se aplican a las destrezas y habilidades motrices de esa franja etaria. Queda para los ma-

yores el tomar clases aisladas con profesores particulares, en la soledad de sus estudios, sin contacto con pares, o integrar un coro de mayores en los cuales poca música se aprende (aunque muchas músicas) y mucho menos aún educación vocal. Cuando hablamos de educación musical para mayores no nos referimos a actividades de musicoterapia sino a una verdadera y completa educación musical para mayores autónomos e independientes, cuyas posibilidades no son distintas a las de los jóvenes aunque el punto de partida sea diferente. No sólo porque puede haber condicionamientos sicomotrices y a veces cognitivos sino también, desde el lado positivo, porque hay una vida entera de vivencias musicales, de audición melódica, armónica, rítmica, de género y estilo, de estéticas y emociones, que activarán la memoria auditiva e histórica y que pueden hacer más fáciles la comprensión de ciertos elementos técnicos de la disciplina musical. Además, una mayor capacidad de abstracción, atención y focalización permite al adulto concentrarse en metas a corto plazo con mayor compromiso.

Pero algunas sombras pueden surgir: si podré aprender a esta edad, si tendré la capacidad, el miedo al ridículo de una audición, el tiempo que debo invertir, las exigencias del aprendizaje, cuándo estaré preparado para tocar algo digno de ser oído (una perspectiva más corta de la vida juega un papel fuerte en este caso) y, principalmente, dónde ir para aprender. La inexistencia de escuelas de música para mayores no revela tanto la falta de interés de los mismos en la educación musical como la falta de sensibilidad de los distintos estamentos y organizaciones en este área, una deuda pública que el Programa para Universitarios Mayores puede contribuir a saldar.

La mayoría de las carreras de las Universidades de Mayores tiene música como materia teórica con poca práctica, historia, conceptos, escucha activa, educación auditiva, análisis formal básico, lenguaje musical, coros (como instrumento y socialización) y musicoterapia. A excepción de Coro (en general más tendientes a la socialización que a la música) no hay en nuestro programa un hacer música mediante el aprendizaje instrumental sistematizado, unido a la teoría, mediante métodos de aprendizaje ad hoc para mayores. Es decir, un Programa de Educación Musical sostenido en el tiempo y no como simples materias o talleres de corta duración.

Entre las circunstancias que rodean a la educación musical, ha de tenerse en cuenta que un adulto, ya experto en otras lides, debe sentarse como un niño, como tabula rasa, ante el nuevo desafío de aprender o retomar un instrumento. El primer año será el más difícil: posturas corporales viciadas, nuevas habilidades, cuerpo agarrotado y torpe. Se ha de ser paciente, sin apuro, los métodos milagrosos no existen, con el tiempo del que se disponga, mientras va aumentando la confianza, el enamoramiento y la identificación con el instrumento y con el arte, identidad que también se pone en valor frente a los otros (la familia, los amigos, la sociedad). Para ejecutar una pieza musical, aún la más simple, es necesario procesar mucha información sincronizada y simultáneamente (notas, tempo, compás, dinámicas, expresión, etc.). Pocas actividades plantean situaciones tan complejas, con tantas operacio-

nes, en tan poco tiempo y con la necesaria anticipación para poder operarlas a la vez, pues no son sólo exigencias mentales sino también físicas y expresivas. Por ello la práctica instrumental a toda edad pero en especial en la vida adulta, contribuye no sólo al desarrollo sino también al sostenimiento de la salud cognitiva, sicomotriz y emocional.

Realizar clases grupales, sobre todo en el inicio del aprendizaje, que es la parte más dura, es de gran ayuda y el puntapié para futuras ejecuciones en ensamble. A la vez refuerza la asimilación con el rol que cada uno juega en el grupo, con su voz o su instrumento. La educación musical en la edad adulta no puede bajo ningún concepto obviar esta realidad, so pena de contribuir en lugar de compensar el aislamiento que muchas veces vive o siente quien está retirado de la vida laboral.

En resumen: los alumnos mayores pueden aprender distintos instrumentos y disciplinas (piano, guitarra, cuerdas, vientos, canto, coro, teoría, lenguaje y apreciación musical, etc.) en el contexto de sus habilidades y posibilidades propias, tanto motrices como cognitivas y de aprendizaje, con metodologías y tiempos propios de su edad, junto a la socialización con personas en igualdad etaria, quienes también estarán haciendo lo que tanto les gusta y que han postergado toda su vida. Finalmente, podrán mostrar su crecimiento y sus avances a familiares, amigos y a la sociedad en general, mediante muestras y conciertos y tener vínculos intergeneracionales con músicos más jóvenes en ensambles y coros.

Unas palabras deben dirigirse especialmente a los docentes de educación musical para mayores. Entender cómo la música puede facilitar el mejoramiento del bienestar requiere de personas con una sensibilidad especial a las necesidades de los otros. El reforzamiento de la enseñanza con palabras y gestos de motivación y estímulo es imprescindible en toda edad pero especialmente en la edad adulta. La persona mayor que pretende comenzar una nueva actividad de una significación tan alta para su vida como el aprendizaje de un instrumento, canto o coro, sabe que el desafío es muy grande. Los profesores, como significantes de la identidad musical y social de sus alumnos mayores, deben ser facilitadores no sólo del aprendizaje sino también de la gradual identificación y compromiso emocional con la tarea para la superación de sus dificultades. De lo contrario la falta de motivación hará que el alumno abandone la actividad. La formación general en áreas de la gerontología, la sicogerontología, la

andragogía y la geragogía se hace imprescindible para el claustro docente de un programa de estas características.

Considero imperioso y urgente la necesidad de desarrollar Programas de Educación Musical específicos para mayores. Y la razón se funda en el propósito de la educación musical, en la consideración crítica de qué y por qué enseñamos música. Y en el desarrollo de la educación de adultos como parte del sistema educativo general y específico: educación e inclusión cultural y artística a lo largo de la toda vida.

**Prof. Juanjo Cura Director Coro Aula Abierta
P.U.M. - Universidad de Vigo**

**Profesor en Filosofía y Ciencias de la Educación con especialización
en Bioética Director musical, cantante, pedagogo vocal y compositor**

**Miembro de: ICCF- International Choral Conductors Federation
A.E.D.Coro – Asociación Española de Directores de Coros**

**A.Di.Co.R.A – Asociación de Directores de
Coros de la República Argentina**

Más información en www.juanjocura.com

Bibliografía

- Hays, Terrence. Trabajo de investigación: "Well-being in later life through music", School of Educación, Univ. of New England, Armidale, Australia.
- Vernia Carrasco, Ana Mercedes. "Evitar la exclusión en adultos: la educación musical para adultos en un contexto adecuado. Una estrategia de inclusión educativa".
- Grace Etim Ekong y Felicia S.Ekpu: "Enhancing healthy ageing through music". Departamento de Música y Departamento de Educación Física y Salud, Univ. de Uyo, Nigeria.
- Jambriña Leal, María Esperanza: "Música para mayores". Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Grupo de Investigación en Educación Musical (GIEM). Facultad de Educación. Universidad de Extremadura, marzo de 2011.
- Dabback, William M.: "Music and identity formation in older adults". Revista digital "Action, Criticism, and Theory for Music Education", EUA, 2010.
- Bugos, Jennifer A. "The benefits of music instruction on processing speed, verbal fluency and cognitive control in aging". University of South Florida, Tampa, USA
- Ana Mercedes Vernia Carrasco, Josep Gustems Carnicer, Caterina Calderón Garrido: "La experiencia musical en las personas mayores. Enfoques teóricos y buenas prácticas". Revista Kairós Gerontología, 19(2), São Paulo, Brasil, 2016



CARACOL GO HOME

ANTONIO M^a GONZÁLEZ GOROSTIZA



El caracol avanza sabiendo que, antes de llegar a las hierbas de su hogar, debe cruzar la acera. Ya puede oler las frescas hojas, casi saborea los trozos cuando los muerde y crujen entre sus diminutos dientes. Le quedan unos metros para disfrutar de la fresca mañana de mayo estirado fuera de su caparazón.

Como no tiene orejas, no escucha el ruido de las pisadas del crío que, se aproxima desde el otro lado de la carretera aplastando hojas y golpeando con la mano los retrovisores de los coches aparcados.

Los últimos metros son los más difíciles, a pesar de que el suelo húmedo le permite deslizarse rápido sobre sus babas. El cansancio acumulado, tras arrastrarse durante una hora sin pausa, agarrota el músculo de su cuerpo, lo hace más torpe.

Se detiene. Al mover los ojos en el extremo de los cuernos divisa al crío. Viene directo, llegará en cuestión de segundos. Para protegerse, se encoge hasta refugiarse dentro de su coraza. Se hace pequeño, debe pasar desapercibido.

Una hoja estalla bajo el pie del chico, otro retrovisor cae reventado sobre el asfalto. El caracol todavía está allí, vivo, expectante, esperando que pase el peligro para volver a andar.

El niño lo detecta, va hacia él, alza el pie, lo aproxima con intención de aplastarlo. Se escucha el grito de la madre cansada ya de verlo hacer el salvaje.

- Miguel, la merienda.

La voz maternal apaga el sonido de la cáscara cuando explota bajo el peso de la zapatilla.

- Con esa porquería en la suela no subes al coche.

Miguel recuerda con tristeza el enfado de su madre. Fue justo antes del accidente.

- Ahora me lo limpio con arena.

- Date prisa. Nos espera la abuela.

Pero la abuela ya no los pudo ver juntos. Son esas cosas que pasan de repente y cambian una vida cuando traen la muerte. Como le pasó al caracol que se afanaba en llegar a casa donde le esperaban sus cientos de hijos. Un rayo que cae del cielo en forma de zarpazo, no llegas a comprender su significado. Piensas en el esfuerzo que te queda para cubrir los últimos dos metros y, de golpe, ya no piensas más. Tus hijos siguen esperando sin saber lo que ha ocurrido, no salen a investigar y esperan. Esperan largas horas sin resultado. Pasan los días y siguen esperando. Hasta que el tiempo borra la memoria para dejar hueco a los nuevos padres.

La abuela esperó y no volvió a ver a su hija. Le hablaron del accidente, pero nunca admitió el mal sueño. Estaban hablando por teléfono, de pronto escuchó ruidos, gritos, carreras, pitos, sirenas. El teléfono, tirado junto al cuer-



po inerte de la hija que se desangraba, retransmitía en directo la función de la vida. Escuchó a Miguel llorando, agarrado a la madre sin importarle que sus lágrimas se mezclaran con el fluido rojo que lo embadurnaba todo.

- Mamá, mamá. Por favor, no te mueras.

Y las voces desconocidas.

- Ha sido la moto. Venía como loco.
- Apártense, soy médico.
- Voy a llamar a una ambulancia.

Se olvidaron del teléfono. La oscuridad de la noche trajo el silencio. La abuela siguió llorando sujeta al auricular, esperando el milagro de reconocer la voz de su hija hasta que se acabó la batería. Hasta que llamaron a la puerta para llevársela primero al hospital y luego al forense. Allí encontró a Miguel, sentado en una silla de plástico verde. Hurgando en la zapatilla con un palillo.

- Abu, no ha sido culpa mía.

La abuela no sabe qué decir, apenas consigue mantenerse en pie. Acaricia la cabeza del niño que se arroja a abrazarse a sus piernas.

- Solo quería jugar con el caracol. Diles que me portaré bien, pero que traigan a mamá de vuelta.

Alguien los sujeta a los dos para que no se derrumben. Se deja abrazar, la ayudan a sentarse.

- Tome, es café con leche y un tranquilizante.



La enfermera se aleja sin decir nada más. No quiere ser ella la que le dé la noticia. Va en busca del sacerdote de guardia.

Se le cae el café sin llegar a probarlo. Deja que la taza de papel se le escurra de la mano; no sabe dónde está, solo quiere tener a Miguel recostado en su cadera. Lo estruja hasta dejarlo sin respiración. Lo aprieta todavía más cuando ve llegar al doctor con cara seria.

- ¿Hay esperanza? la pregunta surca el aire sin que ella haya despegado los labios.

El doctor niega con la cabeza.

Miguel sigue recordando.

Ve a su padre atravesar las puertas correderas, cruza el vestíbulo corriendo, deja la maleta tirada en medio de la gente. Viene directo del aeropuerto. Es como el sol cuando lucha hasta conseguir rasgar las nubes negras para iluminar un pequeño prado acorralado por la nieve del invierno. Es el calor que trae el despertar de la esperanza, una distracción para permitir recuperar fuerza, estirar las hojas y que la sabia fluya hasta reverdecer de nuevo. Un escalofrío por el que sabes que sigues vivo.

Miguel abre tanto los ojos que parece que se le van a escapar de la cara, se separa de la abuela para abalanzarse hacia su padre, pero no le da tiempo. Él ha llegado primero. Ya están los tres mezclados en un solo cuerpo, en un solo llanto. Se siente volar. Su padre es fuerte y los abarca con sus brazos para llevárselos como la ráfaga de huracán que no deja nada por donde pasa. En el hospital solo queda la voz de Miguel flotando en el aire de los pasillos, solo una palabra continuamente repetida.

Dos sílabas.

- Papá. Papá. Papá.

Y papá se multiplicó. A la salida del colegio allí estaba esperándole. Estaba junto a la abuela, temprano en las mañanas de partido, con el café recién hecho y las tortitas calientes. En el despacho del director, para justificar sus travesuras, para reprenderle a la salida y hacerle prometer que intentaría portarse bien.

La cita con el director se hizo habitual. No había semana en la que no les llamaran. A veces la abuela les acompañaba y esperaba fuera para ir luego al rastrillo a comprar ropa, fruta y sobre todo: churros con chocolate. Miguel siempre acompañado, ganando a papá perdía cuando jugaban al tenis, también al ajedrez y muchas veces a las cartas. A papá no le gustaba perder, tiraba las cartas, se levantaba de la mesa, la rodeaba murmurando mientras la abuela se moría de risa, tan alegre como antes del accidente del caracol.

Papá en la fiesta de graduación en el colegio. Ese día, en el patio, ya no estaba la abuela pero ellos la sentían presente, podían escuchar sus risas mientras los dos se apretaban la mano y se jugaban un ojo.

Y ahora Miguel, en el cementerio de El Espino, frente a la lápida del nicho con tres nombres, sonríe entre lágrimas mientras recuerda lo feliz que ha sido y sabe lo felices que deben estar los tres juntos. Suelta la mano de sus dos hijos que le han acompañado, y repiten el ritual de todas las primaveras.

Buscan caracoles entre los setos, los rocían con agua para que despierten. Les cantan la canción hasta que sacan los cuernos al sol y los pegan en la losa de mármol para verlos subir, despacio, hacia el cielo.

Birus, con los cuernos al sol.

Antonio M^a González Gorostiza
Socio de AUCTEMCOL
Universidad Carlos III, Colmenarejo

LO ÚTIL Y LO VALIOSO

REMEDIOS SEJO



Hoy voy a escribir algo que me sucedió en una noche fría de invierno y con un insomnio de esos que no se tiene por dónde coger; esas noches que no duermes y después de contar ovejas y pensar en mil cosas más, se termina cogiendo el teléfono y entrando en todas las webs y redes sociales. Bueno pues eso me pasó a mí. Una noche de desvelo después de mucho ver, me encontré con algo genial que me encantó, encontré estas dos palabras y me llamarán mucho la atención, así que, con el permiso de ustedes, yo lo enfoqué a mi manera.

Lo útil y lo valioso

Quizás nunca lleguemos a pensar y poder distinguir lo que es útil de lo que es valioso.

Por ejemplo, un sacacorchos es útil porque te permite abrir una botella, en cambio, un abrazo es valioso; cuando quieres a alguien o lo estimas ¿qué haces?, pues darle un gran abrazo. Una puerta es útil, pero ver un atardecer es mucho más valioso, y según con quien estés puede ser maravilloso y único. Un mechero es útil, sí, porque te enciende un cigarro, pero si pensamos en una amistad es algo muy valioso, algo para conservar toda una vida. «Nunca lo dudemos».

Si nos fijamos bien, casi siempre, lo útil es más caro que lo valioso. De hecho, lo valioso rara vez nos cuesta dinero. Y esto ocurre porque el dinero es muy útil, pero sin embargo no es valioso. ¿Qué sucede? que lo valioso genera muchísima más felicidad a largo plazo que lo útil. En cambio, a menudo, valoramos muchísimo más lo útil que lo valioso.

Pensemos... los mejores momentos de nuestra vida no nos cuestan dinero ¿cuáles son esos momentos? Pues cuando ves nacer a tu hijo, esto despierta un amor incondicional y único, el primer beso que te dan o das, vamos, ese no lo olvidas nunca, sentir que estás volando de la mano de alguien...eso es magia pura y dura, momentos que nos pasan por la cabeza justo antes de abandonar este infame mundo, y que no nos ha costado dinero.

Esos momentos son los más valiosos que tenemos, no debemos dejarlos escapar nunca

Así de claro: cuando te asalte una preocupación, párate, pero párate de verdad a pensar, si lo que buscas o quieres es útil o valioso.

Pienso que debemos aprender a distinguir una cosa de otra, y darnos cuenta de que vivir bien no es tan caro como dicen o pueda parecer.

Es maravilloso poder valorar las cosas importantes que tenemos.

¡¡Sabias que feliz es aquel que sabe apreciar lo útil Y algo que es valioso!!

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



PERDONES RESCATADOS

FÉLIX SÁNCHEZ



Ya era tarde, pero la noche me hizo un guiño para seguir compartiendo su compañía.

Sentado en el banco del jardincito trasero de casa, con los brazos recostados a lo largo del respaldo, recorría el horizonte cercano de los árboles dormidos que con tanto cariño había plantado Clara en los últimos años.

De repente, cuando veía navegar las hojas del aligustre sobre la brisa fresca y alocada de aquella noche agostea, una ventana de cielo se abrió mostrándome una luna plena y reluciente. Diría que hasta autoritaria y desafiante. Fue una sensación muy rara. Sentí una atracción muy fuerte; algo así como que aquella noche la luna había salido únicamente para mí y que tomaba el control de mis sentimientos.

Mi cabeza se fue a rebuscar entonces entre los párrafos de un breve relato que había leído esa tarde de García Márquez, Las Sandalias Negras de mi Madre.

- ¿Con que perdón en el pecho te quedaste? - preguntaba el escritor.

Esta pregunta me debió hurgar en alguna herida por una discusión reciente y dolorosa con mi hija mayor y me hizo saltar del asiento.

Entré en la casa y busqué nerviosamente el teléfono entre los cojines del sofá. Tras unos segundos de duda, decidí marcar su número, al mismo tiempo que consultaba la hora; eran las doce y media de la noche.

