

NÚMERO 283 / 2009

60

y más



| NOTICIA

El Gobierno invierte 169 millones para los Programas de Turismo Social del IMSSERSO

| A FONDO

Gripe A, la prevención es la mejor medida

DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES RURALES

15 DE OCTUBRE



El Día Internacional de las Mujeres Rurales fue instaurado en la reunión de la Plataforma Mundial de las Mujeres celebrada en Beijing en 1995. Desde entonces, se celebra en todo el mundo con actos y declaraciones de gobiernos y organismos internacionales, que promueven iniciativas para “visibilizar” y dar protagonismo a las mujeres rurales.

Para el Ministerio de Medio Ambiente, y Medio Rural y Marino la contribución de las mujeres rurales al mantenimiento de los territorios vivos es esencial. Para avanzar en la participación femenina en la toma de decisiones, es imprescindible mejorar su situación laboral y fomentar sus oportunidades educativas, culturales y de tiempo libre. Por eso, junto a los ministerios de Sanidad y Política Social, y de Igualdad, queremos compartir este Día con las mujeres debatiendo sobre los problemas más relevantes y explicando las respuestas de las administraciones. Nuestro compromiso es encontrar soluciones para aumentar la calidad de vida de las mujeres.

60

y más



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL



CONSEJO EDITORIAL

Pilar Rodríguez, M^a Eugenia Zabarte, Pablo Cobo, Ángeles Aguado, Julio Murciano, M^a Luz Cid Ruíz, Milagros Juárez e Inés González.

DIRECTORA

Inés González.

REDACTORES

Juan M. Villa y Rosa López Moraleda.

MAQUETACIÓN

Francisco Herrero Julián.

FOTOGRAFÍA

M^a Ángeles Tirado Cubas.

PORTADA

Archivo.

ADMINISTRACIÓN

Víctor Manuel Bodipo Tango y Concha Largo Rodríguez.

COLABORADORES

Araceli del Moral, Andrea García, Ana Fernández, Roberto Carlos Mirás, Franco Voli y Tomás Castillo.

CONSEJO DE REDACCIÓN

Inés González, Juan M. Villa y Rosa López Moraleda.

EDITA IMSERSO.

Avda. de la Ilustración s/n., c/ Ginzo de Limia, 58. 28029 Madrid.

DIRECCIONES DE INTERNET

www.imserso.es

REDACCIÓN

Avda. de la Ilustración s/n., c/v a Ginzo de Limia, 58. 28029 Madrid
Tel.: 91-363 86 28. Fax: 91-3638973.

ADMINISTRACIÓN Y SUSCRIPCIONES

Tel.: 91 363 86 28

DEPÓSITO LEGAL

M 11.927-1985.
NIPO: 661-09-014-4.
ISSN: 1132-2012.
TIRADA: 71.000 ejemplares.

IMPRIME

Altair (Impresia Ibérica)
Ctra. N-IV a Seseña, Km. 2,700
45223 Seseña - Toledo.
Tel.: 91 8957915.

Número 283 | Septiembre 2009

Sumario

más al día

6| NOTICIA

El Gobierno invierte 169 millones para los Programas de Turismo Social del IMSERSO.

24| ACTUALIDAD

Exposición de la Porcelana de Meissen.

58| MAYOR GUÍA

más información

8| REPORTAJE

Explorando la convivencia intergeneracional.

14| ENTREVISTA

Nereo López, la mirada fascinante de Colombia.

18| A FONDO

Gripe A, la prevención es la mejor medida.

46| INFORME

El arte de ser abuelo.

52| MAYORES HOY

José Luis García Suárez, ciudadano del mundo.

más actividad

38| CALIDAD DE VIDA

Una actitud positiva ante la enfermedad, es la mejor medicina.

42| EN UNIÓN

Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Ex alumnos de Programas Universitarios.

más a fondo

29| CUADERNOS

Curso: Género, Envejecimiento y Autonomía Personal. Presentación de la Guía 2009 sobre Servicios de Atención Residencial para Personas Mayores.

más fijos

37| PUBLICACIONES

62| OPINIÓN



6/7 La Noticia



8/13 Reportaje



38/41 Calidad de vida

Las colaboraciones firmadas expresan exclusivamente la opinión de sus autores sin identificarse en todos los casos con la línea editorial de la revista. La revista no se compromete a publicar ni a mantener correspondencia sobre los originales que se envían.

Suscripciones sólo por fax: 91 363 89 73, o por carta:

Sesenta y más

Avda. de la Ilustración, s/n. c/ Ginzo de Limia, 58. 28029 Madrid.

TELÉFONOS DEL IMSERSO PARA CUALQUIER INFORMACIÓN:
Centralita: 91 363 88 88
Información: 91 363 89 16/17/09

PREMIO A LA MEJOR INICIATIVA PÚBLICA

No es lo mismo ser una persona mayor en una ciudad que en un pueblo. Ambas tienen reconocidos los mismos derechos pero, en el ámbito de los servicios sociales, las personas de edad urbanas cuentan con una oferta disponible más amplia y diversa que las que viven en hábitats rurales, donde la titularidad del derecho no siempre lleva aparejada su realización.

Hace unos meses, el IMSERSO puso en marcha el portal web “Enclaverural.es” acorde con su objetivo prioritario de fomentar iniciativas, tanto privadas como públicas, que favorezcan la implantación de servicios sociales de proximidad en pueblos pequeños.

En el medio rural están surgiendo experiencias de intervención social de gran calidad que necesitan ser dadas a conocer por su capacidad para ser trasladadas y reproducidas en otras zonas rurales del Estado donde existan necesidades similares. Este ha sido el *leit motiv* que ha animado al IMSERSO a crear en INTERNET un espacio virtual en el que queden registradas aquellas iniciativas que acrediten su capacidad para responder a las necesidades de las personas mayores del mundo rural, y las buenas prácticas con que llevan a cabo su intervención social. Este es el portal web “Enclaverural.es”: un enclave gratuito, solidario y abierto al intercambio de experiencias, a la reseña de buenas prácticas; un enclave de información y un enclave de estímulo para fomentar los servicios sociales en el medio rural.

Y esta pequeña iniciativa, acogida con entusiasmo por los empleados públicos a quienes se confió y por los actores operantes en las zonas rurales, ha concitado sinergias que, en poco tiempo, han dado frutos importantes: hacer visibles las necesidades de las personas mayores en el mundo rural, mostrar las respuestas más eficaces que se están dando; valorar su repercusión en la creación de empleo y ponderar su contribución al desarrollo sostenible de los municipios rurales.

Para un organismo público destinado a diseñar políticas sociales que redunden en el bienestar de toda la población, tanto urbana como rural, la trayectoria de “Enclaverural.es” y el interés que ha despertado entre los profesionales de los servicios sociales en tan sólo unos meses son el mejor premio. Pero, además, un grupo empresarial privado, el grupo Bayard, que edita, entre otras, una publicación específica para personas mayores, ha concedido al IMSERSO el Premio “Plus es más” a la Mejor Iniciativa Pública del año 2009 por la creación del portal web “Enclaverural.es”.

Los nietos ayudan a vivir

Hay un dicho que dice que los mayores nos volvemos igual que los niños. Quién me iba a decir, que iba a disfrutar de los momentos que no pude tener en mi niñez y recordarlos como en un sueño. Pero en este caso real suelo pasar temporadas, con mi esposa y con mi nieta, en el pueblo que me vio nacer y donde pasé toda mi infancia. Para matar el tiempo he preparado en el pueblo una huerta, donde paso todas las mañanas entretenido. Es aquí donde se suscitan mis recuerdos; porque la mayoría de los días, alrededor de las 11:30, oigo gritar a mi nieta: “aitite, te traigo el bocadillo”; evidentemente viene con su amona (abuela). Estos momentos me recuerdan cuando yo tenía su edad y también iba a ver a mi padre. Pero aquí está la diferencia; yo no iba a llevar bocadillo, sino a ver si él me daba algunas ciruelas, manzanas, etc. Como quiero ser optimista, no seguiré por este camino. Sólo decir que los nietos, aunque tengas momentos de mucho agobio, vienen al menos a la hora de las comidas. Son más las satisfacciones, al menos en mi caso; aunque me figuro que será para todos en general. Quiero además decir que mi mujer, desde que está con mi nieta, se ha quitado unos años de encima. Tuvo una época de depresión y pasó unos años fastidiada. Ahora está mucho más joven, más alegre y pendiente de su nieta. Para que digan que los nietos no ayudan a vivir.

Doroteo Cuevas Cuevas
Erando (Vizcaya)

El día de los abuelos

En uno de los números de la revista “60 y Más”, en el apartado de Cartas, escribe un abuelo como yo que quería saber si los abuelos tienen un día como suyo; el nombre de este señor

Al IMSERSO desde el lejano y milenarío Perú

Un saludo cordial desde el lejano y milenarío Perú. Aprovecho para saludarles y felicitarles por su brillante labor en bien de las personas adultas mayores. Tengo el gusto y la enorme satisfacción de seguir de cerca sus importantes acciones, porque un amigo me proporciona mensualmente la interesante revista “60 y Más” que ustedes acertadamente editan, y que tienen el buen criterio de difundirlo a nivel mundial. Realmente les admiro por esa gran mística que tiene todo su equipo de trabajo, por lo que desearía que les transmita mi felicitación y admiración a todos ellos, por este noble desprendimiento de apoyo a personas tan importantes como son los adultos mayores. Siento mayor satisfacción cuando observo la labor del IMSERSO, porque también tengo la función de Coordinador Nacional de Adultos Mayores en el Instituto Peruano del Deporte. Mi principal labor es elaborar, ejecutar y supervisar todos los proyectos deportivo recreativos dirigidas a los adultos mayores de todo el Perú. Contiene una gama de actividades físicas que están especialmente adaptadas a este grupo, que se aplican con enfoque recreativo y les otorga los medios para mantener, mejorar y/o recuperar sus capacidades físicas básicas, canalizando el buen uso de su tiempo libre y desarrollando una mejor calidad de vida. En Perú hay muchísimas cosas por hacer para estas personas y cada día tratamos de mejorar y tenemos la oportunidad a través de internet y de la revista “60 y Más” de los principales logros y avances, lo cual a su vez, nos sirve de referente para que nosotros podamos imitar estos importantes beneficios

Luis Elías Huari Rosas
Coordinador Nacional de Adultos Mayores
Lima - Perú

es Jorge R. Egea de Celbalat de la Ribera, Valencia. Por ello, quiero decirle a través de esta publicación que los abuelos tenemos ya nuestro día, el 26 de julio, que es San Joaquín y Santa Ana, padres de la Virgen María, madre de Jesús, y por tanto, abuelos del Redentor. Este año no llegará a tiempo esta carta para festejarlo, pero desde aquí le deseo doblete para el año próximo

Mª L. Humanes Coloy
Madrid

Las personas dependientes, prioridad del Gobierno

Ante todo me presento: me llamo Francisco Portigo, el día 6 de junio próximo, si Dios quiere, cumpliré

76 años de edad, y el motivo de estas letras es daros a todos y a todas las personas que colaboran en “60 y Mas”, mi profundo agradecimiento por enviarme esta maravillosa revista que tanto bien nos hace a todas las personas mayores. No cabe la menor duda, que el Gobierno tiene como una de sus prioridades, cada día más, la ayuda a todas las personas dependientes. Yo, personalmente, os tendré a todos presente en mis oraciones al Altísimo para que os guarde muchos años. Los gitanos tienen al más anciano de la familia como el Patriarca y todos le quieren, vamos aprendiendo de ellos. Que Dios os bendiga a todos.

Francisco Portigo
Predicador del Evangelio de Jesucristo
Estepona (Málaga)

El Gobierno realiza una inversión de 169 millones de euros en los programas de turismo social del IMSERSO

Los programas de vacaciones para mayores y termalismo beneficiarán a 1.450.000 personas

Texto: Juan Manuel Villa
Fotos: M^a Ángeles Tirado.

El Gobierno realizará una inversión de 169 millones de euros en los programas de turismo social del IMSERSO, lo que supone un incremento de un 22 por ciento respecto al año anterior. Los programas de vacaciones para mayores y termalismo permitirán que 1.450.000 personas mayores disfruten de periodos de vacaciones y tratamientos termales a precios reducidos en la temporada 2009/2010.

La ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, realizó la presentación de los programas de turismo social,

entre los que se encuentran el programa de Vacaciones y el programa de Termalismo para Mayores, en la sede del Ministerio acompañada por el secretario General de Política Social y Consumo, Francisco Mozas, y de la directora General del IMSERSO, Pilar Rodríguez.

La ministra incidió en que, además de fomentar un envejecimiento activo y saludable mejorando la calidad de vida de las personas mayores de toda España, los programas de Vacaciones para Mayores y el de Termalismo Social posibilitarán



la creación de 122.000 puestos de trabajo, directos o indirectos, en los sectores de hostelería y turismo, transporte o actividades sanitarias. Al tiempo, la repercusión de estos programas se manifiesta en una dinamización económica de las zonas donde se realizan.

Una de las novedades de la temporada subrayadas por Jiménez es la puesta en práctica de la iniciativa del IMSERSO "Juntos en Navidad", para la que se reservarán 13.000 plazas para que las personas mayores que viven solas puedan pasar esas fechas navideñas en compañía y realizando actividades de ocio activo. La ministra explicó que entre el 22 de diciembre y el 7 de enero estarán dispuestas 9.000 plazas del Programa de Vacaciones y entre el 22 de diciembre y el 2 de enero 4.000 mil plazas del de Termalismo para las personas mayores que viven solas y lo soliciten.

Entre los programas de turismo social del IMSERSO se encuentra el Programa de Vacaciones para personas Mayores; la ministra incidió en que 1.200.000 personas se beneficiarán este año de los turnos de vacaciones lo que supone un incremento de 200.000 plazas. De esta manera la oferta de la temporada 2009/2010 duplica las ofertadas hace seis años por este programa creado en 1985 y del que se han beneficiado ya diez millones y medio de personas. Jiménez explicó que este programa tiene como finalidad mejorar la calidad de las personas mayores que participan en el mis-



mo al tiempo que se favorece la creación y el mantenimiento del empleo en el sector turístico durante la llamada temporada baja en zonas costeras, de especial interés natural o cultural. Asimismo se potencia la actividad económica en diversos sectores y de las zonas receptoras de este turismo.

El presupuesto de este programa asciende a 126,778 millones de euros (21 millones más respecto a la anterior temporada).

El Programa de Termalismo Social supone una inversión de 41,384 millones de euros (seis millones más que la temporada actual) y permite que 250.000

El éxito de los programas de Turismo Social se ha contrastado por el alto número de solicitudes de acceso a los mismos que ha llevado a incrementar de forma casi continuada el número de plazas ofertadas.

personas accedan a estancias en balnearios a tratamiento termal a precios reducidos. Las estaciones termales concertadas en esta temporada son 94 en toda España.

Los objetivos de este programa, creado en 1989, son el de facilitar a los pensionistas el acceso a tratamientos en balnearios a precios reducidos y previa prescripción médica, y potenciar el desarrollo económico de las zonas donde se ubican las establecimientos termales.

La satisfacción de los beneficiarios de estos programas fue uno de los puntos que la ministra de Sanidad y Política Social destacó durante la presentación de estos programas del IMSERSO; así explicó que entre los viajeros del Programa de Vacaciones el 96,3 por ciento manifiesta su deseo de volver a inscribirse y que el 88,02 por ciento de los participantes en el Programa de Termalismo expresa que se encuentra satisfecho o muy satisfecho con el mismo.

Explorando la convivencia intergeneracional

Diversas experiencias muestran como mayores y jóvenes abren las puertas al enriquecimiento mutuo derribando las barreras de estereotipos y prejuicios

Textos y fotos: Ana Fernández García

Hace diez años que Naciones Unidas planteó por primera vez la necesidad de crear una sociedad para todas las edades, donde jóvenes y mayores pudieran ver satisfechas sus necesidades. Hoy todavía sigue siendo un reto. La población mundial envejece a ritmo vertiginoso y se busca la fórmula para que la distancia, que en gran medida, puede surgir entre las distintas generaciones se trueque en respeto, colaboración y apoyo mutuo. El primer edificio intergeneracional de España, situado en Alicante o la experiencia piloto de llevar la Universidad a los mayores que viven en el rural de A Coruña, pueden ser algunos ejemplos.

8 **Más informados**

La Declaración Política de la Segunda Asamblea Mundial sobre Envejecimiento, celebrada en Madrid en el año 2002, recoge en el art.16 como uno de sus objetivos “*la necesidad de fortalecer la solidaridad entre las generaciones y las asociaciones intergeneracionales, teniendo presente las necesidades particulares de los más mayores y los más jóvenes, así como alentar las relaciones solidarias entre generaciones*”.

Desde entonces, las políticas sociales de los países más desarrollados buscan crear espacios para envejecer de la mejor manera posible en una sociedad que todavía valora por encima de todo la juventud. Pero las personas mayores son cada vez más y tienen más peso social. Los jóvenes son el motor socioeconómico que sigue el camino que aquéllos anduvieron. Unos y otros están condenados a compartir para avanzar.

Envejecer dignamente en casa

Al llegar a cierta edad muchas las personas mayores en plenitud de facultades se van a vivir con los hijos o deciden ingresar prematuramente en un centro geriátrico por diferentes motivos, pero fundamentalmente por dificultades económicas, deficientes condiciones de accesibilidad de sus viviendas habituales o por miedo a la soledad.

Con frecuencia, éste es el principio de un proceso de desarrai-

go con el entorno en el que poco a poco empiezan a desaparecer los sentimientos de identidad y los lazos que unen al mayor con los lugares y las cosas que han conformado su propia historia.

Sin embargo, en el Levante español hay un espacio arquitectónico que acoge un modelo especial de viviendas y otros servicios, y en el que este deterioro personal y social parece diluirse en la independencia compartida que viven más de 60 mayores y una docena de jóvenes en el primer edificio intergeneracional de España. Está en Alicante y acaba de ser distinguido por la Comisión Europea con el reconocimiento de *“Proyecto modelo por su contribución a la convivencia entre generaciones”*. Desde hace un año jóvenes y mayores comparten un edificio global, con zonas comunes pero viviendas separadas.

El programa social del edificio intergeneracional está indisolublemente unido a la vivienda y pretende ser participativo y dar cabida a todos sus inquilinos, buscando sobre todo fomentar la convivencia entre ellos



Los programas intergeneracionales fortalecen la solidaridad entre las distintas generaciones.

Es una soleada mañana de primavera y hay mucho movimiento en la planta baja donde se ubica el Centro de Salud. Luis, un joven camarero que acaba de quedarse en paro, acompaña a su vecino Rafael al médico aunque sólo va a por recetas. Rafael no padece graves problemas de movilidad aunque sus piernas arrastran el desgaste de 83 años. La cercanía y la conversación del joven infunden fuerzas renovadas a Rafael. En la segunda planta, Marisa, una madre de 32 años, acaba de dejar a Pilar en el Centro

de Día y sube de nuevo a su flamante apartamento de 40 metros cuadrados situado en la sexta planta.

Es el interior del edificio municipal Plaza de América de Alicante, un proyecto que engloba 72 viviendas intergeneracionales, todas ellas equipadas con baños adaptados, calefacción y aire acondicionado, un Centro de Día, un completo Centro de Salud, un aparcamiento público y espacios dedicados a servicios de biblioteca, sala de ordenadores, huertos o lavandería.

| REPORTAJE

El Patronato de la Vivienda de la ciudad alicantina señala que el objetivo de este modelo de viviendas es *“procurar un hábitat adecuado a las personas que viven en él, desde los mayores con algún nivel de dependencia, hasta los jóvenes que se benefician de alquileres muy bajos a cambio de participar de forma solidaria en el programa social adjunto. Por eso, la parte arquitectónica se concibe como una pequeña organización donde la habitación es la casa, el pasillo la calle y las estancias de relación la plaza donde se encuentran los espacios que acogen actividades y servicios. En definitiva, un lugar donde los habitantes son personas, a menudo en situación de discapacidad y con problemas de orientación”*.

