

Solera

Publicación
de los mayores
aragoneses

Nº 24 • Septiembre 2005



Instituto Aragonés
de Servicios Sociales

Informa

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

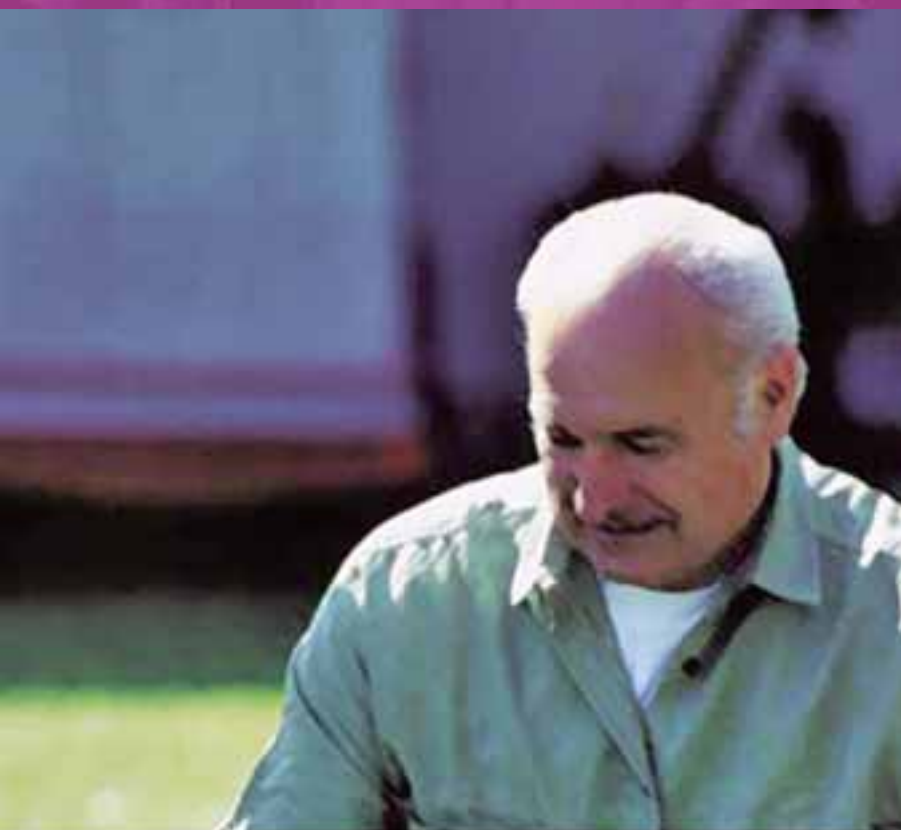
Se amplia la red de plazas del IASS personas mayores.

El número de plazas en residencias y centros de día para personas mayores se ha incrementado en 46 desde el 1 de agosto, al suscribir conciertos para la reserva y ocupación de plazas con las siguientes entidades sociales aragonesas; Fundación Federico Ozanam 15 plazas en las residencias: *María Magdalena*, *María Auxiliadora*, y *Virgen del Carmen*. Hijas de la Caridad de San Vicente de Paul 5 plazas en la residencia *Centro Social Virgen del Pilar*. Instituto para el Desarrollo Social y Participación Comunitaria, 10 plazas en la residencia *El Moreal*. Patronato San Eugenio 3 plazas en la residencia *San Eugenio* y Cáritas Diocesanas 5 plazas en la residencia *Santa Teresa*.

Argualas S.L. 6 plazas en el centro de día Argualas, y El Pinar S.L. 2 plazas en el centro de día *El Pinar*. ■

Programa para el Alzheimer

El programa para el Alzheimer, que el IASS y la Federación Aragonesa de Enfermos de Alzheimer desarrollan a través de un convenio de colaboración, es financiado por el IASS con casi 86.000 euros y se articula en tres grandes ejes de trabajo. Esta colaboración tiene como primer eje el refuerzo de las estructuras de la entidad con el fin de consolidar su presencia y la gestión de servicios de ayuda a domicilio especializada. Otro eje es el impulso de los centros de acogida y el tercero, proporcionar apoyo al cuidador habitual de personas mayores dependientes o enfermas de Alzheimer mediante la sustitución temporal del mismo. ■





Jóvenes y mayores, energía y experiencia: la unión hace la fuerza para comenzar el curso

J. Luis Azuara. IASS Delicias

Para la mayoría, septiembre es sinónimo de la vuelta al trabajo. Y resulta que el hombre es la única criatura que sabe y puede organizar sus tareas. Además, ha creado un medio de cambio, el dinero, con el que tiene posibilidad de conseguir los bienes que no es capaz de producir por sí mismo.