- ¿Qué pasa papá? - contestó malhumorada al cabo de un minuto largo de llamada. - ¿Te has dado cuenta de la hora que es? Yo mañana me levanto a las 7. ¿Os pasa algo? -

- No nada. Es que no podía dormir. Solo te llamaba para pedirte perdón por lo que ha pasado ayer. Y me da lo mismo de quien sea la culpa. -contestaste en el tono más bajo y convincente que pude. -

- Ya...Bueno, vale. Anda, vete a dormir-dijo ella

- Te quiero mucho, ¿sabes?

- Yo también a ti, papá-

Después de colgar, me quede unos minutos de pie, absorto y sonriendo como un bobo mientras miraba a través de la cristallera de la terraza. Luego, casi de puntillas y mientras me iba quitando la ropa entré en el dormitorio deslizándome en un segundo como una anguila entre las sábanas.

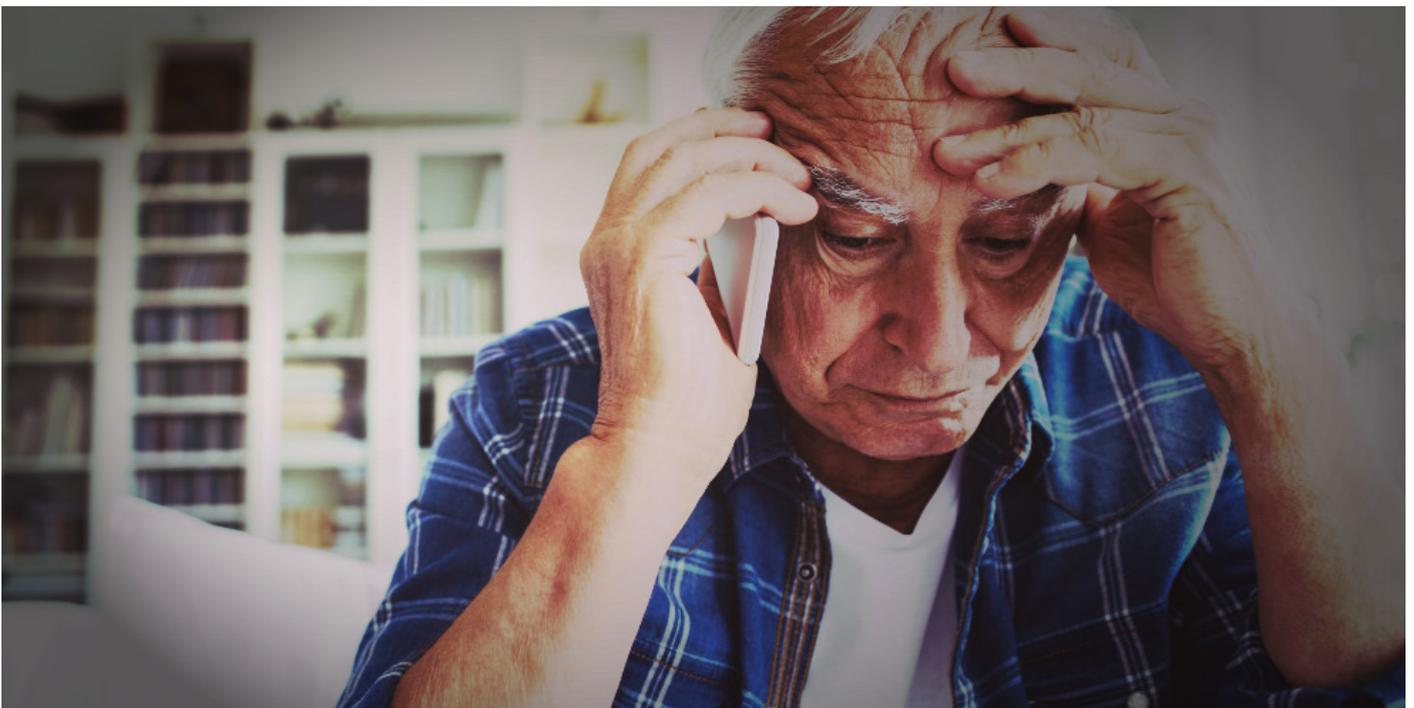
- Clara -dije lo más bajito posible, al mismo tiempo que acariciaba la nariz de mi mujer.

- Ummm...- ¿qué te pasa? ¿Otra vez los calambres? -

- Acabo de hablar con la niña y le he pedido perdón; aunque eso sí, sin decirle que haya sido todo culpa mía. ¡Eh! ¿Sabes?, me ha dicho que me quiere mucho.

- Me alegro. ¡Bien hecho! Pero siempre tarde, como es tu costumbre. Mañana hablamos. Anda, tápame los pies con la colcha que ha refrescado-.

Félix Sánchez
Socio de AUCTEMCOL
Universidad Carlos III - Colmenarejo



SEGUIR APRENDIENDO, UN RETO PARA LOS MAYORES

DR. BARTOLOMÉ FREIRE ARTETA



La longevidad puede ser un regalo. Se ha creado una fase de la vida que nos confronta con transiciones desconocidas y las tenemos que superar abriendo caminos alternativos. Activar las reservas de juventud que se conservan permite disfrutar de las oportunidades creativas de esta nueva etapa.

Nuestra existencia cobra sentido cuando tenemos metas concretas, luchamos para alcanzarlas, nos concentramos en ese esfuerzo, hacemos frente a los obstáculos y aceptamos los sacrificios. Y ese sentido, que guía desde dentro nuestras decisiones y conductas, sirve también de apoyo frente a las ansiedades que inevitablemente surgen en la vida de los mayores.

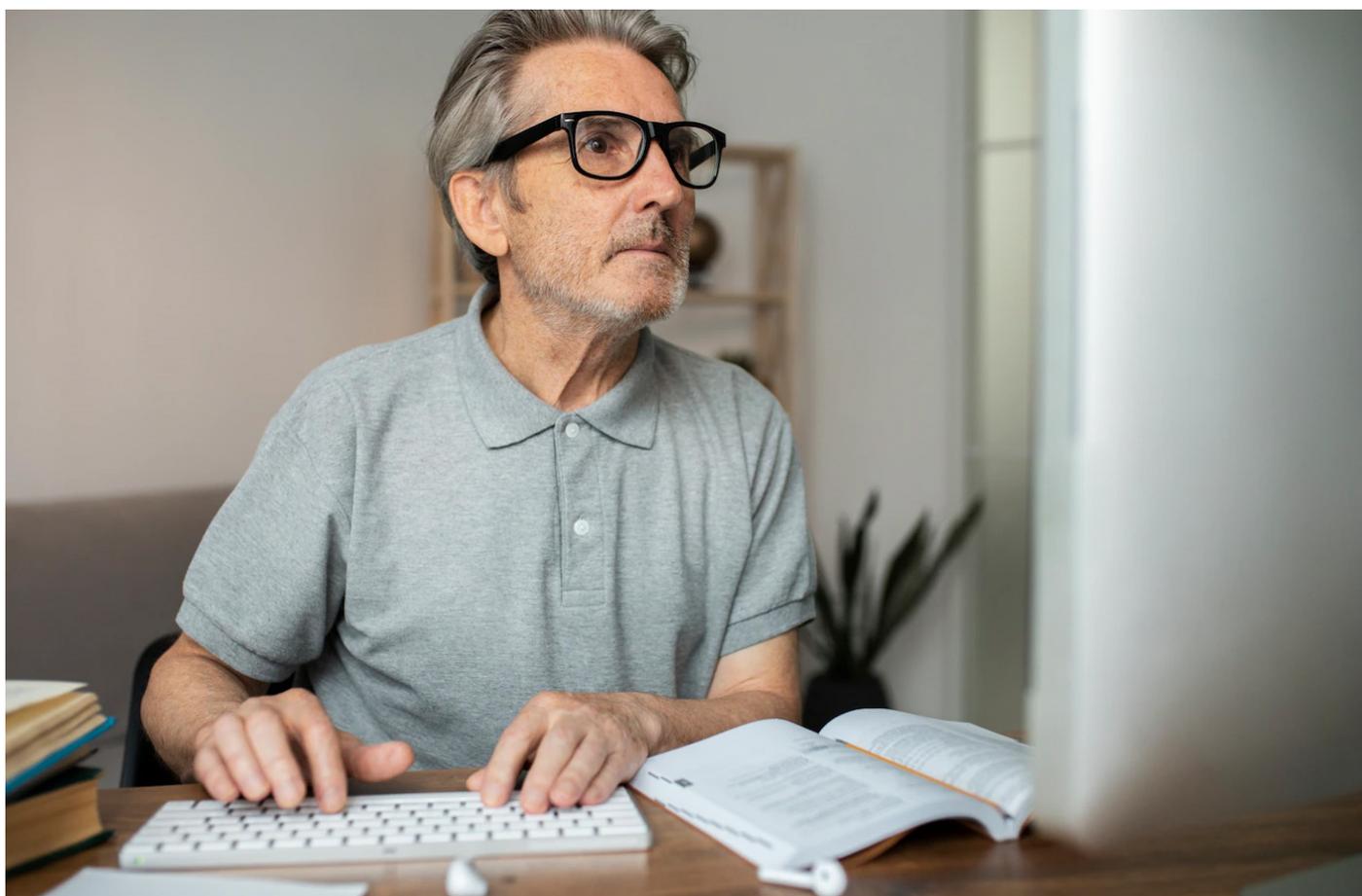
Por qué una vejez vigorosa depende menos de nuestros genes que de nosotros mismos. La mejor estrategia para mantener la salud cognitiva es luchar contra la tendencia a abandonar o restringir las actividades difíciles o complejas y afrontar algún reto que requiera nuevas formas de pensar. Un proyecto nuevo requiere movilizar recursos personales que previamente no se han desarrollado y puede movilizar nuevas energías o habilidades.

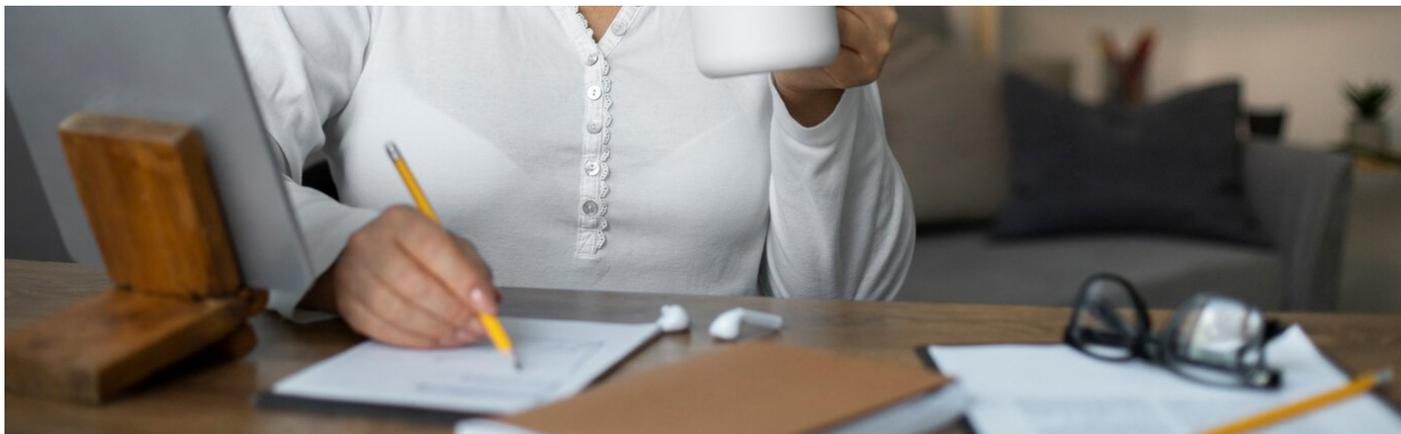
En mi estudio de la jubilación (1) encontré cinco propósitos diferentes que orientaban a las personas que entrevisté en su adaptación a la nueva etapa. Una gran mayoría

de hombres, identificados con su trabajo, lo continuaron y algunos, libres de presiones externas, aprendían a realizarlo de una forma más libre y creativa. Había jubilados y jubiladas que disfrutaban de aficiones y actividades de ocio, ampliaban sus conocimientos o desarrollaban nuevas habilidades. Los que vivían la jubilación como una oportunidad para renovarse o extender sus horizontes, destacaban por su curiosidad y deseos de cambio. Finalmente, un pequeño grupo buscaba tranquilidad en su entorno doméstico y otro tenía dificultad para definir unas metas propias.

En general, las mujeres doblaban a los hombres en su participación en programas formativos y los más frecuentes para todos estaban dedicados a temas culturales, artísticos, informática e inglés. Tanto ellas como ellos parecían querer compensar sus lagunas formativas. Solo unos pocos completaron unos estudios que les capacitaban para iniciar un nuevo trabajo como autónomos.

Otros, en un plano más íntimo, utilizaban su adquirida libertad para experimentar nuevas formas de actuar y relacionarse. Querían conocerse mejor y/o modificar algunos valores y conductas que, en su opinión, limitaban el disfrute de sus circunstancias actuales. Trataban de superar algunas visiones de sí mismos condicionadas por su educación o por las circunstancias que les habían to-





cado vivir. Estos propósitos de cambio se diferenciaban en algunas metas femeninas y masculinas:

Ellas trataban de afirmarse personalmente, desplazando el centro de sus vidas hacia dentro de sí mismas y escuchando y dando cauce a sus deseos: "Ser la capitana de mi propio barco", dijo una de ellas.

Por el lado masculino intentaban modificar valores y actitudes estimulados por su dedicación laboral. Un hombre volcado en sus tareas de voluntariado lo expresó así: "Mi peligro es responsabilizarme en exceso y volver a una actitud casi laboral. Estoy tratando de dosificarme, pararme a pensar y no abandonar otras cosas como la familia ... Quisiera estar más tiempo conmigo mismo, libre de actividades". Estrechar lazos familiares y cambiar su forma de valorarse a sí mismo y a las personas cercanas estaban también entre sus objetivos.

Después de la jubilación y la independencia de los hijos necesitamos renovar nuestros propósitos, esas razones que nos mantienen vivos y nos impulsan a levantarnos cada mañana. Deben de ser proyectos lo suficientemente exigentes para requerir todos nuestros esfuerzos, pero no tanto como para desmotivarnos y llevarnos a desistir.

Los conocimientos y el intercambio social de los programas de educación continuada exponen a sus participantes a una variedad de estímulos sensoriales e intelectuales que les protegen frente al envejecimiento y les mantienen flexibles y abiertos a los cambios. Y también mejoran ciertas funciones cognitivas, como la memoria o la concentración y parecen retrasar la aparición de enfermedades degenerativas como el Alzheimer u otras demencias

Los mayores podemos seguir aprendiendo hasta muy tarde, aunque nos exija mayor concentración y más tiempo. Si bien el nivel de energía decae y somos menos abiertos y flexibles, hay una serie de recursos mentales que se refuerzan con la edad y favorecen el aprendizaje. La memoria reciente se deteriora, pero la capacidad de establecer conexiones entre lo que se recuerda aumenta. Los mayores tenemos más claro lo que nos importa, nuestras expectativas son más realistas, somos más disciplinados y concienzudos y priorizamos el presente y los objetivos emocionalmente gratificantes. También somos más libres para expresar lo que pensamos y mejores y más rápidos en ver todo el conjunto. Esto último es el resultado de

haber hecho muchas generalizaciones y abstracciones. Aumenta también la inteligencia fluida, esa capacidad de usar lo que sabemos y lo que entendemos por sabiduría que, desde un punto de vista neurocognitivo, implica ver patrones, y extraer puntos comunes con experiencias previas para resolver problemas.

Además, el cerebro que envejece cambia gracias a la neuroplasticidad y encuentra otras maneras de funcionar. Puede compensar sus pérdidas gracias a su capacidad para reorganizarse a lo largo de la vida, lo que se llama "optimización selectiva". Así, los mayores seleccionamos las actividades u objetivos que deseamos conseguir y compensamos, con nuestra experiencia, las facultades debilitadas con otras más desarrolladas. Un ejemplo es el pensamiento abstracto, que significa ir más allá de las apariencias, formar representaciones abstractas y pensar en términos de categorías, un mecanismo compensatorio del deterioro de los sentidos.

Cualquier curso dirigido a mayores deberá adaptar el aprendizaje a las condiciones de las diferentes edades a las que va dirigido y facilitar que los participantes asimilen la nueva información asociándola a su bagaje de conocimientos y experiencias. En un clima de colaboración estos serán participantes activos y no meros espectadores del proceso educativo. Los programas más efectivos irán dirigidos a estimular la curiosidad, la autonomía, el pensamiento crítico y la capacidad de formular preguntas adecuadas. La exploración intelectual y las búsquedas creativas pueden abrir las mentes y devolver la pasión de vivir.

Así que podemos decir con Mario Benedetti: "No te rindas que la vida es eso, continuar el viaje// perseguir tus sueños, desbaratar el tiempo// correr los escombros y destapar el cielo".

(1) Freire, Bartolomé (2017), "La Jubilación, una nueva oportunidad". Madrid, LIDeditorial.

* Este trabajo fue leído en: DIALOGOS UNIVERSIDAD/MAYORES EN EL SIGLO XXI, organizado por FEGAUS y la XUNTA DE GALICIA el 11 de marzo de 2022 en A Cidade da Cultura, Santiago de Compostela.

*Bartolomé Freire
Psiquiatra, Psicoterapeuta jubilado*

LA MESA ESTATAL FELICITA AL SENADO POR EL INFORME DE LA PONENCIA SOBRE ENVEJECIMIENTO



El 16 de febrero de 2022 se votó en el Senado favorablemente por unanimidad el informe de la Ponencia de estudio sobre el proceso de envejecimiento en España.

Confiamos en que las recomendaciones se conviertan en políticas públicas y todas las administraciones tomen nota de las cosas que hay que hacer.

La Mesa Estatal por los Derechos de las Personas Mayores celebra que al fin el Senado aprobara ayer en pleno el Informe de la Ponencia de estudio sobre el proceso del envejecimiento constituida en 2020. La ponencia se celebró a iniciativa del grupo parlamentario socialista y el informe se aprobó ayer por unanimidad de todos los grupos parlamentarios de la cámara.

La Mesa Estatal había pedido a los grupos parlamentarios en reiteradas ocasiones la necesidad de debatir sobre los desafíos del envejecimiento en sede parlamentaria para poner el asunto en la agenda política y proponer reformas legislativas y propuestas de desarrollo de políticas públicas que garanticen los derechos de las personas mayores. En 2021, comparecieron en la Ponencia las principales entidades representadas en la Mesa Estatal: la Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología, la Comisión de Envejecimiento Activo del Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI), HelpAge Internacional España, la Fundación Pílares, Grupo Social Lares, UGT, CCOO, Fundación Pasqual Maragall, la Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP) y la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA).