Alojamiento compartido

Otra modalidad de convivencia entre distintas generaciones es compartir la propia casa.

Nadie duda que el intercambio de vivencias revierte en prosperidad para toda la sociedad, pero lo cierto es que en el momento actual, los más jóvenes y los más mayores ya no conviven juntos.

En nuestro país, hasta hace dos o tres décadas, todavía era bastante usual que en muchas familias convergieran hasta tres generaciones bajo el mismo techo, abuelos, padres y nietos. Pero los cambios pro-



Celebración en la que participan los habitantes del edificio intergeneracional del Ayuntamiento de Alicante.

ducidos en el modelo familiar y el rápido envejecimiento de la población española, que tiene una de las tasas más altas a nivel mundial, han contribuido a que las nuevas generaciones de jóvenes crezcan sin el enriquecimiento que supone acceder al traspaso de la experiencia de la vida que acumula la gente con más edad. También hay que tener en cuenta que las personas mayores que se alejan del contacto con los jóvenes, acaban perdiendo la capacidad de tolerancia y de adaptación a las nuevas realidades sociales y culturales, que comporta la relación con ellos.

Sin embargo, todavía hay muchas personas mayores en nuestro país que no quieren perder esa interacción con otras generaciones y están dispuestas a acoger en su casa a jóvenes estudiantes universitarios a cambio de la compañía que éstos puedan prestar.

Encontrar a estos ancianos y promover una convivencia soli-

daria, es el objetivo del programa *Vive y Convive* que desarrolla Caixa Catalunya a través de su obra social.

Con esta propuesta se favorece un intercambio, no sólo intergeneracional sino también intercultural, puesto que cada vez hay más estudiantes extranjeros procedentes de países como Ecuador, Chile, Rumanía, México o Italia que se acogen a este tipo de residencia durante su paso por la universidad española.

El éxito del programa, al que ya se han sumado 27 ciudades, radica en que presenta una solución a dos graves problemas sociales: el acceso de los jóvenes a la vivienda y la soledad de los mayores.

Básicamente el planteamiento se centra en ofrecer alojamiento a cambio de compañía. Para ello se buscan mayores de 65 años, que vivan solos, mantengan un estado psicofísico que les per-



Edificio intergeneracional, primero de este tipo en España y distinguido por la Comisión Europea por su contribución a la cohesión social.

mita valerse por sí mismos y dispongan de una vivienda en condiciones adecuadas de habitabilidad.

Según los datos de la Caixa, el perfil del mayor que se acoge a este programa es principalmente mujer, un 93,8 por ciento frente al 6,2 por ciento de hombres, de más de 80 años y que vive en un piso de su propiedad. El perfil del estudiante responde también al de

Hay muchas personas mayores en nuestro país que no quieren perder esa interacción con otras generaciones y están dispuestas a acoger en su casa a jóvenes estudiantes universitarios, a cambio de la compañía que éstos puedan prestar

una mujer, un 73,3 por cien respecto al 26,7 de hombres, en este caso de 21 años, que se desplaza de su localidad de residencia habitual a otra para cursar estudios superiores.

Una vez realizada la selección de los participantes, un equipo formado por un psicólogo y un asistente social, acuden a la presentación entre el joven y el mayor, y tras el mes de prueba inicial, este mismo equipo canaliza los intereses de las partes implicadas y baraja las posibilidades de convivencia asegurándose de que ambos cumplen con sus responsabilidades.

La obra social de Caixa Catalunya colabora con una aportación económica de 100 euros mensuales que recibe el mayor para compensar los gastos extra originados por el incremento de agua, luz y gas y el estudiante recibe también una beca de 490 euros.

El programa Vive y Convive se inició en el curso 1996-97 y en aquella experiencia piloto que se hizo en el barrio del Ensanche de Barcelona, se formaron 20 parejas de convivencia. Este curso 2008-09 se ha cerrado con 330 parejas compartiendo curso académico, vivienda, experiencias y compañía.

Sólo son compañeros de piso con una diferencia de edad entre ellos de más de 45 años.

Mayores, rurales y universitarios

Pero la revolución silenciosa del envejecimiento no sólo obliga a buscar nuevos modelos de convivencia adaptados al cambio que se ha producido en la pirámide poblacional, sino que ofrece nuevas situaciones de relación, como la que está apareciendo en la universidad: jóvenes profesores inte-

ractúan con alumnos que superan ampliamente los 60 años.

La Universidad joven y urbana está empezando a cambiar. El que fuera coto exclusivo para mentes juveniles ya abrió una puerta en los últimos años para que tuviera cabida en ella aquellas personas mayores que quieren pasar por sus aulas y, con ello, la línea de separación intergeneracional se estrechó un poco más.

Ahora, un novedoso proyecto formativo aparece para cubrir las necesidades de nuestra longeva sociedad: la universidad se acerca a los mayores que viven aislados en el medio rural.

La especial orografía gallega que ha propiciado una diseminación de la población, es también la causante de que las personas mayores que viven en el ámbito rural de esa



RECUPERAR LA CONVIVENCIA VECINAL

El éxito social y antropológico de este tipo de vivienda que fomenta la ayuda mutua entre personas de distintas edades, ha sido tal, que el Ayuntamiento de Alicante tiene previsto acometer una actuación similar en los barrios de Benalúa y Lonja- Mercado.

El programa social del edificio intergeneracional está indisolublemente unido a la vivienda y pretende ser participativo y dar cabida a todos sus inquilinos buscando sobre todo fomentar la convivencia entre ellos. Por eso y, a modo de propuesta en este primer año de existencia, se han incluido cinco apartados o proyectos; vuelta a la tierra, en el que mayores y jóvenes cuidan dos espacios ajardinados con 12 contenedores-huertos susceptibles de ser cultivados. Actualmente están en vísperas de recoger los primeros frutos como tomates o pepinos. De lo cultural a la Información, Biblioteca, Videoteca, Música y Prensa; este taller ofrece la posibilidad de realizar trabajos de corte antropológico montando vídeos con testimonios que puedan contar los mayores, incluyendo noticias de prensa de la época y del momento histórico en el que se desarrolla la historia personal. La Fiesta; este genérico nombre acoge la realización de celebraciones comunitarias y personales como cumpleaños o aniversarios utilizando el espacio del edificio (verano jardín superior; invierno sala de talleres). La Tecnología en tu mano trata de aproximar a los mayores los aparatos que forman parte de la vida cotidiana y a los que ellos no han tenido posibilidad de acceder como el ordenador, el móvil, manejo de aire acondicionado etc. Y por último, el Buen Vecino, en el que sobre todo los jóvenes se vuelcan en actividades de ayuda y acompañamiento a los vecinos mayores como ir al médico, compras de farmacia, compras de alimentos, acompañamiento puntual a casa etc. “ No se trata de compras generales, ni de suplir a la familia o a la ayuda a domicilio, sino de recuperar actividades que eran habituales en las comunidades vecinales de antes pero que la vida moderna ha ido perdiendo, y al desaparecer, la vida de las personas que tienen alguna dificultad empezó a ser mucho más complicada”, señala el responsable del Patronato de la Vivienda.

La relación entre personas de todas las edades que viven en el edificio Plaza de América de Alicante, está consiguiendo que la conciencia de identidad y la fuerza de la tradición se alíen en busca de la cohesión social y, aunque aún es pronto para hacer valoraciones exhaustivas, ya ha obtenido un reconocimiento europeo, compartido con otro proyecto alemán, que avala sus objetivos.

parte de la península tengan dificultades añadidas para participar en actos sociales o culturales. Así, mientras que a cualquier persona mayor que viva en uno de los grandes y bulliciosos pueblos de Levante, apenas le lleva unos minutos llegar a un centro social o sala de concierto, una persona residente en una de las muchas aldeas que proliferan por el norte, tiene que recorrer varios kilómetros de sinuosos caminos hasta llegar a un núcleo grande de población. Los poderes públicos y los agentes sociales tratan de paliar los efectos de ese aislamiento con programas adecuados, pero la delegación coruñesa de la UNED (Universidad Nacional a Distancia), ha dado un paso más y ha llevado la universidad a los mayores del medio rural.

Susana Blanco, directora de la Delegación de UNED en A Coruña, reconoce que la experiencia supuso un reto para todo el equipo puesto que acercar la universidad directamente a los mayores y al rural, abría un camino inédito

Los poderes públicos tratan de paliar los efectos del aislamiento de la población mayor rural con programas adecuados, pero la delegación coruñesa de la UNED ha dado un paso más y ha llevado la universidad a los mayores del medio rural



El huerto del edificio alicantino cuenta con los cuidados de jóvenes y mayores.

hasta entonces. Sin embargo, a punto de finalizar el segundo trimestre de esta experiencia pionera en España, se puede afirmar que los resultados son espectaculares. 104 alumnos matriculados, con un 100 por cien de asistencia en un programa curricular que oferta seis materias: Aspectos Jurídicos (herencias, sucesiones y todo lo relacionado con los derechos del mayor); Área sanitaria (estimulación de la memoria, deterioro cognitivo...) Prevención de la Salud y Medicina Natural; Cambio climático; recursos de Salud y Bienestar Social e Historia del Patrimonio Histórico-Artístico Gallego.

“Este programa para mayores del medio rural es diferente del proyecto UNED Senior que, orientado a personas que superen los 55 años, se puso también en marcha en este curso 2008/09 y al que se han acogido 9 centros de UNED de toda España. En el estilo tradicional de enseñanza, el alumno tiene que acudir al centro y nosotros creemos que el mayor que vive en las zonas rurales necesita otra alternativa”- señala la responsable de la UNED en A Coruña.

Así lo entiende también el Consejo de Ancianos de Xestoso-Cambás. Esta peculiar agrupación, que cuenta con más de 100 socios, es el primer Consejo de Ancianos reconocido en España y su principal objetivo es dinamizar la vida de los mayores de su entorno. Tiene su sede en el pueblecito de Monfero y con ellos firmó la UNED un convenio para llevar la universidad a los mayores del medio rural. Los alumnos que consiguen un determinado número de créditos obtienen el diploma Senior de la UNED.

Actualmente las clases se imparten en los ayuntamientos de Xestoso-Cambás, Guitiriz y Paderne. Los alumnos, cuya edad oscila entre los 71 y los 86 años, pertenecen a 6 concellos diferentes y, puesto que el nivel de estudios del que parten es básicamente primario, las clases son teóricas y prácticas complementadas con visitas guiadas al Tribunal Superior de Justicia de Galicia, el Centro de Control de la DGT, el Colegio Oficial de Médicos de Coruña etc. *“Se trata también de aprovechar la coyuntura para que estos mayores salgan del campo donde están y experimenten otras emociones”-dice Susana Blanco.*

Nereo López, la mirada fascinante de Colombia

Considerado el mejor fotógrafo colombiano de los siglos XX y XXI, Nereo López conserva su sentimiento y su lucidez para captar con su objetivo el alma de personajes y personas anónimas, la belleza de los paisajes y la singularidad de la idiosincrasia y la cultura de su país, como hiciera en sus comienzos como corresponsal en los años 50 para los periódicos El Tiempo, El Espectador o la revista Cromos en Barranquilla

Texto: Andrea García

España | 1947. Nereo. Barrancomejada



Es un artista mundialmente valorado tanto por su técnica fotográfica, como por el valor informativo de sus instantáneas. Hombre de espíritu vitalista e inquieto, preocupado por el conocimiento de las nuevas tecnologías, ha inventado una técnica que denomina transfografía. Actualmente reside en Nueva York, fotografiando con su Canon digital, que le ha hecho recobrar su interés por la fotografía. Como un buen aficionado, asiste a espectáculos de ballet y prepara el lanzamiento en el Lincoln Center del libro “Nereo Imágenes del Medio” de la Editorial Campana. Su trabajo se ha exhibido en múltiples exposiciones, se ha re-

copilado en libros y una parte de sus negativos se conservan en la Biblioteca Nacional de Colombia. Nereo ha recibido premios y galardones como La Gran Orden del Ministerio de Cultura de Colombia (1998) o la Orden de Boyacá (2002) la máxima condecoración del gobierno colombiano. ¿Su máximo secreto? confiesa que hace la fotografía con amor.

Usted nació en Cartagena ¿Cómo surgió su interés por la fotografía?

—Efectivamente nací en Cartagena de Colombia en 1920. Huérfano de padre a los 5 años y de madre a los 11, deambulé entre familiares un buen tiempo y

cuando estaba cursando segundo nivel de educación, conocí al gerente de cine Colombia, Miguel Arenas quien ante mi insistencia me admitió como portero del teatro Murillos, de la ciudad de Barranquilla. En poco tiempo pasé por el departamento de publicidad y comencé como asistente proyccionista y al cabo de un año inauguré como administrador el cine Teatro Rialto, siendo nombrado administrador general en Barranquermeja, la zona petrolera colombiana, a orillas del río Magdalena. Mi afición al cine y mi vinculación a esta empresa despertaron mi interés por la fotografía. En 1947 hice un curso por correspondencia, que



“España 2008” Nereo por Ofrasser.

no terminé, con el Instituto de Nueva York, que me orientó considerablemente. Como un aficionado serio, alternaba mis labores de administrador de cine con la fotografía. En vista de que tanto mis amigos, como otros cercanos insistían en la calidad de mis fotografías, decidí cobrarlas y ese producto lo invertía en mantener el equipo de béisbol del pueblo, al que le cambié el nombre por el pomposo de “Nereo estudios fotográficos”. Algunas de las fotos del río Magdalena exhibidas en Madrid son de esta época. En 1952 renuncié a Cine Colombia y me instalé en Barranquilla como corresponsal gráfico de El Espectador, época ésta donde fui partícipe de las reuniones étlicas en La Cueva con las gentes que hoy llaman El Grupo de Barranquilla.

Qué cualidades personales le han ayudado a desarrollar su trabajo.

—Me cuesta trabajo definirlo. Posiblemente se deba a que creo y confío en las gentes. Aunque guardo respeto y admiración por cada quien, no creo en los estatus, simplemente admiro o ignoro su comportamiento como seres humanos.

¿Siente que parte de la historia de Colombia pasa a través de su objetivo, logrando con sus imágenes trascender las fronteras para ser admiradas en todo el mundo? ¿Le gusta regresar a los lugares que ha fotografiado y ver los cambios acaecidos en ellos y en sus gentes?

—El tiempo se ha encargado de darle importancia a mi trabajo. Simplemente fui testigo de mi momento y creo, además de la parte documental, haberlo hecho estéticamente bien. Volver a los lugares fotografiados ¿simplemente por volver? No veo la razón. La historia está escrita y no tendría tiempo para repetirla. Nueva gente con otra visión hará las comparaciones.

Pertenecer al Grupo Barranquilla, del que formaba parte el premio Nobel de Literatura, Gabriel García Márquez, ¿ha sido determinante para su concepción de la fotografía? ¿Se siente satisfecho con sus retratos del escritor?

—¡De ninguna manera! En ese momento nadie pensó que con el tiempo las circunstancias, ya sea por lo que fuera, llevara a cada quien a los lugares en que están. Cuando compartíamos La Cueva,

la estrella, por así llamarlo, era el pintor Alejandro Obregón. Los demás nos movíamos en nuestro respectivo campo: Gabriel García Márquez fue el primero en emigrar a Bogotá como redactor de El Espectador; Álvaro Cepeda Samudio, Germán Vargas y Alfonso Fuenmayor escribían sus ensayos y colaboraban en los diarios locales. Obregón estaba en su pintura y yo con mis fotografías como corresponsal de El Espectador y de la revista Cromos. Todos nos reuníamos informalmente en La Cueva a disfrutar unos rones o cervezas. El hecho de que posteriormente varios de este grupo destacarían, en especial, García Márquez, y otros colegas nos llamaron el Grupo de Barranquilla.

¿Cuánto trabajo hay detrás de una instantánea? ¿Cree usted que la calidad técnica es determinante en la percepción de la imagen?

—Detrás de una fotografía no hay otra cosa que un instante emocional, se aprieta el obturador cuando la sensibilidad del fotógrafo es impresionada. Esa sensibilidad es la diferencia entre uno y otro. Al fin y al cabo todos usamos los mismos equipos fotográficos.



Nereo en el puente de Brooklyn en Nueva York.

**¿Tiene idea de cuántas fotografías habrá hecho a lo largo de su vida?
¿Colecciona cámaras fotográficas?**

—Difícil de responder. Por cuenta de la editora Educar anduve dos años en automóvil haciendo fotos para el libro “Colombia que Linda eres”. Ese archivo quedó en su poder, lo mismo que ha sucedido con la revista Life y

otras revistas que me contrataban con la condición de que les entregase todo el material. Así las cosas, mi archivo personal está limitado a los fondos depositados en la Biblioteca Nacional de Colombia y a unos 500.000 negativos o diapositivas que tengo en mi poder, sin contar lo que últimamente estoy produciendo digitalmente. No tengo colec-

“La vejez hay que vivirla con el mismo optimismo que se ha vivido en los años anteriores y aceptar sus limitaciones por el deterioro inevitable de algunas partes vitales del organismo”.

ción de cámaras. Al pasar a la digitalización, una buena cantidad de ellas, algunas muy costosas, están arrumbadas. Ahora poseo una pequeña Canon digital y un completo equipo de digitalización: computador, impresora, escáneres y accesorios, que me han hecho volver con entusiasmo a la fotografía como un aficionado. Además, el manipular algunos de mis viejos negativos, me permite buscar nuevas formas o contenidos a través de una técnica que denomino transfotografías, que básicamente consiste en descomponer una de mis fotos para que presenten otro contenido estético o narrativo. Se encuentra a caballo entre la pintura y la fotografía. Con esta técnica he creado por ejemplo “Fantasías para un toro de lidia” y “La fuga del pensamiento”. Espero que alguna galería o editor avanzado se atreva a publicar estos proyectos.

Sus fotografías se han publicado en libros, forman parte de la colección de la Biblioteca Nacional de Colombia y además le han concedido prestigiosas condecoraciones ¿Soñaba con estos reconocimientos ?

—He practicado la fotografía con amor. Hay algo especial que me nutre cuando estoy armando mentalmente una historia gráfica. Nunca pienso en condecoraciones o elogios. Lo que se ha escrito sobre mis fotos formarán voluminosos libros. Indudable-



Refrescante zambullida en el Canal del Dique Dept. Atlántico.



Homenaje a Nereo en España con el Embajador de Colombia.

“Detrás de una fotografía no hay otra cosa que un instante emocional, se aprieta el obturador cuando la sensibilidad del fotógrafo es impresionada”.

mente es satisfactorio, pero no lo suficiente para una estabilización económica, que en ningún caso lamento. Sin embargo, ahora, en el ocaso, pienso si no me hubiera ido mejor haciendo fotos infantiles con las que tuve bastante éxito ¡pero no! como diría Neruda “confieso que he vivido”. Desafortunadamente los

años insisten en hacerme daño. Terminarán vencíendome, pero no fácilmente.

Usted afirma que las cámaras digitales le facilitan su trabajo. ¿Estos cambios tecnológicos benefician a los fotógrafos? ¿Por qué se decanta por el blanco y negro o por el color?

—La digitalización del equipo fotográfico le quita al fotógrafo el lastre engorroso del rollo, su revelado y demás y le deja la mente libre para la creación. La fotografía ha superado la etapa de reproducir fielmente, al estilo de Adams, para convertirse además en un lenguaje. Algo de esto quise hacer con la exhibición que

presenté en Madrid durante la Semana Colombiana. En cuanto si la fotografía en blanco y negro es mejor que la de color o viceversa, hay confusión al respecto. Son dos lenguajes diferentes. A mi, personalmente, me gustan más los retratos en blanco y negro, más no así la foto de una manzana o un atardecer, que es más elocuente en color. Ahora, no quiere decir que habrán quienes piensen lo contrario, al igual de los que les gusta más viajar por carretera que por avión. A mi me gusta el avión.