Para que el conjunto de un grupo humano alcance su máxima eficacia, se precisa una especialización de las ideas y de las tareas que han de realizarse, es decir, conviene que cada individuo canalice la mayor parte de su capacidad hacia una actividad productiva o de gestión ya que resulta evidente que al ejercer varias habilidades al mismo tiempo no puede resolver todas con idéntica eficacia.

En cambio, si se especializa o admite ser arropado por la experiencia de los demás, su rendimiento puede ser mucho más eficiente.

Canalicemos pues la energía del “primate” joven con la sabiduría y experiencia del “homo sapiens” mayor y tendremos la fortaleza que nuestra sociedad moderna necesita, al haber fusionado la fuerza de la juventud, con la seguridad y sensatez de los mayores.

La economía moderna se caracteriza por la creciente importancia del sector de los servicios y la constante reducción de la actividad primaria, a consecuencia de la utilización de medios mecánicos de las más avanzadas tecnologías. Esto no ha de significar que el humano sea menos importante, sino que, con las herramientas y maquinaria actual, un

solo hombre puede realizar la labor que antaño precisaba muchos brazos y horas de trabajo. **Está claro que los factores de la producción y el desarrollo para conseguir riqueza han de combinarse uniéndose a jóvenes y mayores a los medios más avanzados para que aporten su energía y experiencia, y conseguir una infraestructura sólida y floreciente.**

Está demostrado que el dinero sin trabajo no genera riqueza, y el esfuerzo y la energía sin planificación y experiencia no es capaz de llevarnos al desarrollo.

Unamos pues nuestras fuerzas, sin menosprecios de edad y categoría, en la seguridad de que todos pueden aportar ideas. ■



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 Villaverde (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^o Jesús Conde

Periodista Coordinador
Ana Usieto

Depósito Legal: Z-1257-2003

ISBN: 1696-0303

Diseño e impresión
Calavia



La cobertura de los servicios para las personas mayores

La comunidad aragonesa, tal como se pone de manifiesto en el último informe del Consejo Económico y Social de Aragón, está por encima de la media española, tanto en plazas residenciales y de centros de día como en los servicios de ayuda a domicilio y teleasistencia; contando con un número de plazas por cada cien personas de 65 y más años, del 5,3 mientras que la media española es del 3,8.

El incremento de las plazas residenciales como respuesta a la demanda existente, ha supuesto un esfuerzo presupuestario del gobierno aragonés, de las corporaciones locales y de la empresa privada.

El IASS, durante el presente ejercicio presupuestario está ampliando el número de plazas públicas de

centros residenciales y de centros de día, mediante conciertos con entidades sociales. Las plazas se hallan distribuidas por las tres provincias aragonesas. No obstante, el mayor número de ellas, se encuentran situadas en la ciudad de Zaragoza y su entorno, donde se concentra más de la mitad de la población aragonesa, a fin de paliar el déficit crónico existente en la oferta de plazas, producido como consecuencia de la constante migración de personas mayores desde el medio rural al urbano. ■



MIGUEL ARIÑO LAPUENTE
Director Gerente del IASS

Proyectos piloto dedicados a la atención de las personas dependientes

Redacción Solera



El Consejo de Ministros aprobó el pasado mes de agosto la transferencia de 50 millones de euros a las comunidades autónomas para la financiación de 76 proyectos piloto dedicados a la atención a las personas dependientes.

Estos proyectos abordarán la construcción o reforma de centros para personas mayores y para personas con discapacidad grave, entre ellas afectados por Alzheimer, autismo o personas con graves discapacidades físicas. También estarán destinados a la generalización de servicios domiciliarios o de ayudas técnicas.