En el informe de la ponencia se hace un diagnóstico real de los desafíos que presenta el envejecimiento y la necesidad de avanzar en un modelo de bienestar que respete y promueva los derechos de las personas mayores, ya que ganar años a la vida no puede implicar una pérdida de derechos. En este sentido, el informe señala la necesidad de “promover la participación de las personas mayores en todas las esferas de la vida, respetando su voluntad y preferencias, entendiendo que son titulares de derechos y deberes en igualdad de condiciones que el resto de los ciudadanos y ciudadanas del país”.

Desde la Mesa Estatal también valoramos de forma muy positiva que se aborde de forma específica el derecho de las personas mayores a una vida independiente y la necesidad de crear espacios amigables e inclusivos para las personas mayores, tal y como se concluye en el eje 5: “Es necesario construir una sociedad donde sea posible convivir todos y todas, independientemente de la edad, no sólo por razones de solidaridad, equidad o justicia social, sino también para contar con comunidades más fuertes, más capaces y más vivibles.



imagen: <https://www.helpage.es/>

Para garantizar la autonomía y el derecho de las personas mayores a una vida independiente, es fundamental llevar a cabo la transformación de los entornos, bienes, productos y servicios para que sean accesibles, también desde el punto de vista cognitivo, de manera que se promueva la adopción de medidas para formular políticas basadas en la accesibilidad universal, así como la promoción de modelos de cooperación comunitaria, que refuercen los vínculos relacionales y donde se gestione la diversidad”.

Con todo ello, la Mesa Estatal valora de forma muy positiva esta iniciativa y confía en que sirva de revulsivo para el impulso de políticas públicas adecuadas que faciliten el bienestar de las personas mayores y las oportunidades de desarrollo en una sociedad para todas las edades.



Sobre la Mesa Estatal por los Derechos de las Personas Mayores

La Mesa Estatal por los Derechos de las Personas Mayores, creada en 2013 en Madrid, está constituida por las principales entidades del tercer sector relacionadas con la defensa de los derechos humanos y acción social, con especial atención a las personas mayores. La misión de la Mesa Estatal es defender los derechos de las personas mayores frente a abusos o violencia, luchar contra la discriminación por edad, hacer visible a este colectivo en el actual sistema de protección de derechos humanos, destacar sus contribuciones positivas que realiza a sus familias y a la sociedad en general. La Mesa se une al movimiento existente en 57 países para demandar una Convención de Naciones Unidas de los Derechos de las Personas Mayores.

Más información:
<http://helpage.wixsite.com/derechosymayores>

Más información y contacto:
Inma Mora Sánchez – Responsable de Comunicación de HelpAge España
Email: inma.mora@helpage-espana.org

LA PRESIDENTA DE CAUMAS, COMO MIEMBRO DEL COMITÉ ASESOR DE 65YMÁS EN LA REUNIÓN CON EL MINISTRO DE CULTURA Y DEPORTE, D. MIQUEL ICETA

El lunes 17 de enero de 2022 tuvo lugar, el Ministerio de Cultura y Deporte, la reunión con el ministro D. Miquel Iceta, a solicitud de 65ymás, para presentar a su Comité Asesor, e informar de primera mano al ministro sobre las actividades y necesidades del colectivo representado y con el objetivo de repensar las políticas culturales y deportivas dirigidas a este sector de población.



Comité Asesor y Comité Editorial con el ministro de Cultura y Deporte.

D. Fernando Ónega, presidente del Comité Editorial de 65ymás, dirigió el encuentro, acompañado de los representantes de las diversas asociaciones/federaciones.

El ministro ha querido poner en valor el papel del mayor, no sólo como consumidor de ocio, sino como un actor fundamental. Por esta razón, ha destacado la importancia de la formación y de la transmisión del conocimiento y experiencia por parte de las generaciones de más edad a los más jóvenes.

"Hay que aprovechar todos los talentos y capacidades. Nuestra sociedad es más rica de lo que cree. Lo que pasa es que no siempre es capaz de aprovechar todo lo que tiene y todo lo que las personas están dispuestas a hacer.

Creo que todos ganamos si somos capaces de aprovechar todos los talentos y capacidades de los mayores", ha comentado.

"Los mayores ofrecen mucho. Por lo tanto, de la misma manera que es un derecho que la sociedad les ayude, también parece lógico que se prepare para acoger sus aportaciones", ha indicado.

Finalmente, el ministro ha recordado a los mayores que la cultura y el deporte son seguros.

"Sigue habiendo, en lo que se refiere a estas actividades, miedo a la pandemia. Pedimos prudencia, pero evitar el temor. Queremos trasladar un mensaje de seguridad. Por



Dña. Marina Troncoso, presidenta de CAUMAS y D. Miquel Iceta, ministro de Cultura y Deporte.

eso, pedimos a la gente que, progresivamente, vaya volviendo presencialmente”, ha propuesto.

“El Covid ha tenido algunos efectos ‘no negativos’, como que los ciudadanos han leído más y han disfrutado de la música y de otros espectáculos, en casa, pero queremos que vuelvan a salir. Podemos volver a la vida, si lo hacemos con prudencia”, ha comentado.

Desde las asociaciones de mayores han valorado positivamente las palabras del ministro y le han recordado que

las personas de más de 65 años son uno de los colectivos que más cultura consume.

Por esta razón, en la reunión los miembros del Comité Asesor han demandado al ministro medidas como: aplicar algún tipo de ayuda económica para hacer accesible la cultura y deporte a los mayores, poner en valor el voluntariado e impulsar iniciativas que promuevan que los mayores que no practicaban deporte o consumían cultura lo hagan ahora, entre otras políticas.



Momento de la reunión, 17/01/2022 en el Ministerio de Cultura y Deporte.

*Noticia de 65y más por Pablo Recio. Enlace a la noticia de Pablo Recio:

https://www.65ymas.com/sociedad/miquel-iceta-todos-ganamos-si-somos-capaces-aprovechar-talentos-mayores_35821_102.html



“DIÁLOGOS UNIVERSIDAD/MAYORES EN EL SIGLO XXI”

**Idoneidad de los Programas Universitarios de Mayores para
las generaciones del siglo XXI**

La formación continua a lo largo de toda la vida

11 de marzo 2022

SANTIAGO DE COMPOSTELA

Salón de actos Edificio CINC (AMTEGA)

Ciudad de la Cultura (Gaiás)



“Dímelo y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo”

Benjamin Franklin



DIÁLOGOS UNIVERSIDAD/ MAYORES EN EL SIGLO XXI



Federación Galega de Asociacións Universitarias Sénior

DIÁLOGOS UNIVERSIDAD/MAYORES EN EL SIGLO XXI

Salón de actos Edificio CINC (AMTEGA) · Cidade da Cultura, Gaiás

SANTIAGO DE COMPOSTELA, viernes, 11 de marzo de 2022.

Las generaciones de personas mayores del siglo XXI demandan un nuevo concepto de jubilación, considerada como una situación administrativa, en la que los proyectos de vida continúan con propósitos de realizar actividades de aprendizaje, fortalecer las habilidades, disfrutar de ocio satisfactorio; con una vida activa y participativa en lo social, lo político, lo familiar...

La Universidad, en su compromiso social, está obligada a ofrecer la posibilidad de impartir un "aprendizaje permanente a lo largo de toda la vida" a las personas mayores que lo soliciten, independientemente de donde residan utilizando todos los medios tecnológicos disponibles en la actualidad y los que se pondrán en marcha en el futuro próximo.

Esto es lo que empuja a FEGAUS a iniciar un Diálogo Universidad/Mayores en el siglo XXI, que permita, entre todos, conocer las necesidades y los retos que se deben afrontar para atender a las personas mayores del siglo XXI.

FEGAUS, la Federación Galega de Asociacións Universitarias Seniors, se encuentra en este momento ejecutando su plan estratégico 2021/2025 con el fin de aportar ayuda a todas las personas mayores de Galicia que deseen seguir formándose a lo largo de su nueva vida, facilitando los medios para que lo consigan, bien presencialmente dentro de las aulas universitarias o utilizando la formación online.

Junta Directiva de FEGAUS.
Retransmisión en online en directo

Antes del inicio de las sesiones de trabajo, todos en pie, con Negra sombra como música de fondo, se guardó un minuto de silencio, recordando el sufrimiento y dolor de la población de Ucrania.



MESA DE APERTURA

- Fabiola García Martínez. Conselleira de Política Social de la Xunta.
- Antonio López Díaz. Rector de la Universidad de Santiago; como ciudad anfitriona y en representación de las tres universidades gallegas.
- Marina Troncoso Rodríguez, presidenta de CAUMAS.
- Alejandro Otero Davila, presidente de FEGAUS.



CHARLA INAUGURAL

- Mª Dolores Fernández Galiño. Valedora do Pobo Galego
- "Edadismo. Derechos de las personas mayores. Pandemia. Envejecimiento saludable"**



1ª MESA DE DEBATE

Título: "Impacto psicológico y social de los PUM en el colectivo de las personas mayores"

Intervinientes:

- Presenta/modera: José Luis Fernández Fernández, de FEGAUS.
- Bartolomé Freire Arteta, psiquiatra, autor del Libro "La jubilación, una nueva oportunidad"
- Pilar García de la Torre, vicerrectora de Internacionalización y Cooperación de la UDC.
- José Alberto Díez de Castro, secretario general de Universidades de la Xunta.

CONFERENCIA

Título: "La Unión Europea y el colectivo de personas mayores. Agenda 2030 y fondos europeos"

- Interviene: Orestes Suárez Antón. Académico de la Agenda 2030 y fondos europeos en la Diputación de Pontevedra.
- Presenta Margot Lage Barja, de FEGAUS.



2ª MESA DE DEBATE

Título: "Los universitarios mayores en la silver economy"

Intervinientes:

- Presenta/modera: Roberto Pérez Escutia, de FEGAUS.
- Juan Manuel Sánchez-Quinzá Torroja, profesor de Economía de la UDC.
- Luís Miguel Vázquez Carreira, responsable de gestión del 0,7% del IRPF de la Xunta.
- Antón Beiras Cal, economista y abogado.

3ª MESA DE DEBATE

Título: "Diálogo Universidad/Mayores"

Intervinientes:

- Presenta/modera: Puerto Pérez Domínguez, de FEGAUS.
- Antonio Rodríguez Martínez, presidente de AEPUM.
- M^a José Moure Rodríguez, directora de la Escuela Abierta de Formación Permanente de la UVigo.
- Esther Olveira Olveira, directora del IV Ciclo de la USC.
- Matilde García Sánchez, directora de la UDC Sénior.



CLAUSURA

- Fernando González Abeijón, director general de Mayores de la Xunta de Galicia.



CIERRE

- Actuación del Coro "Aula Aberta" de la Asociación de alumnos Aulas de Formación Aberta de la Universidad de Vigo, campus de Vigo



CONCLUSIONES

1. Compromiso y reconocimiento de las instituciones asistentes (Xunta de Galicia, Universidad de Santiago, Universidad de A Coruña y Universidad de Vigo) para fomentar y fortalecer los Programas Universitarios de Mayores.
2. Vencer los estereotipos y fomentar la independencia, la autonomía y la participación social de las personas mayores.
3. Las universidades consideran que se debe ir hacia un *currículum* universitario de personas mayores a través de los PUM.
4. La ONU considera la economía de las personas mayores, *silver economy*, la 3ª economía mundial.
5. En economía hay diferencia de género, se manifiesta en los ingresos de las mujeres mayores que siguen siendo menores que los de los hombres.
6. La casilla social del 0´7% del IRPF, el 80% lo gestionan las CC.AA. y se aplican en muchos proyectos sociales de personas mayores.
7. En la Agenda 20230 se activa el Plan de Envejecimiento Saludable y se actúa en el reto demográfico. No hay planes específicos para el colectivo de personas mayores, son planes que le afectan de manera transversal.
8. En los ODS, transversalmente el 4 ODS Educación de calidad.
9. Al alumnado universitario sénior le corresponde más presencia en la comunidad universitaria.
10. Las asociaciones de alumnos mayores son indispensables para el buen desarrollo de los PUM.

JORNADA LORQUIANA

Organizada por el Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

Aula
Permanente
Formación
Abierta



En la fría tarde del jueves 13 de enero, el alumnado del APFA de la Universidad de Granada ha participado en un cálido homenaje a Federico García Lorca. Dicha Jornada Lorquiana estaba previsto que tuviera lugar hace dos años, pero la pandemia la ha venido aplazando hasta la fecha. En ella se ha recordado la obra de este poeta granadino a través de diferentes expresiones artísticas.

García Lorca era un artista completo. Su amigo Gerardo Diego lo describió como juglar de boca, poeta lírico moderno, autor de teatro y dibujante. Esta versatilidad ha permitido que cada alumno pueda escoger su forma de arte preferida para crear esta "cadena de amor" a la obra del artista. Como el mismo Lorca decía el arte es *"El ansia que tiene todo verdadero artista de que se establezca la comunicación de amor con otros en esa maravillosa cadena de solidaridad espiritual a que tiende toda obra de arte y que es el fin único de palabra, pincel, piedra y pluma"*.

El pincel fue el encargado de dar el pistoletazo de salida a estas jornadas, con la inauguración de la exposición de Pintura del Taller de Arte y Creatividad, que dirige la profesora Elizaberta López López formando equipo con las profesoras Cristina de Pinedo y Gertrudis Román. Los alumnos presentaron en una exposición las obras creadas bajo inspiración del arte lorquiano, que han servido para ilustrar el libro que hoy se presenta. Los autores son: Sebastián Soria, Maximiano Hernández, Salud Andrés, Rafael Reche, María González, Margarita de la Puente, Manuela Melgarejo, Juan Pablo Calvo, Isabel Carmona, Francisco Martín, Paqui García, Encarnita Labella, Elena Rodríguez, Eloísa Estévez, Carmen Troyano, Antonio Alcalde, Clara Rico, y Ana Brígida Rodríguez.

A continuación, el protagonista fue la pluma con la presentación del libro "Lorca un poeta para un tiempo convulso. Marco vital y legado", editado por La Diputación de Granada. El grupo de investigación del APFA "Por una senda clara", coordinado por Manuel Zafra y José María Ruiz en el que participan Herminia Fornieles, Juan Santaella, Clara Rico, Diego García, Rosalía García y Mari Carmen García, ha realizado un meticuloso trabajo sobre el artista que nos dieron a conocer en el Aula 1.



Tras la pluma vino la *palabra* con un recital de poesía, una representación teatral y un concierto coral. En un even-

to de estas características no podía faltar la poesía. Los miembros del Club de Lectura fueron los encargados de dar voz a los poemas de Lorca en un recital muy emocionante, con el título "Antología de Federico García Lorca".

Seguidamente en el Aula Máxima, el Taller de Arte Dramático y Escenografía que dirige la profesora Orenca Moreno Correa, representó la obra "Recuerdos de Lorca". En ella Lorca invita a los actores que interpretan sus personajes más conocidos de Bodas de sangre, La casa de Bernarda Alba y Yerma para que recuerden algunos de los momentos más emotivos. Personajes que van llegando con sus maletas llenas de recuerdos y que estuvieron interpretados por Araceli Fernández, Marisa Yudes, Agustín Vico, Charo Martínez, Isaías Lago, Eduardo Guillén, María Mesas, Ana María Carmona, Inmaculada Alonso, Herminia Fernández, Inmaculada Aguilar, Miguel Arenas, Obdulia Fernández, Lourdes Illescas, Ana Hurtado, Carmen Arjona, José María Ruíz y Eduardo Guillen. Narrador: Isaías Largo, Mario González como Lorca y como regidora Antonia Ruíz.



Esta representación causó gran impacto entre todos los asistentes, por la profesionalidad con que actuaron los alumnos, que más parecían actores profesionales que aficionados. Pusieron una gran pasión a la hora de actuar y conectaron con el público de una manera que es difícil de describir. La sala estaba electrizada y mimetizada con lo que ocurría en la escena.

Terminada la representación teatral, entró en escena el Coro del APFA junto con el de Ciencias de la Educación, dirigidos por el director Pedro Antonio Pérez Hinojosa, interpretando composiciones escritas para este acontecimiento, inspiradas en la obra de Federico. El coro estuvo acompañado al piano por el joven pianista Alberto Olalla.

El alumnado del APFA, esta tarde ha demostrado que está muy vivo y ansioso por contribuir a dinamizar la Universidad. Los universitarios mayores, como no nos cansamos de repetir, son los alumnos con más juventud acumulada, dinámicos, inquietos, llenos de curiosidad y deseosos por comunicar sus experiencias a través de la palabra, el pincel, la piedra o la pluma.

José Rodríguez Sánchez
Alumno del APFA

Presidente de ALUMA - Universidad de Granada



*"No trabajamos para nosotros
sino para los que vienen detrás"*

Federico García Lorca

XX

**Jornadas Internacionales
sobre Asociacionismo en los Programas
Universitarios de Mayores**

**International Conference on the Association
Movement in Senior University Programs.**

**La Universidad de Mayores Abierta al
Futuro**

The Senior University and the Future

**14-17 septiembre 2022
Granada**

TIEMPOS NUEVOS

Asociación de Alumnos & Alumni, UMA Comillas

AUDEMAM

UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS



En la Universidad de Mayores-Comillas y en AUDEMAM, hemos vivido el primer trimestre del año con cambios inesperados –nuevo director, disolución del Grupo de Teatro, muerte de compañeros- y aun así, nuestro mundo ha seguido su marcha. Los momentos buenos son numerosos y nos enfrentamos al futuro con esperanza.

Felicitaciones

Para el Rector Magnífico de la Universidad Pontificia Comillas, Dr. Don Enrique Sanz Giménez-Rico SJ, el cual ha sido seleccionado junto a académicos, políticos, gestores... como una de las 25 personas más influyentes en educación en España por el diario Merca2.es medio español digital de noticias, centrado en el mundo económico, empresarial y tecnológico. La selección ha sido realizada a través de consultas a personajes públicos. Diferentes rankings nacionales e internacionales reconocen a Comillas como líder en materia de docencia y aprendizaje: por su ideario y la calidad del profesorado. ¡Y nosotros somos alumnos de esta universidad!



Nuestro nuevo director, Carlos Sánchez de la Cruz.

Naturalmente también felicitamos al nuevo director de la UMA Don Carlos Sánchez de la Cruz, al que acogemos con buen ánimo y un punto de curiosidad. Tiene tantas tareas encomendadas, que hay que ser joven y entusiasta como él para llevarlas todas a cabo. Suerte.