A medida que cumplimos años a la gente nos gusta mirar y remirar nuestros álbumes de fotos ¿Usted también lo hace?

—No!!! No tengo álbum personal. Reviso el archivo en busca de imágenes para armar libros o historias como “Viaje a la nostalgia”, un viaje por el río Magdalena producto de cinco viajes diferentes; “Una canoa para la vida”, historia de la canoa, desde que la arrastran de la montaña al mar, hasta que muere en el mismo, o “Rojo + rojo = rojo”, una historia con fotos de varias partes del mundo donde el rojo es el sujeto principal.

Qué opina de la vejez.

—Que hay que vivirla con el mismo optimismo que se ha vivido en los años anteriores y aceptar sus limitaciones por el deterioro inevitable de algunas partes vitales del organismo.

GRUPE A: LA PREVENCIÓN LO MÁS IMPORTANTE

Con la llegada del otoño, todo parece indicar que la Gripe A vivirá su particular agosto. Pero todos los datos indican, también, la importancia de las medidas de prevención, en estos casos decisivas. Una recomendación: preocupación y cautela sí, alarma no. En las páginas de Internet del Ministerio de Sanidad y Políticas Sociales, de las Consejerías de las Comunidades Autónomas, como del IMSERSO, están todas las respuestas a las preguntas que nos hacemos los ciudadanos.

Coordinación: Rosa López Moraleda
Fotos: Mari Ángeles Tirado



La gripe es una enfermedad que afecta desde la antigüedad a las personas y a otras especies animales (aves, cerdos...) y que causa epidemias cada año, principalmente durante los meses de invierno. Esta enfermedad la producen distintos tipos de virus que además pueden combinarse entre ellos dando lugar a una nueva gripe.

La gripe es muy contagiosa ya que se transmite fácilmente de una persona a otra, a través de las gotitas de saliva o secreciones que expulsamos al hablar, toser o estornudar.

Síntomas habituales

Los síntomas habituales de la gripe son:

- Fiebre (más de 38° C).
- Tos.
- Malestar general.

También se puede tener dolor de cabeza, dolor de garganta, estornudos, dolores musculares y, a veces, diarrea y vómitos.

Necesidad de informarse

Cada cierto tiempo los virus pueden cambiar a tipos muy diferentes de

los que existían en los años anteriores y frente a los que, por ser nuevos, no tenemos defensas por lo que se contagia mucha más gente de lo habitual. Todo el mundo puede contagiarse.

A lo largo de la historia se han producido varias pandemias de gripe, por ejemplo la de 1918, conocida como gripe española. Esta pandemia produjo muchas muertes ya que no se disponía de los sistemas de salud con los que ahora contamos y además tenía una alta virulencia.

La pandemia actual está causada por un nuevo subtipo del virus de la

gripe A (H1N1), y hasta ahora tiene un carácter leve, si bien esto podría cambiar a lo largo de los meses. Cabe la posibilidad de que ambas gripes, la estacional de cada otoño/invierno y la "A", puedan coincidir en el tiempo.

Los antivirales y las vacunas

Los medicamentos que se están empleando para tratar la gripe en la forma que establecen los protocolos clínicos se llaman antivirales.

Hay dos medicamentos: oseltamivir (cuyo nombre comercial es Tamiflu) y zanamivir (con el nombre comercial de Relenza). Ninguno de estos medicamentos cura. Actúan disminuyendo la duración de la enfermedad en, aproximadamente, un día y la posibilidad de complicaciones. Por todo ello, actualmente sólo están indicados en personas con gripe que requieran hospitalización o aquellas que, hasta el momento, presentan una mayor probabilidad de sufrir complicaciones.

En estas personas se considera que, ante el diagnóstico de gripe, el be-

neficio de la administración de estos fármacos supera el riesgo de los posibles efectos adversos que presenta cualquier medicamento.

Como todos los medicamentos, Tamiflu y Relenza, tienen efectos secundarios y contraindicaciones, por tanto, debe ser un médico el que decida cuando hay que tomarlos. Los Grupos de Expertos reevalúan, de manera continuada, los protocolos y estas indicaciones de tratamiento.

La vacuna no siempre evita la enfermedad, pero da cierta protección frente a ella reduciendo el riesgo de complicaciones.

Para cuando esté disponible la nueva vacuna se habrán identificado los grupos de población que deben ser inmunizados por el Sistema Nacional de Salud para evitar las complicaciones de esta enfermedad.

Acciones del Ministerio de Sanidad y Política Social y Consejerías de Salud de Comunidades Autónomas

El Ministerio de Sanidad y Política Social y las Consejerías de Salud de las Comunidades Autónomas trabajan coordinadamente.

Desde hace años se cuenta con un Plan de preparación y respuesta frente a una pandemia de gripe. Los Comités y Subcomités de Expertos están trabajando, desde hace meses, en la elaboración y actualización de protocolos específicos, en el seguimiento de la pandemia y

Aunque la vacuna de la gripe estacional no protege contra el nuevo virus de la gripe A (H1N1), se recomienda unánimemente que todas las personas pertenecientes a los grupos de riesgo habituales se vacunen, como hacen cada año.

en la propuesta e implementación de medidas, tanto clínicas como sociales, que ayuden a gestionar la pandemia.

España cuenta con una reserva de antivirales de 15 millones de tratamientos que se facilitarán a todas las personas que lo necesiten, una vez valorados por los profesionales sanitarios.

El Gobierno, por acuerdo unánime de todas las Comunidades Autónomas, ha encargado vacunas contra el nuevo virus de la gripe A (H1N1) para 18 millones de personas. El cálculo se ha efectuado teniendo en cuenta a la población con mayor probabilidad de sufrir complicaciones y aquellas que trabajan en servicios esenciales para la comunidad en estas circunstancias.

Nuestro Sistema Nacional de Salud está preparado y adaptándose cada día para afrontar esta situación y todas las Administraciones están coordinadas.

LA PREVENCIÓN ES LA MEJOR MEDIDA

- Al estornudar o toser, tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura.
- Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Usar los Servicios de Salud con responsabilidad.

TRINIDAD JIMENEZ PRESENTÓ LA CAMPAÑA: GRIPE A, LA PREVENCIÓN ES LA MEJOR MEDIDA



Éste es el eslogan de la campaña informativa que el Ministerio de Sanidad y Política Social presentado por su titular, Trinidad Jimenez, el pasado mes de agosto, para promover entre la ciudadanía una serie de medidas básicas encaminadas a prevenir el contagio por el virus de la gripe pandémica A/H1N1. La campaña constará de varias fases y empleará soportes como mobiliario urbano, cabinas, transportes, prensa, radio e Internet.

La campaña, para la que se ha contado con la opinión de las CCAA, prevé distintas fases en función de la evolución de la pandemia en España los próximos meses. El propósito es continuar con la línea de transparencia iniciada desde el comienzo de la epidemia y, por ende, informar a los ciudadanos sobre qué deben hacer en cada momento a medida que evoluciona la enfermedad. Taparse la boca y la nariz con un pañuelo desechable al estornudar y lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón son las principales medidas para evitar la propagación del virus.

La campaña transmite las recomendaciones prioritarias

para prevenir la enfermedad, controlarla hasta que haya una vacuna eficaz y promover un uso responsable de los servicios de salud.

MENSAJES BÁSICOS

La primera fase de la campaña hace hincapié en recomendaciones de prevención esenciales para evitar el contagio de la gripe pandémica y resalta estas medidas como herramientas fundamentales para no infectarse mientras no se cuente con una vacuna segura y eficaz.

Las recomendaciones, elaboradas con un mensaje claro y fácil de entender para todos los ciudadanos son los citados anteriormente:

- . Al estornudar o toser tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura.
- . Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón.
- . Usa los servicios de salud con responsabilidad

Por ahora, la gran mayoría de los afectados por la gripe pandémica tienen síntomas leves y se recuperan en sus domicilios, extremo éste importante para que los servicios sanitarios funcionen con eficacia y no se produzcan saturaciones innecesarias.

Los mensajes de la campaña serán especialmente difundidos en todos aquellos lugares que tengan un gran volumen de tránsito de ciudadanos, como aeropuertos, estaciones de ferrocarril, capitales de provincia, costas, etc.

SOPORTES DE DIFUSIÓN

Los soportes escogidos para la primera fase de la campaña son mobiliario urbano y cabinas telefónicas, transportes públicos, adaptaciones a prensa y revistas, radio e internet. En total, la campaña estará presente en más de 3.621 marquesinas de distintos tipos, a realizar en más de una veintena de inserciones en medios gráficos, la emisión de más de 170 cuñas radiofónicas y el lanzamiento, a través de banners digitales, de más de 20.300.000 impactos.

En Internet se ha creado el portal www.informaciongripea.es, desde donde se ofrece información general sobre la gripe pandémica A/H1N1 con enlaces de interés, pasando por preguntas y respuestas frecuentes, permitiendo a los internautas descargarse material gráfico (carteles y folletos en todas las lenguas autonómicas) para contribuir a la difusión de las distintas recomendaciones.

El presupuesto total para la realización de esta campaña en todas sus fases es de 3.635.000 euros, de los que 335.000 se destinan a creatividad y 3.300.000 a la difusión en los medios de comunicación. A la primera fase de la campaña se han destinado 888.500 euros.

El uso responsable de los servicios sanitarios es fundamental para evitar saturaciones innecesarias y facilitar su eficacia con aquellas personas que realmente los necesitan

Comité Ejecutivo Nacional

Recientemente tuvo lugar una nueva reunión del Comité Ejecutivo Nacional para la prevención, el control y el seguimiento de la gripe, que preside la ministra de Sanidad y Política Social. Y, en la misma, que contó con representación de todos los organismos del Gobierno y del Estado implicados en el control de la gripe, se informó del contenido de la campaña informativa y del estado actual de la pandemia, así como de todas las medidas de coordinación que se están llevando a cabo, para mitigar el impacto del virus en la salud de los ciudadanos (planes de contingencia, adquisición de antivirales, definición de grupos de riesgo, etc.).

El Ministerio de Sanidad y Política Social y las Comunidades Autónomas han acordado establecer un calendario común para vacunar de la gripe estacional, cuando hasta el momento las Comunidades Autónomas establecían su

La vacuna de la nueva gripe A (H1N1), se espera que esté disponible antes de finalizar el año. Aunque estuviera lista antes, debe ser probada para ver si es efectiva y conocer los problemas que pueda conllevar, como se hace con todas las vacunas.



Las Comunidades Autónomas tendrán un calendario común de vacunación para la gripe estacional. Las vacunas son gratuitas para todos los grupos de riesgo y se administran en los centros de salud

propio calendario. La titular del Ministerio, Trinidad Jiménez, quiso dejar claro en su intervención que vacunarse frente a la gripe estacional no protege frente a la gripe A (H1N1).

Jiménez explicó que el inicio del período de vacunación se extiende entre el 15 de septiembre y la primera semana de octubre, resaltando la unanimidad con las Comunidades Autónomas para adelantar el calendario establecido en nuestro sistema sanitario.

Las Comunidades Autónomas tendrán un calendario común de vacunación para la gripe estacional. Las vacunas son gratuitas para todos los grupos de riesgo y se administran en los centros de salud

El inicio de la campaña de vacunación de la gripe estacional lo establecía, hasta ahora, cada Comunidad Autónoma, que es la que organiza la distribución y aplicación de las vacunas, que son gratuitas para todos los grupos de riesgos y se administran en los centros de salud.

Prevención y tratamiento de la gripe estacional

Los principales síntomas son: fiebre de hasta 39°C, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares, prostración, estornudos, tos intensa y persistente, rinorrea, lagrimeo y faringitis leve. Los síntomas de la gripe pueden confundirse con los de otras patologías respiratorias, como el catarro común, por lo que se recomienda consultar al médico de atención primaria o al pediatra. Es una enfermedad autolimitada con una evolución de 5 a 7 días, aunque algunos de los síntomas suelen durar entre dos y tres semanas.

La vacunación es la medida más eficaz para prevenir la gripe y sus complicaciones. Las medidas higiénicas fundamentales que hay que tener en cuenta para evitar la transmisión del virus son:

- Taparse la boca al toser o al estornudar; preferentemente con pañuelos desechables y no con las manos.

A FONDO

- Lavarse frecuentemente las manos, sobre todo después de haber tosido o estornudado.
- Procurar no reutilizar los pañuelos empleados al estornudar o limpiarse las secreciones nasales.

El Ministerio recuerda que la gripe es una enfermedad respiratoria aguda causada por un virus, por lo que los antibióticos no son efectivos y su uso puede crear resistencias al fármaco. Asimismo, las autoridades sanitarias recomiendan que durante el proceso gripal los afectados permanezcan en su casa para seguir el tratamiento necesario y así evitar la transmisión a otras personas.

Grupos de riesgo de la gripe estacional

Los grupos técnicos del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud recomiendan la vacunación a los siguientes grupos de población:

- Personas de 65 o más años de edad.
- Menores de 65 años con una condición clínica especial que implica un alto riesgo de complicaciones derivadas de la gripe o en los que la enfermedad pudiera provocar una descompensación de su condición médica:
 - Niñas/os (mayores de 6 meses) y adultos con enfermedades crónicas cardiovasculares o pulmonares, incluyendo: displasia bronco-pulmonar, fibrosis quística y asma.
 - Niñas/os (mayores de 6 meses) y adultos con enfermedades metabólicas crónicas, lo que incluye: diabetes, insuficiencia renal, hemoglobinopatías y anemias, asplenia, enfermedad hepática crónica, enfer-

medades neuromusculares graves o inmunosupresión, incluida la originada por la infección de VIH o por fármacos o en los receptores de transplantes. En este grupo se hará un especial énfasis en los que precisen seguimiento médico periódico o que hayan sido hospitalizadas en el año precedente.

- Personas que conviven en residencias, instituciones o en centros que prestan asistencia a enfermos crónicos de cualquier edad.
- Niñas/os y adolescentes, de 6 meses a 18 años, que reciben tratamiento prolongado con ácido acetilsalicílico, por posibilidad de desarrollar un síndrome de Reye.
- Mujeres embarazadas, preferiblemente a partir del segundo trimestre del embarazo. Aunque la vacunación antigripal es segura en embarazadas, es preferible administrarla después del primer trimestre del embarazo para evitar la asociación coincidente con el aborto espontáneo, que ocurre fundamentalmente en ese trimestre.

Personas con alto riesgo de presentar complicaciones:

- Profesionales sanitarios y parasanitarios, con especial énfasis en los que atienden a pacientes de algunos de los grupos de alto riesgo descritos.

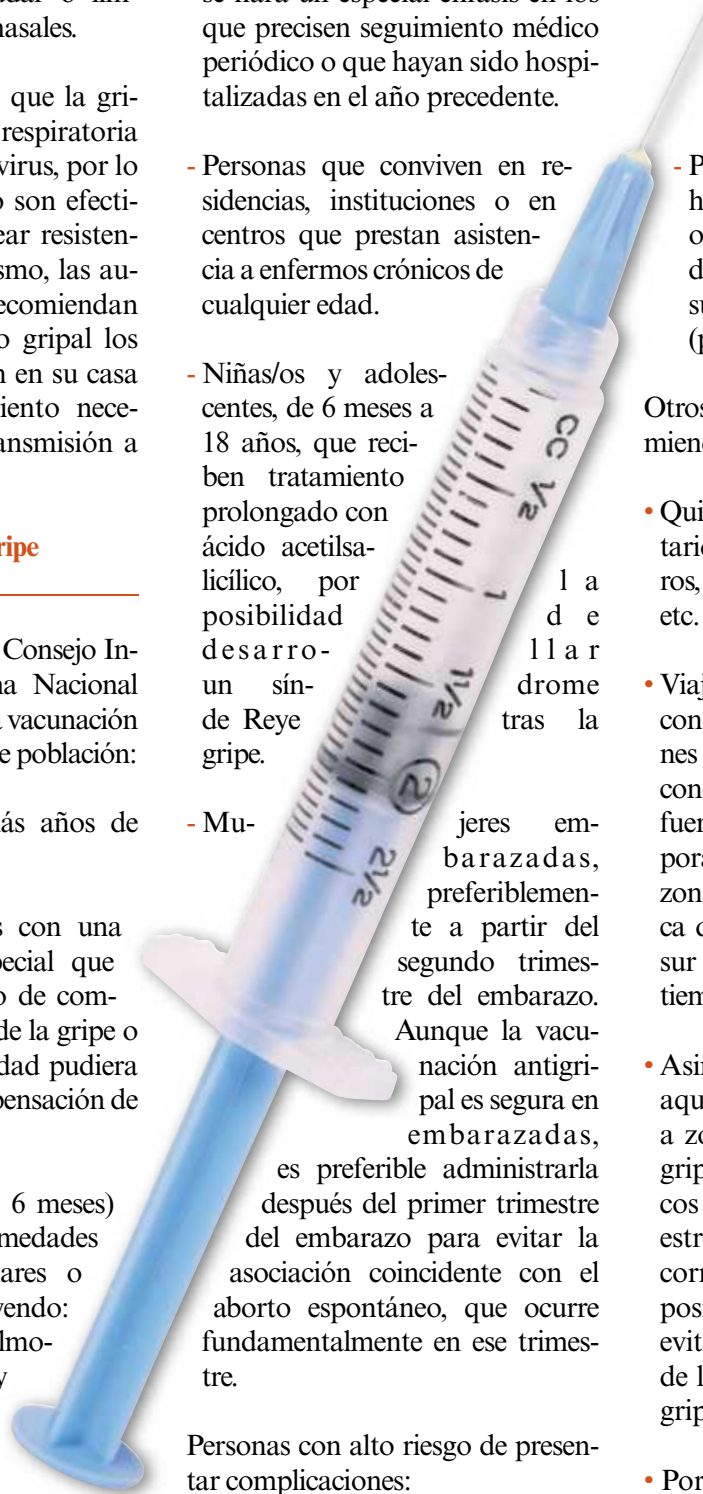
- Personas que trabajan en instituciones geriátricas o en centros de cuidados de enfermos crónicos y que tienen contacto directo con los residentes.

- Cuidadores domiciliarios a pacientes de alto riesgo o ancianos.

- Personas que conviven en el hogar, incluidos niñas/os, con otras que pertenecen a algunos de los grupos de alto riesgo, por su condición clínica especial (punto 2).

Otros grupos en los que se recomienda la vacunación:

- Quienes prestan servicios comunitarios esenciales: policías, bomberos, personal de protección civil, etc.
- Viajeros internacionales: personas con mayor riesgo de complicaciones de gripe, por su edad o por su condición clínica especial, que no fueron vacunadas durante la temporada gripal, y que se dirigen a zonas tropicales en cualquier época del año o viajen al hemisferio sur entre los meses de abril a septiembre.
- Asimismo, es recomendable para aquellas personas que se dirijan a zonas donde existen brotes de gripe aviar altamente patogénicos y puedan estar en contacto estrecho con granjas de aves de corral o con probabilidad de exposiciones intensas a aves, para evitar la posible recombinación de los virus de gripe común y de gripe aviar.
- Por esta misma razón, las personas que, por su ocupación, pueden estar en contacto con aves sospechosas o confirmadas de estar infectadas por virus de gripe aviar altamente patogénicos.



La prevención es la mejor medida



Gripe A

¿Ya sabes cómo actuar para prevenir la Gripe A? Antes de empezar con síntomas gripales como tos, fiebre o malestar general, toma medidas frente a la Gripe A. Sigue estas sencillas recomendaciones.



Al estornudar o toser tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura.



Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón.



Usa los servicios de salud con responsabilidad.