Aragón dentro de este marco, creará nuevas infraestructuras con las que se consiga ampliar la red de servicios existentes. Estas actuaciones con ejecución durante el 2005/2006 tendrán lugar en Teruel, Albarracín, Benasque, Huesca, y Zaragoza. ■

Los mayores se hallan en la línea productiva del país

Redacción Solera

Las personas mayores participan en la sociedad y cada vez más, se posicionan con mayor presencia en la línea productiva, tal como se demuestra cada día con las tareas que ejecutan; cuidar niños, realizar gestiones, preparar comidas e incluso hacer la limpieza en los hogares en los que la pareja trabaja fuera de ellos. Todas estas faenas tienen su equivalente en dinero, aunque la sociedad, no solo no quiere cuantificar todo este trabajo, sino que en muchos casos considera que los mayores son una carga social y económica. Sin embargo, se pone de manifiesto que por el contrario, el trabajo de los mayores, su producción de bienes y servicios, es claramente evaluable y que inciden de manera ostensible en el Producto Interior Bruto de cualquier país. ■





¿A quién interesan los abuelos?

Auxiliar Residencia Personas Mayores. Barbastro

Buena pregunta.

La respuesta es: a mí. Y a mucha gente, que como yo, se dedica a su cuidado.

Trabajo en la Residencia Municipal de Barbastro y al principio creía que mi labor sería atender las necesidades básicas de los ancianos: vestirlos, alimentarlos, asearlos... Pero lo que no sabía y he descubierto, es lo gratificante que es este trabajo. Nadie me habló de los sentimientos, del aspecto emocional, de la implicación personal en la que me veo envuelta

Antes trabajaba con niños y ahora con mayores. Como me dijo el otro día un amigo "tú te dedicas a las puntas de la vida". Y así es. Unas puntas que parecen tan contrarias y sin embargo son tan similares, las dos te necesitan, dependen de ti, quieren que estés por ellos, que les escuches.

Yo he aprendido a escuchar a estos mayores, y para mi sorpresa, ¡me gusta! Aprendo de sus experiencias, de sus equivocaciones y sobre todo de sus consejos, porque si hay algo de lo que no carecen, es de experiencia y sabiduría.

¡Necesitan tan poco! ¡Sólo quieren sentirse queridos! ¿Y quién no necesita que lo quieran?

La sabiduría popular dice que se vuelven raros, egoístas, que se quejan de todo, pero ¿no han pensado

que a lo mejor es simplemente una coraza con la que se envuelven para hacer frente a una sociedad que los discrimina, que los "aparca", que les quita su trabajo, sus hobbies, que les quita sus amigos, que les merma sus facultades, que les hace sentirse inútiles?. En definitiva, tienen miedo a sufrir.

Las residencias, hoy, son necesarias, puesto que hay situaciones en las que es imposible atender a nuestros mayores, de la misma forma que llevamos a nuestros hijos a las guarderías, a los colegios, universidades, etc. Pero es preciso seguir en contacto con ellos cuanto más mejor.

Nosotros, en la residencia, con nuestro trabajo podemos suplir carencias, pero nunca sustituir a un hijo o a un familiar.

Podrán olvidarse de lo que comieron ayer, o de los años que tienen, pero nunca lo hacen de la gente que han querido más que a su propia vida.

Desde estas líneas intento mandar un mensaje: querred a vuestros mayores, hablad con ellos, interesaros por su vida; en definitiva: *¡No los olvidéis!*

Es preciso que entre todos consigamos la satisfacción de arrancar de vez en cuando alguna sonrisa a nuestros queridos abuelos. ■





Pagar una deuda

Pilar Pi. IASS San Blas

Hace mucho tiempo que tengo una deuda, y por lo tanto voy a pagarla.

Como sabéis los lectores de nuestra revista "Solera", esta publicación llega a nuestros centros todos los meses, y cada día tiene más lectores, a los que les doy mis más sinceras gracias.

Pero hay unos lectores muy ESPECIALES, que por varias razones no pueden acudir a los centros y les piden a sus familiares o amigos que

se las lleven a casa. Yo por ejemplo, en el Centro de San Blas entrego alguna con ese fin. Y es por esto por lo que os digo que tengo una deuda y quiero pagarla.

Desde la revista "Solera", os doy las gracias a todos, a los que la elaboráis y a los que desde los diversos centros siguen con interés nuestros artículos y descubren día a día que cada vez ganamos en calidad de textos y noticias de actualidad.

