

# Solera

Publicación  
de los mayores  
aragoneses

Nº 25 • Octubre 2005



Instituto Aragonés  
de Servicios Sociales

## Informa

web: [portal.aragon.es/iass/iass.htm](http://portal.aragon.es/iass/iass.htm)  
e-mail: [iassweb@aragon.es](mailto:iassweb@aragon.es)

## Aragón dota con 762 millones el I Plan de Inclusión Social 2005-06

El I Plan de Inclusión de Aragón, impulsado por el departamento de Servicios Sociales y Familia, surge en cumplimiento de las políticas sociales aprobadas en el contexto del Acuerdo Económico y Social para el Progreso de Aragón 2004-07. En su elaboración han participado distintos departamentos del Gobierno de Aragón y los principales agentes económicos y sociales de la región.

Entre los colectivos más vulnerables a los que se orientan las medidas del Plan destacan, principalmente, el de las personas mayores y el de personas con discapacidad, siendo su objetivo establecer políticas integrales para prevenir las causas de la exclusión social y favorecer la integración de todos los ciudadanos. ■

## Se amplía la red de plazas del IASS para personas mayores en Monreal del Campo

Mediante la formalización de un concierto de reserva de plazas, suscrito entre el Instituto Aragonés de Servicios Sociales y el Ayuntamiento de Monreal del Campo, la red de plazas del IASS se incrementa desde primeros de octubre, en 5 nuevas plazas para mayores dependientes, ubicadas en la residencia de Monreal del Campo. ■

## El IASS y Cruz Roja cuidan a los cuidadores de mayores dependientes

Los cuidadores muchas veces sacrifican sus propias necesidades para atender a sus familiares dependientes, de manera que esta situación pueden llevar a una carga límite, incluso a las personas más capaces.

El IASS, a través de un convenio de colaboración con Cruz Roja Zaragoza, financia un programas de "Respiro a cuidadores" como apoyo a las familias que se comprometen a cuidar a sus mayores dependientes.

Su aportación económica durante este año 2005, asciende a casi 123.000 euros, de manera que estos cuidadores puedan salir de casa mientras una persona cualificada acude al hogar y permanece con la persona mayor. ■



## Una mayoría silenciosa, que no lo debería ser

Alejandro Villacerde. Presidente de COAPEMA

Representantes de la prensa, la radio, la televisión, el cine y el teatro de toda España se reunieron hace unas semanas en el marco de Universidad de Verano de Santander, en el palacio de la Magdalena, para debatir sobre el modo en que estos medios de comunicación social tratan a las personas mayores y las noticias relacionadas con ellos.



A la cita acudieron también personas mayores que, a la vez que mostraron su agradecimiento a la atención que estos medios les dedican, manifestaron su disconformidad con la manera en que en ocasiones se trata a este sector de la sociedad. Por ejemplo, criticando su idiosincrasia o aireando como escandaloso el hecho de que un “anciano” cometa un error y pasando por alto este mismo hecho cuando no lo hace una persona de edad.

Y es que la palabra “anciano” acaba por catalogar a las personas. Gran número de veces se llama “anciano” a una persona de 65 años, solamente por la edad, sin tener en cuenta sus circunstancias físicas o psíquicas.

Actualmente, en Aragón se ha creado la Corporación Aragonesa de Radio y Televisión. Por su carácter público, esperemos que, aunque sólo sea por el factor de proximidad, conozca y trate con justicia los temas que se refieren a los mayores. Al mismo tiempo, pedimos que sea abierta y receptiva a las solicitudes o propuestas que los mayores hagan.

Esto mismo se pidió en Santander en un verano que acaba de terminar y que ha sido pródigo en espacios para niños, pero no para mayores. Y eso que son miles los que desde un hospital, una residencia o un domicilio podrían interesarse por un espacio televisivo o radiofónico dedicado a ellos.

Esperemos  
que los

mayores aragoneses, aunque sea sólo por humanidad, sean atendidos en su justo medio como se merecen. Son una mayoría silenciosa, pero existen y ahí están. ■



### Comité de Redacción:

**Titulares:** José Fonbuena (IASS Teruel), Joaquín Guiral (IASS Fraga), Eduardo Lacasa (Asoc. Aulas San Jorge), Luis Mesa (IASS Barbastro), José Muñoz (IASS Boterón), Feliciano Nuez (IASS Calamocha), Pilar Pi (IASS San Blas), Agustín Reula (IASS Balsas de Ebro Viejo), Alejandro Villacerde (COAPEMA).

