

# Solera

Revista del Departamento de  
Servicios Sociales y Familia  
del Gobierno de Aragón



Publicación de los mayores aragoneses

Nº 52 • Julio - Agosto 2008



Instituto Aragonés  
de Servicios Sociales

## Informa

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

## Se amplía la red de centros IASS para mayores en el zaragozano barrio de Valdefierro

Ya han sido adjudicadas las obras para la construcción de un centro IASS para personas mayores en el barrio de Valdefierro. Este centro le costará al Gobierno de Aragón casi millón y medio de euros.

Se ubicará en una parcela de la plaza de la Inmaculada, situada en el centro del barrio. La superficie total construida será de 898 metros, se distribuirán en cuatro alturas y albergarán los distintos servicios.

La zona de estancia y de cafetería, estarán en la planta calle, puesto que se prevé que sea la de mayor uso. El espacio principal de la segunda planta se proyecta destinarlo a biblioteca (con usos múltiples y acceso a Internet) y al área de terapia ocupacional. En esta altura también se ubicarán los despachos de administración del centro y la sala de juntas, así como una peluquería para señoras y otra para caballeros. En el sótano está previsto instalar un gimnasio, con su correspondiente zona de vestuarios. En la planta primera se colocará una zona de rehabilitación y los servicios complementarios de médico, ATS, podólogo y médico rehabilitador.

El nuevo Hogar, amplía la red de estos centros IASS que se encuentran en los distintos distritos de la capital aragonesa y su objetivo es prestar servicios públicos para mejorar la calidad de vida y la autonomía personal de los futuros usuarios de este barrio. ■

◀ Plaza de la Inmaculada, en el barrio de Valdefierro de Zaragoza.



## La Tribuna del Agua... y los Mayores



La Expo de Zaragoza no son sólo pabellones, fuentes, espectáculos, edificios grandiosos o grandes fastos. La Expo de Zaragoza es, también (sobre todo) un acicate para la reflexión, el estudio y el debate de soluciones sobre el agua y la sostenibilidad.

Todo este esfuerzo en lo que se considera la gran herramienta intelectual de la muestra de Ranillas, recibe el nombre de la Tribuna del Agua. Por ella, estos días están pasando importantes personalidades, todos ellos expertos en el tema del agua: son científicos, técnicos, gestores y usuarios, empresarios, políticos, filósofos, académicos, investigadores, comunicadores, estudiosos y hasta estudiantes. Entre ellos destacan grandes

nombres como los premio Nobel de la Paz Rajendra Pachauri o Rigoberta Menchú. Éstos junto a otros grandes pensadores como Mijail Gorbachov o Federico Mayor Zaragoza, la edad no es óbice para mantenerse como figuras claves, de gran influencia en la sociedad mundial.

Todas estas conferencias e intercambios de ideas darán como resultado la Carta de Zaragoza, columna vertebral del legado que dejará la Expo en lo social. Esta carta sintetizará las conclusiones aportadas por los más de 2.000 expertos pertenecientes a todas las áreas del conocimiento, y de las más de 200 conferencias que impartirán. A ellas, habrá que sumar las aportaciones públicas y privadas,

individuales y colectivas, provenientes de otros encuentros paralelos. ■



## Las Palabras del Agua

Una serie de ensayos inéditos, nacidos de la pluma reflexiva y crítica de destacados autores, componen la colección Palabras del Agua. El objetivo de estas publicaciones es

acercar al gran público cuestiones básicas en torno al agua y al desarrollo sostenible. El agua y el desarrollo sostenible desde la perspectiva de la literatura, la ciencia, el

activismo, las relaciones internacionales o la política tienen cabida en una colección nacida para crecer a la finalización de la exposición internacional de Zaragoza. ■

### Comité de Redacción:

Blanca Alonso (Aulas Personas Mayores), Esperanza Bueno (Balsas de Ebro Viejo), José Miguel Calvo (IASS Alcañiz), Carmen Comenge (IASS Las Fuentes), Anselmo Fernández (IASS San Blas), Joaquín Guiral (IASS Fraga), Jesús Guiu (IASS Andorra), Luis Mesa (IASS Barbastro), José Muñoz (IASS Boterón), Pilar Pi (IASS San Blas), Miguel Ángel Sánchez (IASS Delicias), Alejandro Villaverde (COAPEMA).