Desde aquí, quiero invitar a todos a colaborar con sus artículos, sus ideas e historias, os esperamos. ■



El campo y el observatorio de la sequía

José Fombuena. IASS Teruel

Han terminado las vaquillas un año más. Los jóvenes del campo de esta zona han tenido mucho más tiempo para ellas, ya que otros años tenían que compaginarlas con otras faenas más urgentes o preocupantes, como la recolección de cereales. Sin embargo, este verano, con un rendimiento en lo cosechado de un 6%, que supone dos días de trabajo para cada uno de ellos, cuando en campañas normales prácticamente se emplean, julio y agosto, les ha permitido disfrutar más de las fiestas.

Esta situación es preocupante y llenas de comentarios para los mayores, ya que los recién jubilados no habíamos conocido un año tan poco llovedor como este, ya que hace más de un año

que no llueve lo suficiente para que la tierra pueda criar cereal y pastos, y según dicen seguiremos así.

Como consecuencia del problema que vivimos, se va a poner en marcha el Observatorio Nacional de la Sequía, cuyos datos puede consultar cualquier ciudadano en la página web del Ministerio de Medio Ambiente (www.mma.es).

En ellos se ofrece información sobre la situación de las distintas cuencas, la evolución del caudal en los ríos, el estado de los acuíferos, el impacto ambiental de la sequía en cada momento, las últimas previsiones meteorológicas, los planes de actuación en cada cuenca o los programas de las distintas administraciones. ■



Primer Trofeo de Petanca para mayores de la comarca de Teruel

Asoc. de pensionistas El Castillo

En Cella el pasado 16 de julio, tuvo lugar la competición con un total de 27 tripletas procedentes de las distintas localidades de la comarca, con gran participación femenina.

La tripleta Cella compuesta por Mariano Sánchez, José Pascual y Justo Miedes se proclamó ganadora, la segunda posición correspondió a la tripleta de Teruel formada por Matías Álvarez, Pepe Gonzalvo y Pepe Marqués, mientras que el tercer puesto fue para el equipo de Santa Eulalia formado por Miguel Allueva, Felipe Blas y José Ortiz.

La organización y el patrocinio se ha realizado conjuntamente por el Consejo Sectorial de Deportes del Ayuntamiento de Cella, la Asociación de Pensionistas "El Castillo de Cella", el Servicio Comarcal de Deportes y el Servicio Social de Base de la Comarca de Teruel. ■



Un regalo para la vida

J. Sancho. IASS Calamocha

Fue un final de un mayo, cuando un cachorrito de perro ratonero llegó a mi casa por decisión familiar. De pelaje marrón y pecho blanco, patitas cortas, cola siempre levantada, semienrollada, orejas tiesas, morrito fino, nervioso, juguetón, ladrador, y fiel e inteligente, como son los perros. Toby es su nombre, y a él responde. Nació en la localidad cercana a Calamocha, Villarejo de los Olmos.

Es un animal, quede claro. Pero también dejo claro que, a mi sentir, todos los animales tienen un soplo divino que les hace parte de la creación. Mi perro también.

Está educado, aunque al principio le costó a él y me costó a mí. Y digo a mí, porque rápidamente hube de tomar la responsabilidad integral, insisto, integral, o sea también en la calle y en los parques, para con aquel animal. Nos costó a los dos adaptarnos el uno al otro, pero lo logramos, y muy bien. Somos ejemplo de limpieza en la calle, y en casa.

Conoce a toda la familia y a cada uno de sus miembros. Acude cuando se le solicita, o se le envía.

Impresionante. El timbre de la casa. Nada pasa, sin que él no avise. El teléfono, puertas, visitas, entradas, salidas... Incluso está pendiente de los peligros en la cocina, y más alarmas. Impresionante.



Digo que nos vino ese regalo para siempre, con ese soplo divino que infundió en Toby. Tener un perrillo en casa esclaviza bastante. Y con nosotros está y estará siempre. Pero la suma de las cargas es inferior a la suma de los beneficios, y me estimula a la vida, me hace moverme, sacarlo a la calle. Atenderlo, olvidarme de mis quejicas y rarezas, y sobre todo, sensibilizarme hacia el cuidado y atención a los demás animales, y

principalmente, sensibilizarme hacia mis semejantes, el ser humano. Mis neuronas, funcionan mejor, mi salud física rejuvenece en los paseos con Toby, y mi humor recibe los bálsamos de su presencia, con paz y alegría. Nunca estoy solo, siempre me acompaña.

