

Solera

Publicación
de los mayores
aragoneses

Nº 47 • Noviembre 2007



Instituto Aragonés
de Servicios Sociales

Informa

web: portal.aragon.es/iass/iass.htm
e-mail: iassweb@aragon.es

Actuaciones del IASS para la atención a mayores en 2008

Está previsto para el año próximo, que el IASS con cargo a sus presupuestos, apoye con casi 5 millones de euros a distintos ayuntamientos y comarcas, las obras para poner en marcha centros residenciales en sus municipios, que darán respuesta a las necesidades de las personas dependientes de la zona.

En la provincia de Huesca; se edificará en las localidades de Hecho, Fonz y Tardienta. En la de Teruel; las obras se llevarán a cabo en los municipios de Calamocha y Cantavieja. En la provincia de Zaragoza, los ayuntamientos de Alfamén, Belchite, Fuentes de Ebro, Herrera de los Navarros, Magallón, Pina de Ebro, y Sos del Rey Católico, iniciarán la construcción de estos centros.

La red de centros propios del IASS, se verá incrementada por la finalización de las obras *del Centro residencial Elías Martínez, en el barrio de Torrero en Zaragoza y por la edificación de un Centro de día y Hogar en el barrio del Picarral en Zaragoza.*

Para alcanzar en el ejercicio 2008, los objetivos fijados en el área de mayores, el IASS dispondrá de una dotación presupuestaria de 95 millones de euros, que sufragan entre otros gastos, los programas de Transporte Adaptado, Balnearios, Hogares, Aulas y Universidad de la Experiencia. ■



Sos del Rey Católico

 **GOBIERNO
DE ARAGON**

Departamento de Servicios Sociales
y Familia



Ser optimista: la mejor medicina

Redacción Solera

¿Se puede hoy en día andar por la vida declarándose optimista? Expertos psiquiatras como Luis Rojas Marcos mantienen que en el continente europeo "ser optimista está mal visto", pero sin embargo, este eminente experto dice que ver la vida a través de un cristal rosa es fundamental para combatir la peor cara del envejecimiento. Y, de la mano de esta actitud positiva, defiende asimismo la práctica de un ejercicio físico regular y la sociabilidad de los individuos mayores. Este triángulo –optimismo, deporte y vida social- es el mejor escudo contra la soledad y la depresión que en más ocasiones de lo que nos gustaría afectan a la vida de los mayores, dando al traste con la que debería ser una de las épocas más bonitas y fructíferas de la vida.

Pero aunque a veces nos parezca que todo lo tenemos en contra, lograr aprovechar la vida, dar esquinazo a la soledad y al aislamiento, está en la mano de cada uno. En este sentido, mantenerse en forma es clave. Se puede tratar de realizar ejercicio físico tres



veces a la semana. No tienen por qué ser grandes cosas: simplemente, podemos dedicarnos a andar por la calle. Con eso, se ayuda a prevenir no sólo problemas cardiacos y de metabolismo, sino también la depresión, la ansiedad y el estrés. Hablar, incluso hacerlo en voz alta cuando se está solo, es otra de las formas de prevenir la depresión, al igual que "estar conectados" con la familia, los amigos o grupos como los religiosos o deportivos, en caso de que se pueda.

Pero además de la actitud de cada uno, desde el IASS también están pendientes de disponer las mejores condiciones para que todo esto se pueda cumplir. Combatir la soledad, ayudar a los mayores a compartir sus vidas, a mirar adelante con optimismo también es uno de sus retos y en ello trabajan en los centros para mayores, con programas encaminados a fomentar las relaciones sociales, la cultura general y la mejor forma física de las personas mayores de Aragón. Sólo nos piden una cosa: que nosotros aportemos el optimismo. ■

Comité de Redacción:

José Miguel Calvo (IASS Alcañiz), Isabel Bernad (IASS Las Fuentes), Anselmo Fernández (IASS San Blas), José Fombuena (IASS Teruel), Jesús Guiu (IASS Andorra), Joaquín Guiral (IASS Fraga), Luis Mesa (IASS Barbastro), José Muñoz (IASS Boterón), Pilar Pi (IASS San Blas), Esperanza Bueno (IASS Balsas de Ebro Viejo), Alejandro Villaverde (COAPEMA).