**Suplentes:** Julio Andrés (IASS Alcañiz), Mariano Casanova (IASS Huesca), Carmen Comenge (IASS Las Fuentes), Anselmo Fernández (IASS San Blas), Liborio García (Ejea de los Caballeros), Antonio Miñana (COAPEMA), Leandro Millán (IASS Alcañiz), Jesús Paniagua (Asoc. Ramón Pignatelli), Pilar Triviño (IASS Calatayud).

### Edita



Instituto Aragonés  
de Servicios Sociales

Cesáreo Alierta, 9-11  
50008 ZARAGOZA

Director  
Miguel Ariño

Coordinación Técnica  
M<sup>º</sup> Jesús Conde

Periodista Coordinador  
Ana Usieto

Depósito Legal: Z-1257-2003

ISBN: 1696-0303

Diseño e impresión  
Calavia



## El día Internacional de las Personas mayores y la lucha contra la discriminación

En los últimos años, la estructura de la sociedad se ha enfrentado a cambios de creciente intensidad debido a que la proporción de las personas de edad crece en forma continua. Y esta situación, plantea nuevos problemas y requerimientos en la organización de la vida de las personas y del entorno socioeconómico y cultural en el que se desarrollan

Desde el año 1999, la Asamblea General, de Naciones Unidas, proclamó el 1º de octubre como el Día Internacional de las Personas de Edad, con el objeto de propiciar la reflexión acerca de las condiciones y consecuencias de este sector en la sociedad. Sin embargo, aunque los programas y recomendaciones han sido abordadas en el seno de las distintas organizaciones y gobiernos, las condiciones a las que se enfrentan los adultos mayores siguen planteando grandes retos a las sociedades tanto de los países desarrollados como de los no desarrollados.

Existen diversos factores que provocan graves discriminaciones en el mundo de las personas mayores y que requieren propiciar la participación de todos en la lucha contra su erradicación.

Las distintas formas de discriminación no pueden clasificarse por orden de importancia y son todas

ellas igualmente intolerables. Los programas encaminados a promover medidas de lucha contra la discriminación directa e indirecta basada en motivos de origen racial o étnico, de religión o creencias, discapacidad, edad u orientación sexual, son una baza inestimable en esta lucha.

Dentro de los objetivos que todos debemos marcarnos para combatir la discriminación por edad se halla; el mejorar nuestros conocimientos sobre la misma y evaluar la eficacia de las políticas encaminadas a este fin, aumentar nuestra capacidad para prevenir y para enfrentarnos a esta discriminación con eficacia, a promover y difundir los valores y las actividades de sensibilización en este campo.

Son, las personas mayores poseedores de la experiencia y los conocimientos de este tipo de discriminación quienes, de manera especial, están llamados a la defensa de quienes se hallan expuestas a la misma. ■



MIGUEL ARIÑO LAPUENTE  
Director Gerente del IASS

## El corazón de las aragonesas envejece menos que el de los hombres

La esperanza de vida de los hombres, con una media de 83 años, se encuentra entre las más altas del continente, detrás de los suecos, pero el corazón femenino es más resistente y envejece menos, según una investigación realizada por científicos de la Universidad John Moores, de Liverpool, el corazón de un varón de 70 años representa esa misma edad, mientras que el de una mujer anciana se asemeja al de una joven de 20 años.

Las mujeres españolas tienen la esperanza de vida más alta de la

Unión Europea, 87 años, los científicos lo atribuyen a determinados hábitos alimenticios como el consumo de aceite de oliva y de vino tinto -que presentan grandes beneficios cardiovasculares-, unidos a unas importantes mejoras en el cuidado de su salud.