Nuestras congratulaciones se extienden a los ganadores del Certamen Literario AUDEMAM, cuyo desenlace se ha retrasado por la pandemia. Mercedes Lobo ha ganado el primer premio en micro relato; el segundo Covadonga Martínez. En poesía Nicasio Ortiz y Mercedes Ramos se han alzado con la corona de laurel. Enhorabuena a los cuatro, veteranos ganadores en otros certámenes y al jurado, compuesto por Nieves Algaba, Angelo Valastro, José Ramón Martínez y Conchita Mira.

Conchita. Nuestra compañera, conocida en el mundo editorial como Concepción Mira, ha presentado en Comillas su tercera novela "Berenguela Corazón de León" en un

acto multitudinario. La existencia de esta infanta navarra casada con el rey inglés Ricardo I, nos era desconocida. No tuvo hijos y la sombra de su famoso marido y la de la madre de éste, Leonor de Aquitania, han hecho que no pasara a la gran historia. Y sin embargo la suya personal es muy interesante. Los amantes de la novela histórica disfrutaran enormemente con este libro.



Presentación de Berenguela, Conchita a la izquierda.

Y no solo este. Los genios, en Comillas, crecen como las setas. Pedro Cardelús Muñoz-Seca, autor de otros títulos y ganador por dos veces del Certamen Literario AUDEMAM, nos ha deleitado con su última obra "La Revancha de Don Mendo" continuación de la de su abuelo "La Venganza de Don Mendo" también puesta de largo en la universidad. Pedro es de pluma fácil y gracejo natural. Con motivo de cualquier ocasión, crea versos irónicos, ingeniosos, sentimentales, divertidos y aparentemente fáciles que solo están al alcance de los elegidos.





Pedro Cardelús leyendo su poesía.

Tanto Conchita como Pedro, han desarrollado su vida laboral en el mundo de la empresa y ha sido con la jubilación, cuando han decidido dedicar su tiempo a esa pasión que es la creación literaria. Son un ejemplo a seguir, aunque tengamos que conformarnos simplemente con leerlos. No todos tenemos su talento.

Elegir no siempre es Fácil

¿Dónde vamos? El abanico de posibilidades culturales es amplio, muy amplio y variado. Elena Nuevo propone conciertos de calidad en el Auditorio que nunca defraudan. Nieves Algaba, incansable, nos invita a seguir descubriendo el Madrid de Galdós y además a gozar en el teatro con obras de calidad, como "El Enfermo Imaginario" de Moliere, "Peribañez y el Comendador de Ocaña" de Lope de Vega, o "Alma y Palabra" de San Juan de la Cruz. En esta ocasión se trata de poemas recitados por LLuis Homar y Adriana Ozores, acompañados al piano por Frederic Mampone con música especialmente escrita para subrayar la obra del santo abulense.

Pero no solo teatro clásico hay en la cartelera, Celia Ibáñez se decanta, y la seguimos, por recomendar "Silencio" gran interpretación de Blanca Portillo, sobre texto de Mayorga. Y de este autor también, "El Golem" cuya acción transcurre en plena pandemia de la Covid.

El cine es no solo el séptimo arte, la vida sin él sería mucho más aburrida. Hoy podemos seguir acudiendo a las salas, como al Cine Forum de Comillas, o verlo en televisión y después comentarlo y aclarar intenciones y resultados con una persona experta. Esto es lo que nos brinda José Luís Sánchez Noriega, que pone sus muchos conocimientos al alcance de todos, en Cineclub AUDEMAC. Por último, si solo buscas distracción, un grupo de compañeros recomiendan películas en cine y series en distintas plataformas que siempre han demostrado estar muy bien elegidas.

Pasito a Pasito ...

...Se llega lejos. En el deporte, como los Grupos de Golf y Senderismo, cada día más numerosos y competitivos; en conocimientos: bien descubriendo la historia de la ciudad en la que vives en paseos didácticos y amenos en los que Mariángeles de Vicente es especialista, o siguiéndola – AVE por medio- hasta ciudades como Córdoba.



Paseo por Madrid con Mariángeles.

Los sedentarios, también tienen oportunidades sin cuento. Escuchar a Lola Silvestre, siempre es un placer. Este trimestre nos ha brindado la oportunidad de conocer mejor, o descubrir al pintor Francisco Pradilla en su primer centenario. Este pintor de lienzos históricos, realistas, que se exponen en El Prado, firma obras como Doña Juana la Loca que recibió en 1877 la medalla de honor en la Exposición Mundial de París. Y muchas otras. La nueva disposición de la pintura del S. XIX en el museo las pone en valor, como han podido comprobar quienes, después de seguir las tres conferencias, acudieron a la pinacoteca.

Idéntico proceso se ha seguido para conocer la obra de Annibale Carracci. Conferencias de Lola Silvestre y visita individualmente al museo.

El Profesor Mario López Barrajón se detiene en esta ocasión en disertar sobre los grandes hitos de la historia de la arquitectura en España, que conforman, nos dice, uno de los catálogos de edificaciones más extraordinarios del mundo. Y la Tertulia Literaria ha vuelto con fuerza. En ella reina Nieves Algaba recomendando y diseccionando libros y autores que casi siempre son un descubrimiento para sus muchos fans.

Pero no todo son encuentros on-line. Pasado el punto álgido de la ola ómicron, que obligó a suspender diversos actos por prudencia, como dijo Bruce Taylor, los Seminarios presenciales han vuelto a la universidad y son muchos los alumnos que los siguen, con mascarilla todavía, y gran entusiasmo.

No Somos de Piedra

Hemos pasado momentos en que ha reinado la tristeza y el desconcierto. Entregado el cheque regalo con el dinero obtenido por la venta de lotería al Banco de Alimentos, la guerra de Ucrania nos obliga moralmente a paliar la tragedia de los exiliados y los que allí carecen de casi todo. Escuchamos al Papa Francisco; nuestro Rector nos insta a colaborar y Audemac, encauza el proceso. Hay respuesta masiva.

Compañeros nuestros han muerto por Covid o como Juan Villanueva, de un ataque al corazón cuando iba a intervenir como actor en una obra en Comillas. En honor de todos ellos se celebra una misa in memoriam. Hemos despedido a la profesora Celia Ibañez, creadora de "Entre

Comillas" nuestro grupo de teatro que tantas alegrías y motivos de orgullo nos ha proporcionada con sus quince producciones. Celia ha decidido cambiar de residencia y se va a Galicia. A Celia, la hemos admirado con salud y enfermedad y así será siempre. Mujer inquieta, con fuerte personalidad, estilosa y empática, creó las conferencias previas a la función teatral, para ir al espectáculo con conocimiento de causa y además de sus clases de literatura y elegir las obras de teatro a la que asistiríamos, ha dado diversos cursos y seminarios y ha paseado por la capital, y... "Hoy es siempre todavía" nos decía en el momento de la despedida. Y daba las gracias por "vuestra atención y afecto" Siempre estaremos en deuda con ella.

Una Gran Fiesta



Nuestro exdirector nombrado Socio de Honor de AUDEM-AC.



Nuestro secretario entrega el libro de firmas.



Encarna canta, Angelo acompaña.



Se despiden Angelo y Celia.

La comida homenaje ofrecida al que ha sido hasta febrero director de la UMA, ha resultado un encuentro bañado de nostalgia sí, y de alegría. Hemos compartido juntos momentos difíciles, alegres, de todo tipo. Y es que veinte años dan para mucho. La sala llena, la programación del acto minutada y el resultado otro éxito de AUDEM-AC. Toda su Junta estaba involucrada en la organización y pueden sentirse orgullosos. Bruce ya es un avezado presentador y fue dando entrada a los diversos actores. Desde el hijo de Angelo, que le hizo un regalo a su padre, a los presentes que de forma breve y sentida quisieron participar. Angelo emocionado, es natural, nos hizo el regalo de un concierto acompañado por la soprano Encarna Serrano, que nos supo a poco. AUDEM-AC le dio su obsequio y un recuerdo que él valorará: un libro de firmas, que le entregó José Ramón Martínez, donde presentes y ausentes expresaron su cariño a la persona a la que aplaudían y deseaban larga y fructífera vida profesional y personal. Sabemos que siempre podremos contar con él. Y por supuesto Angelo con nosotros, los que fuimos sus alumnos. Un abrazo y la vida sigue. Avanti, maestro.

*Texto: Alicia López Budía - Fotos: Bruce Taylor
AUDEM-AC, Asociación de Alumnos de la Universidad de Comillas, Madrid.*

NO HAY CAMINO QUE NO TENGA FINAL

Asociación de Alumnos & Alumni, UMA Comillas

AUDEMAM
UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS



Cuando llegamos, ya estaba allí.

Y es que Angelo Valastro director de la UMA hasta febrero, y según él mismo ha contado, era profesor en Comillas cuando la Universidad de Mayores inició su andadura en el año 2000. Le pareció un proyecto muy interesante y se ofreció como profesor de la asignatura "Historia de la Música"; a este puesto sumó el de coordinador y por fin el de director. Esto último ocurrió en 2012 con la llegada de un nuevo Rector Magnífico a la Universidad Pontificia Comillas, cuyo mandato ha terminado hace unos meses.

Es normal que cuando una persona se hace cargo del mayor puesto de responsabilidad, nombre a su equipo y éste a los colaboradores más próximos. Es un relevo natural y así ha ocurrido en esta ocasión en la Universidad de Mayores.

El nuevo director de la UMA se llama Carlos Sánchez de la Cruz. Joven y entusiasta tiene proyectos muy interesantes que irá poniendo en práctica y de quien tendremos muchos motivos para hablar. Hoy nuestro homenaje es para el Prof. Dr. Don Angelo Valastro que deja muchos amigos entre profesores y alumnos.

Por su generosidad: ahí están sus conferencias a través de canal Senior sobre Dante y la Divina Comedia, la participación como presidente del jurado del Certamen Literario AUDEMAM, el apoyo al coro y al grupo de teatro, a la pre-

sentación de libros de alumnos, por citar algo reciente. Bien hacer: el diseño del plan de estudios, que se ha ido perfeccionando a través de los años –pasamos de tres a cinco cursos siempre centrados en Humanidades- la elección del profesorado, del que tan orgulloso se siente, y su gran herencia: los seminarios para profundizar en ciertos temas y abordar otros de rabiosa actualidad que no tienen cabida en el programa ordinario. Se quedan sueños sin cumplir, claro. Todas las actuaciones previstas para el XX Aniversario que la pandemia obligó a suspender y otras ideas que tenía previsto desarrollar y se quedaron en compás de espera.

Al profesor Valastro le hubiera gustado, según propia confesión, "eliminar la palabra mayores de nuestra universidad, para que fuese un centro de estudios abierto a todos donde, sin exámenes ni notas académicas, los alumnos adultos encontrarán la manera de entrar en contacto, confrontarse, para construir juntos un presente mejor"

Angelo en el repaso de agradecimientos en su despedida, nos incluye a todos los alumnos: "a los que siempre sonríen, y a los siempre críticos, a los muy estudiosos y a los díscolos; sin vosotros la Universidad de Mayores no existiría" y continúa; "aunque soy consciente de haber cometido errores, desde el primer momento he tenido el deseo de hacer las cosas bien y en muchas ocasiones, con vuestra ayuda lo he conseguido"



Angelo Valastro Canale

Entrañable Angelo. Adiós con el corazón, hasta siempre como uno de los recuerdos imborrables de nuestro paso por la UMA. Gracias por saber escuchar, deslumbrarnos con tus muchos saberes e imponer tu autoridad sin herir. No hay camino sin final, nos has dicho, cierto. Pero te echaremos en falta. "En AUDEMAM, siempre estaremos agradecidos por el apoyo prestado cuando ha sido necesario y la colaboración mutua entre la UMA y nuestra asociación" según escribió en la web el presidente Bruce Taylor.

Bienvenido el nuevo director. Deseamos que la relación con AUDEMAM de Don Carlos Sánchez de la Cruz, sea tan fructífera como con su antecesor. Así sea.

Texto: Alicia López Budía - Fotos: Bruce Taylor
AUDEMAM, Asociación de Alumnos de la Universidad de Comillas, Madrid.

VIII CONCURSO DE RELATOS CORTOS



En el mes de febrero se reunían los integrantes del jurado del premio de *Relato Corto de la Asociación de Alumnos del Aula Permanente ALUMA*, formado por D^a Concepción Argente del Castillo, como presidenta; D^a María Isabel Montoya, como vocal; y D. Miguel González Dengra, como secretario.

Tras la lectura de los textos presentados y las lógicas deliberaciones este jurado acordó por unanimidad otorgar:

El Primer Premio al relato titulado **"El árbol que se sintió niño"**, presentado bajo el seudónimo "Destello", siendo el autor, **Juan Francisco Aceña Caballero**.

El Segundo Premio recayó en el titulado **"Los pies secos"**, presentado bajo el seudónimo "Chilojo Saa", empleado por **Joaquín López Chiroso**.

¡Enhorabuena a los premiados!

Reproducimos a continuación el galardonado con el primer premio:

EL ÁRBOL QUE SE SINTIÓ NIÑO

En aquellos tiempos y en el barrio donde pasé la infancia no existían los artilugios infantiles de ahora para entretenerse. Estábamos la mayor parte del día fuera de casa imaginando toda clase de juegos, teniendo, además, la oportunidad de que nuestro barrio limitaba con el campo en donde, protagonizando el horizonte más inmediato, había un árbol grande y achaparrado con numerosas ramas, algunas de las cuales rozaban el suelo. Solitario en lo alto de una suave colina parecía recibirnos con los brazos abiertos, como si fuera un gigante protector, agradeciendo nuestra compañía, pues cogimos la costumbre de frecuentar sus alrededores y elegirlo como centro de nuestros juegos. Por su tronco y ramaje no había hormigas, ni pájaros, ya que huyeron ante nuestra presencia. Abusando de su paciencia, nos subíamos a las ramas hasta lo más alto y después nos columpiábamos en algunas o nos tirábamos desde ellas al suelo. En sus cercanías las niñas jugaban a la rayuela o saltaban a la comba, y alternábamos con ellas intercambiando cromos o jugando a las tabas y similares. Por nuestra parte, los juegos eran el pídola o bien, apoyándose el primero de la fila sobre el tronco y de espaldas, el adivina quién te dio. Al final, todos nos juntábamos en el juego del escondite.

Eran tiempos difíciles en los que se usaba más la imaginación que el estómago. Cualquier cosa podía servir de juguete: una lata, un tarugo de madera, una caja de cartón; sólo era cuestión de fantasía, nuestra mejor aliada para ser felices.

Bajo aquel árbol gigante surgían amistades, enfados y reconciliaciones. Era como nuestro patriarca de tribu infantil que nos daba cierta sensación de seguridad, contribuyendo a paliar las posibles contingencias familiares o



VIII CONCURSO DE RELATOS CORTOS

CURSO 2021-22
CONSULTA LAS BASES EN:
alumaasociacion.com

Para el alumnado de todas las sedes del Aula
Permanente de Formación Abierta de la
Universidad de Granada



escolares. Gracias a él tuve la oportunidad de conocer a Inma. Le gustaba estar siempre con los chicos, participando en sus juegos en los cuales pugnaba por competir y aparentar ser tan capaz como ellos. Precisamente, por causa de su osadía, una vez se subió a las ramas más altas de árbol y después no se atrevía a bajar. Entonces, como nadie la ayudaba, acudí a socorrerla con riesgo de caernos ambos al suelo. Cuando afortunadamente llegamos abajo me dio un abrazo muy grande con un beso muy corto. Desde entonces fuimos compañeros inseparables y, con el tiempo, esa amistad infantil derivó en enamoramiento juvenil hasta el presente, en el cual ya somos abuelos y casi tan viejos como el árbol que nos unió. Él fue testigo de nuestro amor y cuando viajar era imposible para la mayoría de la gente, Inma y yo, tumbados sobre la hierba debajo de su amplia cúpula, imaginábamos que era semejante a un barco, nuestro barco, en cuyo seno íbamos navegando sobre la inmensidad del cielo azul durante el día, o atravesando el océano del firmamento por la noche; entonces soñábamos viajes en alas de la fantasía mientras las hojas, agitadas por el viento, jugaban con los rayos del sol o con las estrellas. A veces, las nubes lo hacían también con la luna, dándonos una permanente sensación de movimiento. El árbol parecía, al mismo tiempo, como un escudo protector frente al universo, ofreciendo su ramaje para eliminar el vértigo ante el imán de su magnitud infinita.



A lo largo del tiempo y la distancia ahora hemos vuelto de viaje desde muy lejos para recordar aquellos años y saludar a nuestro amigo, el árbol de la infancia, y posiblemente, a causa de la edad, para despedirnos de él definitivamente; tal circunstancia no es motivo de pena, porque, al fin y al cabo, es ley de vida, pero en cambio produce tristeza el hecho de ver que a su alrededor se ha formado un parque infantil con variedad de columpios y que está prácticamente vacío. Seguramente, ante la competencia actual de videojuegos o similares, se ven pocos niños y casi todos, salvo nuestros nietos con quienes hemos venido, se distraen con sus móviles sin tener ningún interés por los columpios, ajenos a los que les rodea. Por supuesto, al árbol no le hacen caso, por lo que han regresado las hormigas y los pájaros, pero, a pesar de tal compañía, de sus trinos y gorjeos, parece abandonado, como fuera de lugar. Se le nota triste por la indolente manera de moverse sus ramas y, cuando le miro, parecemos compartir nuestra añoranza.

Siento una llamada. Es Inma que se acerca con los nietos. Una vez juntos frente a nuestro viejo amigo, buscamos el corazón grabado en su día sobre la corteza. Allí seguía con las iniciales casi ilegibles y a mayor altura. Acariciamos su tronco y nos dimos, como la primera vez, un abrazo y un beso, aunque en esta ocasión ambos fueron igual de largos. Los nietos nos miraban sorprendidos y sonrientes; pero el árbol, comprensivo, parecía acogernos como si fuéramos sus frutos.

Cuando nos alejábamos de allí sentimos un rumor de hojas. Volvimos la mirada: agitado por un inesperado golpe de viento, nuestro amigo movía sus ramas con fuerza en

señal de despedida, como agradeciendo la visita. Después, antes de irnos del parque, estuvimos un rato jugando con los nietos y usando los columpios. Sólo entonces los niños que había por allí dejaron de mirar sus móviles al ver nuestro balanceo o tirándonos por los toboganes. Al principio se rieron a costa nuestra, pero no nos importaba porque tal situación era ya un triunfo personal para nosotros, sobre todo cuando, espontáneamente, decidieron seguir el ejemplo, haciéndonos compañía y olvidándose de sus móviles. Ellos y nosotros, todos, volvimos a ser niños de verdad. Y en medio del parque, moviendo sus ramas alegremente, nuestro árbol también.