Si quieres saber más www.informaciongripea.es

En la próxima temporada 1.450.000 personas disfrutarán de los Programas de Turismo Social del IMSERSO

Coordina: Inés González

Fotos: M^a Ángeles Tirado y Archivo

La mejora de la calidad de vida, el mantenimiento del empleo y potenciar la actividad económica, son los objetivos de los Programas de Vacaciones y Termalismo para Personas Mayores, al que el IMSERSO dedicará 169 millones de euros en la temporada 2009-2010, un 22% más que en el año anterior. Estos programas posibilitarán la creación de 122.000 puestos de trabajo directos o indirectos, en sectores como el transporte, la hostelería o actividades sanitarias. Del total de estas plazas se reservan 13.000 para la puesta en marcha de "Juntos en Navidad", una nueva iniciativa de esta temporada, cuya finalidad es que las personas que viven solas pasen las Navidades en compañía.

Este Programa Especial está dirigido a las personas mayores que viven solas y tiene como objetivo romper su situación de soledad, mediante viajes a lugares cálidos o estancias en establecimientos termales en compañía de otras personas.

Para el desarrollo de esta nueva iniciativa, el Programa de Vacaciones del IMSERSO reservará

9.000 plazas entre el 22 de diciembre y el 7 de enero. Por su parte, el Programa de Termalismo Social destinará un cupo de 4.000 plazas en balnearios entre el 22 de diciembre y el 2 de enero. En ambos casos, además de incluirse todos los servicios propios de los respectivos programas, se incorporarán nuevas actividades relacionadas con la época navideña.

Respecto a la financiación, ya está incluida en los Programas de Vacaciones para Personas Mayores y de Termalismo Social, al reservarse plazas de estos para este nuevo Programa Especial.

Sus objetivos son:

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores que viven solas, rompiendo su aislamiento y soledad, especialmente durante las fiestas navideñas.
- Fomentar la convivencia y participación de las personas mayores que viven solas, mediante la realización de actividades de ocio y tiempo libre.

La soledad puede llevar aparejada una serie de consecuencias negativas y sumada a otros factores deriva en dolencias, enfermedades y, a veces, a una propensión a la aparición de situaciones de dependencia. Uno de los principales grupos de población que sufre soledad son las

personas mayores, como se observa en el censo de población de 2001, según el cual un 26% del total de personas mayores de 65 años viven solas. Además, según el barómetro del CIS de mayo de 2009, el 53% de la población española considera prioritario el desarrollo de políticas estatales para mitigar la soledad de las personas mayores.

Programa de Vacaciones, 200.000 plazas más que el año pasado

Del Programa Vacaciones para Mayores podrán disfrutar 1.200.000 personas, 200.000 más que el año pasado. Con la oferta existente para la temporada 2009-2010 se duplica la cifra de plazas de hace seis años.

El presupuesto es 126'778 millones de euros, 21 millones más que la temporada anterior. La Administración aporta el 30% y los usuarios el 70%.

El objetivo principal del Programa es proporcionar a las personas mayores la posibilidad de disfrutar de turnos de vacaciones que mejoren su calidad de vida. Además, se favorece la creación y el mantenimiento de empleo en el sector turístico durante la temporada baja, y se potencia la actividad económica en diversos sectores.

Los beneficiarios disfrutan de un paquete vacacional que incluye el viaje de ida y vuelta (salvo en los casos de los turnos sin trans-

REQUISITOS PARA ACCEDER AL PROGRAMA VACACIONES DE MAYORES

- 65 años
- Pensionistas de jubilación
- Pensionistas viudedad: > 55 años
- Otros pensionistas: > 60 años
- Siempre válidos. Cónyuge sin requisitos. Hijo discapacitado > 45%.
- Particularidades: Residentes fuera de España. Portugueses.



porte), alojamiento en régimen de pensión completa, una póliza de seguros colectiva, servicio médico en el propio hotel y servicio de animación. Pueden elegir entre cuatro modalidades, con diferentes períodos de estancia:

- Estancias en zonas costeras para descanso.
- Viajes culturales para conocer la historia y el arte en España.
- Turismo de naturaleza con rutas por paisajes pintorescos.
- Intercambios con otros países.

La comercialización se realiza a través de más de 9.400 agencias de viajes. La venta de plazas se efectúa de forma escalonada, por Comunidades Autónomas, desde el 19 de septiembre. A partir del 1 de octubre la venta en toda España es simultánea.

Al finalizar la temporada 2008-2009, y desde su creación en 1985, diez millones y medio de personas se han beneficiado de vacaciones organizadas por el Programa. Entre estos viajeros hay un elevado índice de satisfacción, y un 96'3% de ellos quiere volver a inscribirse en próximas convocatorias.

Las personas mayores podrán disfrutar de 30.000 plazas más en balnearios

El Consejo de Ministros acordó fijar en 250.000 las plazas del Programa de Termalismo Social para el año 2010. Esta cifra supone la oferta de 30.000 nuevas plazas respecto al año 2009.

El Programa de Termalismo Social tiene como objetivo que las personas mayores con problemas osteo-articulares o respiratorios, y que precisen de

tratamiento en balnearios por prescripción facultativa, puedan acceder a estas estancias a precios reducidos.

Los beneficiarios del Programa disfrutan de estancia en los balnearios y de los tratamientos termales que prescriba el médico del balneario, en función del estado de salud del paciente. Las estancias se distribuyen a lo largo de todo el año, aunque son más numerosas en meses de la temporada baja (meses de marzo, abril, mayo, noviembre y diciembre).

Este Programa tiene un marcado carácter sociosanitario, ya que tiene como objetivo mejorar la salud y la calidad de vida de las personas mayores. De hecho, muchas de las personas que participan en el Programa se sienten más "sanas" al hacer uso de los mismos.

El Programa de Termalismo Social genera o mantiene durante todo el año más de 2.800 puestos directos de trabajo y unos 17.500 empleos indirectos. Además, el Programa posibilita que los balnearios mantengan su actividad durante los meses de temporada baja. También promueve la solidaridad interterritorial, puesto que crea empleo en todas las comunidades autónomas.



TURISMO SOCIAL 2009/2010

- Incremento en 200.000 plazas en el programa de vacaciones del IMSERSO para llegar a 1.200.000 plazas en la temporada 2009/2010.
- Incremento del número de plazas del Programa de Balnearios del IMSERSO para llegar a 250.000 plazas en 2010.
- Creación del Programa Especial "Juntos por Navidad": 13.000 plazas
 - Programa de Vacaciones
 - Programa de termalismo (estancias en balnearios con actividades físicas)

Desarrollo del programa:

- Turnos de vacaciones:
 - 15 días: Península: 10 días: Baleares. 8 días: Canarias
 - 29 días. Portugal
- Viajes culturales: 6 días. Zonas turísticas y culturales. Guía especializado.
- Turismo de Naturaleza: 5 días. Actividades recreativas y contemplativas.
- Termalismo: 12 días. tratamientos en balneario.

JUNTOS EN NAVIDAD

- Área vacaciones:
 - Turnos: 8, 10 ó 15 días.
 - Fechas: entre el 22 de diciembre y el 7 de enero.
 - Programa: Actividades culturales y de ocio.
 - **Número de plazas: 9.000.**
- Área Balnearios:
 - Turnos: 12 días.
 - Fechas: del 22 de diciembre al 2 de enero.
 - Programa: Tratamientos termales y actividades específicas para fomentar la creación de redes sociales.
 - **Número de plazas: 9.000.**

Comercialización: octubre 2009
 Información: www.imserso.es
 Tfno.: 900 40 60 80

El Gobierno aprueba una partida de 17 millones de euros para la Ley de Dependencia

El Consejo de Ministros autorizó, a propuesta de la ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, y de la ministra de Economía y Hacienda, Elena Salgado, un gasto de 17 millones de euros destinado a la gestión del Fondo para la promoción y el desarrollo de infraestructuras y servicios del Sistema de Autonomía y Atención a la Dependencia.

El Fondo será gestionado mediante un Convenio de colaboración entre el Ministerio de Economía y Hacienda, el Ministerio de Sanidad y Política Social y la Sociedad Estatal de Participaciones Industriales (SEPI) del Ministerio de Economía y Hacienda. De acuerdo a dicho Convenio, la SEPI, como entidad colaboradora, realizará la gestión del Fondo. El Convenio se establece para un plazo máximo de diez años.

Este Fondo está previsto en los Presupuestos Generales del Estado de 2009 y tiene como objetivo prestar apoyo financiero a las empresas que se encarguen de la promoción y el desarrollo de infraestructuras y servicios del Sistema de Auto-

nomía y Atención a la Dependencia (SAAD). Los 17 millones de euros con los que está dotado este Fondo serán aportados por el Ministerio de Sanidad y Política Social.

El Convenio entre el Ministerio de Economía y Hacienda, el Ministerio de Sanidad y Política Social y la SEPI establece el procedimiento y las condiciones aplicadas a la gestión del Fondo, así como los criterios de selección, concesión y control de la financiación.

Las empresas que se acojan a este Fondo podrán hacerlo a través de distintas fórmulas de financiación, como préstamos participativos o créditos a largo plazo.



Los ciudadanos que cobren una pensión no contributiva y vivan de alquiler recibirán un complemento de 425 euros

El Consejo de Ministros ha aprobado, un Real Decreto por el que se establecen las normas necesarias para el reconocimiento, tramitación y pago de un complemento anual para los ciudadanos que perciban una pensión no contributiva y que residan en una vivienda alquilada. La cuantía de este complemento anual para el año 2009 asciende a 425 euros que serán abonados íntegramente por el Gobierno de España.

Los requisitos para acceder a este complemento son los siguientes:

- Tener reconocida una pensión de jubilación o invalidez de la Seguridad Social en su modalidad no contributiva, en la fecha de la solicitud.
- Carecer de vivienda en propiedad.
- Ser el arrendatario de la vivienda en la fecha de la solicitud.
- No tener relación de parentesco hasta el tercer grado con el arrendador de la vivienda alquilada.



- Tener fijada su residencia habitual en la vivienda alquilada.

Las solicitudes deben presentarse en las Comunidades Autónomas o Diputaciones Forales (o en la Dirección Territorial del IMSERSO en el caso de Ceuta y Melilla).

En la actualidad, en España hay unos 458.000 pensionistas no contributivos de jubilación o de invalidez. La cifra de beneficiarios de este complemento puede situarse en torno a los 14.000 pensionistas y su cuantía en torno a 5,9 millones de euros.

La cuantía del complemento de pensión en 2007 fue de 350 euros y en 2008 de 357 euros, siendo el fijado para 2009 en 425 euros, el de mayor incremento de todos los habidos hasta la fecha.

Esta medida tiene un impacto de género muy positivo, ya que el peso de las mujeres en el conjunto de los titulares de pensión no contributiva es mayoritario, si tenemos en cuenta que en diciembre de 2008 el 70,88 % de estos pensionistas eran mujeres, proporción que es todavía más elevada entre los pensionistas no contributivos de jubilación, de los que el 83,13% son mujeres.

60
y más

CUADERNOS

Genero,
Envejecimiento y
Autonomía Personal

- Programas de IMSERSO
- Género y envejecimiento
- Experiencias
- Desigualdad

Todo sobre mayores
y residencias por
autonomías y
provincias

- Incremento en los servicios

Curso de Verano de la Universidad Internacional
Menéndez Pelayo de Santander

GENERO, ENVEJECIMIENTO Y AUTONOMÍA PERSONAL

Textos: Juan M. Villa
Fotos: M^a Ángeles Tirado



El Palacio de La Magdalena de Santander fue el escenario donde se desarrolló el curso "Genero, envejecimiento y autonomía personal".

La Universidad Internacional Menéndez Pelayo acogió en su sede de Santander el curso sobre Género, Envejecimiento y Autonomía Personal organizado por el IMSERSO y en el que la aplicación y desarrollo de la Ley de promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia (LAPAD) se trató desde la perspectiva de género. Así se constató que la mayoría de las personas en situación de dependencia son mujeres, al tiempo que son mu-

jer, mayoritariamente, las que realizan las tareas de cuidar a las personas dependientes.

En el marco del Palacio de La Magdalena se desarrolló un curso de gran interés que focalizó en el ámbito de la aplicación de la Ley la situación de las mujeres y sus necesidades. Los elementos que subrayan la importancia de la perspectiva de género en el ámbito del envejecimiento y de la dependencia indican que las mujeres tienen una calidad de vida

peor que la de los hombres. La esperanza de vida de las mujeres es siete años mayor que la de los hombres (83,5 años para las mujeres y 76,8 años para los hombres) pero esta mayor esperanza de vida no se traduce en mejores condiciones de vida.

Los factores de riesgo durante el proceso de envejecimiento como son la falta de salud, situación económica precaria o situación de dependencia afectan más a las mujeres que a los hombres. De esta manera son las mujeres, un 65 por ciento, las que mayoritariamente han solicitado u obtenido las prestaciones o servicios establecidos por la Ley de Autonomía Personal; asimismo son mujeres las que viven solas en mayor medida, las que menores ingresos tienen, las que se ven afectadas en mayor medida por la enfermedad y quienes tienen una peor percepción subjetiva de su salud, o son las que mayoritariamente ejercen de cuidadoras de nietos y de personas en situación de dependencia hasta edades avanzadas.

El curso fue inaugurado por la directora General del IMSERSO y directora del curso, Pilar Rodríguez, y por la vicepresidenta del Gobierno de Cantabria y consejera de Empleo y Bienestar Social, Dolores Gorostiza. La apertura del curso corrió a cargo de la vicepresidenta de Cantabria que calificó de “experiencia revolucionaria” la aplicación de la Ley de promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia. En este sentido indicó que desde el Gobierno de Cantabria “queremos desarrollar plenamente el derecho a atender a las personas” al tiempo que apuntó que la Ley está madurando y que se están detectando anomalías que hay que corregir.

Los factores de riesgo durante el proceso de envejecimiento como son la falta de salud, situación económica precaria o situación de dependencia afectan más a las mujeres que a los hombres

Por su parte Pilar Rodríguez subrayó que el despliegue de la LAPAD es un potente pilar del sistema de protección social que beneficia a las personas en situación de dependencia, en su mayoría mujeres, y también a las familias cuidadoras en las que la labor de las mujeres como cuidadoras es fundamental. La directora General del IMSERSO también aludió a la realidad femenina de la dependencia en España desde la perspectiva de quien cuida y recibe los cuidados. En cuanto a la aplicación de la Ley, Rodríguez consignó que a finales de julio de 2009 ya son más de 400.000 las prestaciones que llegan a sus beneficiarios, que más de 32.000 personas se incorporan como nuevas beneficiarias al sistema cada mes, y que la repercusión en el empleo en el sector de los servicios sociales se concreta en la creación de más de 100.000 puestos de trabajo desde 2007.

La directora General de IMSERSO explicó que el Instituto ha puesto en marcha programas e iniciativas de apoyo a las mujeres mayores que tienen como objetivos combatir el aislamiento, promocionar la salud o apoyar el envejecimiento activo. Además, citó diversas acciones destinadas a la formación de cuidadoras, o la edición de guías de autoayuda y de apoyo destinadas a las mujeres mayores.

Programas del IMSERSO

El IMSERSO está desarrollando programas que inciden directamente en la mejora de la calidad de vida de las mujeres mayores españolas. Así el Programa “Cerca de ti” es una iniciativa dirigida a las personas mayores que viven en situación de soledad, muchas de estas personas son mujeres y un 60 por ciento de las declaran que se sienten solas y aisladas. “Cerca de ti” tiene como objetivo paliar esas situaciones de soledad.

El Portal de Internet ENclaveRural.es es una iniciativa del Instituto de Mayores y Servicios Sociales que tiene como objetivo identificar las experiencias de Buenas Prácticas existentes en el medio rural en cuanto a servicios de proximidad de esta manera se intenta promover estas experiencias que dan respuesta al acceso a los servicios por parte de la población mayor, especialmente las mujeres, residente en áreas rurales donde existen tasas de envejecimiento que pueden superar el 30 por ciento. Asimismo se pretende fijar a la población joven rural (en especial mujeres) generando oportunidades de empleo de manera que se evite la despoblación y la masculinización del mundo rural.

La directora General del IMSERSO también anunció la puesta en marcha del programa “Juntos en Navidad” que se suma a las iniciativas para combatir la soledad de las personas mayores y que se aplicará dentro de los Programas de Vacaciones del IMSERSO durante la época navideña. Por otro lado, Rodríguez indicó que el Instituto de Mayores y Servicios Sociales esta elaborando el Libro Blanco del Envejecimiento con un enfoque



La feminización del envejecimiento exige el establecimiento de un enfoque de género en las políticas de autonomía personal y atención a la dependencia.

de género, y que este libro fundamentará la elaboración de un Plan Integral de Promoción del Envejecimiento Activo y Prevención de la Dependencia. El Plan tendrá como finalidad el

establecimiento de medidas que mejoren la calidad de vida de las personas mayores en España y especialmente de las mujeres mayores que constituyen la mayoría.

La inauguración del curso contó con la presencia de la vicepresidenta del Gobierno de Cantabria, Dolores Gorostiza, y de la directora General del IMSERSO, Pilar Rodríguez.

Género y envejecimiento

El amplio programa del curso desarrollado en Santander permitió tratar de forma pormenorizada los diferentes aspectos que inciden en el envejecimiento de las mujeres. La participación activa de los numerosos asistentes subrayó el interés por la aplicación de la perspectiva de género en materia de envejecimiento y de atención a la dependencia.

Las intervenciones de los expertos y especialistas que participaron en el curso abundaron en los aspectos más generales como género y envejecimiento o la ley de la dependencia desde la perspectiva de género. Amelia Valcárcel, catedrática de Ética, filósofa y consejera de Estado incidió en la tarea de cuidado como un nuevo valor social y en la ética del cuidado, de esta manera Valcárcel indicó que “el cuidado está en toda nuestra vida, preside todas nuestras relaciones porque tienen consecuencias y porque no hay nada que no tenga efecto de vuelta”. Por otro

lado, esta pensadora reflexionó sobre el vínculo entre feminismo y vejez, al tiempo que determinó que en el envejecimiento existen dos problemas esenciales como es el existencial, que depende de cada persona, y el asistencial, que es responsabilidad de los poderes públicos.

La mesa redonda sobre las prestaciones de la LAPAD como apoyo a personas cuidadoras no profesionales y las políticas de conciliación partió del hecho de que las mujeres son las que mayoritariamente adoptan el papel de cuidadoras de las personas en situación de dependencia en el ámbito familiar, y ello desde la idea de que se trata de una labor propia de la mujer. Para contrarrestar este estereotipo se formularon propuestas como la de desarrollar políticas basadas en la igualdad de derechos, visibilizar el papel social de la mujer en todos los ámbitos, o sensibilizar sobre los valores de la mujer mayor.

Experiencias

Esta mesa permitió conocer las experiencias que se están llevando a cabo en diversas comunidades autónomas. La gerente de Servicios Sociales de la Comunidad de Castilla y León, Milagros Marcos, explicó que las mujeres cuidadoras suponen siete de cada diez cuidadores familiares, de ellas tres de cada diez tiene entre 55 y 64 años y otras tres de cada diez superan los 65 años. Por otro lado un 60 por ciento viven en el medio rural. Las mujeres cuidadoras tienen una mayor percepción de carga de trabajo, más efectos nocivos sobre su salud mental, un mayor consumo de fármacos y un mayor nivel de depresión. Marcos indicó que la eficacia de las prestaciones para la conciliación de la vida fami-

liar y laboral se debe basar en la potenciación de los servicios sociales de proximidad, articular y regular los cuidados del entorno, desarrollar un modelo de financiación para la conciliación y promover el desarrollo tecnológico de productos de apoyo.

Desde la Comunidad Foral de Navarra, Marta Álvarez Alonso, directora General de Asuntos Sociales y Cooperación al Desarrollo destacó que el modelo navarro de atención a la dependencia tuvo en cuenta desde sus inicios las políticas de igualdad por lo que se incide en la conciliación. De esta forma Álvarez argumentó que la oferta a las personas en situación de dependencia y sus familias consiste en un paquete de servicios compatibles entre sí y que las personas



Las mujeres tienen una alta esperanza de vida en España, siete años más que los hombres, pero tienen peor calidad de vida e ingresos inferiores a los de los hombres.



beneficiarias pueden elegir en función de sus necesidades.

