

# Solera

Publicación  
de los mayores  
aragoneses



**Informa**

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

Nº 39 • Enero 2007

## Pensiones 2007

El Real Decreto sobre Revalorización de las Pensiones del Sistema de la Seguridad Social para 2007, establece la subida de las pensiones para el próximo año, con la garantía del mantenimiento del poder adquisitivo para todas las pensiones.

Con carácter general, las pensiones subirán el próximo año un 2,6 %.

Las pensiones mínimas con cónyuge a cargo subirán el próximo año un 7,13 %.

Las pensiones mínimas sin cónyuge a cargo, un 5,62 %.

Las pensiones no contributivas y las pensiones del SOVI subirán un 3,61 %.

Las pensiones mínimas de viudedad se incrementan en un 5,62 %.

## Nuevas plazas para dependientes

El IASS, sigue ampliando sus recursos para atender a la dependencia en Aragón. Continuando con su línea de concertación de plazas en las tres provincias, formalizando 11 conciertos, con entidades de la provincia de Teruel y de Zaragoza.

En consecuencia, se ha ampliado la red del IASS, con 63 nuevas plazas residenciales, ubicadas en: Alfambra, Andorra, Burbáguena, Calanda, Cariñena, Cedrillas, Daroca, Más de las Matas, Monreal del Campo, Muniesa y Valderrobles

### Agradecidos



ver página 6

### Programas en Andorra y San Blas



ver página 7



 **GOBIERNO  
DE ARAGON**

Departamento de Servicios Sociales  
y Familia



## Qué lejos queda el respeto en el colegio

Anselmo Fernández. IASS San Blas

Se supone que vivimos en un país avanzado, con buen nivel cultural y que nadie ignora la diferencia entre el bien y el mal. La violencia de género no decrece. Más bien al contrario, aumenta, o al menos sigue la misma tendencia año tras año. Los valores humanos están por el suelo entre muchas familias. La comunicación es opaca en muchos hogares, como si nada bueno hubiese que comentar y por el contrario mucho que callar.

Matrimonios rotos o mal avenidos, hijos emancipados para ser más libres (algunos) y que nadie les controle el vicio del botellón y otras aficiones poco elogiadas. La ética es algo desconocido y no cotiza en bolsa. Sin embargo se habla de lucha por una mejor cultura.

Hace pocos días oí por la radio como muchos profesores de institutos sufren depresión debido a la indefensión en que se encuentran ante el menosprecio de los alumnos y la indiferencia de los padres convencidos de

que su hijo es el mejor. Estos días contemplamos en la tele como un profesor es agredido por un alumno de 15 añitos, al tiempo que una compañera del agresor lo filmaba en video. Luego en otro lugar distinto una niña sufre fractura de una pierna por la agresión de unas compañeras del mismo colegio.

Es deplorable y no me cabe en mi mente estos comportamientos, porque yo fui niño y el profesor era un signo de alto respeto. Jamás contemplé un mal trato recíprocamente. Sí, hace de esto más de medio siglo y en tiempos severos, con muchas carencias. Hoy sobra de todo y eso da lugar a la indiferencia por las formas, los modos y a la prepotencia vejatoria. Hoy no cuentan los valores humanos y así nos va.

Me siento agraciado porque en mis vínculos familiares nada puedo recriminar, pero doy apoyo anímico a los que lo necesitan. ■



### Comité de Redacción:

José Miguel Calvo ( IASS Alcañiz), Carmen Comenge (IASS Las Fuentes), Anselmo Fernández (IASS San Blas), José Fombuena (IASS Teruel), Jesús Guiu (IASS Andorra), Joaquín Guiral (IASS Fraga), Eduardo Lacasa (Asoc. Aulas San Jorge), Luis Mesa (IASS Barbastro), José Muñoz (IASS Boterón), Pilar Pi (IASS San Blas), Agustín Reula (IASS Balsas de Ebro Viejo), Alejandro Villaverde (COAPEMA).

### Edita



Instituto Aragonés  
de Servicios Sociales

Cesáreo Alierta, 9-11  
50008 ZARAGOZA

### Director

Javier Callau

Coordinación Técnica

M<sup>a</sup> Jesús Conde

Periodista Coordinador

Ana Usieto

Depósito Legal: Z-1257-2003

ISBN: 1696-0303

Diseño e impresión

Calavia



## Lo importante es tener salud



JAVIER CALLAU.  
Director Gerente del IASS

Cuando después de la celebración del sorteo del 22 de diciembre, comprobamos que no hemos tenido suerte con el gordo de navidad, todavía nos quedan dos frases que repetimos cada año, “...aun nos queda el Niño” y “...lo importante es tener salud”.