Juan Francisco Aceña Caballero
Alumno de APFA
Socio de ALUMA
Universidad de Granada

8 DE MARZO DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER EN AUDEMA



AUDEMA
Asociación Universitaria
de Mayores de Alcalá

ACTIVIDADES

AUDEMA

SEMANA de la MUJER

• 08.03.22 •

11:00 Visita AUDEMA al expositor "EL HORTELANO" en Santa María la Rica de Alcalá de Henares.

14:00 Comida de confraternidad

19:00 Conferencia por D. Abel Cádiz Ruiz en la sede de AUDEMA

• 13.03.22 •

18:00 Asistencia a la obra "Tartufo" de Molière en el Teatro Salón Cervantes.

WWW.AUDEMA.ORG

Semana de la mujer 2022 en AUDEMA

Visita de AUDEMA a la exposición
"EL HORTELANO"
08 de marzo a las 11:00 horas

AUDEMA

Antiguo Hospital Santa María la Rica
(Calle de Santa María la Rica, 3)

Inscripciones:

Para inscribirte en esta actividad tienes que rellenar el formulario a través de nuestra página Web: audema.org sin olvidar hacer "click" en el botón **ENVIAR** que aparece al final.

SEMANA DE LA
MUJER 2022
EN AUDEMA

AUDEMA

Domingo 13 de marzo - 18:00 horas.
Teatro Salón Cervantes.
Obra TARTUFO de Molière.

Inscripción:

<https://docs.google.com/forms/d/148r366MYTBVZQ8b1XIXguRiusAYPnwbqMjdotZCKv8/edit>

Para inscribirte en esta actividad tienes que rellenar el formulario a través de nuestra página Web: audema.org sin olvidar hacer "click" en el botón **ENVIAR** que aparece al final. Cuando realices el ingreso/transferencia en la cuenta de AUDEMA en el Banco Sabadell: IBAN ES47 0081 0344 7800 0134 0244 recibirás un correo de confirmación de plaza

"La mujer nace, permanece y muere libre al igual que el hombre en derechos" (Primer Derecho)

Estas son palabras de Olympe de Gouges aparecidas en su obra La declaración de derechos de la mujer y la ciudadanía de 1791 en plena Revolución Francesa. Pero haciendo un poco de historia, nos encontramos con que el incendio en 1875, de una fábrica de camisas de Nueva York en el que murieron 146 personas, marcó la lucha por los derechos de las mujeres.

Un siglo después, en 1975, este día fue declarado por Naciones Unidas "Día Internacional de la Mujer", y dos días más tarde se convirtió en el "Día Internacional de la Mujer y la Paz Internacional".

Hoy nos encontramos en los primeros años del siglo XXI y podemos ver cómo en la mayoría de los países occidentales y orientales, las mujeres siguen reivindicando su derecho a votar, a ocupar cargos públicos, a trabajar, a la formación profesional, a la no discriminación laboral, al arte, al deporte y a poseer y controlar propiedades. En las difíciles condiciones económicas actuales, las mujeres siguen siendo la más desprotegidas y las que más sufren por el trabajo eventual y mal pagado, el paro y el subempleo.

La ONU ha declarado que la "violencia contra la mujer es el crimen encubierto más numeroso del mundo". Analizando las últimas estadísticas publicadas sobre este tema nos enteramos de que en España, cada año, más de 100 mujeres pierden la vida por violencia machista. Más de 150.000 denuncias han sido presentadas y cada 5 horas se da una denuncia por violación.

Miles de mujeres están siendo esclavizadas en la prostitución como único medio para sobrevivir. La pobreza induce a otras a que acepten la máxima utilización de su útero para fabricar niños que entregan a los compradores.

Es verdad, que las mujeres hemos avanzado mucho en la consecución de nuestros derechos, pero queda aún un tramo muy importante por recorrer para la completa igualdad entre el hombre y la mujer en todos los aspectos de la vida, tal como pidió en su día la magnífica Olympe de Gouges.

Por lo tanto, desde el propio seno familiar, debemos poner nuestro empeño en que las próximas generaciones sepan ver la riqueza que conlleva el que no exista distinción entre género ni etnias para poder compartir todos los espacios que tenemos en común.

Como cada año, y con alguna incompreensión habitual por parte de cierto sector de nuestro entorno, hombres y... ¡también mujeres! (pregunta habitual: ¿Cuándo vais a celebrar el día de hombre?), el 8 de marzo hemos celebrado en AUDEMA la Semana de la Mujer Trabajadora, y aunque seguimos en tiempos difíciles que nos hacen alterar aún nuestras vidas, no hemos querido faltar a nuestra cita anual con nuestras socias y socios, llevando a cabo, nuevamente, un programa de actividades en las que hemos incluido una comida de confraternidad, visita a la exposición del famoso pintor El Hortelano, una estupenda conferencia online de Abel Cádiz sobre el trato recibido por las mujeres a lo largo de los tiempos en la Historia, y finalizando con la asistencia a la obra de teatro Tartufo de Molière.

Una semana intensa y esperanzadora porque se logre, más pronto que tarde, esa igualdad en derechos entre hombre y mujer reivindicada cada hora, minuto y segundo, año tras año.

En AUDEMA tenemos ya una cita: Nos encontraremos nuevamente el 8 de marzo de 2023 celebrando, nuevamente, esta importante fecha para la mujer, y en esta estupenda revista, seguro que lo volveremos a contar.

Elisa Nuez Patiño - Presidenta de AUDEMA
Programa de Mayores de la Universidad de Alcalá

CONCIERTO SOLIDARIO: TARDE DE TANGOS Y BOLEROS



El Miércoles, 2 de marzo de 2022, se celebró en el Aula Máxima del Espacio V Centenario, este Concierto Solidario organizado por **ALUMA**, que colabora, desde hace ya 9 años, con UGR-Solidaria con este tipo de eventos y otras variadas actividades.

En esta ocasión, la aportación y generosidad de los asistentes, alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta, muchos socios de ALUMA, y también de otras asociaciones e Instituciones, fue destinada a la **Fundación RedMadre**. La asistencia fue masiva, casi aforo completo y por tanto se consiguió gran cantidad de productos para bebé (leche, potitos, productos de higiene, pañales...). Una aportación que paliará en algo las carencias de esas madres y pequeños desfavorecidos por la vida y necesitados de nuestra ayuda.

Fue una velada de tangos y boleros, participando nuestro conocido y querido **Oswaldo Jiménez**, con su maravillosa voz argentina y su guitarra. Contamos también con el grupo **Amateur Tango Granada**, que nos sorprendió con sus magníficos bailes, la elasticidad y ritmo de sus cuerpos demuestran muchas horas de ensayo, de compañerismo y de "vivir el Tango".



Y, por último, no por eso menos importante, nos sorprendió con su gran interpretación de boleros, con voz conmovedora y rasgada, **Inma Rejón**, conocida cantante granadina acompañada por **Tato Medina**, que nos deleitó con su actuación.

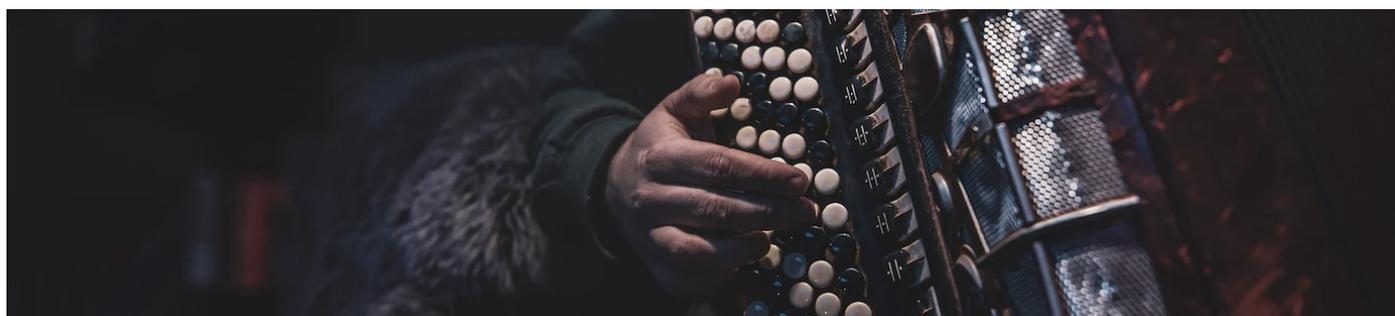


Desde estas letras, gracias a todos por su desinteresada colaboración, que hizo posible esta tarde para el recuerdo. ¡¡¡Gracias!!!



Contamos también con la presencia del **Director del Festival de Tango** de Granada, D. Horacio Rébora, que nos habló brevemente del alma y duende del Tango y del próximo Festival que comenzará en Abril, para el que ofreció entradas con descuento para la Asociación.

*Inma Cañavate
Alumna del APFA. Vicepresidenta de ALUMA
Asociación de la Universidad de Granada*



CRÓNICA DEL VIAJE INTERUNIVERSITARIO A LA UNIVERSIDAD DE ALCALÁ



La experiencia de viajar nos abre las puertas de instantes inmensos donde el tiempo y el espacio se abrazan, se entretrejen y despliegan nuestro afán por conocer, descubrir más allá de la frontera de nuestra propia ciudad, caen los muros de la prisión de la rutina cotidiana, se entreabre la cortina de tratar con otras gentes de diferentes acentos, con distintas costumbres, descubrimos la belleza de pasear por calles y plazas, del sabor del café o del gusto de una cerveza en una terraza.

Viajar es una invitación a la aventura interior, a enlazar con la historia pasada, a recobrar la herencia que recibimos, a saltar el tiempo entre sus ruinas y monumentos, la tensión desaparece. Quiero hablaros del viaje **interuniversitario a Alcalá de Henares. No me importa reconocer y catalogar como uno de los viajes más completos e interesante de la asociación ALUMA.**

El tiempo renace, dejamos la larga pandemia, abrimos un periodo creado para soñar y disfrutar, para recobrar el viejo sabor de viajar. Afuera siempre llueve, el mundo se desboca y golpea, mantenemos la rémora de la mascarilla mientras el tam-tam de los tambores de guerra flota en el aire de la vieja Europa, se desmorona la paz en el vecino país de Ucrania.

Del 25 de febrero al 2 de marzo de 2022. Un grupo de universitarios mayores de la asociación de alumnos ALUMA, emprendieron un apasionante viaje interuniversitario, dentro de las actividades de la celebración del XXV Aniversario de la fundación de la asociación ALUMA. **Un encuentro para compartir unas jornadas con los compañeros de la Universidad de Mayores de Alcalá,** complementado con un abanico de visitas a ciudades emblemáticas por su historia y su patrimonio cultural: Aranjuez, Alcalá de Henares, Sigüenza, para finalizar con un broche de oro con la visita al Congreso de los Diputados en Madrid.

Con la alegría de aquel joven que llevamos dentro, emprendimos al alba la salida en autobús desde Granada. Un silencio contenido, en los primeros momentos mientras espadas de luz surgían entre las montañas, fluía el puntual despertar del día.



Ante la emblemática fachada de la Universidad de Alcalá.

En el cenit del día, no lejos detrás del gris día invernal se alzaba majestuoso el Palacio Real de Aranjuez, sus jardines, el río Tajo y el museo de la Falúas Reales. **Declarada Paisaje Cultural Patrimonio de la Humanidad por la Unesco** en el año 2001.

Es difícil describir tanta belleza en pocas líneas. Se conoce como Real Sitio y Villa de Aranjuez. Uno de los Reales Sitios de la monarquía española desde que Felipe II lo nombrara en 1560.

Comenzamos con la visita al **museo de las Falúas Reales.** Situado a orillas del río Tajo. Navegar por el río se convirtió en uno de los más preciados entretenimientos de las personas reales, y también por el llamado Mar de Ontígola, un gran estanque construido en alto. Esta diversión generó la construcción de todo tipo de naves grandes y pequeñas, denominadas falúas.

Los jardines. No había muchos lugares en España, ni en Europa, donde la naturaleza se hubiera confabulado como en la pequeña llanura de Aranjuez, para crear el más fértil oasis real que todo monarca barroco soñara. Los grandes edificios podían construirse con el esfuerzo del hombre, como el Monasterio de El Escorial. Aspirar a dominar, no sólo el espacio construido, sino el espacio circundante. Por eso es tan importante el jardín, un lugar paradisiaco capaz de llevar a la realidad el sueño de sus soberanos, pero necesita de la complicidad de la naturaleza. Un clima amable, un agua vivificadora, un universo de pequeños animales que den vida a los rincones más apartados del bosque. Aranjuez contaba con todo ello.

Palacio Real. Después de cuatro siglos de uso y de dos dinastías reinantes, el Palacio de los Austrias y Borbones ha encontrado un nuevo destino como museo de sí mismo. La visita al Palacio de Aranjuez es, sobre todo, una amable introducción al arte de la Corte de los Borbones en España, donde lo italiano y lo francés logran un cierto equilibrio.



La presidenta de AUDEMA, Elisa Nuez y el secretario de ALUMA, Rafael Reche

El programa de la visita llega a su esencia cuando **la Presidenta de la asociación de Alcalá, AUDEMA, Elisa Nuez** y sus compañeros universitarios nos reciben con la calidez y entusiasmo de la hermandad entre estudiantes mayores, cobra vida la amistad entre dos universidades y asociaciones, Granada y Alcalá.

Nos encontramos ante otra **joya de ciudad española. Alcalá de Henares**, incluida en la Lista del **Patrimonio de la Humanidad** de la Unesco en 1998. Un valor universal. La primera urbe diseñada y construida como sede de una universidad, con su aporte al desarrollo intelectual de la humanidad, en los avances lingüísticos y en la definición del idioma español, y la contribución a través de Cervantes y su gran obra Don Quijote.

Un cielo gris, nubes en tránsito, llueve sin ganas apenas unas gotas, el frío húmedo cala mientras paseamos por sus calles, contemplando la quietud y sobriedad de la piedra que esculpe la fisonomía de su casco viejo. Trascurre el día en el corazón histórico de la ciudad, vistamos **la exposición del pintor Miguel Herrero**, uno de los artistas más importantes del Siglo XX, polifacético, amante del flamenco y de la tauromaquia, se convirtió en el pintor de moda en Madrid los sesenta. Al caer la noche, acudimos a una representación teatral en un escenario único y con solera como el **Corral de Comedias (1603)**.



El secretario de la asociación ALUMA, Rafael Reche, la Directora de la Universidad de Mayores, Teresa Díez Folledo y la presidenta de la Asociación AUDEMA, Elisa Nuez.

La mañana siguiente se levanta con un jubiloso día soleado, nos espera el acto de presentación en la Universidad de Alcalá, en la sala de conferencias internacionales del Colegio de San Idelfonso /Rectorado. El recinto con una distribución oblada, se completa con los estudiantes mayores de Alcalá y de Granada, preside **la Directora de la Universidad de Mayores Teresa Díez Folledo, a ambos lados; la Presidenta de la Asociación AUDEMA, Elisa Nuez y el Secretario de la asociación ALUMA Rafael Reche**, representando al Presidente José Rodríguez quien estaba de baja médica.

Un acto académico sencillo colmado de camaradería donde se compartió las experiencias: de los programas universitarios, el espíritu innovador de las asociaciones en el ámbito universitario, integrador en la sociedad y de ocio para los estudiantes mayores. ALUMA proyecto un corto, donde las imágenes y la música, destacaban la grandeza de la Universidad de Granada, la riqueza turís-

tica de la ciudad, el programa universitario del Aula de Mayores (APFA) y un recorrido por las actividades de la asociación, en especial los viajes interuniversitarios en Universidades de Mayores de España y Europa. Posteriormente de forma más distendidas dentro de la propia Universidad se celebró **la comida de hermandad**, intercalados estudiantes granadinos y alcalaínos, degustamos un exquisito cocido madrileño.

La Presidenta Elisa y su equipo, no dejó nada al azar, en el intenso y atractivo programa de visita, incluía **la exposición de pintura del Hortelano**, un genio con su obra mística de la movida madrileña y como colofón **la visita al patrimonio de la Universidad de Alcalá**.

Tengo que hablaros de ella, un lugar casi escondido de la tierra, un sitio sutil y libre. Tengo que hablaros de **Sigüenza de la ciudad de los matices**. Temprano llegamos a la ciudad donde nos recibió el frío encadenado de sus calles, el silencio detenido de tranquilidad de un pueblo. Su espíritu renacentista y barroco se imprime en las estrechas calles y plazas, se refleja en palacios y casas, se percibe en conventos y ermitas. Conocer Sigüenza es adentrarse en la historia en cada uno de los pliegues del tiempo. El castillo domina la ciudad, los restos de murallas imbricados por la ciudad; la catedral, con su imponente interior de bóvedas y mausoleos, la escultura del Donce.

Deja que una vez más os nombre Madrid, una ciudad que no termina nunca de sorprender, vibrante y acogedora. Rematamos el final del viaje, alojados en corazón palpitante de la capital en la Gran Vía. La asociación realiza la primera visita al centro del poder político y legislativo el **Congreso de los Diputados**. Divididos en dos grupos de estudiantes de Granada y Alcalá (en un gesto de amistad ALUMA, ofreció algunas plazas a los compañeros alcalaínos, que con entusiasmo aceptaron).

El Congreso de los Diputados una experiencia fantástica, un recorrido interesante con guía, Tras acceder por el lateral de la Puerta de los Leones, y desde el Vestíbulo principal, o Vestíbulo de Isabel II, recorrimos el Salón de los Pasos Perdidos, los Escritorios del Reloj y la Constitución. Salas y galerías increíbles y lujosamente decoradas (lámparas de cristal, tapices maravillosos, muebles del siglo XIX, retratos de personajes históricos, etc.). **El punto álgido de la visita llegó cuando entramos en el hemiciclo**, el epicentro de la democracia española. La emoción fluye con intensidad cuando ocupamos de forma ordenada los puestos de la Presidencia y vicepresidencias de la Cámara para la foto oficial.

La noche cerró, con un espectáculo de luz, sonido de rock, baile y canciones en el musical de mayor éxito de Tina Turner.

Al hacer un balance del exitoso viaje, es de justicia agradecer, la contribución de personas y entidades que lo han hecho posible: El esfuerzo de los equipos de ALUMA en Granada y AUDEMA en Alcalá (meses de trabajo en la planificación y organización), el apoyo de los Directores del Aula Permanente de Formación de Abierta (UGR) y Universidad de Mayores (UAH), las gestiones del Diputado del Congreso por Granada, José Antonio Rodríguez Salas y secretaria Lucia, así como el eficaz servicio de la agencia de viajes "Vive Viajes" de Granada.

Rafael Reche Silva
Secretario de ALUMA Asociación de la Universidad de Granada.

SENDERISMO Y MARCHA NÓRDICA



AUCTEMCOL

Seguimos sin parar con nuestras rutas de **senderismo**.