Fuman y beben menos, consumen menos drogas, conducen de forma menos agresiva y tienen un comportamiento menos violento que el de los hombres. Además, las mujeres vigilan más sus hábi-

tos dietéticos y se muestran más receptivas a practicar ejercicio físico. Ellas son quienes se apuntan mayoritariamente a clases de tai-chi, natación o gerontogimnasia lo que, además, mejora sus relaciones sociales y con ellas su calidad de vida. ■



Redacción Solera



## Bienes aragoneses en Cataluña ¿Hasta cuándo?

Luis Mesa. IASS Barbastro

Sobre la devolución de los bienes eclesiásticos a la Diócesis de Barbastro-Monzón que hasta ahora estaban en manos de la Diócesis de Lérida y que hoy son noticia podríamos opinar de muchas formas, pero de lo que no se puede opinar es de la declaración de la Congregación de Obispos en Roma que es clara y determinante: "Los bienes se deben devolver a su legítimo dueño, la Diócesis de Barbastro-Monzón".

A mí y, creo, que a muchos como yo, lo que nos causa un poco de incertidumbre es la postura del Obispo de Lérida, Mons. Javier Ciurana, en acatar esa sentencia y parece querer demorarla en su cumplimiento, cuando es definitiva.

No soy nadie para juzgarle, cosa que Dios sabe que no es mi intención, ni el tampoco criticarle, pero como hombre y cristiano puedo pensar en ello y si en la Iglesia católica ya hay suficiente pérdida de espiritualidad entre sus miembros y en general en toda la sociedad. ¿Qué pensarán estos en

cuanto a su postura? Tal vez piensen que si lo que se predica es la obediencia y la paz dentro de nuestra Iglesia ¿Qué ejemplo nos dan sus responsables con sus discordancias? ¿En qué quedamos?

Personalmente creo que en esta cuestión, como en otras muchas hay un interés político más que cultural y espiritual. ¿Quiere el Sr. Obispo quedar bien con sus feligreses catalanes...? La Iglesia es universal y todos somos fieles comunes a Roma. En fin y perdóneme esta comparación pues parece, y sin faltar al respeto de nadie, más aragonés que catalán, por su postura de tozudez que según se dice es más propia de los primeros que de los segundos.

Pido perdón si con estas líneas he ofendido a alguien. Al fin y al cabo hablamos de bienes materiales y lo que importan son otros bienes...

El Obispo de Lérida puede hacer lo que el cree que es justo pero los bienes son de Aragón y más concretamente de la Diócesis de Barbastro-Monzón. ■

## Mayores del hogar de Sabiñanigo y del Valle d'Ossau

IASS Barbastro

En Sabiñanigo, tuvo lugar el 21 de septiembre el tradicional Encuentro Anual de Mayores del Hogar de Sabiñanigo y nuestros vecinos franceses del Valle d'Ossau con quienes tenemos firmado un Protocolo de Amistad desde 1.999. Esta jornada se celebra un año en cada país y este año fuimos nosotros los anfitriones. Los actos, que contaron con la presencia del Alcalde de Sabiñanigo, la Consejera de Asuntos Sociales de la Comarca Altogállego, la Teniente de Alcalde de Sévignac-Meyracq, representantes de la Junta de Gobierno y personal del Hogar de Sabiñanigo y de las diferentes asociaciones de mayores del Valle d'Ossau, consistieron en una visita al Parque temático de los Pirineos "Pirenarium" que con sus maquetas, vuelos digitalizados por el Pirineo Aragonés, cine virtual, exposiciones, etc., despertó el interés de todos los visitantes finalizando con una comida seguida de un animado baile. El encuentro, con más de 200, transcurrió dentro de un ambiente de gran cordialidad, quedando de manifiesto una vez más la complicidad existente entre los dos colectivos. ■





## María Sola Ruiz: "El centro de San Blas me ayudó a salir de un bache"

María Sola Ruiz es bien conocida en el Centro de Día de San Blas. A su nombre suele ir unido el apelativo de la "artista". Desde 1997, asiste a diversos cursos y talleres, y pertenece al grupo de Teatro. Siempre está dispuesta a aprender, poniendo gran interés, ilusión y entrega. Se ha hecho merecedora del aprecio y simpatía de todos que han tenido la suerte de tratarla. Es como un espejo para mirarnos en él, o lo que es lo mismo, un ejemplo a seguir por todos los mayores.