Edita



Instituto Aragonés
de Servicios Sociales

Cesáreo Alierta, 9-11
50008 ZARAGOZA

Director

Juan Carlos Castro

Coordinación Técnica

M^{ra} Jesús Conde

Periodista Coordinador

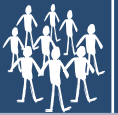
Ana Usieto

Depósito Legal: Z-1257-2003

ISBN: 1696-0303

Diseño e impresión

Dogo creatividad estratégica



Activos, y más que nunca



Juan Carlos Castro.
Director Gerente del IASS



¿Y después de la jubilación, qué? La reivindicación de una mayor participación de los mayores en la sociedad, no sólo parte a estas alturas del propio colectivo, sino que es ya objeto de debate al más alto nivel.

Un ejemplo es el Foro Internacional de la sociedad civil sobre Envejecimiento celebrado este mes en León, en el que participaron 160 representantes de organizaciones no gubernamentales (ONG), tanto nacionales como internacionales, además de expertos científicos.

El IASS ha tenido el honor de ser invitado a tomar parte como miembro activo en este Foro, que precedía a la Conferencia Ministerial de la Región Europea de la ONU sobre Envejecimiento en la que intervinieron, también en León, unos 300 delegados de 46 países de la Región Europea de la ONU. En ambos marcos, se ha debatido para "garantizar la plena integración de los mayores y su participación en la sociedad". Así, los expertos creen necesario no dilapidar los conocimientos de un sector de la población, que podría ser mucho más participativo y activo y estar mucho mejor representado en diferentes entidades y organismos.

Es evidente, y en estas mismas páginas lo vemos cada mes, que el abandono de la vida laboral no supone un abandono de la vida activa, ya que los mayores reclaman, y cada vez más, continuar con su formación, estar al día. Disfrutar de un merecido descanso no está reñido para ellos con seguir aportando cosas a

la sociedad de la que, no lo olvidemos, forman parte. Y parte activa.

Además, las cifras cantan: el 35 por ciento de la población europea será mayor de 60 años en 2050, frente al 20 por ciento que había en 1999, una "revolución demográfica" que, según los participantes en el foro y la conferencia, supone una serie de "retos y oportunidades" que se deben aprovechar en Europa,

Entre las ideas que se han podido escuchar es reseñable la de Kaj Bdrlund, director de Asuntos Sociales de la Comisión UNECE (que representa a Europa, Estados Unidos, Canadá e Israel), quien propuso el aprovechamiento de "la experiencia de las personas mayores con medias jornadas" y la canalización de ese tiempo parcial para el desarrollo de la economía y el crecimiento de la sociedad. "No hay que forzar a las personas a retirarse; pueden estar más años, y pueden ofrecer asesoramiento y consultoría".

Estas políticas de fomento de participación activa de los mayores son especialmente importantes en España, donde la esperanza de vida se sitúa en los 80 años, por lo que es uno de los países más longevos del mundo. De ellos, más de la cuarta parte hace deporte y la tercera parte, turismo.

Desde el IASS, estamos decididos a apoyar todas las aportaciones que se deriven de esta Conferencia dirigidas a **conseguir una sociedad para todas las edades.** ■

No más barreras arquitectónicas



José Muñoz. IASS Boterón



A la salida del Centro de Mayores al que suelo acudir, me encuentro a otra señora socia, que lleva escayolado el

ante Brazo derecho. Le pregunto: "¿Qué te ha pasado?". Su respuesta es: "He tropezado en uno de los obstáculos que ha mandado poner el Ayuntamiento en la plaza de San Bruno para evitar que los coches invadan los porches, he caído al suelo, y éste es el resultado".

Prosigo mi camino, llego a la plaza y veo los **tropezaderos** en cuestión. Se trata de unos cubos de piedra de unos treinta centímetros de altura.

Aunque la intención era loable: ¿no habría sido mejor que, al menos, esas piedras carecieran de aristas? O colocar unos pequeños arcos de tubo metálico.

Tanto hablar de la supresión de barreras arquitectónicas y nos plantan ahí esos pedruscos. ■



La importancia de una imagen en televisión



Anselmo Fernández. IASS San Blas

Con frecuencia salen a la luz pública noticias y casos de violencia de género, de xenofobia, de brechas sociales entre ricos y pobres o de fricciones entre comunidades.