Esta última frase tan filosófica, es identificada por las personas mayores como el corolario de vivir bien, muchos años. Quienes dedicamos nuestro trabajo a la atención a las personas mayores, sabemos que tener salud es un aspecto más a tener en cuenta para eludir

la dependencia, porque saber envejecer y prevenirla son dos pilares fundamentales en nuestra sociedad de hoy.

Es tarea del IASS, tratar de conseguir, que los mayores aragoneses vivan muchos años de forma satisfactoria y autónoma, siendo responsables y dueños de su propia vida. Para quienes han perdido su autonomía y precisan otros tipos de cuidados, el Instituto, ha firmado en los últimos días del mes pasado, más conciertos que ampliaran la red de plazas concertadas en centros residenciales. 120 nuevas plazas distribuidas entre las localidades de Andorra, Valderrobres, Alfambra, Monreal del Campo y Más de las Matas, es la respuesta que el IASS pone a disposición de los aragoneses en el medio rural, tratando de conseguir unos servicios en igualdad de condiciones para todos.

Deseo sinceramente que el 2007 nos dé la oportunidad de continuar nuestro trabajo en pro de una sociedad que cada vez sea más justa.

## Las virtudes del ejercicio

Poca cama, poco plato y mucha suela de zapato, son las tres reglas para superar los 100 años, meta al alcance de muchos. La receta para hacerse centenario contiene cuatro ingredientes: base genética apropiada, hábitos de vida saludable fundamentados en actividad diaria y una alimentación sana y equilibrio emocional. Las personas activas viven una media de 3 años más y los viven mejor, pues reduce los dolores articulares y mejora la movilidad, lo que aporta una mayor autonomía, algo muy preciado que se contrapone a la temida dependencia.

Se define como persona activa a, quien camina cada día 10.000 pasos, pero como las definiciones están pensadas por personas pues, que cada persona establezca su número de pasos diarios, adaptándolos a su capacidad y a su edad.

Pasadas las fiestas navideñas, en las que el más y el que menos ha cometido algún exceso, es un buen momento para empezar a practicar ejercicio diariamente y retrasar de esta manera su reloj biológico.





## Curiosidades de esta navidad

### El anisakis

Últimamente se habla mucho de un parásito llamado anisakis que habita en el pescado crudo y puede causar verdaderos estragos en nuestro aparato digestivo. Hemos oído y leído estos días pasados, estos consejos previos al consumo: No tomar pescado ni marisco crudo, un tiempo mínimo de cocción garantiza la destrucción de los molestos parásitos. Comprar el pescado o el marisco y congelarlo, ya que la mejor manera de matar toxinas y parásitos es la congelación. ■



### El aguinaldo

Ya en Roma se institucionalizó la costumbre de acompañar con regalos (la estrena), los buenos deseos con ocasión de las fiestas de Año Nuevo. En español existe la palabra estrena y en ella, subyace la idea no sólo de principio, sino de buen principio de algo, y esa es la intención que acompañó siempre a los aguinaldos de Año Nuevo: la idea de empezar, de estrenar bien el año. El aguinaldo puede consistir en una cesta de navidad, o en la llamada paga de Navidad. En algunas empresas incluso en las dos cosas. Otra forma de aguinaldo fue la que practicaban años atrás los basureros, barrenderos, carteros, serenos y algunos más. Iban por las casas repartiendo una felicitación en verso, alusiva al servicio que daban durante todo el año, a la Navidad, y al derecho que tenían a recibir el aguinaldo. ■

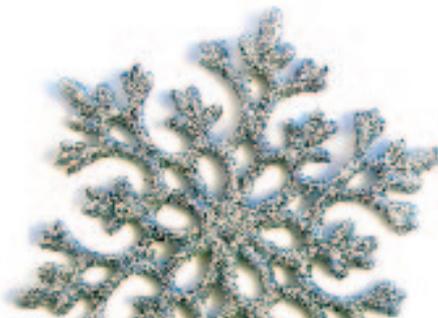
### La programación televisiva en Navidad

En estos días la programación de las diferentes cadenas de televisión han sufrido modificaciones variables. Hemos visto, películas familiares sobre Papá Noel, especiales musicales más pasados de moda que el hilo negro, y películas clásicas que han repuesto mil veces. ¿Cuando aprenderán que queremos novedades interesantes para estas fechas. ■