Otra experiencia de la que se hizo partícipe a los alumnos de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo fue la aplicación de las prestaciones de la Ley en la Ciudad Autónoma de Ceuta.

Fernando Jimeno Jiménez, director Territorial del IMSERSO de Ceuta, explicó las especiales características de la ciudad por su carácter multicultural, la influencia de la cultura musulmana, la elevada natalidad y la baja tasa de envejecimiento. Sin embargo, los cuidados informales son rea-



Las mujeres son la inmensa mayoría de las personas que ejercen de cuidadoras informales o profesionales.

lizados mayoritariamente por las mujeres.

Julio Samuel Coca, director General de personas con discapacidad de la Junta de Andalucía expuso la experiencia andaluza en cuanto a género y autonomía personal que incidía en la creación de planes de acción integral para la eliminación de barreras y combatir las desigualdades. Todo ello se refleja en la puesta en marcha del I Plan Integral para mujeres con discapacidad o del Plan estratégico sobre la prioridad de los servicios en el Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD).

El Libro Blanco del Envejecimiento está siendo desarrollado por el IMSERSO con un enfoque de género, este libro fundamentará la elaboración de un Plan Integral de Promoción del Envejecimiento Activo y Prevención de la Dependencia

La experiencia cántabra, concretada por el director General de Políticas Sociales de la Comunidad de Cantabria, Julio Soto, se basaba en desarrollar políticas de apoyo a los cuidadores familiares en los domicilios de las personas en situación de dependencia. La figura del tutor permite la detección de situaciones en las que existen personas con necesidad de cuidados de larga duración, además apoyan a los cuidadores en sus labores de cuidados, proporcionan formación precisa y realizan un seguimiento continuado del proceso.

Luis Miguel Bó Ferrer, director General de Atención a la Dependencia del Gobierno de Aragón, desarrolló su intervención en torno a las competencias de servicios sociales que se establecen en el ámbito comarcal y de alcanzar el objetivo, en este año, de garantizar la calidad y eficacia de los servicios que conforman el catálogo del SAAD. Entre los programas dirigidos a los cuidadores informales que realiza el Gobierno aragonés se encuentra el programa de autoapoyo "Cuidarte" a través del que se potencia la adquisición de habilidades y cualificación profesional.

Desigualdad

La participación social de las mujeres fue otro elemento de debate, Mercé Pérez, de la Universidad Autónoma de Barcelona, disertó sobre las diferentes estilos de participación de los hombres y de las mujeres, de manera que en las mujeres predomina el estilo doméstico, al tiempo que el marco de participación principal de las mujeres es el personal siendo reducido en los marcos representativo y de mayor responsabilidad pública. Sin embargo, Pérez advirtió del incremento continuado de la participación de las mujeres en las asociaciones, aunque también aludió a que "muchas mujeres encuentran seguridad y utilidad en su dedicación a los cuidados familiares" y que hay que tener en cuenta las posibilidades de elección o coacción en la dedicación a los cuidados, o que en las concepciones sobre la vejez no se encuentra el elemento de la paridad.

Un aspecto novedoso en el curso fue intervención de María Crespo, profesora de la Universidad Complutense de Madrid, que subrayó que en la actualidad el número de cuidadores varones se está incrementando y que se está

cambiando el rol de cuidador. Además destacó la diversidad de cuidadores rechazando la uniformización, e indicó que hay que tener en cuenta la edad, el género, parentesco, situación familiar, situación familiar y la interacción entre todos ellos. Por otro lado, manifestó que las diferencias de género entre los cuidadores son menores de las que se han considerado tradicionalmente.

Mayte Sancho Castiello, asesora técnica e institucional de la Fundación Instituto Gerontológico MATÍA, desarrolló su ponencia sobre la base de los cuidados como fundamento para conseguir una mejor calidad de vida. Para Sancho la prevalencia de los cuidados informales en España es una consecuencia de la insuficiencia de los recursos formales, aunque indicó que el acceso a redes de apoyo informal existe en todos los países. En cuanto al futuro que se avecina Mayte Sancho desarrolló algunas ideas como la masculinización de la vejez al incrementarse la esperanza de vida de los hombres, el incremento del potencial cuidador por parte de los hombres, la disminución del aislamiento y la soledad en las mujeres mayores, el incremento de la demanda de cuidados profesionales, la mayor relevancia de las relaciones intergeneracionales de parejas/hijos y de abuelos/nietos, o el incremento del apoyo emocional en estas relaciones intergeneracionales.

Lourdes Bermejo, experta gerontóloga, basó su intervención en el cuidado profesional y el género. Así, destacó la segregación ocupacional en determinados sectores entre hombres y mujeres como producto de la pervivencia de roles de género en los que la mujer es quien debe desarrollar una ocupación en el sector de los cuidados. Al tiempo esta segrega-



ción también repercute en la desigualdad salarial.

Bermejo aludió al desprestigio de la labor de cuidar por estereotipos y por la feminización del sector.

La calidad y la formación de cuidadores ocuparon también un lugar relevante en el curso. La calidad en el empleo, la cualificación profesional y la fijación de programas y acciones formativas

El perfil tipo de la persona cuidadora profesional correspondería a una mujer que trabaja en el sector privado entre 25 y 45 años, bajos ingresos salariales y formación heterogénea.

para las cualificaciones profesionales fueron algunos de los temas tratados.

El curso “Género, envejecimiento y autonomía personal” desarrollado en la UIMP por el IMSERSO permitió que profesionales y expertos profundizaran en la situación de las mujeres como personas que necesitan cuidados cuando se encuentran en situación de dependencia y el ejercicio mayoritario de las mujeres como cuidadoras. Los aspectos, legales, éticos, sociológicos, profesionales y educativos fueron elementos fundamentales para establecer una visión amplia e integrada de la perspectiva de género en el envejecimiento y en la promoción de la autonomía personal y de la necesidad de potenciar acciones que incorporen la perspectiva de género en la atención a la dependencia.

Todo sobre mayores y residencias por autonomías y provincias

Más de 5.000 datos referenciales sobre residencias, recursos y otros datos estadísticos, tanto a nivel estatal como autonómico y provincial, se incluyen en la Guía 2009 de Servicios de Atención Residencial para personas mayores, presentada en Toledo por el Secretario General de Política Social, Francisco Moza, el Consejero de Salud y Bienestar Social de Castilla La Mancha, Fernando Lamata, y Pilar Rodríguez, Directora General del IMSERSO. La Guía ha sido editada en papel y en CD y es posible descargarse, gratuitamente, vía Internet

Texto: Rosa López Moraleda Fotos: Rubén Herránz/M^a Ángeles Tirado



Francisco Moza junto a Pilar Rodríguez y Fernando Lamata, en un momento de la presentación de la Guía en Toledo.

Una nueva y actualizada Guía 2009 sobre recursos, modalidades de alojamiento residenciales y otros datos estadísticos de interés ha sido editada por el IMSERSO y recientemente presentada en Toledo, en un acto presidido por el Secretario General de Política Social y Consumo, Francisco Moza, el Consejero de Bienestar Social de Castilla La Mancha, Fernando Lamata y Pilar Rodríguez, Directora General del Instituto.

Esta edición 2009 de la Guía de Servicios de Atención Residencial para Personas Mayores, como así se llama, está editada por el IMSERSO y, aunque existiendo su edición gráfica –en tirada reducida- es posible acceder a ella gratuitamente pulsando, vía Internet, en el ámbito territorial correspondiente de cada interesado –página web de su Comunidad Autónoma, etc.- pudiéndose descargar la guía al completo (en formato PDF, con 8.196 kb.).

Esta guía contiene información sobre más de 5.000 centros residenciales y alojamientos alternativos, que aparecen clasifi-

cados geográficamente y según su titularidad. Los usuarios de la guía encontrarán la forma de contacto de cada centro; información sobre las plazas públicas, concertadas y privadas; o datos sobre los servicios, tratamientos y equipamiento, y las características de las habitaciones, entre otros datos.

Para facilitar su difusión, esta guía está disponible en tres formatos: papel, CD, y descarga gratuita a través de Internet. La anterior Guía 2004 Residencias para Personas Mayores en España ha tenido más de un millón de descargas.

La guía ha sido elaborada por el Observatorio de Personas Mayores del IMSERSO; con los datos proporcionados por las Comunidades Autónomas y los obtenidos a través del contacto directo con más de 5.000 residencias de personas mayores de todo el país.

Incremento en los servicios

Los centros residenciales para mayores han experimentado en los últimos 6 años un incremento del 38%. El incremento más notable en servicios sociales para personas mayores lo han protagonizado los servicios que favorecen la continuidad de las personas mayores en su domicilio y entorno habitual. Así, entre 2002 y 2008 la teleasistencia ha aumentado casi un 280%; el servicio de ayuda a domicilio ha crecido un 82%; y los centros de día se han incrementado en un 238%.



Hay que destacar, asimismo, el aumento de centros de titularidad pública, que han pasado de ser un 13% en 2002 a un 20% en 2008. Este incremento también se refleja en el porcentaje de plazas con financiación pública, un 47% en 2008 frente al 42% de 2002.

En cuanto al índice de cobertura de atención residencial para personas mayores, se ha elevado progresivamente desde 1999, pasando del 2,95% en ese año al 4,31% en 2008. Por comunidades autónomas, Castilla y León y Castilla La Mancha son las que tienen un mayor índice de cobertura, con un 6,80% y un 6,39% respectivamente. En cuanto a

La Guía, elaborada por el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), ha sido editada en papel, CD y en formato descargable gratuitamente a través de Internet

la UE, España tiene un índice de cobertura similar al de países como Reino Unido (4,50%) y Alemania (4,54%) y supera ampliamente a algunos como Grecia (0,28%), aunque todavía está lejos de los datos de Suecia y Dinamarca (con índices de cobertura del 8,57% y 9,18%, respectivamente).

Respecto a los usuarios, la edad media de ingreso en los centros residenciales es de 80 años, siendo más elevada esta edad entre las mujeres que entre los hombres. Los residentes tienen una edad media de 83 años y el 66% son mujeres. Un 70% de las personas que optan por vivir en una residencia se encuentran en situación de dependencia.

La nueva Guía 2009 es una herramienta de información imprescindible para profesionales y usuarios del sector de los servicios sociales de personas mayores y está disponible en la página web del IMSERSO: www.seg-social/imserso.es y en la página del Portal Mayores: www.imsersomayores.csisc.es



PERSONAS MAYORES EN RIESGO.

Detección del maltrato y la autonegligencia.

Autora: Diversos autores.

Edita: Pirámide – Colección Psicología.

www.edicionespiramide.es

ISBN: 978-84-368-2277-9

PVP: 15,50 €

Detección del maltrato

El abuso y los malos tratos hacia las personas mayores no son un problema exclusivo de la sociedad actual, sino que se remontan a la antigüedad. No obstante, hasta el último cuarto del siglo pasado, eran considerados una cuestión privada y oculta a la visión del público, al igual que otros problemas como el abuso infantil y la violencia doméstica.

Para detectar malos tratos es necesario que el profesional tenga presente que es una situación que pueden estar viviendo las personas mayores con las que

trabaja. Para tener esta primera sospecha, es necesaria una formación previa sobre el problema a detectar.

En este marco, la obra se constituye en un valioso instrumento para la detección rápida y temprana de casos de riesgo de malos tratos de la población de personas mayores, que posibilitará a los profesionales responsables avanzar en la detección de casos de personas mayores que estuviesen en riesgo de sufrir o estar sufriendo malos tratos domésticos y autonegligencia.



LA PROTECCIÓN SOCIAL DEL TRABAJADOR AUTÓNOMO.

Colección Textos Legales. Serie Seguridad Social nº 84.

Autor: César Gala Vallejo.

Edita y distribuye: Ministerio de Trabajo e Inmigración.

Subdirección Gral. de Información Administrativa y Publicaciones.

www.mtin.es

ISBN: 978-84-8417-328-1

Fecha de edición: Mayo 2009

PVP: 20 €

Los derechos del trabajador autónomo

El libro compendia el vasto y complejo contenido de la protección de los trabajadores autónomos, y, consiguientemente examina el Régimen Especial de la Seguridad Social de los Trabajadores por Cuenta Propia o Autónomos.

Analiza y da a conocer, en su más amplia dimensión, el Estatuto del Trabajo Autónomo publicado en el BOE del 11 de julio de 2007. Acontecimiento

legislativo en el ordenamiento jurídico español, tanto en el plano de las relaciones laborales como en el de la protección social de los trabajadores que ejercen una actividad profesional o económica por cuenta propia o autónoma, los cuales tienen derecho al mantenimiento de un régimen público de Seguridad Social que les garantice la asistencia y las prestaciones sociales suficientes ante situaciones de necesidad.

Una actitud positiva ante la enfermedad es la mejor medicina

Seguro que se ha preguntado alguna vez, amigo lector, qué extraordinario diseño existe para que un organismo como nuestro cuerpo, viva superando permanentes agresiones de bacterias, virus y todo tipo de microorganismos que entran en nosotros a través de los alimentos, el aire o el contacto con la piel. Reflexionar sobre la naturaleza de este singular mecanismo que es la vida, probablemente el mejor invento del Universo, nos ayudará seguramente a afrontar las dificultades de nuestra salud con mayor optimismo, disfrutando del presente.

Textos: Tomás Castillo, psicólogo y autor del libro "Aprendiendo a vivir" (Ediciones CEAC).



Con frecuencia los grandes problemas de la humanidad se han resuelto con ideas que, una vez descubiertas, se han mostrado muy sencillas. Durante siglos hemos sufrido el fallecimiento de muchos niños por enfermedades que al llegar a ser adultos eran casi inocuas. Cuando Pasteur descubrió la existencia de una «memoria» en el sistema inmunológico, algo tan simple como la vacuna revolucionó la medicina y, sobre todo, aportó una hasta entonces impensable

esperanza de vida al conjunto de la población.

La medicina ha producido increíbles avances en los últimos dos siglos. Por fortuna, existen grandes profesionales dedicados a prevenir, curar y cuidar de nuestra salud. La ciencia ha desarrollado numerosas técnicas eficaces para ayudar en la curación, pero ha hecho muy poco para que aprendamos a ayudarnos a nosotros mismos, entendiendo lo que ocurre realmente en nuestra vida, a vi-



La salud es el resultado entre lo que me ocurre, los apoyos que recibo y cómo vivo la situación en la que me encuentro.

virlo como algo natural. Nadie se ocupó de educarnos para afrontar la asignatura más difícil de nuestra vida: convivir con la enfermedad, vivir la enfermedad integrándola en nuestra existencia, durante la infancia, la juventud, en la madurez o en la ancianidad.

Quizá por ello percibimos la salud y la enfermedad como dos situaciones antagónicas. La metodología diagnóstica que hemos heredado nos ha llevado a determinar, simplificando quizá en exceso, lo que en uno u otro momento pasa en nuestro organismo, en nuestra mente: lo «normal» es que todo funcione adecuadamente y lo «patológico» es cuando algo va mal.

Sobre este esquema de normalidad y anormalidad patológica hemos construido toda una cultura interpretativa. Sin embargo, en nuestro organismo lo «normal» y lo «anormal» conviven permanentemente, lo «saludable» y lo «patológico» forman parte de nuestra existencia cotidiana, nuestro estado de salud en cada momento es el resultado de este debate permanente, del equilibrio que se logra cuando conviven diferentes elementos. La clave para entenderlo es darse cuenta de que existen diversos estados de salud, más que estados de salud normales o anormales. Unos estados de salud facilitan más el disfrute, otros incluso lo dificultan, pero todos tienen algún grado de salud.

Siempre me he preguntado por qué una persona ha vivido felizmente hasta que se le diagnostica una enfermedad importante. Con frecuencia su vida se desmorona en el momento que recibe la noticia. El miedo y la inseguridad suelen anidar en su mente. ¿Qué ha cambiado? ¿No tenía también cáncer ayer, hace un mes, o incluso un año? ¿Por qué era feliz

Unos estados de salud facilitan más el disfrute, otros incluso lo dificultan, pero todos tienen algún grado de salud.

cuando ignoraba la situación y ahora la noticia ha ensombrecido su vida? El diagnóstico no ha hecho más que confirmar lo que deberíamos saber y asumir: el organismo genera permanentemente células anómalas. El fenómeno del cáncer existe en nuestro organismo de forma continua, y aún no sabemos por qué nuestro cuerpo produce estas células que pueden acabar incluso con nuestra existencia. El diagnóstico que recibimos en un momento no hace más que suponer o determinar cómo se está manifestando en nosotros. Pero la enfermedad ya estaba probablemente predispuesta, desde el mismo momento en que algunos de nuestros genes transmitieron la información en las células al reproducirse. El ambiente y nuestros hábitos hacen el resto.

El problema no surge en el momento del diagnóstico, y, sin embargo, lo percibimos así. El diagnóstico es más bien una oportunidad, porque desde ese momento podemos hacer algo para evitar el avance de la enfermedad, o para manejar sus síntomas. Quizá nuestro error es que no somos conscientes de la fragilidad de la vida hasta que repentinamente debemos caer en la cuenta de la debilidad de nuestro cuerpo, nuestra mente, nuestro ser.



ALGUNAS IDEAS DEL LIBRO:

- La salud es el resultado entre lo que me ocurre, los apoyos que recibo y cómo vivo la situación en la que me encuentro.
- Es increíble la naturalidad con la que el ser humano convive con su enfermedad desde la primera infancia, frente a la angustia de quienes les rodeamos. Existe una capacidad de conformidad básica con lo que la naturaleza nos ha dotado, lo que nos permite ser felices en casi cualquier situación, con los límites que el sufrimiento determina, porque el sufrimiento sí es un límite a la felicidad. El sufrimiento es una de las mayores injusticias de la vida.
- Muchos niños con enfermedades graves son bastante felices, en ocasiones más que otros niños. Viven una infancia muy parecida a la de cualquier otro niño, salvo por nuestro empeño en verles enfermos. Con ello desarrollamos toda una dinámica de preocupación, de sobreprotección, de cuidado excesivo que asfixia no pocas veces su vivencia, su espontaneidad infantil.
- La sociedad puede poner a nuestra disposición excelentes medios, aparatos, medicamentos...pero como no aflora en nosotros esa fuerza interior, esas ganas de vivir que la vida induce, la medicina, la psicología, cualquier terapia habrá fracasado con nosotros.
- Es preciso superar el modelo “especialista-paciente”, para avanzar en el protagonismo de la persona en el proceso de curación y manejo de su enfermedad. Asistimos a un cambio profundo de concepto en el que la persona pasa a ser protagonista de su enfermedad, no por padecerla sino por ser agente de su curación.
- La persona que padece una enfermedad no quiere perder lo esencial de la propia dignidad, la capacidad de decidir. Esto no implica rechazar los cuidados, el apoyo, la ayuda. Es sólo que ese cuidado no implique invadir la intimidad, querer decidir por él, o pretender imponerle un tipo de vida que no acepta, que no quiere. Porque el tipo de vida que otros quieren que viva, quizá no le valga la pena vivirla.
- Debemos aprender a vivir en positivo lo que tenemos, y no morirnos lentamente añorando lo que nos falta.



Y sin embargo, siempre me ha llamado extraordinariamente la atención la naturalidad con la que el ser humano convive con su enfermedad en la primera infancia, frente a la angustia de quienes le rodeamos. Existe, tenemos, una capacidad de conformidad básica con lo que la naturaleza nos ha dotado, lo que permite ser feliz en casi cualquier situación.

Probablemente tampoco hemos valorado lo suficiente el protagonismo que tiene la fuerza de la vida en nuestra existencia. Con una presencia tan continua como la luz, de la que hacemos un uso de forma tan permanente como inconsciente. La vida se abre camino, constantemente, con un empuje inusitado. Esa energía tiene un poder que debemos canalizar, permitir que fluya con espontaneidad, sin asfixiarla con nuestros temores.