Recientemente, en el programa "**Tengo una pregunta para usted**" fue noticia la respuesta de un líder político que gobierna en Cataluña, que se produjo a colación de la insistencia de un ciudadano invitado en evitar pronunciar su nombre en catalán: Josep Lluís.

No sé si tenemos lo que merecemos. ¿O quién siembra vientos recoge tempestades?

Pero no eso sólo. Cuando se sancionan los anuncios que no están escritos en catalán, cuando reina un pensamiento de alejamiento y de odio hacia el de otra región o país, suceden cosas como la de la agresión de tintes xenófobos a una chica ecuatoriana en Barcelona.

No es un caso único ni aislado y se cometen agresiones en otros lugares. Lo que pasa es que no todo queda grabado en imágenes.

Por eso manifiesto, que hay miedo y no hay tranquilidad. Y en este sentido tienen que profundizar más los gobiernos, con leyes a favor de los más indefensos. ■

Otro mito americano

Anselmo Fernández. IASS San Blas



Menuda se formó con la visita de Al Gore a España. El que durante unos años fuera vicepresidente de los E.E. U.U. Y que luego fue candidato, pero no lo consiguió, tomó otro camino: el de volcarse en la ecología.

Protagonizó el documental "Una verdad incómoda". Tuvo gran éxito internacional y le concedieron por ello dos Oscar. A partir de ahí, va recorriendo el mundo dando conferencias. Le han concedido el Nobel de la Paz y el Príncipe de Asturias de Cooperación Internacional.

Pero, ¿es real todo su pensamiento o lo hace por puro afán económico? Valga un ejemplo. Una conferencia solo para invitados y vetada para la prensa dada en Mallorca en octubre le reportó 200.000 euros. Su parafernalia es sospechosa. Mucho calentamiento global, mucha paz y concordia pero el pastón que se lleva por cada actuación es espantoso.

Que es verdad lo de la contaminación ya lo sabemos. Que su presencia tiene un precio también. Pero si el 20% de lo que se embolsó en Mallorca lo donase para una ONG serían 40.000 euros bien empleados. ■



Un aleccionador viaje a Lourdes y cuevas de Bétherran



Carmen Comenge. IASS Las Fuentes

Hace unos días, 45 viajeros del Centro IASS de Las Fuentes nos dirigimos especialmente a Lourdes y, de paso, visitamos las Cuevas de Bétherran, una joya de la naturaleza que a todos nos encantó.

En Lourdes, como siempre, nada más llegar quedamos imbuidos del ambiente de fervor y fe llena de esperanza de todos los visitantes que allí acuden para sanar tanto física como, por qué no, espiritualmente.

Por la tarde, llevé al hospital a dos hermanas, una de ellas operada

recientemente, que necesita muletas para poder andar. Una vez que llegamos a ese lugar, conseguimos que una voluntaria nos llevase a la Gruta, en realidad, una iglesia subterránea, para presenciar la procesión de los enfermos, que me impresionó enormemente. Una de las cosas más impactantes es que, ante tanto dolor, se ve a los enfermos llenos de serenidad y paz interior. La visita a Lourdes supone una gran lección para los que nos plegamos ante cualquier problemilla. ■



Paseo por Lourdes.

Excursión a Villa Fortunatus

Rufi Donoso. IASS Fraga

El día 20 de septiembre, un grupo de 45 personas del Hogar de Mayores IASS de Fraga nos desplazamos de excursión al enclave de Villa Fortunatus, el que es considerado y conocido como el yacimiento arqueológico más importante de la comarca del Bajo Cinca.

La visita fue breve, pero muy interesante. Bajo la dirección de Idoia Moreno, responsable de la Oficina de Turismo de la ciudad de Fraga, y con las más extensas explicaciones de Paco, el encargado y, al mismo tiempo guía del yacimiento, nos fuimos imaginando como sería la vida de los habitantes de la Villa en su época. Descubierta casi hace 70 años, *Villa Fortunatus* ha sido objeto de excavaciones en varias ocasiones, la última de las cuales, aún inconclusa, tuvo lugar en la década de los años ochenta. Actualmente, se está llevando a cabo una con-



solidación del yacimiento, pero como siempre, la insuficiencia de presupuesto hace que vaya más lento de lo que cabría esperar. El conjunto corresponde a un gran establecimiento de tipo rural, una villa rústica, que constituye aún uno de los mejores ejemplos de arquitectura rural romana para Aragón, pese a que su defectuosa excavación permitió que una parte importante de la información no se interpretase correctamente.