### Catering de nochebuena

¿Quién no recuerda a la abuela en casa con el delantal puesto cocinando mil y un platos diferentes para que luego toda la familia lo devore en unos instantes? Esa imagen idílica va a pasar a ser historia dentro de poco. La moda del catering se impone para no pasarse horas y horas en la cocina. Empresas de restauración y famosos centros comerciales han trabajado a tope estos días para atender a la avalancha de pedidos que la gente demanda. De todas formas, donde esté la comida cocinada en casa con todo el amor del mundo que se quite todo lo precocinado, ¿no? ■



### Excentricidad navideña

Un abeto decorado con diamantes y una botella de champagne que cuesta lo que muchos ganan al mes. El árbol de Navidad más caro del mundo está en Singapur, y ha sido obra de un joyero del país llamado Soo Kee, tiene 21.798 diamantes con un total de 913 kilates. ■

### Se armó el Belén

Muchos hemos tenido media casa invadida por un pueblo en miniatura al que no le falta de nada, río con agua de verdad, un camino con un puente, la montaña, el castillo del Rey Herodes. Nuestros Belenes tienen de todo. Pero ¿de dónde viene esta tradición? Fue San Francisco de Asís quien realizó la primera representación en Greccio. Después, Santa Clara la difundió por los conventos franciscanos de Italia y posteriormente la propia orden franciscana, contribuyó a la extensión del Pesebre o Belén, representado por seres vivos o figuras. ■



## Suplir carencias

José Muñoz. IASS Boterón

Parece ser que entre los matrimonios, cuando tras los arrebatos de la pasión, ésta va aminorando, se establece una época, más o menos larga, en que el trato entre la pareja se relaja y en muchos casos, surgen multitud de problemas de toda índole, en muchos casos difíciles de superar; de ahí tantas separaciones y divorcios y nos olvidamos de aquellas cosas que nos decíamos cuando de novios, todo nos parecía de color de rosa.

Solo cuando llegamos a edades avanzadas y nos ponemos a recordar épocas pasadas, nos podemos dar cuenta de lo que nos debemos el uno al otro; el

débito que hemos obviado, unas veces por el trabajo que conlleva

otras por simple egoísmo y desinterés, que es peor.



Si somos capaces de comprender esto, y somos lo que se dice “buena gente” debemos hacer un acto de contrición y tratar por todos los medios de suplir esas carencias, buscando muchas ocasiones para enmendar nuestros yerros e intensificar nuestros afectos, de manera que al dirigiéndonos al otro, podamos decirle con

sacar la familia hacia delante, la crianza de los hijos, las preocupaciones que estas labores conllevan y

total sinceridad: Cuanto menos tiempo me queda para quererte; más intensamente te quiero.

## Bodas de oro en el Boterón

IASS Boterón

El pasado 5 de Diciembre y con toda solemnidad, se efectuó un acto litúrgico, en la iglesia de San Nicolás de Bari, para celebrar las Bodas de Oro de dieciséis matrimonios, socios del “Hogar Boterón”, que cumplían sus cincuenta años de casados, y una señora que cumplía sus noventa años de edad. Al Acto fueron acompañados por numerosos familiares y socios de dicho Centro, presididos por el señor Director, las Trabajadoras Sociales, el señor Presidente de la Junta de Gobierno y Vocales del mismo.

Debemos agradecer a la Comunidad de Canonisas del Santo Sepulcro, su

amabilidad por permitir que el acto se celebre en su recinto sagrado, cada vez que se les requiere, así como su participación en la liturgia. También fue notable la presencia de la Rondalla y voces del Centro, que con marcado estilo de Jota y canciones propias para tal evento, hicieron más solemne, si cabe, el acto litúrgico.

Tras esto, nos reunimos en un conocido restaurante de la Ciudad, para celebrar una comida en común y hacer entrega de una placa conmemorativa, a cada uno de los homenajeados. Como colofón, se organizó un animado baile, que dio fin a tan grata compañía.



## Agradecidos

MASH. IASS Delicias

### *Al colectivo de personas mayores*

Somos un colectivo importante, no solo por su número sino también por su diversidad e intensidad en la experiencia y que además está aumentando día a día, por el aumento en la expectativa de vida y por la posibilidad de incorporarse al colectivo sin tener cumplidos los 65 años. Se nos señalaba como carcas, carrozas, viejos. Casi siempre en tono despectivo, hoy las cosas han cambiado y ya se nos llama tercera edad, personas mayores, pero lo que realmente es importante es que se nos llame agradecidos.

Hemos sido durante muchos años, trabajadores, respetuosos, fieles, honestos y sobre todo amantes de la familia y hoy cuando ya no estamos aptos para el trabajo, aún seguimos siendo socorristas de los hijos, la alegría de los nietos, respetuosos con



las normas, voluntarios mayores, mayores activos, nada exigentes, pero siempre muy agradecidos.