Una vez, lo colé en un hotel, y lo pasamos fatal, pues aunque él es muy prudente, no dejar de ser un perro, y los perros, ya sabemos que ladran. No os lo podéis imaginar. Tres días allí, el personal buscando dónde podría estar el perrillo, y no lo consiguieron descubrir. Los dos fuimos cómplices de aquella perrería, que recuerdo con alegría, pero aún más, con mucho peso. Os prometo que no lo volveremos a repetir.

Si me es más fácil tener una buena relación con Toby que con la mayoría de las personas sólo es porque con él, mi relación siempre es divertida, dinámica, nada cansada, no me contradice, me respeta, me protege... Sin duda nuestro mejor amigo, sin ofender. Por eso digo que mi perrillo es un **REGALO PARA LA VIDA.** ■

Curso sobre la memoria

Piedad Corbalán

A Isabel, la profesora, la vamos a recordar: nos ha enseñado estrategias que vamos a utilizar.

Atención, concentración, verbalizar, repetir, visualizar, asociar.
¡Aprendimos la lección!

Estrategias de recuerdo de los nombres y los textos con el método 3R (revisar, releer, resumir) para que no lo olvidemos.

Resultó muy interesante la categorización: ¡Recordad veinte palabras! tenemos un memorión.

Un sitio "pa" cada cosa y cada cosa en su sitio nos ayuda a organizarnos y no andar medio perdidos.

Los ejercicios y juegos de la memoria visual ayudan a concentrarnos, atender y disfrutar.

La "profe" nos recomienda que agarremos los periódicos

y hagamos sopas de letras, crucigramas, jeroglíficos,...

Perjudican la memoria estrés y preocupación, beneficia la memoria el hacer relajación.

Todo lo que se ejercita se mejora con el tiempo y lo que no se ejercita se nos pierde sin remedio.

Y ya para terminar y no hacer muy largo el cuento agradecemos de veras el curso, al Ayuntamiento.



¿Anciano, mayor o tercer-no-se-qué?

Eugenio Pozo. IASS SAN Blas

Al final del pasado curso y ya con las vacaciones de verano en el horizonte, encontrándonos en una reunión, apareció en la sala una grácil jovencueta que depositó ante nuestras narices un par de folios en el que aparecía un cuestionario, en el que se nos pedía contestar a una serie de preguntas, que en principio parecían muy sencillas, pues se referían a datos personales del encuestado. Entre las preguntas figuraba los años que teníamos, nuestros ingresos anuales, los mensuales, o si estamos satisfechos con la etapa de nuestra vida que atravesamos.

Pero la cosa no iba a ser toda tan fácil, había una cuestión que literalmente decía: **“¿Cuándo considera usted que se es anciano?”** E inmediatamente aparecían seis afirmaciones y un baremo del 1 al 5, que pretendía saber si estábamos o no de acuerdo con las mismas, que eran las siguientes:

- Se es anciano cuando ya no se vale para nada.
- Se es anciano cuando se tienen muchos años.
- Se es anciano cuando ya no se tiene ilusión.
- Se es anciano en la jubilación.
- Se es anciano a partir de los 65 años.
- No se es anciano nunca

Y ¡oh, terrible duda! Porque resulta que durante muchos, muchísimos años, aquí nadie habla de *ancianos*, ésta parece una palabra maldita, todos son eufemismos, que si “mayores”, que si “tercera edad”, pero anciano, lo que se dice anciano, ¡nadie!



Entonces, me preguntaba: ¿Cómo contesto estas cuestiones? En cuanto llegué a casa cogí el diccionario y quise salir de dudas, para ver que era eso de anciano.

Claro, ahora vosotros diréis, ya está, así te quedó todo claro... Pues no señores, nada de eso, el diccionario me lo puso aún peor. Fijaos lo que dice de anciano: **“Dícese del hombre o la mujer que tiene muchos años”**

Pero, ¡por Dios bendito! ¿Cuántos son muchos años?, ¿60, 70, 80, 90, los 900 de Matusalén? ¡Pues sí que me está aclarando las ideas!