Desde estas páginas de Solera me atrevo a pedir, a quien corresponda, que por favor se agilicen los trámites dentro de las posibilidades para que puedan llevarse a buen término, en el menor tiempo posible, para que generaciones posteriores puedan disfrutar de esa maravilla que todos los aragoneses tenemos tan cerca de nuestras casas y que, desafortunadamente, muchos aún no conocen. ■

Cómo llegar: Saliendo de Fraga hacia el norte, en dirección a Monzón, a una distancia de aproximadamente 4 kilómetros, a la orilla izquierda del río Cinca se sitúan las ruinas de Villa Fortunatus.

Para concertar visitas: 974 470 050

Llega la gripe



Las grosellas negras son especialmente ricas en vitamina C, tienen cantidades mayores que algunos cítricos.

Ante la inminente llegada de la gripe, distintos especialistas se han pronunciado sobre la necesidad de que las personas mayores de 60

años acudan a su centro de salud a inmunizarse contra la gripe. Se trata de una de las enfermedades más temidas por la población y que todos los años colapsa las puertas de Urgencias de los hospitales.

El problema está en el diagnóstico, que aunque parezca fácil, no lo es, ya que es difícil diferenciar, el catarro común de la gripe.

Lo que hace el virus de la gripe es atacar unas células que tenemos en los bronquios y en el sistema respiratorio. Esas células son las encarga-

das de limpiar las mucosidades que tenemos habitualmente, y en las personas mayores, al destruirse, hace que sean más propensas a contraer neumonía

Respecto a la posible alimentación para prevenir la gripe, no existe una dieta que nos asegure que no vamos a contraer la enfermedad, porque la vitamina C, si se toma en demasía, puede ser perjudicial. Lo único que se puede recomendar es una dieta equilibrada, rica en frutas y verduras. ■



El presupuesto del gobierno aragonés para 2008

El Gobierno de Aragón aprobó los presupuestos de la Comunidad para 2008, que prevén un gasto total de 5.568 millones de euros

Las políticas sociales representan más del 60% del presupuesto, con un incremento del 6,9%; Salud y Consumo tienen una subida del 6,8%; Educación del 7,2, y los Servicios Sociales un 16,1%.

Entre las consejerías que más verán aumentar sus recursos se encuentra

Servicios Sociales, que tiene que hacer frente especialmente a las ayudas derivadas de la ley de atención a la dependencia.

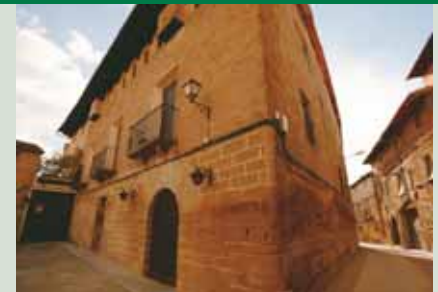
Como no podía ser de otra forma en el 2008, otra partida que también tendrá un peso significativo será la destinada a la Expo. En este ejercicio, se previeron 130 millones y se calcula que hasta la cita con la muestra internacional la DGA habrá destinado en tres años en torno a 300 millones. ■

Programa de acogimiento de familias para emprender, trabajar y vivir en Teruel

La consejera de Servicios Sociales y Familia, Ana Fernández, y el presidente de la Diputación Provincial de Teruel, Antonio Arrufat, han suscrito un convenio de colaboración para impulsar el programa "Habitate Emprener: Acoger familias para emprender, trabajar y vivir en Teruel".

El objetivo del convenio es aumentar paulatinamente el número de familias con iniciativas emprendedoras de carácter económico en la provincia de Teruel y dar respuesta a la mano de obra que se precisa para la revitalización socioeconómica del territorio y sus habitantes. ■

Red de Casas Canguro en el Pirineo



Adahuesca, Cerler, San Juan de Plan, Laspaúles, Bolea, Campo y Bielsa, todos ellos municipios oscenses tiene prevista la apertura de este tipo de centros. Se trata de un servicio muy demandado por las familias residentes en dichas localidades para compatibilizar sus responsabilidades familiares y laborales necesidades.