En el colectivo cada vez somos más los que dedicamos parte de nuestro tiempo. En por y para los mayores,

participando en elaboración de revistas, representaciones teatrales, formando corales, rondallas, dando charlas, clases de informática, atendiendo-visitando enfermos, informando sobre Seguridad Vial, y un largo etcétera sin pedir nada a cambio, pero sí recibiendo, pues se nota y mucho, que somos agradecidos.

Un famoso refrán dice, es de bien nacido ser agradecido; nuestro colectivo de personas mayores en esto nos llevamos la palma y desde estas líneas quiero expresar mi agradecimiento y junto al mío el de muchas de las personas que nos beneficiamos de las actividades que se programa y se nos ofrecen desde nuestro IASS, que acaba de celebrar su 10 aniversario y deseamos que siga por muchos años más y que podamos seguir agradeciendo, participando, y colaborando y disfrutando. ■

## Agradecimientos a los autores que escriben en esta revista

En este mes de enero y prestos para el despegue del nuevo año 2007, el consejo de redacción de la revista Solera, quiere aprovechar este espacio para agradecer a todos los colaboradores, amigos y demás conocidos (póngase cada cuál en el lugar que le corresponda), los artículos y fotografías que durante estos 12 meses pasados nos han ido llegando; tanto en persona como a través de la página web, del fax o simplemente escritos a mano (os rogamos que este año entremos todos de verdad en las nuevas tecnologías). Vaya pues nuestro agradecimiento a:

*Alonso José Luís  
Fernández L.  
Milanes José  
Amaro Gregorio  
Fombuena José  
Miñana, A  
Ángel de Calamocho  
García Juan  
Muñoz José  
Azuara J.L.  
García Liborio  
Navarro J  
Bagué, José  
Gómez Carmina  
Paniagua Jesús  
Benedi Pilar  
Guiral Joaquín  
Pi Pilar*

*Bernad Isabel  
Guiu Jesús  
Redacción Andamos  
Calvo J. Miguel  
José Luís de Andorra  
Reula Agustín  
Calvo José Luís  
Letosa Antonio  
Rico Konsuelo  
Calvo José M<sup>a</sup>  
Lorenzo Juan  
Rubio Adoración  
Camin Francisco  
Marco Demetrio  
Sancho José  
Cervera Juan  
Marcos M  
Santolaria P*

*Comenge Carmen  
Martín Piedad  
Santolaria P  
Fernández Anselmo  
Mesa Luís  
Senz Euridice  
Doñate Arturo  
Martínez Ángel  
Serrano A  
Dufó Ezequiel  
MASH de Delicias  
Subirá Roberto  
Esteban Francisco  
Mateo José Luís  
Toffe Abilio  
Mesa Ana  
Villaverde Alejandro*

## En Andorra

Jesús Guiu. IASS Andorra

En el Hogar de Andorra ya hemos comenzado con las actividades, entre ellas tenemos baile de salón, taller de manualidades, gimnasia de mantenimiento, taller de cocina, taller de nuevas tecnologías, taller de informática, taller de teatro, taller de jota (canto y música). Próximamente comenzaremos con clases de ajedrez y otros talleres programados. Desde estas páginas, la Junta de Gobierno del Hogar de Andorra anima a los lectores

a visitar nuestro Centro en la localidad de Andorra. Cuando nos visita algún centro, si es jueves, hacemos chocolate y jugamos al bingo. Un saludo a todos y todas. ■



## Programa intergeneracional en San Blas

Anselmo Fernández. IASS San Blas

Una vez más, el centro “San Blas”, mantuvo las puertas abiertas como siempre, para los encuentros de los alumnos de ATADES y los niños del colegio Santo Domingo, con el grupo de voluntariado. Se compartieron momentos de entretenimiento con varios trabajos en el aula de Internet. Fue este fin de año pródigo y bien aprovechado por todos los voluntarios. Pues si bien es cierto que el centro nos aportó unos conocimientos con un curso de Internet, sufragado por el IASS, no es menos cierto que todo el voluntariado, también ha colaborado en apoyo al profesorado que imparte otros cursos a los que se inician o amplían conocimientos sobre el mundo del ordenador.

Este mismo grupo de voluntariado, cargado de optimismo, con la mejor voluntad y armonía hace que este programa de visitas intergeneracionales sea satisfactorio y rico para estos alumnos.