*María, ¿cómo fue tu infancia?*

Nací en 1927 en Ablitas, un pequeño pueblo de Navarra. Soy hija de sencillos labradores, la segunda de cinco hermanos. La guerra empezó cuando tenía nueve años. Malos tiempos aquellos, sobre todo para la gente humilde como nosotros.

*¿Cómo te afectó la contienda?*

Tengo que decir que fui una niña privilegiada. En 1937, me enviaron mis padres a Zaragoza, a pasar unos días con unos tíos. Coincidió con otra chica de mi edad, recién llegada también, hija de un hermano de mi tía, con la que congenié enseguida. Éramos

como dos hermanas. Se acordó que nos quedáramos.

*Usted estudió en un época que no era muy común...*

Completé la primera enseñanza en la academia Kühnel. De allí pasé a la Escuela de Comercio, donde hice peritaje y el profesorado mercantil. Cuando acabé, a los 22 años, me puse a trabajar con mi tío, gerente de varias compañías de seguros, en el despacho de casa, permanecí doce años bajo su dirección, hasta que falleció de forma repentina. Aquella inesperada muerte fue un tremendo mazazo y tuve que dejar el trabajo.

*Pero se rehizo...*

Enseguida me coloqué en las oficinas de la sastrería "La Confianza".

**“nunca es tarde para aprender”**

Allí estuve 17 años hasta que cerró en 1979. Nuevo disgusto. A los dos meses, inicié mi tercer y último periodo laboral, que duró algo más de 13 años, llevando la administración de una empresa de confección. A los 65 años me jubilé. Lo sentí mucho. Coincidió con la muerte de mi tía a la que tuve que asistir diez años, enferma de Alzheimer. Esta circunstancia, unida a la falta de ocupación profesional, casi me hizo enfermar. Durante cuatro años lo pasé muy mal.

*Y allí entra el centro.*

No caí en una depresión porque, aunque soy pequeña, he sido muy

*Antonio Millán. Voluntario del Centro de "San Blas"*

fuerte psicológicamente. Gracias al Centro de San Blas salí del "bache". Me hice socia con 69 años. Desde su fundación, formo parte de la Compañía de Teatro. Hay compañeros, creo que con algo de guasa, que me llaman la "Artista".

*¿Cómo encaras ahora la vida?*

Con mis 78 años sigo en la brecha. El Centro de San Blas me sigue dando alicientes y oportunidades. En la actualidad, asisto a clase de inglés, corte y confección, informática y sigo haciendo mis "pinitos" en el cuadro de Teatro. El próximo proyecto, es la obra "Sancho Panza en la Ínsula" y mi papel, el de mayordomo. Estoy ilusionada. A veces me pregunto: ¿será verdad lo que dicen, de que la vejez es como la niñez?

*¿Tienes algún consejo para las personas mayores?*

Que nunca es tarde para aprender. Que no crean que por tener muchos años, no pueden hacer ciertas cosas. ■





## Tiempo de azafranes

*Francisco Esteban y Manuel Torrijo. Torrijo del Campo*

En la comarca del Jiloca no tenemos cuatro estaciones, sino tres: invierno, verano y el tiempo del azafrán, que empieza ahora, a primeros de octubre y termina después de la celebración de Todos los Santos.

La riqueza cultural en torno a este cultivo, es mucha y muy nuestra. Monreal del Campo, Torrijo, Caminreal, Villaba de los Morales, Bello y prácticamente todos los 54 pueblos de la Comarca, han cultivado esta flor, como parte importante de su dedicación agrícola.

Al amanecer, cuando ya clarea, pero no ha salido el sol, es menester estar ya encorvado en la tierra, cogiendo una a una esas rosas, capullos aún, quizá mojadas por el rocío, quizá algunas veces incluso heladas, y casi siempre, con mucho frío. Las manos se agarrotan, se entumescen las articulaciones y se magulla la espalda. Con los cestos llenos, y el campo limpio de azul, regresamos casi tullidos, pero contentos a la lumbrera del fogaril, donde quizá la

madre, si la hemos podido librar del tormento de coger la rosa, nos ha preparado las gachas con chichorretas, quizá unas migas con uva y grasa de cordero, o quizá unos huevos fritos con jamón. La uva y la manzana, son los postres por excelencia del tiempo de los azafranes.