El Departamento de Servicios Sociales y Familia, destinará 90.000 euros, a este proyecto, se desarrolla con FEACCU-Huesca, y permite la promoción del empleo de la mujer rural y la conciliación de la vida personal, familiar y laboral. ■

ZARAGOZA, PASADO Y FUTURO

La Zaragoza de ayer

Zaragoza, a principios de los años 60, contaba con un censo municipal de unos 300.000 habitantes. A partir de ese momento, se empiezan a formar los barrios periféricos: Oliver, Valdefierro, Torrero, La Paz, Picarral. Los ya existentes, como San José, Las Fuentes, La Química o La Jota empiezan a acoger familias venidas de otras zonas y provincias más deprimidas.

También por esa fecha muchos de los que venían a cumplir el servicio militar a Zaragoza se buscaban trabajo y ya no volvían a sus pueblos.

En aquellos años, Zaragoza no contaba con un plan general de ordenación urbana y la gente que llegaba se hacía sus viviendas como podía y al margen de toda legalidad.

Por ejemplo, en Valdefierro se vendía el tonel de agua directamente del canal a 2,50 pesetas. Y las casas se hacían con adobes y de noche.

A partir de 1962, se fue concretando el primer plan de desarrollo industrial de Cogullada, que ofrecía buenas perspectivas.

Zaragoza en aquellos años contaba solamente con cuatro sitios por donde se podía cruzar el río Ebro: el puente de Hierro, el de Piedra, la pasarela de madera y el puente que pasaba el ferrocarril. Además, la sanidad no contaba apenas con infraestructuras y la educación pública estaba en una situación muy parecida. Además, en aquellos años, las fiestas, principalmente de fines de semana (domingos) se hacían con orquestas en algunas plazas (y en fines de semana había establecidas unas 15 salas de fiesta con actuaciones orquestas).

A lo largo de la década de los 70 el casco antiguo de Zaragoza empieza a quedarse vacío y a deteriorarse muchísimo. ■



Avda. Cesár Augusta



Cuenta con todos sus barrios urbanizados, con parques y servicios de salud, culturales, colegios...

Hay una industria del automóvil (Opel) que, al margen de los puestos de trabajo en fábrica, que son unos 8.000, origina por los menos otros tantos en empresas auxiliares en la zona.

Cuenta con varios polígonos industriales, Cogullada, Malpica, San Valero, CentroVía, La Cartuja, Cuarte, Carretera de Logroño, etc., de mediana y pequeña empresas.

Cuenta con una plataforma logística de almacenaje a nivel europeo.

Tiene una magnífica situación estratégica a 300 km. de las principales capitales industriales de España, con unas vías de comunicaciones, recientes hacia todas las partes, por carreteras, ferrocarril y avión.

Contará también a nivel interno transporte público de tranvía y metro.

Contará, con modernización de calles, riberas de los ríos y 10 puentes para cruzar el río Ebro, y además, con la gran imagen e información en todo el mundo, por haberse celebrado la Expo Internacional de 2008, siendo tan importantes los temas sobre el agua para la vida que científicos y gobernantes de todo el mundo tratarán, se podrán de acuerdo y empezarán a tomar medidas para el futuro. ■

Contará, con modernización de calles, riberas de los ríos y 10 puentes para cruzar el río Ebro, y además, con la gran imagen e información en todo el mundo, por haberse celebrado la Expo Internacional de 2008, siendo tan importantes los temas sobre el agua para la vida que científicos y gobernantes de todo el mundo tratarán, se podrán de acuerdo y empezarán a tomar medidas para el futuro. ■



Pº Independencia



Puerta del Carmen



Contará, con modernización de calles, riberas de los ríos y 10 puentes para cruzar el río Ebro, y además, con la gran imagen e información en todo el mundo, por haberse celebrado la Expo Internacional de 2008, siendo tan importantes los temas sobre el agua para la vida que científicos y gobernantes de todo el mundo tratarán, se podrán de acuerdo y empezarán a tomar medidas para el futuro. ■

HUESCA

VIII Semana Cultural en Fraga. Días 19 al 23 de Noviembre 2007



Joaquín Guiral. IASS Fraga

Entre los días 19 y 23 de noviembre, se celebra en la localidad oscense de Fraga la VIII Semana Cultural. La inauguración de las jornadas contó con la presencia de Antonio Escartín. Tras la ceremonia de apertura, la semana propiamente dicha dio comienzo con la charla coloquio "Medicamentos que no curan", a cargo de Farmamundi (Cruz Roja).