Nuestra naturaleza nos invita a convivir con la enfermedad, más que a padecerla; a no dejar que la enfermedad se sitúe en el centro de nuestra vida, sino que sea una circunstancia en nosotros, para no permitir que la enfermedad arruine nuestra vida. Por ello sugiero que debemos dejar de ser “pacientes”, para actuar como “protagonistas” de nuestra existencia, realizar las mismas actividades que antes realizábamos si es posible, aunque tengamos que mantener los cuidados necesarios. Ser protagonistas de nuestra vida en cualquier circunstancia puede ser una de las claves para aprender a convivir con la enfermedad con naturalidad, incluso con optimismo.ambiente.

Confederación de Asociaciones de Alumnos de Programas Universitarios de Mayores.

La enseñanza universitaria como una herramienta eficaz de promoción del envejecimiento activo.

Texto: Juan Manuel Villa
Fotos: M^a Ángeles Tirado



Miles de alumnos participan en los programas universitarios de mayores con el ánimo de aprender y en las actividades que se realizan a través de las asociaciones de estos alumnos que saben que el aprendizaje no tiene edad. La Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS) cataliza los intereses de las asociaciones y de los alumnos con el fin de promover estos programas universitarios.

CAUMAS nace en 2003 con el objetivo de reunir las aspiraciones y demandas del movimiento asociativo de las personas mayores que cursan estudios a través de los Programas Universitarios de Mayores (PUM). En este sentido la Confederación tiene como principal cometido la representación, coordinación, información y asesoramiento de las entidades asociadas, así como la defensa de sus intereses.

La difusión, divulgación y promoción de los Programas Universitarios para Mayores como una herramienta eficaz que potencia el envejecimiento activo y saludable es el principal objetivo de CAUMAS. Por otro lado desde



Los alumnos de los Programas Universitarios para Mayores mejoran su calidad de vida accediendo al conocimiento que proporciona su asistencia a las aulas.

la dependencia y fomento de la autonomía personal en cuanto a que la formación permite a las personas mayores incrementar sus capacidades personales y de interacción con su entorno. Asimismo, desde esta entidad se apoya el asociacionismo como cauce de proyección social de los programas universitarios.

Acciones

CAUMAS ha renovado su Junta Directiva en fechas recientes y la Confederación ha adoptado diversas iniciativas que se están concretando en actuaciones que quieren potenciar la labor de la entidad como son:

- Desarrollar la página web como instrumento de interés para las asociaciones y otras instituciones y organismos.
- Creación de un Gabinete Técnico de Estudio, Comunicación y Coordinación de Proyectos que

la Confederación se insiste en el papel de estos programas diseñados por las universidades españolas para las personas mayores como elemento de prevención de



Felipe Martín, el presidente de CAUMAS.

asesore, informe y atienda las necesidades de todas las entidades confederadas.

- Incrementar la colaboración con otras organizaciones para alcanzar los objetivos de la Confederación
- Mantener y potenciar las relaciones con el IMSERSO, la Dirección General de Universidades y los gobiernos de las Comunidades Autónomas.
- Trabajar en I+D+I (Investigación, Desarrollo e Innovación) en las Universidades. En este campo se está trabajando en la redacción de proyectos de investigación, elaboración de materiales, análisis e informes; y otras iniciativas apoyadas y fomentadas por las federaciones miembro como el programa de Mentorización en aulas y empresas, la creación de una Cátedra de Mayores en Investigación propuesta por la Federación Andaluza (FADAUM); o la participación en proyectos europeos como el proyecto Grundtvig sobre las aulas de mayores en Europa, acción propuesta por la Federación de Castilla y León (FASUNEX).

- Edición de un directorio de Asociaciones Universitarias de Mayores.
- Edición de la “Guía del Asociacionismo” diseñada para las asociaciones universitarias con la inclusión de documentos marcos, indicaciones y recomendaciones necesarias.

- Edición de la “Guía de información turística” realizada desde las asociaciones y destinada a las asociaciones y que recoja toda la información valiosa para los alumnos universitarios mayores.

Felipe Martín Moreno, presidente de la Confederación y presidente de la Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León, destaca que los Programas Universitarios para Mayores “representan un elemento destacado de envejecimiento activo” y explica que además de una transmisión del conocimientos se produce una mejora de la salud y del bienestar psicológico, aumentando la autoestima y el nivel de independencia, favorece las relaciones intergeneracionales, y contribuyen a que las personas mayores potencien su papel de difusores de cultura, experiencia o conocimiento.

En el curso 2008/2009 unos 39.000 alumnos matriculados se han beneficiado de los programas en Universidades de toda España (el 90 por ciento de las mismas, tanto públicas como privadas) y cada curso la demanda aumenta. El presidente de la Confederación explica que los objetivos de los programas se centran “en cultivar la mente, propiciar la reflexión sobre la cultura y los valores o facilitar nuevos conocimientos para aprender a desenvolverse en una sociedad tan cambiante como la actual”.

Los contenidos de los PUM se organizan generalmente en torno a cinco áreas de conocimientos como son las de Humanidades y Ciencias

EL PAPEL DE LOS ALUMNOS DE LOS PUM Y SU CONTRIBUCIÓN DESDE EL ASOCIACIONISMO

El presidente de CAUMAS, Felipe Martín, considera que la expansión de los programas universitarios para mayores ha permitido la creación de un tejido asociativo de personas mayores importante, al tiempo que se ha incrementado la proyección social de los mayores universitarios.

Martín explica que una de las líneas de trabajo de la Confederación es la implantación de los programas en pequeños núcleos de la población, donde residen muchas personas mayores.

Entre las actividades que promueve CAUMAS, su presidente destaca:

- La formación en nuevas tecnologías porque si “el envejecimiento activo requiere un elemento como la participación, ésta no puede verse obstaculizada por el desarrollo de una brecha digital por edad que lleve a la marginalidad.
- La creación de redes sociales de experiencias a través de un Banco de Experiencias que “aprovechan los recursos formativos de nuestro alumnado para aplicarlos al tejido asociativo y empresarial en actividades como el mentoraje de alumnos jóvenes, creación de empresas, o procesos de innovación.
- Desarrollo de cursos de formación para prevenir la dependencia en centros de Día, Residencias o unidades de respiro familiar, impartidos por los alumnos.
- Impulso de encuentros intergeneracionales como los que incorporarían a los alumnos mayores en cursos y cátedras de investigación y diagnóstico para que puedan colaborar en informes, tesis doctorales y otros proyectos personales y empresariales que necesite de este voluntariado.
- Dar respuesta a las demandas de los asociados como la falta de material didáctico, la falta de tutorías y la necesidad de un control de seguimiento del alumno en las asignaturas, o cursos de formación del profesorado para poder impartir los programas. Estas acciones se realizan a través de las asociaciones. Por otra parte, Felipe Martín indica que CAUMAS está asesorando a otras asociaciones en su constitución y que “esperamos que se incorporen en breve a la Confederación”.



Para muchos alumnos es una experiencia muy satisfactoria tener ocasión de acceder a la Universidad por primera vez, o reencontrarse con las aulas

Sociales, Ciencias Jurídicas y Económicas, Ciencias de la Tierra y Medio Ambiente, Ciencias Biosanitarias y Ciencias Tecnológicas. Por otra parte, los conocimientos que se imparten no están orientados a alcanzar la excelencia y la competencia profesional.

A pesar de la evolución de los contenidos y la satisfacción de los alumnos, desde CAUMAS se demanda una mayor homogenización de los programas universitarios. Así el presidente de esta organización indica que en la actualidad existen muchos programas heterogéneos y no bien difundidos, cada Universidad confecciona su propio programa y cada comunidad autónoma participa de forma diferente en la consideración de los programas. Por otra parte Felipe Martín indica que los alumnos también demandan ampliaciones de los cursos de los programas porque muchos “quieren seguir estudiando y quieren formación para toda la vida”; por ello la Confederación está trabajando para ayudar a las Universidades en la creación e impartición

de cursos específicos para continuar la oferta formativa con alternativas como Cátedras o Master de Investigación y Diagnóstico.

Retos

Los programas universitarios para mayores tiene una importante trayectoria y su consolidación y expansión permiten a muchas personas mayores acceder a conocimientos que en su momento no pudieron adquirir; para muchas personas mayores ir a la universidad es un hecho motivador y enriquecedor, tanto si es la primera vez que acuden a las aulas universitarias como si regresan a las mismas. CAUMAS en su objetivo de potenciar e impulsar estos programas desarrolla acciones que buscan un mayor reconocimiento de esta formación. Felipe Martín subraya que la Confederación colabora en la formulación del eje de “Formación para toda la vida del Libro Blanco de las Personas Mayores. Además, esta entidad ha solicitado formar parte del Consejo Estatal de las Personas Mayores como representante de

los Alumnos Mayores Universitarios de España

Otro reto que afronta la Confederación es el reconocimiento de todas las asociaciones vinculadas a los programas universitarios como asociaciones universitarias “con sus derechos y obligaciones, indica Martín, como el resto de los alumnos y así tengan representación en los órganos de Gobierno de la Universidad. En este sentido hemos redactado un texto sobre el estudiante mayor que hemos entregado al director General de Universidades, Felipe Petriz.

La proyección social de los programas es otro de los ejes de acción de CAUMAS, su presidente incide en que esta proyección, tanto en la sociedad como en la familia, se basa en que la participación de las personas mayores en los programas contribuye a la prevención de la dependencia, mejoran la salud, facilita herramientas para la resolución de problemas, entre otros puntos positivos.

Por último, Felipe Martín insiste en la necesidad de abrir los programas universitarios para mayores al ámbito rural, “hay que procurar, dice, que el lugar de residencia no sea un obstáculo insalvable para acceder a determinadas ofertas culturales, y hacer real el principio de igualdad de oportunidades.

Información:

CAUMAS

www.caumas.org

caumas@caumas.org

Teléfono: 954 41 55 78

El arte de ser abuelo

Cuando empecé a escribir “el arte de ser abuelo”, tenía pensado ponerle el título “Abuelo contento, abuelo fantástico” y en efecto, consideraba y considero que ser abuelo es un arte y que todos podemos ser unos abuelos contentos, satisfechos de ser abuelos y de ser personas que quieren a sus nietos y a sus hijos y que, al mismo tiempo, se quieren a si mismos. Esto requiere buscar y conseguir nuestra paz interior, vocación de servicio, apertura a aplicar conocimientos nuevos, romper esquemas y, sobre todo, consciencia de muchísimo amor.

Textos: Franco Voli Fotos: Archivo

Por otro lado, también podemos simplemente decidir ser abuelos tal como nos viene natural y hacerlo de la mejor forma posible para nosotros en este momento, sin dejar de disfrutar de la abuelidad. Esto también es una forma que nos puede llevar a ser abuelos contentos y está basada, como la otra perspectiva, en la calidad de las relaciones que desarrollamos en la familia, el cariño que les tenemos a nuestros nietos y en la satisfacción que tenemos de ser abuelos.

La primera perspectiva artística, sin embargo, tiene algo más; requiere un proceso consciente de

querer dedicarle a la abuelidad un tiempo y una labor personal de aprendizaje de alternativas. Como todas las artes, está basado en la búsqueda de un cambio en nosotros mismos, basado en aprender a ser más felices en nuestro día a día. Queremos que nuestros nietos lleguen a ser unas personas felices y que nosotros podamos ayudarles con nuestro ejemplo de todos los días y una preparación racional y emocional que nos lo facilite. En otras palabras, ser conscientes de que podemos llegar a ser más felices en nuestra realidad cotidiana y en nuestras relaciones nos ayu-





da para llegar a ser unos abuelos fantásticos. Esto quiere decir ser unos abuelos que marcan una diferencia importante en el desarrollo y en la forma de ser y de sentir de sus nietos. Los niños nos observan y evalúan y es importante que nos vean de forma que podamos ser un ejemplo positivo para ellos. Queremos que vean que se puede ser felices cuando se actúa con cariño, respeto, aceptación, motivación, apertura, seguridad y conocimientos.

Objetivos del libro

Prepararnos para la tarea de ser abuelos fantásticos requiere una aplicación práctica en la vida de todos los días. Una vez en el camino y comprobado que podemos cambiar lo que pensamos que nos hace falta cambiar, ya estamos abiertos para continuar creciendo, incrementando nuestros conocimientos y nuestra motivación para ser abuelos contentos y, por lo tanto, abuelos fantásticos.

En este libro he querido transmitir que los abuelos, en un cierto sentido, tenemos la obligación, en sentido positivo, de hacer todo lo posible para ser felices nosotros mismos si queremos ayudar a nuestros nietos a serlo también.

El hecho de que sea una obligación no interfiere en nuestra motivación a trabajar el tema, ya que haciéndolo nos sentimos bien con nosotros mismos por los resultados conseguidos y con los demás, por comprobar que estamos mejorando nuestras relaciones mutuas.

Los abuelos tenemos la obligación de hacer todo lo posible para ser felices, si queremos ayudar a nuestros nietos a serlos también.

Podemos empezar con pequeños cambios de comportamiento, que nos hagan ver que cambiar es posible y es placentero. No tenemos ninguna prisa, lo podemos hacer con tranquilidad trabajando sobre el tema desde la satisfacción de hacer un trabajo, que está a punto de modificar muchos puntos difíciles en nuestras relaciones con nosotros mismos, con la familia y con los demás.

De paso, podemos mejorar las relaciones con nuestra pareja que también es abuelo/a y compañero/a, de nuestra vida, para sentirnos bien en nuestra realidad diaria.

Nuestra pareja es el elemento más importante que tenemos en nuestra vida presente y, creo, que hay que cuidarla con todos nuestros medios. Haber resuelto posibles dificultades de relación con él o ella, nos abre a darnos un apoyo mutuo en nuestra labor de auto-conocernos y de ser nosotros mismos como personas y como abuelos.

Sanar nuestras relaciones con nuestros hijos, es también una parte del trabajo de los abuelos, y nos ayuda a examinar nuestra realidad desde la perspectiva de

crear una buena convivencia y felicidad entre todos.

Los abuelos, por otro lado, tenemos la posibilidad de disfrutar el tiempo que pasamos con nuestros nietos sin tener la responsabilidad directa de su educación. Por lo tanto, tenemos la mejor parte, la de ayudarles a encontrar su propio yo y la de compartir con ellos, escucharlos y ser para ellos unos modelos de personas adultas, que puedan ser tomados como puntos de referencia en su propia formación como personas.

En nuestras relaciones con nuestros nietos más pequeños, podemos aprender de ellos la importancia de vivir y actuar en el presente, en el aquí y ahora. Nos dejamos, en todo lo que podamos, de posibles traumas del pasado y de expectativas sobre lo que queremos, que sea el futuro nuestro y de nuestros nietos. Su futuro es cosa de ellos y nuestra tarea es la de compartir con ellos algunos ejemplos y conocimientos vivenciales, que les pueden ser útiles en sus relaciones, forma de comunicarse y en su propio desarrollo.

La búsqueda de sentirnos bien, es una práctica que podemos ir haciendo a lo largo de nuestra «abuelidad». Nos vamos dando cuenta ya de los primeros resultados, que podemos dar a una nueva interpretación de nuestras experiencias actuales y del pasado, a raíz de todas las informaciones que podamos conseguir dentro de la gran oferta que existe sobre



SER ABUELOS FANTÁSTICOS ES:

Todos podemos ser unos abuelos contentos y todos tenemos también la posibilidad de ser unos abuelos fantásticos.

- Abuelos que actúan para ser felices, ayudar a ser felices y ver nuestra realidad desde este prisma.
- Abuelos que pretenden disfrutar del tiempo que pasan con sus nietos, sin tener la responsabilidad directa de su educación.
- Abuelos conscientes de que, con el ejemplo, y con sus interacciones con sus nietos, pueden marcar una diferencia importante en su desarrollo como personas.
- Abuelos que se abren a buscar, junto con la familia, la forma de crear una buena convivencia en la que todos colaboren, para que cada cual pueda sentirse bien consigo mismo y con los demás.
- Abuelos que quieren participar y disfrutar en la tarea de formación de sus nietos, sin, por ello, renunciar a las propias ocupaciones, diversiones y necesidades.
- Abuelos que se relacionan desde el amor y el cariño con sus nietos, y actúan en el momento presente, para transmitirles este amor de forma incondicional, es decir, que les queremos porque sí, y no por lo que hacen o como lo hacen.
- Abuelos que buscan y consiguen cambios en sus reacciones emocionales, en su comportamiento y en como se relacionan y comunican consigo mismos y con los demás.
- Abuelos que aceptan que este aprendizaje es posible, si aceptamos como motivación suficiente, que podemos marcar una diferencia importante en el desarrollo de la personalidad de nuestros nietos y sentirnos bien haciéndolo.
- Abuelos que utilizan su propio ejemplo para enseñar y modelar relaciones, comunicación y convivencia en el día a día compartido..



el aprendizaje del amor, del bienestar emocional, del «bienser», de la educación, de los rituales sociales y de la propia felicidad.

Aunque a primera vista puede que nos sorprendamos de esta idea de la abuelidad, en realidad, una vez hayamos empezado a hacer los primeros cambios en nuestra forma de relacionarnos y comunicarnos con nosotros mismos, vamos a darnos cuenta de que es posible, si queremos que lo sea. Veremos cómo todo forma parte de una apertura consciente a reconocer en nosotros y en nuestros familiares, empezando

Como seres humanos se nos han dado una gran cantidad de recursos, que nos pueden ayudar en las relaciones con nuestros nietos

por nuestros nietos la esencia básica del ser humano como personas hechas a semejanza de Dios como cada uno le interpreta.

Aprender de los errores

Muchos abuelos, aunque con las mejores intenciones, no hemos aprobado en su momento la asignatura de ser unos buenos educadores para nuestros hijos. Desconocíamos que podíamos aprender alternativas a lo que sabíamos y hacíamos cuando nos dábamos cuenta de que no funcionábamos todo lo bien que nos hubiera gustado. Hemos educado a nuestros hijos de la mejor forma que sabíamos y algunos lo hemos hecho mejor que otros pero, la mayoría o casi todos con las mejores intenciones, conscientes o no, de hacerlo bien.

Ahora sabemos que existen aprendizajes para ser capaces de

marcar una diferencia importante en la formación de las nuevas generaciones desde el ejemplo y nuestra forma de relacionarnos y comunicarnos. Muchos están todavía a nuestro alcance si nos preocupamos de encontrarlos e asumirlos en nuestra vida de todos los días.

Cada abuelo que quiere, puede buscar y aprovechar estos aprendizajes y utilizarlos junto con las experiencias positivas o negativas que haya adquirido como padre y como persona. Personalmente, aprendí que la consciencia de los errores grandes o pequeños que podía haber hecho en su tiempo, en lugar de hacerme sentir mal, podía ayudarme a reflexionar y aprender como hacerlo mejor como abuelo.

También me motivé a compartir estas experiencias y hablar de estos errores con mis hijos para que ellos mismos se motivaran para evitar, de su parte y en lo que podían, repetir lo que hicimos, mi mujer y yo, que no había funcionado en nuestras propias relaciones y en nuestra forma de educar y comunicarnos con nuestros hijos.

Al respecto, descubrimos que podíamos aceptar que hemos sido creados para ser felices y para ayudar a los demás a serlo. En cuanto seres humanos se nos han dado una gran cantidad de recursos que nos pueden ayudar a conseguirlo. Es cuestión de motivarnos a buscar y reconocer lo que cada uno necesita para ir utilizándolo en

nuestra vida diaria y, como abuelos, para modelarlas en nuestras relaciones con nuestros nietos.

Experiencia directa con nuestro nieto

Mi mujer y yo, tuvimos la ocasión de aplicar los nuevos conocimientos aprendidos a nuestras relaciones con nuestro nieto Marco de siete años, cuando vino a estar con nosotros durante tres meses sin la presencia de sus padres.

Fuimos directamente testigos de la mejora de su comportamiento y de sus actitudes a lo largo de su estancia con nosotros.