La monda de la rosa, es punto y aparte. Se trata de separar la parte roja de las hojas. Una a una se ha de hacer, manualmente, todos sentados a una gran mesa, y en su centro, un montón de rosa, dispuesta para ser “esbrinada”. Tiempo hay para charrar de todo, contar historia pasadas, aventuras viejas, noticias actuales, y el olor a azafrán.

El tueste es un arte reservado a las mujeres que, con mimo y mucho cariño, deshidratan el azafrán, puesto en un “cedazo” que recibe el calor suave de una estufa, quizá de carbón. Poco a poco, onza a onza, y hasta doce, la libra, y hasta tres libras, el kilo. Quizá ahora, 600 euros. Unas 252 horas de esbrizne. Hoy prácticamente



se cultiva para el recuerdo, a excepción de en Monreal del Campo, donde hay un completísimo y nostálgico museo dedicado exclusivamente a esta actividad, que favorece la subsistencia de esta seña de identidad nuestra.

Las esbrinadoras siempre han sido la alegría del tiempo del azafrán. Ellas suelen tener una habilidad especialísima para la monda de la rosa. A la comarca venían en este tiempo, desde tierras castellanas, apalabradas con mucha antelación por los labradores. Se intentaba, que todas las tardes, hubiera un par de horas de asueto, dedicadas especialmente a unas sesiones de baile. ■

## Datos sobre el Azafrán

- El azafrán constituye la especia cuyo mercado mundial ha sido y es liderada por España no sólo a nivel de producción sino también a nivel de exportación.
- Existen referencias del azafrán que datan del año 2300 a. C. A partir de esta fecha son variadas y diversas las referencias sobre su uso en ritos y ceremonias religiosas, en medicina, en la gastronomía, etc.
- Aún siendo desconocido el origen de la palabra <<azafrán>> es muy similar su denominación en distintas lenguas habiendo sobrevivido sin casi alteración en árabe (záfaran), inglés (saffron), francés (safrane), italiano (zaferano), hindú, griego, etc.
- Del mismo modo que se ha mantenido su expresión idiomática, se ha mantenido a lo largo del tiempo su modo de cultivo, de recolección, de monda y de secado como se puede comprobar en frescos encontrados que datan de 1600 a.C.



## Nuevo curso 2005/2006 Programa Universidad de la Experiencia

Redacción Solera

El Programa "Universidad de la Experiencia" es una iniciativa financiada por el Gobierno de Aragón a través del IASS, que inicio su andadura en el año 2002. Se desarrolla en Huesca, Teruel y Zaragoza, y ofrecen un programa de estudios común, está dirigido a personas mayores de 65 años, aunque de forma excepcional también pueden participar las personas mayores de 60 años.

El Programa tiene una doble finalidad: por una parte, ampliar los conocimientos de las personas mayores y, por otro lado, conseguir un envejecimiento activo y solidario y una mejor calidad de vida de nuestros mayores.

Con un presupuesto cercano a los 100.000 euros, que sufraga el Instituto Aragonés de Servicios Socia-

les, a través de la celebración de un convenio de colaboración con la Universidad de Zaragoza se realiza anualmente el programa.

Para este curso 2005/2006, se ofertan 400 plazas distribuidas entre los tres cursos que se imparten y a los que se pueden matricular en las tres sedes de la Universidad de la Experiencia de Zaragoza, Huesca y Teruel. Los temas son muy variados, y van desde la Cultura a la Ciencia, pasando por la Política y la Sociedad. Además, hay otras actividades programadas como conferencias, talleres, cursos monográficos y visitas. En los primeros días de octubre se procederá a la inauguración del curso 2005-2006. ■

## Aulas de mayores el IASS en Zaragoza

Redacción Solera

Las Aulas para las personas mayores son espacios en los que se realizan actividades para su promoción y su desarrollo sociocultural. Las Aulas cuentan con un programa anual de seminarios y actividades abiertas a la participación, que son impartidos por profesorado especializado.



ción de la "Asociación de Mayores Aulas de San Jorge".