Talleres en Fraga.

Entre el resto de las actividades del programa se encuentra la charla coloquio que corrió a cargo de Joaquín Guiral sobre la atención y servicios que se presta a la gente de la Tercera Edad en Colombia. Otros temas que se tratan en esa charla son "El arte de sobrevivir con la Pensión Mínima. Ancianos sin pensión", "Asistencia de la Seguridad Social y privatización de la

Salud" y "Una visión de la Tercera Edad en los países en vía de desarrollo".

Atención también al concurso de repostería, la tarde de baile, la charla sobre métodos saludables, el taller de lectura y las exhibiciones musicales de los socios.

Durante la semana se conocerán igualmente los ganadores de los concursos de relato corto, sainetes y diseño de postales navideñas que se han convocado con motivo de la semana cultural.

No faltarán en esta iniciativa las exposiciones con los siguientes temas: taller de manualidades, taller de bolillos, artesanía (escayola, madera, forja) y peinados típicos fragatinos. ■

Cultura en Barbastro



Luis Mesa. IASS Barbastro



Estos últimos días dos acontecimientos han tenido lugar en la ciudad de Barbastro.

Los citamos en estas páginas de la revista "Solera", porque, creo, no son sólo transcendentales para esta localidad oscense, sino que su repercusión se extiende a todo Aragón. Además, los dos acontecimientos tienen interesantes matices culturales.

El primero de ellos es la celebración de los 25 años de la implantación en Barbastro de un Centro Asociado a la UNED (la Universidad Nacional a Distancia), que ha sido de gran importancia para toda la comarca del Somontano, pero también para rincones fuera de él y, por qué no, para todos que aman el "saber", jóvenes y mayores, pues también ese afán llega hasta nuestro **Hogar de Mayores** con su iniciativa de la Universidad de la Experiencia.

El segundo acontecimiento anunciado, pero no reseñado, es la celebración del 450 aniversario del nacimiento

de Peralta de la Sal, a pocos kilómetros de Barbastro, de San José de Calasanz (1557). Porque fue en Barbastro donde la importante Orden calasanciana fundó el primer colegio de España.

Para celebrarlo se han realizado varios actos. Entre ellos, destacamos la conferencia que corrió a cargo de Federico Mayor Zaragoza, ex director general de la UNESCO. ¡Cuántas personas habrán pasado por las aulas de los colegios calasancios por toda España en general y en Aragón en particular! ■



Federico Mayor Zaragoza,
ex director general
de la UNESCO

ZARAGOZA

La muestra de teatro IASS para mayores alcanza la quinta edición



Este año, el IASS ha organizado de nuevo la 5ª Muestra de Teatro de Personas Mayores, iniciativa en la que colabora el Ayuntamiento de Zaragoza y con la que se quiere mostrar a la sociedad aragonesa las actividades que se realizan en los hogares, centros de día y residencias IASS.

El Centro Cultural "Teodoro Sánchez Púnter", ubicado en el barrio zaragozano de San José, ha acogido las representaciones teatrales, que comenzaron el pasado día 22 hasta el día 26 de octubre.

A lo largo de esa semana ha tenido lugar la representación teatral del Grupo Residencia Movera con la obra "La fiesta cómica". El grupo El Boterón participa con el sainete "Rosa y Rosita", "Otra miss", "Lunarcitos" y el monólogo "El payasito Mechuco". El grupo de Ejea de los Caballeros representó "Bodas de sangre", de Federico García Lorca, y el Grupo de Monzón actuó con el sainete "El sexólogo", del autor Gregorio García, y "Un palillo pal' diente". El Grupo San Blas representó la comedia "Que nos suben la pensión", entre otras actuaciones. ■

TERUEL

Torrecilla de Alcañiz



El hogar de la localidad turolense de Torrecilla de Alcañiz ya está con el acelerador puesto y son innumerables las actividades que propone a sus usuarios que, por ejemplo, pueden elegir entre diversos campeonatos de juegos de mesa: de bresca, dominó, guiñote y petanca, que se celebraron con motivo de las fiestas locales: "Nos inscribimos por participar, pero realmente a todos nos gusta ganar, y ponemos verdadero empeño e interés en quedar campeonas", nos

dice Isabel, una de las ganadoras de dominó de este año.