Y hablando de ideas, como esta definición no me aclara ni soluciona nada, voy a ver como define “ancianidad”. Pues de la siguiente forma: **“Último periodo de la vida ordinaria de la especie humana”**. ¡Anda! ¡Y se queda tan tranquilo! ¿Cuándo empieza el último periodo de la vida humana? Porque para saber cuándo acaba hay que saber primero cuándo comienza. ¿Y a qué se refiere cuando habla de “vida ordinaria”?

En fin, así las cosas mandé el diccionario a hacer puñetas, cogí la copia del cuestionario aún conservado y no quiero contar qué hice con él. Y como la definición de *mayor* tampoco me satisface y no es cuestión de empezar a buscar que se entiende por *mayoría*, e ignoro como razonaría el señor Lázaro Carreter respecto a la denominación de *“tercera edad”*, creo que lo mejor es dejarlo como está y que vayan cayendo años que aquí estamos para aguantarlos, que me da igual que me llamen como quieran, *“abuelo”*, *“yayo”*, *“anciano”*, *“mayor”* o *“tercer-no-se-qué”*. ■



CIERRE Y APERTURA DEL CURSO

Teatro de personas mayores

Antonio Letosa. IASS



La III Muestra de Teatro de personas mayores, celebrada en Zaragoza se va consolidando año tras año y el interés crece también entre los grupos de teatro participantes. La asistencia también va creciendo día a día.

Como homenaje a todos los grupos y a cada uno de ellos, así como a los directores y organización, mostramos esta pequeña galería de fotos.

Los grupos participantes este año han sido: Hogares del *Boterón* y *San Blas* de Zaragoza; Residencia de *Movera*; Centros de Día de *Ejea de los Caballeros*, *Calatayud* y *Andorra*, sí como el Hogar de *Huesca*, capital.

Se representaron siete comedias; de ellas una costumbrista, un sainete y una representación de teatro de variedades.

Esta iniciativa, también sirve para poner en contacto a los diferentes Grupos de Teatro de los Hogares dependientes del IASS. ■

Grupos artísticos

José Muñoz. IASS Boterón

Entre las actividades que se desarrollan en los Centros dependientes del I.A.S.S., una de las que más sentido lúdico encierra es la dedicada a las artes escénicas; ya sea al teatro o a las variedades. Tanto en una como en otra, vemos cómo personas con verdadero sentido escénico se ufanan por aprender sus respectivos papeles a fin de satisfacer su afición, incrementar su acervo cultural, lograr un más amplio repertorio, con que poder poner en escena obras de reconocido prestigio.

En el género de variedades, el campo es más amplio, ya que abarca distintas modalidades: escenificación de chistes, chascarrillos, mimo, canto, música instrumental y rondalla y jota.

Estas actividades, ejercidas de forma altruista van dirigidas a Centros de la Tercera Edad, así como a las Comisiones de Festejos de pueblos interesados en dar al auditorio, representaciones de calidad a un precio muy asequible.

Por medio de estas líneas, el Grupo de Teatro y Variedades del Hogar de Mayores "El Boterón", de Zaragoza, invita a cuantos puedan estar interesados en disfrutar de sus "servicios", así como invitar a cuantas personas haya con inquietudes artísticas, a colaborar en esta empresa común, a ser posible, "con la sonrisa puesta". ■

Invitación para el próximo curso

A. Fernández. IASS San Blas

En el cierre del curso pasado, dentro de la III Muestra de Teatro, bajo la dirección de José Manero, tuvo lugar la representación de la obra "Todos estamos locos", en la que el cuadro artístico perteneciente al centro, demostró sus dotes de gran talento y mejor oficio. Vaya para todos una felicitación desde estas líneas. Pero hay algo más; en los salones del centro, tuvo lugar una exposición de algunas de las actividades realizadas durante el curso: pintura, tapices, bolillo, manualidades y prendas de confección.

Es muy grato comprobar que vale la pena, día tras día, apoyar estas iniciativas que la gente mayor sabe aprovechar, individualmente o en grupo. Así que desde esta publicación, se invita para que este próximo curso nadie se quede sin participar en algo entretenido o creativo. Cada persona tiene un don especial. ■