### Edita

  
Instituto Aragonés  
de Servicios Sociales  
Cesáreo Alierta, 9-11  
50008 ZARAGOZA

### Director

Juan Carlos Castro  
Coordinación Técnica  
M<sup>a</sup> Jesús Conde  
Periodista Coordinador  
Ana Usieto  
Depósito Legal: Z-1257-2003  
ISBN: 1696-0303  
Diseño e impresión  
Dogo creatividad estratégica



Juan Carlos Castro.  
Director Gerente del IASS

## El agua, fuente de vida

El “leit motiv” de la Expo de Zaragoza no ha podido ser más oportuna. El agua y su papel como recurso indispensable para la humanidad está bajo los focos, en un momento en el que muchas zonas del mundo padecen dramáticamente su escasez.

Precisamente, en Aragón sabemos bien la importancia del agua, en una comunidad articulada mayoritariamente en torno a un río, el Ebro, que se ha convertido en símbolo de esta tierra. El Ebro es parte de la vida de Aragón, no en vano por aquí pasa más del 50% de su cuenca.

Pero el agua, además de para el desarrollo económico y social, es clave para la existencia misma del ser humano. El agua es cuantitativamente el componente más importante del organismo. Constituye aproximadamente dos terceras partes del peso corporal. Sin embargo, este elemento, tiende a disminuir con la edad en ambos sexos. El agua puede ser considerada por sí misma como **un verdadero nutriente** para las personas mayores, sin olvidar sus cualidades terapéuticas que la convierten en fuente de salud a través de tratamientos termales.

Por ello desde el IASS, se ha iniciado el Programa Balnearios 2008 que forma parte de los servicios encaminados a la promoción de la autonomía y a la prevención de la dependencia.

El programa de balnearios busca facilitar el acceso de este colectivo a los tratamientos que en los establecimientos termales se prestan. Así mismo, se pretende potenciar el desarrollo económico de las

zonas que rodean los balnearios y fomentar el turismo interior, conociendo nuestro territorio, paisaje, cultura y patrimonio artístico y cultural.

Proporciona a las personas mayores, que por prescripción facultativa precisen los tratamientos que se prestan en estos establecimientos, el acceso a los mismos a precios reducidos, siempre que reúnan determinados requisitos.

Está organizado y financiado por el IASS, quien anualmente en colaboración con la Asociación de Balnearios de Aragón, establece las plazas, para la estancia y tratamiento de los usuarios del Programa. En este año 700 aragoneses se beneficiarán de él, en ocho establecimientos termales distribuidos por las tres provincias aragonesas. ■



## CEOMA: Convocatoria del IX Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores

La Asamblea General de la Confederación Española de Organizaciones de Mayores –CEOMA– ha acordado convocar el IX Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores, al que invita a participar a todas las Entidades de Mayores.

El contenido del Congreso estará referido al “Envejecimiento Activo”, de 7.500.000 de personas mayores españolas que gracias a la mejora de las condiciones de vida



gozan de mayor calidad y son sujetos activos de la sociedad, disfrutando de una madurez plena.

Esta IX edición del Congreso se celebrará en el Palacio de Exposiciones y Congresos de Sevilla – FIBES – los días 20, 21 y 22 de octubre del próximo año 2009 y

contará con la colaboración de de la consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía y el IMSERSO. ■

## Hablando de cine con los jóvenes:

### Batman ensombrece el éxito de 'Titanic'



No hay quien pueda con Batman el caballero oscuro, al menos en taquilla. La última cinta del superhéroe, El caballero oscuro, ya se ha convertido en la segunda película con mayor recaudación de la historia. Cuando sólo ha pasado un mes desde su estreno en Estados Unidos, ya se ha convertido

en la película más taquillera de todos los tiempos. ■

### Harry Potter se pospone hasta 2009



La Warner Bros ha anunciado que pospondrá el estreno de la sexta entrega de Harry Potter, prevista para el 21 de noviembre, hasta julio de 2009. Algunas fuentes afirman que esta decisión podría estar motivada por el desnudo frontal del protagonista Daniel Radcliffe en la obra "Equus", representada en Broadway,

ya que en ella aparece completamente desnudo delante del público y esa imagen no es la del Harry Potter que Warner quiere dar en su película. ■