En el mes de mayo, el Instituto Aragonés de Servicios Sociales hizo público el plazo de matriculación de alumnos para el curso 2005-2006. El número de matriculados superó los 900, quienes inician los seminarios el día 17 de este mes en las instalaciones que el IASS posee para este fin en la calle Predicadores nº 56 de Zaragoza, contando con la valiosa colabora-

Los seminarios que se impartirán durante los meses de octubre 2005 a mayo 2006 son: Arte, Cerámica, Conocer Aragón, Coral, Educación Física, Esmaltes, Fotografía Iniciación, Fotografía especializada, Historia, Manualidades, Pintura, Psicología, Vídeo edición, Yoga, Informática iniciación, Informática básica, Cine de ensayo, Encuadernación. ■

## Acuerdos presupuestarios para el 2006

Redacción Solera

### Las prestaciones mínimas entre un 5% y un 6,5%

Los pensionistas más beneficiados de estos incrementos retributivos serán los perceptores de pensiones mínimas, que cobran unos tres millones de personas en España. Las prestaciones mínimas aumentarán entre el 5% si el beneficiario no tiene cónyuge a cargo y el 6,5% si lo tiene. A estos porcentajes habrá que sumarles la desviación de la inflación respecto al 2% previsto. Ese dato se conocerá en diciembre, cuando se haga público el índice de precios al consumo de noviembre.

Respecto a las pensiones no contributivas, se espera que suban un 4,5%, que corresponde al 3% más la desviación de la inflación. ■



## Concurso de Pintura Rápida: Bases

1. Podrán participar libremente todos los pensionistas o jubilados residente en Aragón que lo deseen y, que no hayan realizado ninguna exposición individual. Previa inscripción en las oficinas de este COAPEMA. Solamente se admitirán las primeras 50 solicitudes.
2. El concurso tendrá como motivo una lámina del Quijote, a elegir entre tres. El plazo de solicitud para participar finaliza el 25 de octubre de 2005.
3. El concurso se celebrará el 2 de noviembre en la Sala Bayeu del Edificio Pignatelli (Diputación General de Aragón, P.º Mª Agustín, 36).
4. Los trabajos se realizarán a elegir entre acuarela y óleo, el lienzo será de 46x38. El tiempo de duración del concurso será de cuatro horas (de 10:00 a 14:00 horas) y se recogerán al finalizar el mismo.
5. Cada concursante acudirá provisto de los útiles necesarios para realizar su trabajo.
6. Los trabajos se guardarán en la sede de COAPEMA hasta la fecha de calificación.
7. El jurado estará compuesto por personas de reconocido prestigio y será designado por el Consejo Aragonés de las Personas Mayores. El fallo del jurado se dará a conocer oportunamente.
8. Los trabajos premiados quedarán en propiedad de este COAPEMA y los no premiados quedarán a disposición de sus autores hasta tres meses después de la entrega de los premios.
9. Los premios consistirán:
  - 1º Premio. . . . . 300 €
  - 2º Premio. . . . . 150 €
  - 3º Premio. . . . . 100 €
  - Accésit. . . . . 50 €
10. La entrega de premios se hará en el acto público que se celebrarán en el Salón de Actos del Edificio Pignatelli, el día 9 de noviembre próximo a las 12:00 de la mañana.
11. Todos los participantes no premiados recibirán un obsequio.
12. La participación en este concurso implica la total aceptación de las bases del mismo.



Más información:  
 CONSEJO  
 ARAGONES  
 DE LAS PERSONAS  
 MAYORES  
 (COAPEMA)  
 P.º Mª Agustín, 38  
 50004 ZARAGOZA  
 Tel.: 976 434 606  
 Fax: 976 434 514

## Puertas Abiertas en la Feria de muestras

Recordamos a pensionistas y jubilados que el día 10 de octubre será de puertas abiertas para poder visitar gratuitamente la Feria de Muestras. Y al mismo tiempo anunciaros que en el salón de actos celebraremos un acto lúdico-cultural. Quedáis todos invitados. ■

## VII Congreso Nacional de Mayores

Durante los días 24 y 25 de octubre, las Organizaciones de Mayores en Madrid, celebrarán el VII Congreso Nacional de Mayores, en el que se debatirán ponencias sobre distintos asuntos como el maltrato a las personas mayores, la discriminación positiva en los programas de atención municipales, las políticas para personas en situación de dependencia o proyectos para la preparación para la jubilación. ■