El día 27 de enero, un viernes de fin de semana, nos vamos a la Pedriza, Parque Nacional del Guadarrama, lugar de una enorme belleza, los amantes del senderismo nos vamos cerca de Madrid y Segovia.

En estas caminatas contemplamos diversas especies vegetales y disfrutamos de la vista del pino silvestre, el roble melojo, el enebro, la encina y el piorno entre otras muchas.

Nuestro compañero Cosme nos va explicando, a lo largo de estas caminatas, las características de las especies vegetales que nos van saliendo al paso, y así poder gozar de recorridos compartidos con los compañeros en días espléndidos que cada estación del año nos ofrece.



MARCHA NÓRDICA

Y continuamos con nuestra **Marcha Nórdica**, deporte que hacemos dos veces en semana para seguir manteniéndonos en forma,

Así que animaros martes y jueves, caminamos por esos senderos tan bonitos que tenemos en los alrededores de nuestra universidad.

Cada día nuestra profesora nos prepara una ruta bien al "Cañón del Aulencia" y otro día por "Minas del Pilar" y muchos más; ¡animémonos a estas caminatas maravillosas!"

Una persona que camina derecha es más atractiva.

¡Esto lo da la Marcha Nórdica!

MANIFESTACIÓN POR UCRANIA



En la tarde del 7 de Marzo 2022, la Asociación PERITIA ET DOCTRINA de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, ha participado en una manifestación celebrada a las puertas del Campus Universitario de La Granja, en señal de repulsa a la guerra provocada por Rusia y que está causando la pérdida de muchos ciudadanos ucranianos inocentes.

Nuestra muestra de solidaridad ha consistido en la lectura de un manifiesto pidiendo el alto el fuego y por la paz en la zona afectada.



Se guardó un minuto de silencio por las personas fallecidas y se escuchó el himno nacional de Ucrania.

Asistieron todos los alumnos que hoy estaban en el Campus de La Granja. Ha sido un acto muy emotivo y esperamos que esta guerra acabe ya.



*Domingo Santana López · Vicepresidente Asociación PERITIA ET DOCTRINA
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria*

VISITA AL MUSEO DE PONTEVEDRA



En el primer cuatrimestre del curso 2021/2022 se estrenó, como profesor en el Programa Universitario de Mayores en la Uvigo, Antonio Giráldez Lomba, con la asignatura Historia de Galicia.

Con él recorrimos la geografía que condicionó la Historia de Galicia, el megalitismo, los petroglifos, la sociedad del Bronce, mitos y realidades entorno a la sociedad castreña, el legado celta de Galicia, el legado romano y el suevo; la Edad Media, la tumba de Santiago, Martín Codax y también el hambre, las guerras, la peste; la Edad Moderna, la encrucijada del siglo XVIII, los cambios sociales, políticos y económicos, la guerra contra Napoleón y entre liberales y absolutistas; en el siglo XIX la emigración y el galleguismo y, por falta de tiempo, dejamos el siglo XX sin revisar.

El último día de clase de *Historia de Galicia* lo celebramos con un remate de oro, la visita al Museo de Pontevedra.

El Museo de Pontevedra se extiende por la ciudad y está integrado en seis edificios: *Ruinas de Santo Domingo*, *Fernández López*, *Castro Monteagudo*, *García Flórez*, *Sarmiento* y *Castelao*.

El 27 de enero de 2022, los alumnos del profesor Giráldez, llegamos a Pontevedra en el autobús de la Universidad y cumpliendo los protocolos sanitarios comenzamos la visita en el edificio Castelao. Este edificio es una obra de nueva construcción inaugurada en 2013 y ocupa los terrenos de la que fue huerta del colegio jesuita, donde se encontraron restos de la antigua muralla de la ciudad, que quedaron a la vista y pueden verse desde dentro y fuera del edificio. Nos recibe en el vestíbulo de entrada la representante del departamento de Educación, María Tobío, que nos guiará en el recorrido.

Ese día, en el salón de actos, sito en el edificio Castelao, se celebraba el I Ciclo de Música de Cámara del Conservatorio de Pontevedra, por lo que, una vez atravesada la pasarela de cristal que une los edificios Castelao y Sarmiento, subimos en ascensor al primer piso del edificio Sarmiento, cuya construcción fue iniciada en torno a 1695 y finalizada en 1714 siguiendo las pautas del barroco internacional. Situado al lado de la iglesia de San Bartolomé fue sede del Colegio de la Compañía de Jesús. Posee un austero claustro de soportales cerrados y una suntuosa escalera en la esquina sudoriental que desde la planta baja conduce al segundo piso. Su inauguración definitiva como Museo será en 1984. Debe su nombre al Padre Sarmiento, que estudió de niño en el antiguo edificio jesuita.

Delante del tímpano de granito de San Martín de Moaña del s. XIII, comenzamos la visita siguiendo un orden cronológico. Del Paleolítico llegaremos hasta la *Generación Nos*.



Anónimo. Tímpano (Apoteosis de San Martín). Inicios del siglo XIII. Granito.

Atravesamos el pasillo que circunda el claustro y llegamos a las salas 1, 2 y 3

La sala 1 se agrupa en dos partes. La primera bajo el título de "De Nómadas a Sedentarios", se centra en los períodos Paleolítico, Neolítico y Calcolítico. La segunda, bajo el título de "Guerreros, Metalúrgicos y Artistas", se circunscribe a la Edad del Bronce.



Sala 1

Sala 2, "Poblados y Casas Circulares". Está centrada en la Edad del Hierro (800-60 a. C.). El hombre se hace sedentario y surgen los castros, poblados estables fortificados situados en lugares estratégicos.





Sala 2

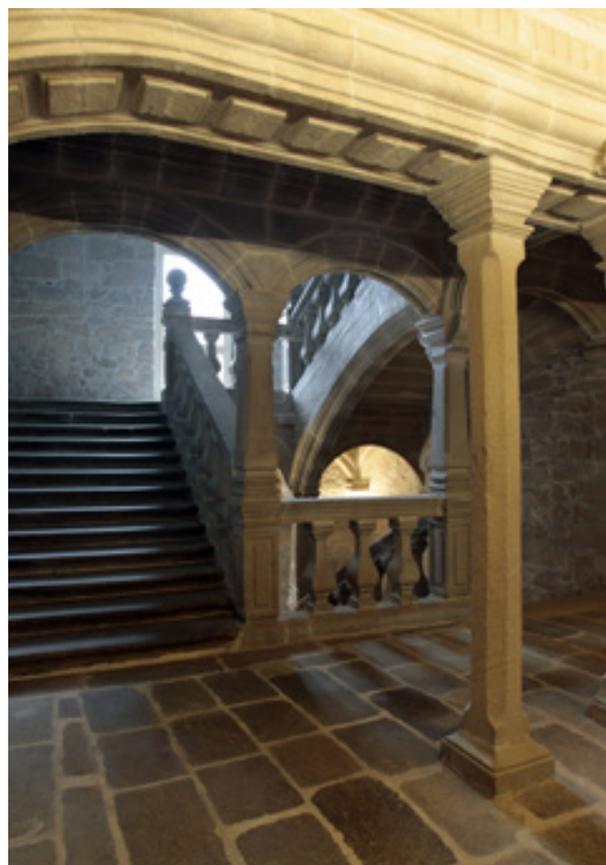
La extracción de oro de sedimentos de los ríos con la técnica del bateo suministró la materia necesaria para la elaboración de joyas en las que se combinaron las prácticas heredadas de la Edad del Bronce con la introducción de nuevas técnicas de influencia mediterránea, como el uso de la filigrana –hilos finos- o del granulado –pequeños gránulos que se unen mediante soldadura-. La plata y el bronce también fueron metales que se utilizaron para la fabricación de varios elementos de adorno personal.

Se expone el Tesoro de Caldas del que se conservan un peine, tres vasos, Ara a Edovius recientemente localizada en Caldas de Reis, veintiocho anillas-lingote macizas, tres lingotes-barra y seis fragmentos de lámina de tiras, la mayor acumulación de oro –14,9 kg de los más de 25 originales– conocida en la prehistoria europea) se entienden dentro del modelo desigual de organización social de los tiempos de la introducción de la metalurgia



Tesoro de Caldas

En la sala 3 está la exposición "Llegaron del Este", centrada en la importante presencia de los romanos en nuestra tierra. Los contactos de Roma con los pueblos del noroeste peninsular se remontan a la segunda mitad del siglo II a. C., mediante expediciones militares y contactos comerciales, especialmente en el área de las Rías Baixas. No obstante, la influencia romana fue mucho más rotunda



con la conquista y la pacificación efectiva del territorio por obra del emperador Augusto en el año en el año 19 a. C.

Subimos por la imponente escalera de piedra, construida en 1722, que comunica la planta baja del Edificio Sarmiento con la planta primera y con la planta segunda.

En la segunda planta se ubican diversas colecciones cerámicas y el legado Sánchez Mesas-Fernández de Tejada.

La sala dedicada a la cerámica de Sargadelos del siglo XIX muestra una selección de las casi 600 piezas que conforman la colección del Museo, una de las más importantes que existen consagradas a la producción de la factoría fundada en 1804 por Raimundo Ibáñez en el municipio de Cervo (Lugo). Esta iniciativa tuvo a favor parte de su infraestructura siderúrgica y, sobre todo, la calidad sobresaliente de los yacimientos de caolines existentes en las proximidades de Sargadelos. Esta fue la primera fábrica de loza moderna creada en España por iniciativa empresarial de carácter particular, convirtiéndose además en la pionera en la introducción en nuestro país del sistema de fabricación de loza fina.

En la segunda etapa José Ibáñez se asoció con Antonio Tapia para constituir la empresa Ibáñez y Tapia el 19 de mayo de 1835. Con la dirección del francés M. Richard, llegaron desde Turín, apostaron por la fabricación de loza fina en color blanco pintada a mano. También abordaron las primeras pruebas de estampación y policromía.



Fuente de Sargadelos de la 3ª etapa

En el año 1845, Luis de la Riva y Cía., de Santiago de Compostela, arrenda la administración de Sargadelos a la familia Ibáñez. Más de 1.000 familias llegaron a trabajar para la fábrica en 1849, de donde salían 205 carros y 22 buques de cabotaje con más de 100 hornadas de loza. Cuatro hornos distintos, 30 estufas, molinos, nueve grandes talleres, ocho prensas... verdaderamente fue la época dorada del primer Sargadelos. Entonces, se alcanzaron calidades y variedades excepcionales de vajillas y figuras bajo la dirección del británico Edwin Forester. Su maestría se debe a la introducción de la loza llamada china opaca o semi-china, diferenciada por la calidad de su factura y por la decoración con motivos florales, estampados en sepia y castaño y pintados con pincel en verdes, azules, amarillos y rosas. La familia Ibáñez recobra la gestión de Sargadelos, asociándose con los coruñeses Atocha y Morodo en 1873. Básicamente, se reproducen las piezas de la etapa anterior, pero sin alcanzar la misma calidad. Cesaron las inversiones en nuevas instalaciones y se prescindió de los expertos ceramistas extranjeros. Fue la etapa en la que las pérdidas ocasionadas por los pleitos familiares de los Ibáñez llevaron a Sargadelos hasta su cierre como empresa en el año 1875. Desde entonces hasta la recuperación de su legado en la segunda mitad del siglo XX, la historia de aquella formidable iniciativa y los testimonios de la belleza alcanzada en sus talleres se extendieron sin fronteras. En 1972, el perímetro de las antiguas Fábricas fue declarado Conjunto Histórico-Artístico.

En el mismo espacio se recoge la cerámica de Pontevedra, que nace en 1925 bajo la denominación de Cerámica Artística Gallega, tomando como referencia la experiencia de Sargadelos, pero buscando temas autóctonos. Este proyecto fue corto pues se cerró en 1926, el mismo año en el que arranca su segunda etapa que, con el nombre de Cerámica Celta, abarcó hasta 1968. Por su parte, la colección de cerámica española se muestra a través de una selección de los alfares nacionales más representativos: Manises, Paterna, Sevilla, Toledo y Talavera.

En 2010 se incorporaron al Museo las colecciones de arte contemporáneo y asiático-oriental creadas a lo largo de los años por sus donadores, el embajador D. Víctor Sánchez Mesas (Madrid, 1916-2003) y su esposa, D^a Sofía Fernández de Tejada y Ramírez de Arellano (Zafra, Badajoz, 1918-2010). La conforman un total de 191 piezas, 90 de arte del siglo XX, español, sobre todo, y 101 de arte asiático-oriental. compuesta por piezas de porcelana procedentes en su mayoría de China, con testimonios también de Tailandia, Birmania o Japón.

En las salas contiguas hay una gran colección de obras. Uno de los artistas más prestigiosos del pasado siglo como es Pablo Picasso aporta a esta colección un grabado titulado "Mujer Torero III". Joan Miró es otro de los representados en esta colección, con una litografía 34/50 del año 1953. Otro catalán, Antonio Tàpies, tendrá representación en el Museo de Pontevedra a través del grabado "Frapies". Obras del hijo de Rosalía de Castro, Ovidio Murguía, de Manolo Valdés, Rafael Solbes y Juan Antonio Toledo que formaban un grupo muy crítico con la sociedad del momento y con la forma de entender la historia del arte mezclando el clasicismo, con el pop art, los anacronismos y la ironía. Hay obras de Álvaro Delgado Ramos, pintó un "Retrato del Sr. D. Víctor Sánchez Mesas. Benjamín Palencia pintó un "Paisaje" que data del año 1959. Uno de los artistas más importantes del siglo XX como es Antonio Saura, "Montaje" de 1962. Claudio Bravo ("Autorretrato de espaldas" de 1976), Barjola ("Tauromaquia"), José Caballero, Canogar, Toni Clavé, Juana Francés ("Hominido"), Lorenzo Goñi ("Amazonas"), Evaristo Guerra ("Tarde de Primavera"), Guinovart, Hernández Mompó ("Gente en lana Cuaje" de 1967), Mateos ("Los Ciegos"), Millares, Sofía Morales ("Retrato"), Gerardo Rueda ("él Flan" de 1980), Eduardo Vicente ("Platero" y Toros "en Chinchón"), Salvador Victoria, Vilacasas, Viola o Fernando Zobel son algunos de los pintores representativos de esta importante colección de arte contemporáneo.

Un espacio dedicado a la figura de Manuel Quiroga Losada (Pontevedra, 1892-1961) violinista, actividad en la que alcanzó gran renombre internacional en su tiempo, siendo considerado junto con Pablo Sarasate, Fernando Palatín y Juan Manén, uno de los más grandes violinistas españoles de la historia. Su dilatada carrera como concertista internacional se vio dramáticamente truncada a los cuarenta y seis años. La tragedia tuvo lugar el 8 de junio de 1937 en Nueva York. Tras despedirse de José Iturbi en Times Square, de camino a sus respectivos hoteles, tras haber ofrecido un concierto juntos, Quiroga fue brutalmente atropellado por un camión. El resultado fue la pérdida de la movilidad progresiva de su brazo derecho, que pronto se convirtió en una parálisis, que le impidió seguir tocando el violín a nivel de concierto, a pesar de sus tenaces esfuerzos por recuperarse. Durante este tiempo se dedica a componer y a pintar.



Violín de Manuel Quiroga

Finalizamos en la sala Castela, donde se halla la producción artística de Alfonso Daniel Manuel Rodríguez Castela (Rianxo, 29 de enero de 1886 – Buenos Aires, 7 de enero de 1950) casi al completo. Narrador, ensayista,

dramaturgo, dibujante, médico y político, Castelao está considerado uno de los padres del nacionalismo gallego, llegaría a ser la figura más importante de la cultura gallega del siglo XX. Fue diputado en las Cortes de la Segunda República y tras la Guerra Civil española (1936-1939) formó parte del gobierno republicano en el exilio. Ocupando estas responsabilidades defendió un proyecto del estatuto de autonomía para Galicia, bajo una propuesta federal y plurinacional de España en la que se reconociese como naciones a Galicia, Euskadi y Cataluña. En 2011 la Xunta de Galicia declaró su obra como Bien de Interés Cultural inmaterial. Se exponen litografías, cuadros y ex-libris que forman parte de esta amplia colección que nos acerca a la vida y modo de pensar del intelectual gallego.



El museo cuenta con un espacio en el que están expuestas las 50 estampas originales del *Álbum Nos*, desaparecidas hasta 2016 y que, por falta de tiempo, ya no pudimos ver.

El grupo de alumnos con el profesor Antonio Giráldez en la sala Castelao.

Rematamos la vista y, a orillas del Lérez, subimos al autobús de regreso a Vigo. Satisfechos y agradecidos por la experiencia de haber sido los primeros en disfrutar de las enseñanzas de Antonio Giráldez, deseando que continúe como docente en el Programa Universitario de Mayores, aquí queda un recuerdo precioso, esperando poder acceder a nuevas materias impartidas por un profesor magnífico.

Vigo, 2 de febrero de 2022

Marina Troncoso
Presidenta de la Asociación de Alumnos
Aulas de Formación Abierta
Universidad de Vigo.



Sala Castelao

Obras como "O Tríptico dos Cegos" demuestran su interés por el tema de la ceguera. Recogen en diferentes escenas de personajes ciegos, una temática que Castelao reflejó repetidamente en su obra gráfica, condicionada seguramente por los propios problemas de vista de autor que lo dejaron casi ciego en los últimos años de su vida.

Se representan las figuras de los ciegos en primer plano, en grandes dimensiones y ocupando prácticamente toda la superficie, sobre unos fondos de paisajes gallegos tradicionales en las que, cuando hay personas, quedan reducidas a pequeñas figuras que no interfieren con los protagonistas.



ESCAPADA A CÓRDOBA

5 Y 6 DE MARZO 2022

CON NUESTRA PROFESORA
MARIÁNGELES DE VICENTE

Asociación de Alumnos & Alumni, UMA Comillas

AUDEMAMAC
UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS



Salimos de Madrid en el AVE, al llegar a Córdoba nos esperaba un autocar que nos llevó al paseo a orilla del Guadalquivir, desde allí fuimos andando hacia el Hotel El Conquistador, situado en un lugar privilegiado, justo enfrente de la Catedral-Mezquita. Una vez instalados, comenzamos el recorrido por la ciudad.

Empezamos por el barrio de la Judería, con sus estrechas calles encañadas, sus preciosos patios adornados de flores, plantas y sus fuentes en el centro. También hay que resaltar el encanto de sus plazuelas.

En el año 70 d/C, siendo emperador romano Vespasiano, su hijo Tito destruyó Jerusalén y expulsó a los judíos, dando lugar a una de las muchas diásporas que sufrirá el pueblo judío a lo largo de la historia. Muchos de ellos vienen a Hispania, estableciéndose en la Hispania Ulterior y, por el edicto de Caracalla, se les otorgó la categoría de ciudadanos. En la época musulmana es cuando consiguen su mayor esplendor. Los musulmanes les respetan por ser también "hombres del Libro".