También está el Taller Psicosocial, en el que se han tratado temas de interés para los mayores. Todas las participantes se muestran muy satisfechas pues, según nos cuentan, "este tipo de talleres nos ayuda a conocernos, a relacionarnos mejor con nuestro entorno y a ser más optimistas".

Otro de los éxitos ha sido el taller "Mayores y artistas": "Ninguna de nosotras habíamos cogido un lápiz y un pincel en nuestra vida, somos las primeras sorprendidas con los dibujos y cuadros que hacemos", nos dicen Gloria y Candelaria, dos de las participantes en el curso y que han visto mejorar ostensiblemente sus habilidades.

Parecido le ocurre a Rosa, que comenta su participación en "Trabajos



manuales": "Es una actividad muy gratificante, pues nos sirve de distracción, y nos permite mostrar nuestras habilidades, sorprendiendo a la familia o amigos con algún detalle".

Al finalizar los cursos organizamos una exposición con una muestra de los distintos trabajos, que los mayores nos enseñan orgullosos, y nos explican con todo detalle las distintas técnicas de los trabajos realizados. ■

¿Qué son las aulas?

Blanca Alonso. Aula IASS

Este programa, que cuenta con más de 20 años de actividad a sus espaldas, representa un referente dentro del Ocio Formativo para el colectivo de los mayores, no sólo en nuestra ciudad o comunidad autónoma sino a nivel nacional.

Aulas del IASS tiene como objetivo la formación de calidad enmarcada en el tiempo libre para personas mayores en muy distintos ámbitos, con duración anual desde octubre hasta mayo.

El programa, dotado por parte del IASS con un presupuesto superior a los cien mil euros, se materializa con la celebración de más de quince seminarios temáticos (cursos), con temáticas de los más variados, entre los que se encuentran:

- Arte
- Cine de ensayo Historia
- Conocer Aragón
- Francés
- Manualidades
- Esmaltes
- Inglés
- Cerámica
- Yoga
- Foto Analógica
- Foto digital
- Educación Física
- Pintura
- Coral
- Informática
- Encuadernación
- Belenismo



Seminario de Educación Física.

Acompañando las distintas clases teóricas de cada materia, se realizan viajes culturales vinculados a determinados seminarios, conciertos, exposiciones y una jornada de puertas abiertas para que todos aquellos interesados puedan ver y disfrutar del trabajo de los mayores durante todo el año. Se pretende que la educación que reciban los inscritos sea multidisciplinar y de lo más completa.

Las instalaciones de las Aulas del IASS se encuentran ubicadas en el número 60 de la calle Predicadores de Zaragoza, junto al Colegio Público Santo Domingo, en concreto, en las plantas segunda y tercera.

El éxito de público de la convocatoria se demuestra cada temporada, y se demuestra, es más, con cifras. Este año, el número de alumnos matriculados sobrepasa los 1.300, con listas de espera para los distintos seminarios que ascienden a otros 300 alumnos aproximadamente.

Para poder participar en el curso escolar 2008/2009, animamos a todos los que estén interesados a ponerse en contacto a finales de abril de 2008 con las Aulas, bien acudiendo directamente a la Sede de las Aulas, bien a través del teléfono 976 552 202 para poder realizar la matrícula en los plazos establecidos. ■

Opiniones sobre los seminarios



Seminario de Cerámica.

Estas son algunas de las opiniones recogidas:

"Tengo 71 años y vengo a Aulas desde que me jubilé a los 66. Aquí encuentro un espacio para aprender y para compartir. Creía que conocía Aragón, mi tierra, pero he descubierto cuanto no sabía de la riqueza de nuestra tierra gracias a las clases, a Gloria la profesora y a los viajes que realizo con ella y los compañeros." (Alumno de los Seminarios de Arte y Conocer Aragón).

"Tengo 67 años y hace dos que estoy jubilada. Siempre quise hacer manualidades o trabajos con mis manos, pero mi vida laboral nunca me dejó tiempo. Ahora he encontrado justo lo que buscaba. Vengo al taller de Pintura y al seminario de esmaltes y me siento feliz esperando cada semana que lleguen los martes y los miércoles. Luego regalo a mis hijos o nietos todo lo que hago. No suelo quedármelo. A mí no me hace falta y a ellos les hace ilusión" (Alumna de Pintura y Esmaltes).