Esta vez, habíamos hecho bien los deberes, habíamos estudiado el tema y, además, lo habíamos discutido entre nosotros, con otros abuelos y con expertos. Estábamos muy ilusionados, motivados y también algo preocupados por la visita de nuestro único nieto y quisimos hacerlo de la mejor forma.

Los padres del niño nos habían avisado de que era muy caprichoso y que debíamos esperar rabietas frecuentes, cuando no hiciéramos lo que él quería. Ya a su llegada, le dijimos que queríamos pasarlo bien y que el tiempo que íbamos a pasar juntos, fuera lo más placentero posible para todos y, por lo tanto, también para él.

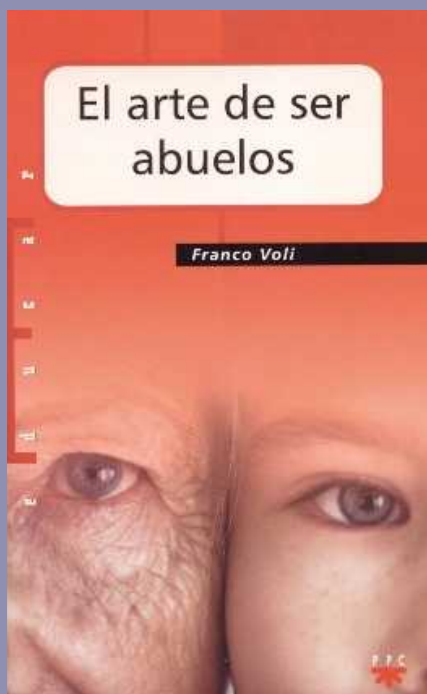
Ya desde el principio, le invitamos a poner junto a nosotros las bases de cómo queríamos que fuera nuestra convivencia. Cada uno hizo unas sugerencias, y las pusimos en un papelógrafo que colgamos en la cocina. Marco participó en la definición de unas cuantas de estas sugerencias, basándose, sin darse cuenta, en las relaciones que había tenido con sus propios padres. En efecto, propuso casi el 50 por ciento de los puntos. Los tres nos comprometimos a respetar en nuestras relaciones mutuas, lo que habíamos propuesto. Aceptamos los límites correspondientes y las consecuencias de no respetarlos. Acordamos también que si nos dábamos cuenta que queríamos cambiar algún punto, podíamos pedir una revisión y discutirla.

A lo largo de su estancia, el niño aprendió que había otras formas más placenteras de compartir, de cenar, de salir a pasear, de conversar sobre temas que le interesaban, etc. Se dio cuenta de que algunas cosas, como la rutina diaria, pueden ser más agradables e interesantes, si se miran desde el punto de vista del acuerdo mutuo en lugar de la obligación y de la

Este es un libro pensado para abuelos que quieren ser más felices, en el día a día, en la relaciones consigo mismo, con sus hijos, con sus nietos y demás personas de su entorno. Abuelos que quieren participar y disfrutar en la tarea de formación de sus nietos, sin por ello renunciar a las propias ocupaciones, diversiones y necesidades. Abuelos que pretenden disfrutar del tiempo que pasan con sus nietos sin tener la responsabilidad directa de su educación aunque conscientes de que, con el ejemplo y las interacciones con ellos, se marca una diferencia importante en su desarrollo como personas. En fin, abuelos que buscan junto con la familia, la forma de crear una buena convivencia en los que todos colaboren para que cada cual se sienta bien consigo mismo y con los demás.

El arte de ser abuelos

Autor: Franco Voli
 ISBN: 9788428821292
 Editorial: PPC
 Precio (con IVA): 14.50 €
 nº páginas: 240
 Formato : 13.00X21.00
 Encuadernación: Rústica.





rebelión como elementos principales de relación.

Aprendió desde la actuación práctica que él podía ser la causa de su vida, y no sólo el efecto de las circunstancias y de los demás.

Nuestra presencia y apertura a pasarlo bien juntos le sirvió, ya desde el principio, para agrandar su horizonte, enseñándole que existen otras personas adultas significativas además de los padres y profesores, y que también existen formas y perspectivas más agradables y motivadoras de crear y acatar disciplina, diversión y conocimientos. Descubrió que había cosas que le podían ayudar en definir su comportamiento y sus relaciones con el objetivo de sentirse bien y cómodo con quién y como era.

A raíz de esta experiencia, la autoestima del niño se afirmó en su

forma de verse a sí mismo, y, a su vuelta a Estados Unidos y a la casa de sus padres, les dejó sorprendidos por la rápida madurez que había alcanzado en esos tres meses. También sus profesores en el colegio lo notaron, hasta el punto de pasarle a un nivel superior.

A raíz de esta experiencia, nos sentimos satisfechos por los resultados conseguidos y nos aprendimos y motivamos a utilizar el diálogo, la búsqueda de soluciones, la planificación de comportamientos mutuos y otros de los conceptos del abuelo contento y fantástico en nuestras otras relaciones de todos los días, incluyendo, en primer lugar, en la forma como nos relacionábamos y comunicábamos entre nosotros.

Grupo de apoyo

A raíz de la experiencia con nuestro nieto, nos motivamos a com-

partir lo que aprendimos de ella con más abuelos que, a su vez, compartieron sus propias experiencias, puntos fuertes y dificultades.

Entre todos, decidimos lo importante que podía ser formar un grupo de apoyo para abuelos donde compartir nuestras experiencias e ideas con más abuelos. Como abuelos y como personas, todos podemos aprender los unos de los otros y motivarnos a actuar para llevar la abuelidad con placer y con éxito.

En las reuniones se puede invitar a expertos sobre el tema de la felicidad y de la abuelidad en particular y de las relaciones y la comunicación en general.

Con este objetivo, estamos examinando la forma de promocionar centros y cursos, en que las personas jubiladas puedan conversar y dialogar, sobre las mejores formas de aprender a sentirse bien como presupuesto para motivarnos a ser abuelos fantásticos.

El lema del grupo de apoyo puede ser:

“Si piensas que puedes, puedes ser un abuelo verdaderamente fantástico con todo lo que esto puede significar para tus nietos. ¡Además, todo lo que puedes hacer al respecto puede ser profundamente placentero y, tú mismo, puedes ser el mejor ejemplo de lo que quieres compartir, hablándolo y aplicándolo a tí mismo, con la ayuda de todos”.

JOSE LUIS GARCIA SUAREZ, CIUDADANO DEL MUNDO

Texto y fotos: Roberto Carlos Mirás



En diversos ámbitos culturales escuchar al doctor García Suárez se ha convertido en un clásico, en donde muestra sus fotografías sacadas a lo largo de su vida, que – si lo comparamos con alguien- nos recuerda al periodista italiano fallecido Tiziano Terzani por su claridad y por volar de un sitio para otro, pero, sobre todo, por las inmensas ganas de vivir que transmite al hablar con él. Sus fotografías han sido testigo de ese interés y de esa curiosidad que manifiesta. Escucharle nos traslada en el tiempo a esos ambientes que han sido antaño escenario de la cultura. A lo largo de su vida, el ojo humano y la cámara de fotos han sido y son sus compañeros de viaje.

¿Cómo se puede compatibilizar la profesión de oftalmólogo con la cámara de fotos?

—Fui un aficionado a la fotografía cuando estaba estudiando la carrera de Medicina. Un ojo es una cámara fotográfica, un ojo tiene una retina, tiene un cristalino, igual que lo tiene una cámara, encontré un equilibrio muy grande entre el ojo humano y la cámara...

¿Se puede decir que el doctor García Suárez es una persona inquieta?

—¡Hombre yo creo que sí! He hecho muchas cosas: mucho deporte, tenis y hasta hace unos meses, hice natación, ahora como tengo una rodilla un poco fastidiada, he tenido que dejarlo un poquito, pero es cier-

to, he hecho muchos viajes y muchos paseos. He sido siempre una persona muy inquieta.

¿Y desde que se jubiló cómo ocupa su tiempo libre?

—Desde que me jubilé hace ya unos dieciséis años no tengo un minuto libre. Todos los lunes tengo esa pequeña responsabilidad que es proyectar durante una hora, diapositivas de mis viajes, de esos lugares exóticos que tanto me han gustado. Este ejercicio te obliga a coger diccionarios y enciclopedias, preparar estas cosas haciendo un pequeño guión que yo llamo chuleta.

¿En que consisten estas charlas?

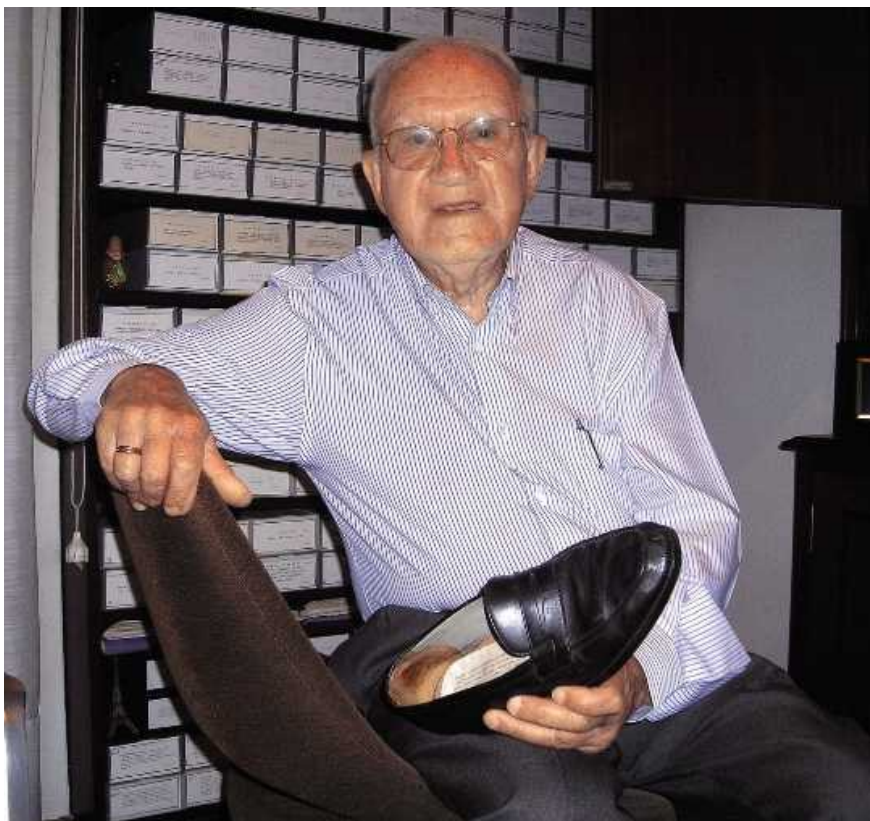
—Nos juntamos un grupo de amigos —son ya muchos años— y les explico dónde han sido sacadas estas fotografías y escuchamos también algún comentario de los asistentes a las mismas y después me toca archivarlas y ordenarlas que como usted se puede imaginar me lleva mucho tiempo.

¿Cuándo usted me habla de trabajar no cambiaría esa palabra por disfrutar?

—Tanto en mi profesión como en esto que estamos comentando, hacer estas pequeñas chuletas o mirar tal o cual dato lo hago disfrutando y ya le digo no tengo un minuto libre. Aunque —me matiza—, si le soy sincero he disfrutado con cada cosa de la vida (sonríe).

¿Debería la juventud actual viajar más?

—Tengo nietos mayores: la más pequeña tiene veintiún años y ayer



Jose Luis con uno de sus zapatos que ha sido testigo de sus múltiples viajes

mismo llamó desde Róterdam. Actualmente no les preocupa demasiado y van mucho a salas de fiesta. Ahora eso de molestarse y conocer a alguien que les hable de historia... He leído hace poco, fíjese usted, que nuestra juventud está con un bajo nivel de cultura y esto lo comprobamos con otros países europeos.

¿Cuándo comenzó usted a viajar?

—Nací en la posguerra y hubo que luchar mucho, fue con mi mujer con quien comencé a viajar y realicé ese primer viaje grande, con motivo de un Congreso que en tiempos de Franco se iba a celebrar en Budapest, nos pusimos en contacto con otros colegas que en aquel momento iban a ir, unos eran de Santiago y otros eran de Vigo. Tuvimos que tramitar nuestro viaje por medio de la Embajada de Rusia en París, en aquel momento en España no teníamos representación diplomática. Nos encontramos con un periodista español y nos dijo que éramos muy

pocos los españoles que nos encontrábamos allí.

¿Y usted como vivía en aquellos tiempos tan difíciles de la España de la posguerra?

—Intenté trabajar lo máximo posible mirando mucho mis gastos y teniendo mucha paciencia. Ejercí la medicina durante cincuenta y cinco años. Luego tuve la ocasión de ir a Honduras con un hijo mío que ha estudiado la misma especialidad médica que yo y sabe lo que dice el refranero español: “si tú siembras bien, puedes recoger” y hasta el día de hoy.

¿Viajar es una manera de estudiar al ser humano?

—¡Sí! Conocer la vida de estos pueblos es difícil, pues tenemos que convivir de una manera diferente a como lo haces con guía, o, con un grupo turístico. Existen muchos contrastes cuando una persona viaja. Estos días atrás hemos proyectado diapositivas

de Nepal e India e, incluso, una foto que tomé del Monte Everest y luego estoy preparando fotos de los países escandinavos y el contraste es total. Vemos a personas famélicas y luego miramos las fotos de Oslo. ¡No hay color! (sonríe).

¿La fotografía ha avanzado una barbaridad?

—Sobre todo desde el paso de la fotografía clásica a la digital. Antes pensábamos mucho, antes de disparar, para poder aprovechar los distintos carretes que llevábamos, hoy en día no. En un viaje tenía miedo de perder todas las fotografías que había realizado por el calor, al final abrí la maleta y vi que estaban en perfecto estado.

Al hablar de fotografía, ¿Cuál es la más creativa, la digital o la clásica?

—¡Hombre! Eso depende del punto de vista que tenga el autor. Me encontraba sacando fotografías con la cámara analógica al sol y me parece éste un huevo frito, ahora después de haberlo intentado una y otra vez con la digital no se logra esa nitidez. Para mí la fotografía digital requiere menos luminosidad.

¿Va usted cargado de objetivos, teleobjetivos?

—¡No, ahora no! En un viaje a Kenia hace unos años, nos fuimos con una cámara y un par de objetivos, un 185 y un 300 aparte de un objetivo estándar de cincuenta milímetros. Salimos aquella tarde del campamento en un jeep con nuestro chófer y nos dijeron: “bajen que vienen leones” Entonces saqué el objetivo estándar y cuando estaba colocado tenía el león a metro y medio.

“He sido siempre una persona muy inquieta. Desde que me jubilé, hace ya 16 años, no tengo un minuto libre”

¿Son tan fieros como los pintan?

—¡A eso iba! No causa impresión ninguna en absoluto. Fíjese usted, fuimos a Kenia en busca de rinocerontes, que son una especie a punto de extinguirse y no encontré ninguno; al regresar estuvimos en Barcelona y en una visita al zoológico nos encontramos con una pareja y me hinché a sacarles fotos. Son las anécdotas que suceden en los viajes.

Lleva veintitrés vueltas a España. Y las suele realizar o en primavera o en otoño. Al salir muchos de sus amigos le preguntan: ¿dónde va? Él responde: pues no lo sé. Durante muchos años ha sido un enamorado del Románico pirenaico y le gusta mucho ir a sitios en donde ya ha estado, o, simplemente no ha fotografiado.

¿Algún pensamiento en voz alta?

—No creo que haya ciudadano que haya recorrido España tantas veces. En los mapas voy señalando aquellos sitios en donde he estado. Me dicen: “hombres viajeros de comercio” A lo que les respondo: estas personas tienen una ruta determinada. En España ha mejorado mucho la hostelería. Podemos cenar y dormir en sitios muy decentes y como preguntaría alguien no son muy caros. Uno de los hoteles más lujosos para

JOSE LUIS Y SU ZAPATO

José Luis García Suárez, ha guardado con especial cariño, un zapato, que ha sido testigo de los muchos lugares que ha visitado junto a sus ojos y a sus distintas cámaras y ha renacido también en él una vieja ilusión de niño: volar. Comenzó a establecer contacto con el grupo de aviones ultraligeros de la playa de la Lanzada. Acompañado de su cámara le permitió conocer desde el aire, todas las Rías Bajas. Ha volado en globo y en algún que otro helicóptero. Además de haber realizado un gran número de donaciones a diversas entidades. Y en su casa nos encontramos con un lugar especial, dónde este viajero incansable disfruta de su otra gran pasión: la música.

mi fue el Hotel Gran Muralla en Pekín, hace unos veinte años y el más costoso -si me permite la expresión-, fue la pensión Hermanos García en Tabernas en la provincia de Almería.

¿Y de esa España en la que usted vivió a la de hoy?

—En el ejercicio de la Medicina se ha desarrollado una barbaridad. Hemos avanzado mucho en cosas técnicas, cuando comencé para conseguir material- en mi especialidad-, teníamos que escribir a Rochester y había que pagarlo a precio de oro. Ahora... ya ve usted.

¿Y el turismo?

—Es una fuente de ingresos muy importante que todos los países intentan explotar. En nuestro viaje a la India, hemos estado en antiguos palacios de los Maharajás y están todos muy bien acondicionados.

¿Qué le ha resultado difícil de fotografiar?

—En estos países hay un grupo de personas que denominamos, los Amburos que no quieren que les fotografíes, pues piensan que si les sacas una fotografía les robas el alma; ahora bien si usted les da un dólar, entonces se dejan fotografiar.

¿Y Nepal?

—Hay muchas Pagodas y de cada dos edificios, uno es un templo. Y de cada dos días uno es festivo (sonríe) Y por eso alguien decía: “Harán puentes laborales como se hace en



España, ¿y de vacaciones que?” Son personas muy creyentes y algunos de ellos, llevan una espada y por si acaso no quisiéramos tener ningún problema con ellos.

¿Son tan importantes los idiomas?

—En Budapest me enfadé, pues no hablaba bien Inglés o Húngaro y me tuve que quedar sin cenar. Estudié en los Maristas y nos enseñaban Francés- ahora la cosa mundial ha dado un cambio muy grande-, hablaba muy bien el Francés, pero se me ha ido olvidando. Ahora para futuros viajeros los idiomas son muy importantes.

¿No le ha pasado nunca nada en sus viajes?

—Cuando a uno le toca, le toca. A mi me han robado en catorce oportunidades por mucho que los guías digan una y otra vez: ¡cuidado! Al final no puedes ir pendiente constan-

temente de la cartera o de las maletas pensando en los riesgos del viaje, eso lo sueles hacer una vez que vuelves de regreso, si no uno no viaja.

¿Y los templos?

—Serían como le digo muchos comentarios, pero uno de los que me llamó la atención fue el templo de Angkor en Camboya, estuvimos en Laos y en Vietman y el templo mayor del mundo parece que es el Templo de Angkor.

¿Y sus gentes?

—¡Claro! Salían monjes con sus túnicas color azafrán por todos los lados y me hizo mucha gracia, pues de un templo salían cuatro o cinco y en un momento les pedí como hago siempre permiso para utilizar mi cámara y entonces uno de ellos me llamó y me hizo con su pequeña cámara una fotografía a mí también.

Trescientos años del descubrimiento de la porcelana

Exposición de la porcelana de Meissen

Coordina: Araceli del Moral

Conmemorando los trescientos años del descubrimiento de la pasta que hizo posible la fabricación de la verdadera porcelana, por primera vez se muestra en España una colección de porcelana de Meissen que abarca los primeros años de la producción de tan famosa manufactura, el periodo más brillante de la misma.

La porcelana es un invento medieval chino muy apreciado que comenzó a llegar a Europa a través de las caravanas que cru-

zaban Asia. Eran consideradas piezas de altísimo valor debido a su exquisitez. En los albores del Renacimiento, Portugal hizo importantes importaciones de porcelana a través de su ruta marítima con el Cabo de Buena Esperanza y sus factorías de Macao; posteriormente se le unirían en este comercio España, Holanda, Inglaterra, Dinamarca, Francia, etc.