La judería de Córdoba fue una de las más grandes e importantes de la península Ibérica, se la puede delimitar entre la Puerta de Almodóvar, la Mezquita-Catedral y el Palacio Episcopal.

En el paseo nos vamos encontrando con calles dedicadas a antiguas celebridades del mundo hebreo y árabe, como la **calle de Juda Leví**, una de las figuras más importantes de la literatura. Poeta, filósofo, místico, científico y médico. Nació en Tudela (no en Córdoba) hacia el año 1070, gran viajero que vino a Córdoba atraído por su cultura. Seguimos por la **calle de Albucasis**, que nació en Medina Azahara alrededor del 936. Gran médico y científico árabe



es considerado el padre de la cirugía moderna y el mejor cirujano de la Edad Media. Inventó instrumental para operar cataratas y también los fórceps. Fue médico de Abderramán III y curó de su obesidad al rey de Castilla Sancho "el craso", que llegó a pesar más de 200 kg.

Pasamos por la **Pl. de Maimónides**, Moisés Ben Maimón, para los judíos su segundo Moisés, que nació en Córdoba en el s/XII, durante la época de la dominación Almorávide. Judío sefardí, fue médico, filósofo, astrónomo y rabino, conocido como uno de los filósofos rabínicos más importantes en la historia judaica. De origen humilde inició sus estudios bíblicos y talmúdicos en Córdoba, así como filosofía y ciencia y conoció a los autores clásicos griegos a través de las traducciones árabes.

Con el Califato Almohade, tuvo que exiliarse con su familia a Fez. Ejerció de médico. En sus obras describe enfermedades como la diabetes, hepatitis, asma, etc. Fue médico del sultán Saladino y de la familia real y murió en El Cairo. La estatua de Maimónides se encuentra en la Pl. Tiberiades.

Seguimos el recorrido visitando la **Sinagoga**, en la calle de los Judíos, que data del s/XIV, único testimonio de la arquitectura religiosa hebraica en Córdoba y única de origen medieval en Andalucía. Su arquitectura es de estilo mudéjar. La sala de oración está decorada con atauriques, inscripciones de Salmos y yeserías. En un lateral de la primera planta se situaban las mujeres. Fue la última Sinagoga en España.



Con la promulgación del Edicto de Granada, los judíos son expulsados en 1492 y la Sinagoga se transforma en hospital. Más tarde, en el s/XVI, pasó a usarse como ermita. En el s/XIX se realizan reparaciones en el edificio, descubriéndose inscripciones hebreas, lo que dió lugar a un largo proceso de restauración para recuperar la Sinagoga.

Salimos de la Sinagoga y pasamos por el antiguo Zoco; hay que tener en cuenta que, junto con Constantinopla, Córdoba fue la ciudad más importante. En el Zoco se vendían sedas, perfumes, especias, etc.

A continuación, visitamos la **Capilla de San Bartolomé**, de estilo mudéjar del s/XIV, dentro de la judería. En la actualidad es la Facultad de Filosofía y Letras. Se entra por un patio en el que hay una enorme palmera. De planta basilical y nave única con bóveda de crucería. Se utiliza material de acarreo. Columna con fuste romano y capitel de estilo jónico. En las yeserías hay algunos atauriques con escritura **cúfica** y **nasji** con oraciones a Alá, aunque

se usan solo como elementos decorativos. También está decorada con estrellas y zócalos alicatados parecidos a los de la Alhambra.



La Puerta de Almodóvar será el fin del recorrido de la judería.

Continuamos el paseo por el barrio cristiano, pasando por el convento carmelita donde estuvo San Juan de la Cruz y por la casa de los padres de Góngora, poeta de la Edad de Oro de nuestra literatura.

Es ya la hora de comer y quedamos para encontrarnos a las 16 h. en la Mezquita-Catedral, en el Patio de los Naranjos



La **Mezquita-Catedral**, está asentada sobre una Basílica cristiana edificada en el s/VI, consagrada a San Vicente mártir, aunque no todos los arqueólogos e historiadores están de acuerdo. Una exposición arqueológica, excavación en la propia Mezquita, muestra fragmentos de un edificio que pudo ser visigodo.

La Mezquita fue construida por **Abderramán I**, perteneciente a la dinastía Omeya, que había escapado de Damasco después de ser asesinada su familia durante la

revolución abasí. Llegó a Córdoba, y, tras derrotar al gobernador abasí instauró en el año 756 el nuevo Emirato independiente de Damasco. La independencia será sólo civil ya que mantendrá los vínculos religiosos. Abderramán decide que la capital del Emirato sea Córdoba. Hacia el 786 comienza la construcción de la Mezquita, que se hace con material de acarreo, de ahí que las columnas sean diferentes unas de otras tanto por el color del mármol como por su altura. El muro de la qibla está orientado hacia el sur, no hacia la Meca. Consta de un patio para las abluciones, una sala de oración y el muro de la qibla donde se halla el Mihrab.



Sobre las columnas se apoyan dobles arcos, unos de medio punto y por encima otros de herradura. Los arcos están contruidos con mármol blanco y ladrillo rojo. Abderramán II, en el año 833 realiza la primera ampliación tirando el muro de la qibla. La población había aumentado y necesitaban más espacio. Las columnas nuevas no llevan basa y se decoran con capiteles de estilo islámico.

Abderramán III, en el año 929, desafía la autoridad religiosa de las dinastías rivales de los fatimíes y abasíes creando el primer Califato de Córdoba, y convirtiéndose en el primer califa Omeya de Córdoba. Ordenó la ampliación del patio de la Mezquita, manteniendo el oratorio y ordenó derribar el alminar sustituyéndolo por otro nuevo.

Como la población había aumentado mucho y para dar mayor rango a su califato fundó la ciudad palatina de Medina Azahara.

Al Haken, II, hijo de Abderramán III, ordenó ampliar el oratorio y mandó construir cuatro lucernarios para dar más iluminación interior a la Mezquita

La última ampliación la hizo **Almanzor**, a principios del s/XI. Se amplió la Mezquita hacia el este ya que el río Guadalquivir impedía hacerlo hacia el sur. Agrandó el oratorio y el patio. Por esas fechas en una de las periódicas incursiones anuales ("aceifas") de las tropas musulmanas, que llegó a Galicia robaron las campanas de la catedral de Santiago de Compostela y Almanzor ordenó que las trasladasen a Córdoba para ponerlas en la torre de la Mezquita, como muestra de su poderío militar.

En 1021 se disuelve el Califato de Córdoba, dando lugar a los primeros Reinos de Taifas. Con la victoria cristiana de la batalla de las Navas de Tolosa en 1212, comienza el fin de la dinastía almohade, dando lugar al derrumbe del poder y la aparición de diversos reinos de taifas.

Fernando III el Santo, con la conquista castellana de Córdoba en 1236, convirtió la Mezquita en Catedral católica,

bajo la advocación de la Virgen María y mandó devolver las campanas de nuevo a Santiago de Compostela.

La Catedral sufrió diversas modificaciones a través del tiempo. Lo más importante fue la construcción de la Capilla Real. En el s/XVI, en medio de la antigua mezquita, se levantó una gran nave cristiana. La construcción de la nueva Capilla Mayor de estilo renacentista propuesta por el obispo Alonso Manrique fue muy polémica, ya que el Concejo Municipal de Córdoba se oponía. Tuvo que intervenir el emperador Carlos V para que se realizara. La construcción estuvo a cargo del arquitecto Hernán Ruiz el viejo, tras su muerte la siguió su hijo Hernán el joven.

Después de 100 años de obras, concluye la Catedral el arquitecto Juan de Ochoa, que introduce aspectos manieristas, como la cúpula del crucero. En el transcurso de los años ha sufrido diversas restauraciones. Hay que resaltar la cúpula, la capilla renacentista de San Pablo y el coro del s/XVIII con sillería de caoba, obra de Pedro Duque Cornejo, sobrino de la Roldana.

Finalizada la visita de la Mezquita-Catedral nos dirigimos a la Iglesia de San Francisco. La ciudad se amplía y a estas zonas se las llamará axerquías o arrabales, llegan a ser más grandes que la Medina extendiéndose hacia el este. En estos arrabales se construyen las llamadas iglesias fernandinas, por ser el rey castellano Fernando III en el s/XIII, el que las fundó. Organizó siete divisiones en la Medina y siete en la axerquía.

Iglesia de San Francisco y San Eulogio. La dona Fernando III a la orden franciscana que la ocupa hasta la desamortización s/XIX. Su construcción de estilo gótico fue modificada por otra barroca y se recubren las paredes de yesería. El altar es de estilo barroco.

Hay una escultura impactante por su realismo que repre-



senta al "Ecce Homo" esculpido por Luisa Roldán (la Roldana), del s/XVII.

Acabamos las visitas del sábado a las 19 h. disponiendo de tiempo libre.

El domingo por la mañana nos dirigimos a la Iglesia de **San Miguel** pasando por la Pl. de las Tendillas, en su centro se encuentra la estatua ecuestre de Gonzalo de Córdoba "El Gran Capitán". Esta iglesia es una de las del grupo de "Iglesias Fernandinas". Su estilo es de la transición del románico al gótico ojival, casi cuadrada, su interior es de tres naves sin crucero, separadas por pilares. El retablo del altar mayor es de mármol rojo del s/XVIII. Tiene una puerta lateral de arco de herradura. La capilla funeraria es de forma octagonal, hay una pila bautismal de mármol en el

centro, con una venera dentro. Hay que resaltar también el rosetón.



De aquí nos dirigimos a la **Iglesia de San Lorenzo**.

Esta Iglesia fue construida sobre una mezquita en el s/XIII, en plena transición del románico al gótico.

En 1687 sufrió un gran incendio que ocasionó enormes daños en el templo. Se recubren las pinturas para preservarlas. Se construyen bóvedas de yeso estilo barroco. En el s/XX se realiza una restauración, devolviéndolo su antiguo estilo gótico-mudéjar, recuperando las pinturas murales y el rosetón, que estaban tapados.

La iglesia es de planta rectangular de tres naves sin crucero. En el ábside se conservan las pinturas del s/XIV, de estilo gótico italiano, que representan la vida de Cristo. Los lienzos del retablo, del s/XVII, representa la vida de San Lorenzo. Los nervios de la cúpula tienen pintados unos lagartos.

La torre rodea el minarete de la antigua Mezquita del s/IX.

Salimos de la iglesia vamos hacia la **Pl. de la Corredera**, llamada así por celebrarse en ella las corridas de toros.

Es de forma rectangular y estilo castellano con soportales y balcones en la fachada. Uno de los lados de la plaza es

diferente, pues cuando se remodeló la plaza en la época de Carlos II, la dueña de una casa se negó a irse, consiguiendo una orden del rey para salvarla y manteniendo la construcción que tenía. En la remodelación se encontraron mosaicos de la época romana y por tal motivo se cree que la plaza está levantada encima del antiguo Circo romano.



Callejeando llegamos a la **Pl. del Potro**, una de las más emblemáticas de la ciudad. En el centro hay una fuente con una escultura que representa un potro sujetando el escudo de Córdoba.

Pasamos por el Museo de Julio Romero de Torres, situado en el edificio del antiguo Hospital de la Caridad, contiene la colección de cuadros más importantes del pintor.

Acabamos el recorrido en el puente romano sobre el Guadalquivir protegido por la torre de Calahorra.

A partir de aquí tenemos tiempo libre. A las 17,15 h. nos recogió el autocar que nos llevó a la estación para regresar en AVE a Madrid, finalizando este magnífico fin de semana pasado en esta bella ciudad de Córdoba recordando el esplendor de tiempos pasados y disfrutando de sus monumentos.

El viaje ha resultado estupendo tanto por la compañía como por la organización y lecciones de nuestra querida profesora Mariángeles, tan encantadora y profesional como siempre. Desde estas líneas le doy las gracias en nombre de todos.



Texto: Pilar Pinilla Pasalodos
Fotos: Fco Javier del Moral Hndz

AUDEMAG, Asociación de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid

CRÓNICA CARNAVAL 2022



¡Llegaron los Carnavales! Y ADAYEUS no podía celebrarlo de otro modo que degustando el correspondiente cocido.

El lugar elegido en esta ocasión fue el Hotel Finisterre y el día fue el pasado 18 de febrero.

Un poco antes de las dos estábamos con ganas de reencontrarnos en la puerta del hotel. Después de pasar el control COVID, las puertas del Salón Victoria se abrieron para bajar las escaleras que dan acceso al salón.

El salón estaba impoluto. Las mesas preparadas para ocho personas, estaban perfectamente decoradas con flores naturales, que nos traían un poco de naturaleza al evento. Un salón perfectamente preparado para recibirnos después de tanto tiempo de pandemia.

Una vez sentados, aparecieron por las escaleras unas simpáticas mariquitas que dieron un toque de alegría y que venían con unas enormes ganas de divertirse. También apareció algún que otro choqueiro que mismo parecía que venía de la calle de La Torre. Y máscaras, de lo más variopinto. Todos colaboraron a ambientar la fiesta que celebrábamos.



Antes de empezar a comer, la Presidenta, Marisa Mauriz, se hizo con el micro para darnos la bienvenida y presentar a los miembros de la Junta Directiva. También nos dio un adelanto de las actividades que próximamente programará Adayeus. Hubo aplausos, lo que demuestra satisfacción entre los que allí estábamos.

A continuación, los camareros hicieron acto de presencia para servirnos, primero la correspondiente sopa de cocido para abrir boca y después los platos ya servidos con el cocido propiamente dicho. Este tenía todos los ingredientes: costilla, lacón, falda de ternera, cachola, chorizo..., además de grelos, garbanzos y patatas. De postre, como manda la

tradicción, orejas y filloas rellenas. Y para ayudar a digerir, no podía faltar un buen vino, el cual se podía elegir entre blanco o tinto.



En definitiva, teníamos ganas de recuperar tiempo perdido y en vista de la alegría que se respiraba en el ambiente, lo conseguimos.

A la Vocalía de Viajes Culturales y Eventos ya no me quedan palabras nuevas para daros las gracias, pero si deciros que nos gustaría repetir pronto, ¡si la pandemia nos lo permite, claro!

Loli Domínguez
Secretaria ADAYEUS
Asociación de la Universidad de A Coruña



ACTIVIDADES



Dentro de las actividades que se programan desde la Asociación PERITIA ET DOCTRINA de la ULPGC, a continuación, compartimos las que se han realizado durante el mes de Enero y primeros días de Febrero 2022.

CONFERENCIAS

PODERES PREVENTIVOS Y ORDENACIÓN SUCESORIA

Ponente:



D. Alberto Blanco Pulleiro.
Notario y Registrador.

LA MANIFESTACIÓN ANTICIPADA DE LA VOLUNTAD TESTAMENTO VITAL

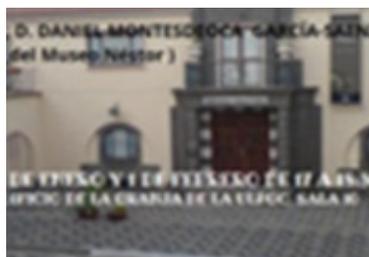
Ponente:



Dña. Carolina Perera García.
Jefa Servicios de Normativa y Estudios de la Consejería de Sanidad Gobierno de Canarias.

NÉSTOR, MÁS QUE UN PINTOR

Ponente:



D. Daniel Montesdeoca García Sáenz.
Director del Museo NÉSTOR.

**Asociación de Alumnos Peritia et Doctrina
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria**

SALIDAS CULTURALES

HISTORIA DE LA BARRIADA DE GUARARTEME



MIRADORES DE LAS COLORADAS

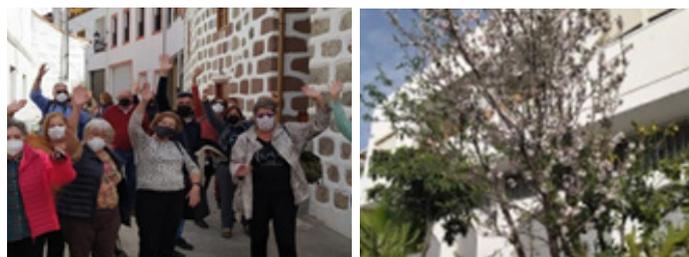


TEJEDA



Ruta del almendro en flor y centro plantas medicinales.

El día 4 de Febrero 2022, dentro de las salidas culturales programadas por la Asociación PERITIA ET DOCTRINA de la ULPGC, nos acercamos al pueblo de Tejeda. Lugar que ostenta la denominación de uno de los pueblos más bonitos de España.



Allí pudimos contemplar su belleza. Visitamos el Centro de Interpretación de Plantas Medicinales así como parte de la ruta del almendro en flor. También un recorrido por el casco histórico y lugares de interés. Una comida de confraternización fue el epílogo a esta salida de cultura y convivencia.

CAMINO PRIMITIVO SANTIAGO 2022



El 5 de marzo hemos comenzado, mejor dicho, hemos continuado con la tercera etapa del camino primitivo que comenzamos en febrero de 2020, antes de la pandemia.

Un total de 50 socias y socios de ADAYEUS partimos a las 8:00 h. de la mañana, en autobús, hacia Cádavo, lugar de comienzo de esta tercera etapa. El tiempo nos acompañó durante casi toda la jornada. Después de caminar durante 8,6 kilómetros, tuvimos una parada intermedia en Castroverde, para continuar durante otros 6,4 kilómetros aproximadamente, hasta llegar a Vilar de Cas, final de esta etapa, sobre las 14,30 de la tarde.

La comida tuvo lugar en el restaurante Pereira en Castroverde, y tuvimos la sorpresa de encontrarnos, comiendo en ese mismo lugar, con una familia de refugiados ucraniana que acababa de ser recogida por dos vecinos de la localidad, en la frontera de Polonia con Ucrania, con motivo del comienzo de la guerra entre Rusia y Ucrania.

Después de comer nos dirigimos a conocer la iglesia de Vilabade, dedicada a Santa María, que data del siglo XV, conocida en la zona como LA CATEDRAL DE CASTROVERDE, y constituye un valioso ejemplo de estilo gótico en Galicia, con elementos en fachada del barroco y neoclásico y una sola nave abovedada, destacando en el interior la imaginería y altar del siglo XVI, así como frescos difíciles de identificar muy deteriorados e incompletos, ya que carecen de elementos que se han perdido debido a la humedad. Fue declarada monumento histórico-artístico de carácter nacional, el 16 de noviembre de 1979, y en la actualidad cuenta con el estatus de Bien de Interés Cultural. A su lado se encuentra el Pazo de Vilabade, edificio del siglo XIV, reedificado en 1760 por los descendientes de la familia Osorio.