"Soy nueva este año. Me apunté al seminario de Fotografía porque siempre he sido aficionada pero autodidacta. Había oído hablar de Aulas y me he animado. Pilar, la profesora, nos ha contado que aprenderé a fotografiar con una cámara réflex, a manejar la luz y a revelar yo misma. Aquí tenemos uno de los mejores laboratorios de la ciudad. Y todo para nosotros. Estoy emocionada." (Alumna de Fotografía).

"Soy Jubilado desde hace cinco años y vengo a Aulas desde hace dos. Este año he optado por la Informática y el Inglés. Nunca es tarde para aprender. He sido carpintero toda la vida y nunca toqué un ordenador ni por supuesto he nece-



Seminario de Gimnasia.

sitado los idiomas pero ahora viajo bastante. Quiero aprender. El año que viene a lo mejor pruebo con el francés" (Alumno de Informática e Inglés).

"A mí me ha gustado toda la vida el deporte, pero en mi época no se podía... los hijos, el marido, la casa... Ahora disfruto con la Gimnasia. Hace tres años cuando me quedé viuda lo probé... Estoy enganchada. Vengo dos días por semana. Este año también me he apuntado a Yoga pero de momento estoy en lista de espera" (Alumna de Educación Física).

"Tengo 82 años y ahora vengo a Pintar. He sido alumna de muchos cursos, llevo aquí casi diez años, en Aulas, pero por la edad y la pereza, los achaques me he centrado en la pintura. Disfruto tanto con lo que hago... Vengo no sólo a clase, también a pintar por libre y luego la profesora me corrige y orienta... No podría vivir ya sin pintar" (Alumna del Seminario de Pintura). ■



Seminario de Informática.

Jornadas con Caixa

La comunicación como transmisora de emociones

El catedrático Sebastià Serrano dio una conferencia en Teruel titulada "La comunicación como transmisora de emociones" de la que ofrecemos en estas páginas un resumen.

El cambio continuo de la vida está plenamente relacionado con otro principio que lo organiza y configura todo: *el de la comunicación*. La vida va ligada a la comunicación. Y los que transmiten e interpretan mejor la información que circula viven más tiempo, viven mejor. Las estrategias comunicativas son las mejores estra-

tegias de supervivencia que conoce la naturaleza.

Mirar a la cara y a los ojos de otra persona pueda convertirse en una experiencia tan gratificante y eso, hasta el punto de que la carencia de estas comunicaciones emotivas, resulta verdaderamente angustioso para las personas. Las necesitamos como el pan que comemos y sólo ellas serán un buen soporte para adaptarnos a cambios que cada vez son más y más rápidos. ■



Escuchando a Sebastià Serrano.

Alimentación, una cultura para la vida



La doctora en neurología María Ángeles Treserras, ofrecerá una conferencia "Alimentación, una cultura para la vida" en el auditorio de Zaragoza.

La alimentación es muy importante en todas las etapas de la vida, tanto en lo referente a la salud como en el aspecto relacional y cultural. Además es un aporte insustituible a la civilización y a la transmisión de conocimiento y experiencias generadoras de costumbres y tradiciones.

En los aspectos de salud se hace necesario poner especial énfasis en la influencia de la alimentación durante el proceso de envejecer en tanto puede significar prevención y/o compensación en situaciones de enfermedad. ■



León acoge la conferencia de la ONU sobre envejecimiento

Dirigentes de la ONU y ministros y altos responsables de asuntos sociales de los 56 países de la Región Europea de Naciones Unidas estudiarán en León del 6 al 8 de noviembre, los retos que supone el envejecimiento de la población.

A la Conferencia de León asistirán los máximos responsables de todas las regiones de la ONU, del Fondo de

Población de Naciones Unidas, así como de los programas sociales y económicos del organismo internacional.

Bajo el lema *Una sociedad para todas las edades: Retos y oportunidades*, el objetivo de esta Conferencia Internacional es revisar el Plan de Acción de Personas Mayores aprobado en la Asamblea Mundial del Envejecimiento

(celebrada en Madrid en 2002) y los objetivos plasmados en la Conferencia de la Región Europea de la ONU (celebrada en Berlín en 2002), además de estudiar los retos que supone el envejecimiento de la población.