Puede parecer raro pero es así. Un grupo de mayores y súper jubilados manteniendo sintonía y entendimiento con niños, (algunos de varios países, con lenguas distintas),



porque todos sentimos la necesidad de darnos a los demás y de comunicarnos y el ordenador tiene un lenguaje común

Gracias, al centro IASS de “San Blas” por darnos tantas oportunidades y por dejarnos ser nosotros mismos con nuestros defectos y nuestras virtudes. Los mayores sabemos de nuestros recursos y queremos seguir aportando, sobre todo humanidad, modales y el valor auténtico de la vida creativa. ■

## La comunicación intergeneracional

Matilde Mur. Asoc. de exalumnos de la UEZ

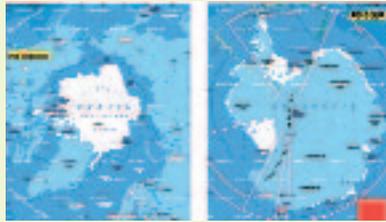
Cada generación adopta unas actitudes particulares, por el hecho de haber vivido determinado número de años. Es este hecho el que hace que la comunicación entre generaciones, sea algunas veces difícil, porque las actitudes de unos no siempre resultan aceptables y comprensibles para las otras generaciones. De hecho, las generaciones son grupos culturales distintos y como tales tienen unas creencias, valores, códigos lingüísticos y preocupaciones diferentes, por tanto, la comunicación entre personas de diferente edad tiene lugar en ámbitos diferentes, de ahí viene la falta de entendimiento en ocasiones y la necesidad de acercarnos todos, un poco o un mucho, para entendernos mejor. ■



## El 2007 ha sido ha declarado...

### El Año internacional de la capa de ozono

En la reunión de las Partes del Protocolo de Montreal que se realizó en Praga, la plenaria por unanimidad de los representantes de más de 180 estados representados en el

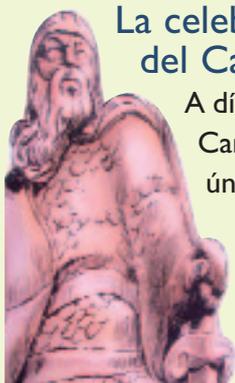


citado protocolo aprobó la propuesta, el "año de la capa de ozono" será el año de la preservación de la vida en el planeta. Servirá esta celebración para sensibilizar al público de la importancia de las regiones polares como partes integrantes del sistema terrestre. ■

### El Año europeo de la igualdad de oportunidades para todos - Hacia una sociedad justa

El objetivo es lanzar un amplio debate sobre los beneficios de la diversidad para las sociedades europeas y conseguir que la ciudadanía europea sea más consciente de sus derechos y disfrute de la igualdad de trato y una vida libre de discriminación. El Organismo Nacional encargado de la Ejecución del Año es el Observatorio Español del Racismo y la Xenofobia, con el que colaborará todo el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. ■

### La celebración de los 800 años del manuscrito del Cantar del Mío Cid, fechado en 1207



A día de hoy son mucho los enigmas que rodean la autoría del Cantar, una de las cumbres de la literatura épica europea y el único cantar de gesta hispánico que ha llegado casi íntegramente a nuestros días. En realidad nadie sabe quién escribió el Cantar, el único ejemplar existente de esta obra es copia de otro anterior, redactado por Per Abbat en el año 1207. Es esta fecha la que se toma como referencia para conmemorar, en el año 2007, los 800 años. ■

### El Año Europeo

2007 será el año del 50 aniversario del Tratado de Roma, Bruselas lo celebrará durante 50 días. Habrá un gran concierto de aniversario al aire libre en un lugar simbólico de Bruselas con estrellas venidas de toda Europa. También tendrán lugar numerosas manifestaciones, exposiciones y ferias. Además, el trabajo de las diferentes instituciones será explicado gracias a una importante campaña de comunicación. ■



## De qué hemos hablado en el 2006

- Ciencia y salud: de las grasas trans que propician la obesidad, de las bacterias resistentes a antibióticos, de que la vitamina D que puede proteger frente al cáncer, de la desaparición de Plutón como planeta, entrada en vigor de la ley antitabaco.



- Cultura: "Volver" suena para el Oscar, "El capitán Alatriste" es la película más cara del cine español, robo y devolución de "El grito" de Munch.
- Servicios sociales: la ley de la dependencia, de la emigración.
- Arte: Devolución por Cataluña de los bienes del Aragón oriental.
- Deportes: Nadal gana Roland Garros; la selección española de baloncesto, el Mundial; Fernando Alonso revalida el título; el Barcelona gana la Liga de Campeones de fútbol.

Otras noticias: alto el fuego permanente declarado por la banda terrorista ETA, verano de incendios en Galicia, comienza la Operación Malaya, invasión del Líbano... ■