Durante varios siglos se generalizaron en Europa los intentos por conseguir imitar tan preciada mercancía. Los primeros resultados se consiguieron en Florencia en 1575, bajo el mecenazgo del Gran Duque Francisco I Medici, gracias a una información que llegó desde Oriente Medio; con ellas, se consiguió hacer una pasta muy aceptable con la que se produjeron piezas con formas chinas, pero esta producción sólo duró unas décadas, desapareciendo posteriormente. No será hasta 1709 cuando se descubra en Europa el componente secreto, el caolín.

La porcelana de Meissen

El descubrimiento de la pasta que hizo posible la fabricación de la verdadera porcelana tuvo lugar en Meissen, Sajonia, en 1709, de la mano del químico y alquimista alemán Johann Friedrich Böttger, al servicio del monarca Augusto I el Fuerte, rey de Polonia y elector de Sajonia. Las primeras pastas que elaboró fueron unos bue-



Pareja de enamorados de la Orden masónica del Mops (Perro Dogo). Alrededor de 1745.

nos barros rojizos y después porcelana, lo que desembocó en que el rey firmara el 23 de enero de 1710 la patente para la creación de una fábrica de porcelana.

Durante los años siguientes, de la llamada “porcelana de Böttger”, se fabricaron sobre todo vajillas para las bebidas exóticas –café, té y cacao– y como adornos se sobreponían, a veces, ramas de rosal, hojas de acanto y otros elementos de plantas. Aunque ya era posible pintar las piezas con oro, la policromía no resultaba tan fácil, al no soportar las pinturas las altas temperaturas de cocción.

Tras su fundación, la manufactura de porcelana de Meissen alcanzó una fama inmensa y la fórmula, pese a haber sido celosamente guardada, fue imitada, de modo que en su pasta y en su decoración se basaron las numerosas fábricas de porcelana que se fueron creando en Europa tales como las de Capodimonte, Nápoles (1743), y Buen Retiro en Madrid (1760).

La exposición, que permite contemplar los logros técnicos, los cambios de modas y las diversas temáticas que se cultivaron en el campo ornamental, está estructurada en las siguientes siete secciones: Porcelana de Böttger, Chinoiserie, Decoración oriental, Decoración pintada en azul bajo vidriado, Los decorados en relieve, Piezas galantes y figuras.



Plato de la Vajilla Christie Miller. Ca. 1740.

La muestra está integrada por más de trescientas piezas de la primera manufactura europea de porcelana, Meissen (Sajonia, Alemania). En ella se exhiben importantísimas obras, pertenecientes a grandes encargos de personalidades y familias europeas; junto a las que fueron propiedad del rey de Federico el Fuerte, promotor de la fábrica de Meissen, pueden verse piezas que pertenecieron a la casa real danesa, a los zares de Rusia, a Federico II de Prusia –quien diseñó personalmente algunas vajillas que figuran en la muestra–, e incluso algunas obras que siguen el modelo que se creó como regalo de bodas para la pareja de príncipes que reinaban después en España como Carlos III y María Luisa de Sajonia.

Dado el interés que ha despertado la muestra en coleccio-

nistas, museos y en público en general, se ha ampliado su exposición, que en un principio finalizaba el 30 de agosto, hasta el próximo 8 de noviembre.

LA PORCELANA DE MEISSEN EN LA COLECCIÓN BRITZKE

Torreón de Lozoya
Plaza de San Martín, 5
Segovia

Laborales de 17 a 21 h. Sábados y festivos de 12 a 14 y de 17 a 21 h.

Lunes cerrado
Entrada libre

Visitas guiadas sin cita previa:
Todos los días, excepto lunes, a las 20,00 h.

Hasta el 8 de noviembre de 2009

Actividades

Lecturas poéticas



Poetas en vivo es un referente de la actividad poética en Madrid. Poetas de distintas procedencias, estilos, edad y reconocimiento ofrecen una muestra variada de la poesía actual. Los amantes de la poesía tienen la oportunidad de compartir con sus autores la experiencia poética “en vivo”.

Poetas en vivo

Biblioteca Nacional
Pº de Recoletos 20 - Madrid
Metro y Cercanías: Recoletos
Acceso libre.

Las sesiones comienzan a las 19,00 h.

30 Noviembre – Enrique Valle
14 Diciembre – José María Muñoz Quirós

Talleres y Cursos 2009-2010

En septiembre, los mayores activos también comienzan su programación de actividades y talleres del recién iniciado curso 2009-2010.

Desde los centros de mayores, propios y en convenio con las administraciones públicas, distribuidos por toda la geografía española, y de forma muy especial desde CentroCaixa Madrid y CentroCaixa Murcia, la Obra Social “la Caixa” impulsa el papel activo de las personas mayores y su participación en la sociedad.



Servicio de información Obra Social Fundación “la Caixa”:

De lunes a domingo de 9 a 20 h.
Teléfono: 902 223 040
www.laCaixa.es/ObraSocial

Café tertulia con las Artes

Martes y jueves a las 16,30 h.
Duración 2 h.
Inscripción previa en el teléfono 91 330 73 00

Actividad gratuita destinada a personas mayores.
Lugar: CaixaForum Paseo del Prado, 36 Madrid
Tfn.: 91 330 73 00

Más información:
www.laCaixa.es/ObraSocial

Metro y Cercanías: Atocha.

Semana de la Magia Solidaria

La fiesta de la magia y la solidaridad se celebrará del 30 de septiembre al 4 de octubre en el Paseo de Coches del Parque del Retiro. Allí, se instalará una carpa con capacidad para 500 personas y en la que los auténticos protagonistas serán, los discapacitados, personas y niños enfermos, menores en riesgo de exclusión social, mayores, escolares y familias en general.

Voluntarios y magos participarán por segundo año consecutivo durante tres días: de miércoles a domingo a las 10,00; 12,30 y 17,30 horas. Los tres primeros días, los espectáculos estarán

Exposiciones



dirigidos a las asociaciones invitadas a participar en este evento solidario.

Los pases de magia del sábado y del domingo serán de libre acceso para todos los que se acerquen al Parque de El Retiro. Además, una decena de magos actuarán al aire libre en el Paseo de Coches.

II Semana de la Magia Solidaria

Parque del Retiro – Madrid
Horario: 10,00 – 12,30 y 17,30 h.

Arquitectura y Ornamentación del Siglo XVIII

La exposición recoge dibujos españoles, franceses, italianos y alemanes, de arquitectos como Sabatini, Ventura Rodríguez, Churriguera, Ardemanas y Juarra, entre otros. Todo este conjunto da a conocer la riqueza artística de la arquitectura del siglo XVIII, en la que destacan proyectos como el Palacio Real Nuevo, verdadero laboratorio de prácticas e ideas en el que se fraguó lo mejor de la arquitectura de la Ilustración, o la Real Academia de Bellas Artes de San Fernando.

Dibujos de Arquitectura y Ornamentación del Siglo XVII

Biblioteca Nacional
Paseo de Recoletos, 20-22.
Metro y Cercanías: Recoletos Madrid.



De martes a sábado de 10,00 a 21,00 h.,
domingos y festivos de 10,00 a 14,00 h.
Entrada libre y gratuita.

Hasta el 22 de noviembre.

Exposiciones



Retrospectiva de Maruja Mallo

La artista lucense Maruja Mallo (Viveiro 1902 – Madrid 1995) es una de las figuras más importantes del surrealismo y las vanguardias históricas internacionales.

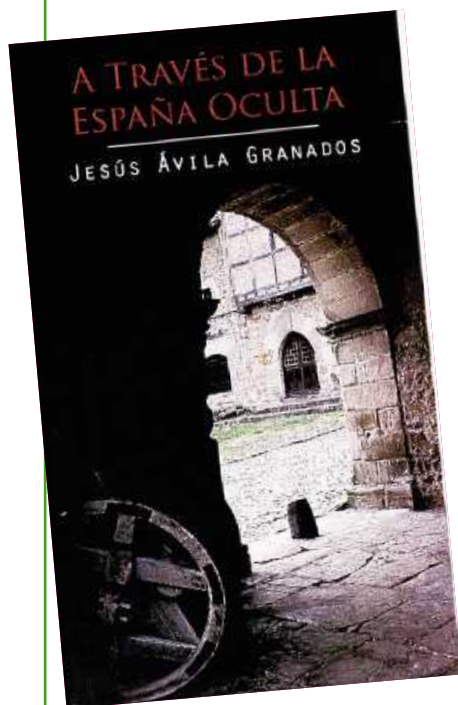
La muestra ofrece un acercamiento documental a la biografía de la artista, en un itinerario expositivo acompañado de fotografías y publicaciones de la época, junto a un detallado recorrido por su trayectoria artística, centrado tanto a través de la pintura, dibujo y los bocetos que revelan la génesis de su proceso creativo.

Maruja Mallo

Casa das Artes,
Policarpo Sanz, 15
Vigo (Pontevedra)
De lunes a viernes de 12 a 14 y de 18,00 a 21,00 h.
Sábados, domingos y festivos de 12,00 a 14,00 h.
Visitas guiadas de lunes a sábado a las 19,00 y a las 20,00 h.

Libros

A Través de la España Oculta



(los celtas se convirtieron en celtíberos; los fenicios, en cartaginenses; los romanos, en hispanos; los árabes, en hispano musulmanes; los judíos, en sefardíes, etc. Fruto de esta aceptación de los valores autóctonos, es la riqueza cultural que flota en el ambiente de nuestra geografía, tanto peninsular como insular; un patrimonio que está en los pueblos, en las comarcas, en las ciudades, en las gentes, pero que, en la mayoría de los casos, se ofrece al viajero y elementos que forman parte de esa otra historia, la heterodoxa, la que fue prohibida por los poderes fácticos de los tiempos, en forma de claves, símbolos.

La península Ibérica, gracias a su singular emplazamiento en el extremo SO del mundo occidental, delimitando los confines del Mediterráneo por las míticas Columnas de Hércules, ha sido un territorio muy codiciado por los pueblos que, a lo largo de los tiempos, han llegado a nuestra geografía en su deseo de colonizar el territorio.

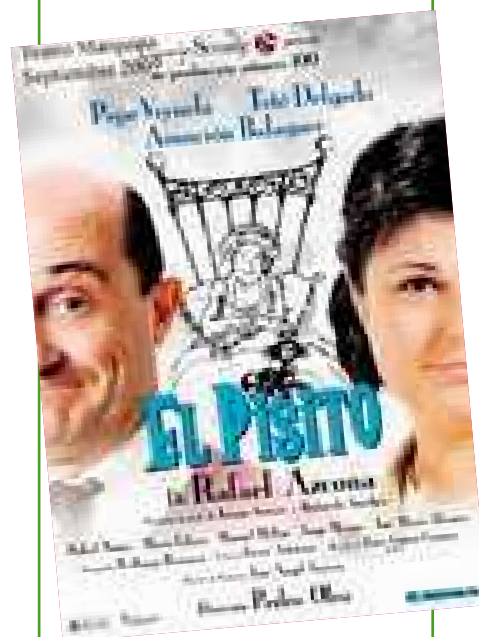
Sin embargo, y esto es importante, lejos de influir sobre lo autóctono, no han tardado en impregnarse de los valores de los pueblos de Iberia, asumiendo su responsabilidad y aceptando el hecho de adaptarse, en poco tiempo, plenamente integrados con los pueblos nativos

La presente obra pretende facilitar al viajero esas claves, que le permitirán interpretar algunos de los conceptos condenados de nuestro pasado, que subyacen debajo de la piel de la historia oficial, a través de símbolos, y siguiendo unas rutas que aconsejamos realice con los sentidos bien despiertos.

Ficha del libro:
 Título: A Través de la España Oculta
 Autor: Jesús Ávila Granados
 Editorial: Aladena, S. L.
 Nº Pág.: 416
 PVP: 22.00 €
 ISBN: 978-84-92510-085
 Tamaño: 16 x 23 cm.

Teatro

Cincuenta años para comprar casa

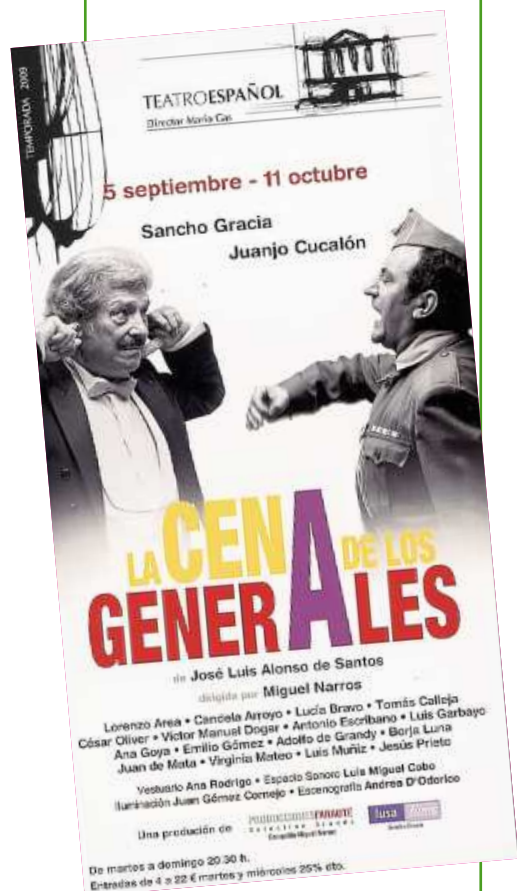


En 1959 se estrenó en los cines españoles una comedia neorrealista de Marco Ferreri basada en el texto de Rafael Azcona. Medio siglo después, la historia da el salto a los escenarios.

Pepe Viyuela y Teté Delgado encarnan a la pareja que se ven obligados a postergar su boda porque carecen de dinero para comprar un piso. La incombustible Asunción Balaguer encarna a la anciana doña Martina, de la que esperan heredar su casa.

EL PISITO
 Teatro Marquina
 Prim, 11 – Metro Banco de España y Chueca
 Madrid.

Una cena extraordinaria



En plena guerra civil española, Franco decide hacer una cena en el Hotel Palace para homenajear a sus generales. El encargo de organizar todos los preparativos recae en el esforzado teniente Medina, quien a toda prisa se ve en el brete de tener que reorganizar la maltrecha, por no decir inexistente cocina de dicho hotel...

LA CENA DE LOS GENERALES

Teatro Español
Príncipe, 25 – Pza de Santa Ana – Metro Sol-Sevilla-
Antón Martín. Madrid.

Drama de mujeres



La obra escrita en 1936 por Federico García Lorca, titulada “Drama de mujeres” en los pueblos de España, retorna al escenario con un sorprendente montaje que permite disfrutar del duelo interpretativo entre Nuria Espert y Rosa María Sardá. Los espectadores son situados a ambos lados del escenario para sentir aún más la proximidad y la intensidad de este drama rural.

LA CASA DE BERNARDA ALBA

Naves del Español, Matadero
Paseo de la Chopera, 14 –
Metro Legazpi
Madrid

Música

La Tabernera del Puerto

En la Taberna del Puerto, un puerto del Cantábrico, un matrimonio de edades muy desiguales oculta muchas cosas. Amor, celos y tráfico de drogas junto al mar tempestuoso.

Basado en un Romancillo mariner, con música de Pablo Sorozábal y libreto de Federico Romero y Fernández-Shaw.

La obra fue estrenada en el Teatro Tívoli de Barcelona el 6 de abril de 1936.

Teatro de la Zarzuela de Madrid

Jovellanos 4 – Metro: Sevilla y Banco de España



Fechas de representaciones:

Del 16 de octubre de 2009, al 18 de noviembre de 2009, a las 20:00 horas (excepto lunes y martes)
Miércoles (día del espectador) y domingos, a las 18:00 h.

CRONICAS DEL OCEANO

Germán Ubillos Orsolich .

Conocí a Octavio Uña Juárez hace unos veinte años, tenía una expresión entre amable y cercana, había formado parte de la Orden Agustiniense donde ya le oí ciertas homilias extraordinarias, nos presentó José Joaquín Catá, ya fallecido, catedrático de instituto. Así comenzamos la andadura de los “Premios Croché” de narrativa y poesía, que Manolo Míguez y Mari Cruz Lorente patrocinaron siempre de forma impecable y cordial. Me llamó la atención que fuese el propio Octavio quien me propuso ser presidente de aquellos jurados, siendo él, como ya intuía, muy superior a mí, pero formamos, eso sí, un grupo compacto y bien avenido de amigos que lo seríamos después y ya para siempre. Ese jurado lo presidí durante diez largos años y siempre Octavio me sentaba a su lado y en el centro de la mesa.... Ha transcurrido el tiempo y Octavio Uña ha ido ganando cátedras y licenciaturas, licenciaturas en filosofía y letras, psicología, ciencias políticas y sociología por la Complutense, y ciencias humanas y teología por la Universidad de Comillas . Ha ampliado estudios en Alemania, Inglaterra, Bélgica y Estados Unidos. Ha viajado por medio mundo, por Europa y América, por Asia y por Australia y Nueva Zelanda, unas veces por placer y la mayoría dando conferencias, pues es muy querido de todas las Universidades nacionales y extranjeras.

Además de su obra ensayística y científica, filosófica, teológica y sociológica, tiene en su haber unos veinte libros de poemas, esta faceta de poeta es como el broche de oro, el tesoro más querido y escondido de su alma, algo así como el perfume o el rescoldo de su más íntimo ser, perfume que depura, destila y almacena con toda la delicadeza de su personalidad. Ahora acaba de publicar en el Servicio de Publicaciones de la Universidad Rey Juan Carlos sus “Crónicas del Océano”, prologadas por Luis Alberto de Cuenca. “Crónicas del Océano” es un libro abierto – como dice de Cuenca – a la variedad y a la inmensidad. En él dedica poemas a la Venecia eterna, joya de hermosuras y de melancolías, a Bizancio, a parajes poco conocidos como las tierras de Australia y las Neozelandesas, también a sus lugares más queridos como el cercano Mediterráneo y su Zamora natal, a su “Castilla la Vieja” y también a su amor por la contemplación de los inmensos horizontes y paisajes, de las islas Canarias a las que yo tanto amo, y a las pequeñas cosas, a los animales, como al caballo Winroy que él inmortalizara...” caballo castaño, apacentándose de estrellas en la hierba”.

Vemos así a un Octavio Uña de carne y hueso que paladea la vida y sus mil maravillas y placeres, que como un esteta, un contemplativo o un gourmet, que lo es, sabe sacar a la vida lo que esta tiene de positivo y hermoso, que es mucho.

Estaba leyendo este libro tan bello cuando mi hija puso música de “Abba”, la mejor de este grupo, y me pareció flotar entonces entre el cielo y la tierra, en unas moradas de otra dimensión, donde puedo asegurarte, lector, que estas “Crónicas” pueden llevarte siempre de la mano, de la inmensa cultura de Octavio Uña, tan magnífico, que además tengo la suerte de que sea mi amigo.

Productos de apoyo



para la vida autónoma



Los Productos de apoyo favorecen la autonomía en las actividades diarias, las relaciones sociales y la calidad de vida



CENTRO DE REFERENCIA ESTATAL DE AUTONOMÍA PERSONAL Y AYUDAS TÉCNICAS (CEAPAT)

C/Los Extremeños, nº 1, (esquina Avda. Pablo Neruda) 28018 Madrid

Tel.: 91 363 48 00 • Fax: 91 778 41 17

Información sobre el CEAPAT en Internet: www.ceapat.org

Correo electrónico: ceapat@imserso.es



¡Estamos para informarle y asesorarle!

SI ESTÁS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA TÚ TIENES DERECHO

Si tengo dudas, ¿dónde puedo dirigirme?

El IMSERSO le atenderá en el número de teléfono gratuito

900 40 60 80

en un horario ininterrumpido:

De lunes a viernes de 9 de la mañana
a 9 de la noche

Los sábados de 9 a 2 de la tarde

www.dependencia.imserso.es



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL

SECRETARÍA GENERAL
DE POLÍTICA SOCIAL



IMSERSO