Entre los dos edificios, forman un atractivo conjunto monumental, único en Galicia. Se mantiene la tradición que describe que fue creado por San Francisco de Asís, concretamente en el año 1214, cuando volvía a Oviedo tras recorrer el camino primitivo a la tumba del apóstol, seguido de varios discípulos, entre ellos Fray Bernardo de Quintavalle.

Ya a las 18,30 tomamos camino de vuelta a casa, habiendo pasado un precioso día.

Marisa Mauriz
Presidenta Adayeus
Asociación de la Universidad Sénior de A Coruña



ENSAYO ABIERTO ORQUESTA CIUDAD DE GRANADA



El viernes 25 de febrero, ALUMA inicia una nueva actividad cultural, relacionada con la música. Un grupo de 25 personas asistimos a un ensayo abierto de la Orquesta Ciudad de Granada. Lo temprano de la hora chocaba pensando que íbamos a un concierto, pero fue algo más. Vimos cómo se prepara un concierto, a la vez que disfrutamos de la música. Todo más cercano: vestimenta informal en los miembros de la orquesta, proximidad a los músicos y un número reducido de espectadores que sentíamos que iba dedicado a nosotros.

Jean Sibelius. Finlandia, Op.26
 Pelléas et Melisande, op. 46
 Edvar Grieg. Suite Holberg, op. 40
 Peer Gynt, suite núm. 1

El repertorio inicial parecía una premonición cuando lo programaron. Desde su primera aparición en 1899, el poema sinfónico Finlandia fue considerado como un estándar musical del independentismo finlandés. Finlandia siempre fue un obstáculo para las ideas expansionistas del zar Nicolás II. Con esta obra, Sibelius, quiere contribuir a la Celebración de la Prensa, una manifestación para protestar contra la censura impuesta por el Imperio ruso. Arranca de una manera dramática y sombría, poco a poco adquiere un carácter épico para terminar con un tono de serena majestuosidad.

Con Pelléas et Melisande, op. 46, Sibelius pone música a una obra de teatro del francés Maurice Maeterlinck, como ya habían hecho otros muchos compositores. Su éxito le

llevaría a incluir nueve de los diez movimientos en una suite sinfónica del mismo nombre.

En Peer Gynt, Grieg pone música al poema dramático homónimo del Henrik Ibsen. Como sucede con la obra Pelléas et Melisande, su éxito lleva a incluir el contenido musical creado en dos suites que se interpretaban separadas del teatro.

Con la Suite Holberg, op. 40, Edvar Grieg contribuye al homenaje del escritor Lidvin Holberg en el segundo centenario de su nacimiento. Obra basada en formas de la danza barroca, un ejemplo de la música del siglo XIX que hace uso de estilos y formas de siglos anteriores, esto será muy común en la época, aunque ya habrá compositores como Richard Wagner que, con su ópera Tristán e Isolda, inicia la ruptura con la armonía y la tonalidad tradicional y posibilitará la aparición de otras composiciones musicales.

En hora y media transitamos emocionalmente de la calma a la viveza, y viceversa, llevados por el sonido de los instrumentos de cuerda, aire y percusión.

Una experiencia para repetir y que pretendemos llevar a cabo en el próximo ensayo abierto del 18 de marzo.
 Manuel Corrales

*Alumno del APFA y Vocal de Cultura de ALUMA
 Asociación de la Universidad de Granada.*



CRÓNICA VISITA AL MUSEO ARQUEOLÓGICO DEL CASTILLO DE SAN ANTON



Las cuarenta personas que fuimos al Castillo de San Antón el jueves 10 de febrero, nos trasladamos en el tiempo al visitar el museo que alberga.

El castillo es museo desde el año 1968 y tuvo varias funciones: defensiva, prisión y también lazareto y de todas guarda recuerdos.

Comenzamos el recorrido en el Patio de Armas en donde se exhiben piezas de la Edad Media y de inmediato pasamos a las diferentes salas.



En el museo se diferencian tres niveles; en la parte baja alberga las salas dedicadas a la prehistoria, la romanización y la cultura de los castros celtas. Es de destacar la reproducción de una barca viquinga a tamaño natural hecho con mimbre y cuero.

Llama mucho la atención el aljibe, que es un sistema de recogida de aguas de lluvia que se hizo para abastecer a sus habitantes en los días de asedio.

El nivel intermedio está dedicado a la historia de nuestra ciudad en donde estaba la casa del gobernador, la capilla,



salas con diferentes armas... y en la parte exterior las garitas y los cañones.

Por último, en el nivel más alto está la terraza, a la que se accede por una escalera de caracol. Desde allí las vistas de A Coruña son impresionantes, y un mural cerámico de Sargadelos en el que se recogen episodios de nuestra ciudad.



En definitiva, es un buen legado histórico que recomendamos visitar por su valor cultural

Loli Domínguez - Secretaria ADAYEUS
Asociación de la Universidad de A Coruña

CONOCIENDO NUESTRA TIERRA

Aracena y Rio Tinto, 11-13 marzo 2022



Y por fin llegó el día!!! iniciamos nuestro viaje con dirección Aracena, nos espera un viaje largo pero se hace con ilusión, tras una breve parada para descansar, llegamos directamente para realizar la visita a la Gruta de la Maravillas, descubrimos una sorprendente cueva, gran desconocida y para asombro del grupo una de las más espectaculares de España, encontramos varios niveles y se puede admirar las diferentes formaciones producidas a lo largo de los años, uno de nuestros guías, Raúl nos explica apasionadamente los entresijos de la historia de la gruta con detalles, ya que sus conocimientos adquiridos fechan desde el año 1983, cuando empezó tu relación laboral con la gruta, asimismo y como anécdota observamos la única planta superviviente, se trata de una variedad de helecho, donde la combinación de las corrientes de aire junto con la luz artificial, se ha aclimatado perfectamente.

Terminamos nuestra visita cansados y a la vez sorprendidos, nos dirigimos a nuestro restaurante junto a la gruta, tras el almuerzo nos encontramos con Ana que nos hará de guía el resto del día paseamos por Aracena donde pudimos ver la Iglesia situada junto al Castillo y pudimos conocer el centro de Aracena, una vez finalizada nos dirigimos al hotel para descansar de tan intenso día.



Al día siguiente, como viene siendo habitual, madrugamos para desplazarnos a Jabugo junto con nuestra guía Ana, para conocer la DOP (denominación de origen protegida) Jabugo y todos los procesos que conlleva para otorgar dicha denominación, donde tuvimos el privilegio de manos del experto campeón nacional de corte, Miguel Prieto, saber de primera mano el proceso de corte y conservación, asimismo nos deleitamos con una cata sensorial de tan apreciado producto gourmet, seguidamente nos dirigimos al secadero donde apreciamos el proceso de salado y mantenimiento hasta su consumición final. Con el sabor del Jamón en nuestro paladar, subimos al autobús para desplazarnos a nuestro restaurante donde almorzamos para seguidamente, realizar una visita sorprendente y espectacular del pueblo, Almonaster la Real, donde dando un paseo a pie, y bajo unas ligeras gotas de lluvia llegamos a su punto estrella, la Mezquita de Almonaster la Real,

construida sobre una basílica visigoda del siglo V, hoy en día se utiliza para la realización de varios eventos y actividades, así como ceremonias. De regreso pudimos dar la vuelta por su muralla, y visitar la iglesia hasta llegar a nuestro autobús, que nos esperaba para el traslado a Peña de Arias Montano. Y aquí la ligera lluvia que nos acompañó en Almonaster, se convirtió en niebla, y nos quedó la emoción al no poder admirar sus vistas desde su mirador, y tras unas breves compras pusimos rumbo al hotel para el tan merecido descanso.



Y sin darnos cuenta, llegamos a nuestro último día, donde gracias al fabuloso tiempo que nos acompañó pudimos disfrutar de las Minas de Riotinto, entre el museo y las explicaciones de nuestra fabulosa guía local Laura, apreciamos el famoso río con su color tan característico a bordo del tren, donde paseamos durante 90 minutos deleitándonos con sus paisajes y colores a lo largo del recorrido. Finalizado el recorrido, nos bajamos del tren y Laura, nuestra guía, nos dirigió a la mina Peña de Hierro, donde se distinguía perfectamente los cambios de tonalidad de la piedra, una vez finalizada la visita pusimos rumbo a Granada, con nuestra parada para el almuerzo, donde dimos por finalizado nuestro viaje.

Una vez más ALUMA, pone al alcance de sus socios a través del programa "Conociendo nuestra tierra" la cultura, el paisaje y monumentos de Andalucía.

José Rodríguez Sánchez
Presidente de ALUMA
Asociación de la Universidad de Granada

VISITA A LA EXPOSICIÓN FORTUNY MADRAZO



Dentro de las actividades programadas por ALUMA, el 24 de febrero de 2022, hemos realizado una visita guiada a la Exposición de Mariano Fortuny Madrazo.

Nuestra guía Ana nos recibe en la puerta del edificio de la Fundación Caja Granada y va explicando la vida y obra de este gran pintor, escenógrafo, diseñador de ropa, lámparas y textil, fotógrafo y cineasta.

Mariano Fortuny Madrazo nace en Granada en 1871, en la Fonda de los Siete Suelos, cerca de la Alhambra, en el seno de una de las familias artísticas más importantes del siglo XIX, su padre, Mariano Fortuny Marsal, pintor muy reconocido estaba casado con Cecilia de Madrazo.

Poco después del nacimiento de Mariano se trasladaron a una casa más amplia con jardín en el barrio del Realejo. En esta época su padre muestra interés por los gitanos del Sacromonte como Carmen Bastián, una atractiva gitana, que posó para él en numerosos cuadros, pintando escenas costumbristas como el cuadro «Almuerzo en la Alhambra» donde aparece su hijo Mariano.

Tras la muerte prematura de su padre en 1874, y el traslado de la familia Fortuny de Roma a París, su abuelo Federico de Madrazo hace lo posible para que su nieto se ejercite en la pintura y bajo la tutela de sus tíos maternos, Raimundo y Ricardo de Madrazo, copia las obras de su padre, visita galerías, museos y aprende de los grandes maestros de la historia del arte.

Fortuny protagoniza una de las más importantes renovaciones de la escena teatral del siglo XX a través del uso de un aparato, patentado por él, la «Cúpula Fortuny», y un sistema de iluminación basado en el uso de luz difusa e indirecta. Aplicado de manera completa por primera vez en 1906 en el teatro privado de la Condesa de Béarn en París será utilizado posteriormente en numerosos teatros

Europeos, entre ellos la Scala de Milán. Será en este teatro donde se represente La Vida Breve de Manuel de Falla en 1934 con escenografías de Mariano Fortuny inspiradas en su ciudad natal, Granada.



Realizará trajes de gran calidad y variedad, destaca su fidelidad en la reproducción de modelos históricos, de los que es buen ejemplo el vestuario que diseñó para el Otello de William Shakespeare, representado en la plaza del Palacio Ducal de Venecia en 1933 que será reutilizado por Orson Welles en la versión cinematográfica de esta obra.

Un apoyo fundamental en todo este proceso fue su mujer Henriette Nigrin (1877-1965), a la que conoció en París y con la que compartía un interés especial por el diseño y la estampación textil. Ambos crearon el vestido Delphos realizado en seda plisada y ondulada con una técnica patentada en 1909. Lo lucieron aristócratas, intelectuales, artistas como Isadora Duncan y Geraldine Chaplin que lo donó al Museo del Traje y ha terminado por ser considerado una obra de arte. Cada vestido se vendía enrollado y envuelto en una caja de cartón diseñada por el propio Fortuny.

Empleará distintos sistemas de estampación textil, primero el realizado de forma directa en el tejido con matrices de madera tintados y acabados a mano y más tarde la serigrafía, usando plantillas directas e indirectas.

Junto a Henriette realizará numerosos viajes que le llevarán desde las islas griegas hasta Egipto y Sudán donde registrará, a través de su cámara, los grandes monumentos de las antiguas civilizaciones. En estas experiencias viajaras desarrollará una de sus principales aficiones como fue la fotografía y posteriormente la cinematografía.

En 1929 visitará España en un recorrido que le llevará a Barcelona, Madrid, Toledo, Segovia, Ávila, Córdoba y especialmente Granada donde recorrerá los lugares asociados a su primera infancia.

Fue Cónsul de España en Venecia, donde falleció el 3 de mayo de 1949

Lola Cabello
Alumna del APFA y socia de ALUMA
Asociación de la Universidad de Granada.

ACTIVIDADES PLATAFORMA ÚLTIMO TRIMESTRE



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

ENERO

- Francisco Pradilla (1848 - 1921): 1er centenario
- Francisco Pradilla (II)
- Claves para realizar una buena cata de vino
- Francisco Pradilla (III)
- Consejos para maridar todo tipo de vinos

FEBRERO

- Signal: conoce una de las apps de mensajería más seguras
- Conoce qué es el Metaverso y cómo va a impactar en nuestra vida
- Descubre el buscador de internet que no deja rastro: DuckDuckGo
- ¿Cómo combatir la infodemia? Desmontando la pandemia de la información falsa
- Amazon paso a paso: compras sin salir de casa
- La salud como rutina. La posición de los hombros y su relación con la tensión en las cervicales
- La salud como rutina. La movilidad torácica y la capacidad respiratoria
- Crea vídeos con tu móvil: inShot y PowerDirector

MARZO

- Gestiona tus contraseñas de manera segura
- La salud como rutina. La zona lumbar, algo más que unas molestias cada vez que me levanto de la cama
- Mujeres en la escena: María Guerrero
- Amenazas informáticas más habituales
- Métodos de protección para dispositivos electrónicos
- Conoce Genially la herramienta con la que preparar los contenidos más originales
- Mujeres en la escena: Emilia Pardo Bazán - El teatro de la Condesa
- Mujeres en la escena: Margarita Xirgu
- Claves para empezar a crear tu identidad digital
- Uso práctico de Gmail: organiza tu correo a tu medida
- Mujeres en la escena: María Teresa León
- El Podcast o radio bajo demanda: consume el contenido que más te interesa
- Controla las copias de seguridad de tus dispositivos
- Mujeres en la escena: María Lejárraga
- Busca contenido e inspírate con Pinterest

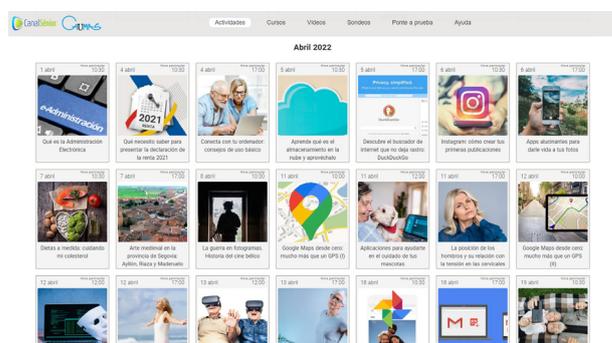
Próximas actividades

- Instagram: cómo crear tus primeras publicaciones
- Un repaso de cine. La guerra en fotogramas. Historia del cine bélico
- La guerra de Ucrania y la seguridad europea
- LinkedIn: cómo ampliar tu red de contactos y localizar grupos de interés
- Un repaso de cine. El western o las de indios y vaqueros

- ¿Quién dijo que TikTok es sólo para jóvenes? Descubre la red social de moda
- Un repaso de cine. Películas del cine negro
- Descubre cómo funciona Telegram, la alternativa a Whatsapp
- Un repaso de cine. El terror de las pantallas
- Albrecht Dürer (Durero en su Aniversario)
- Edita tus fotos y vídeos de una forma fácil y sencilla con inShot y Snapseed
- Un repaso de cine. El musical: del teatro a la pantalla y viceversa
- Relaciónate con tus vecinos gracias a Nextdoor
- Albrecht Dürer (Durero en su Aniversario) II
- Encuentra pareja gracias a estas aplicaciones móviles
- Albrecht Dürer (Durero en su Aniversario) II
- CONGRESO ANUAL CAUMAS

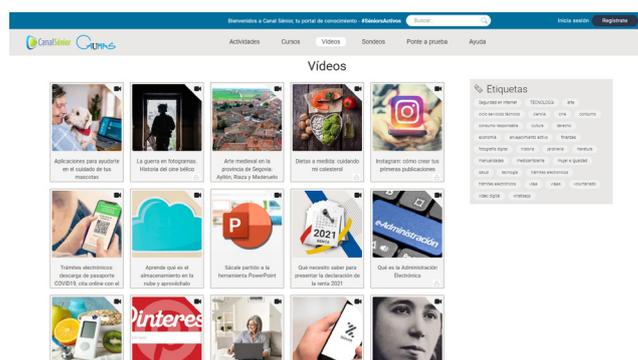
Puedes apuntarte a las próximas actividades en:

<https://caumas.canalsenior.es/agenda>



También puedes ver los vídeos de las actividades pasadas en:

<https://caumas.canalsenior.es/category/videos>



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.



**TRABAJAMOS
JUNTOS**

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 ASOCIACIONES

Con el impulso y la dedicación de la Secretaría Técnica, CAUMAS facilita a sus Asociaciones 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

EL LEGADO ROMANO DE LUGO



Autor: Lloréns Fernández Carlos

Universidad: Universidad de Vigo

Campus Universitario: Campus de Vigo

Tema: Historia

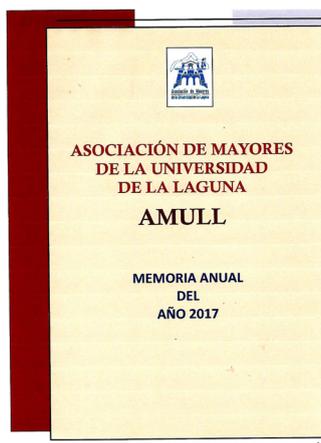
Descripción:

Las excavaciones mostraron en los niveles más antiguos huecos y agujeros para clavar postes que indican la construcción de un Campamento Militar, datado por lo menos en la época atribuida a las monedas de Caetra (25-20 a.C.). Todo apunta pues a que el Emperador Augusto mandó instalar un Campamento en un bosque sagrado, utilizado por...

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/el-legado-romano-de-lugo/>

MEMORIA ANUAL AMULL 2017



Autor: Hernandez Pérez Antonio

Universidad: Universidad de La Laguna

Campus Universitario: Campus de La Laguna

Tema: Sociología

Descripción:

La Universidad puede dar respuesta a aquéllos que creen que los años no son obstáculo para seguir haciéndose preguntas. La Universidad ofrece alternativas a todas aquellas personas que, con estudios superiores previos o sin ellos, encuentren placer en el estudio y en el conocimiento. Nunca es tarde para aprender

Enlace a la Biblioteca:

<https://caumas.org/articulo/memoria-anual-amull-2017/>

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



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