## Subida y bajada de cadenas televisivas

La cobertura de los Juegos Olímpicos de Pekín por parte de TVE I ha hecho descender a Telecinco al tercer lugar entre las cadenas más vistas este mes, por detrás de la cadena pública y de Antena 3. Los Juegos están presentes en TVE I, desde la inauguración, casi 11

horas diarias exclusivamente, y así continuará, hasta el 24 de agosto, cuando la ceremonia de clausura ponga, punto final a Pekín 2008. ■



# EL ÁLBUM DE LA EXPO 2008



Fluvi, la mascota de la Muestra Internacional acogió al centro IASS de Fraga.



No tuvieron que hacer mucha cola para entrar en el pabellón de Marruecos, los visitantes del centro IASS de Calatayud.

Los mayores de Aragón fueron protagonistas por partida doble en la Expo de Zaragoza. Por un lado, 1700 de ellos "invadieron" con su curiosidad y alegría el recinto de Ranillas. Por otro, fueron sus propios compañeros de varios centros del IASS los encargados de hacer de guías.

Éstas son algunas de las instantáneas recogidas durante esas inolvidables jornadas.

Los participantes del centro IASS de Fraga delante ▶ de la escultura el Alma del Ebro con el Palacio de Congresos y la Torre del Agua al fondo.





# DE LA EXPO 2008



Los socios del centro IASS de Delicias de Zaragoza.



◀ El centro IASS de Binéfar se prepara para una jornada en la Expo que se presenta dura pero inolvidable.



◀ El grupo del centro IASS San Blas de Zaragoza esperando la caída del chorro de agua.

**El programa del IASS ha dado pleno protagonismo a los mayores y ha fomentado su autonomía con una original propuesta, ya que ha formado a mayores voluntarios de cada centro para ser guías de sus compañeros en cada una de las visitas que se han desarrollado a lo largo del verano.**

# EL ÁLBUM DE LA EXPO 2008



Los socios del centro IASS de Ojos Negros llevaron como reclamo para ir agrupados un cachirulo.



El Palacio de Congresos y la Torre del Agua sirve como telón de fondo a los directores de los centros IASS de Huesca y Teruel.



Las colas se vivieron con una sonrisa.

Los 32 grupos de 55 personas cada uno, dispusieron de tarjetas identificativas, con su nombre, centro de pertenencia y teléfono de incidencias. Tuvieron personal de apoyo durante las jornadas y cada centro utilizó su imaginación para hacerse más visibles por el recinto; etc. pero quizás el elemento más distintivo a la vez que más agrupante, fueron los taburetes que el IASS proporcionó para hacer más llevaderas las filas para entrar en los Pabellones.



## Amplia repercusión de la visita a la Expo 2008 de los mayores

Los medios de comunicación más importantes de la comunidad autónoma se hicieron eco de la visita a la Expo de más de 1.600 mayores de Aragón, socios de los Hogares del IASS. Entre los medios escritos, ADN, HERALDO DE ARAGÓN, EL PERIÓDICO DE ARAGÓN y DIARIO DEL ALTOARAGÓN fueron algunos de los que dedicaron páginas al acontecimiento. ADN reservó una página entera. Bajo el título "El turno de los mayores", el diario gratuito realizó un extenso reportaje que incluyó declaraciones de algunos de los participantes. Por su parte, HERALDO DE ARAGÓN se anticipó a la visita y se centró en el papel de guías que desempeñaron algunos de los mayores. EL PERIÓDICO DE ARAGÓN recogió el



mismo día (20 de junio) la noticia, dando cuenta igualmente de los 1.600 mayores que se disponían a visitar el recinto de Ranillas ayudados por sus propios compañeros. Por último, el periódico oscense DIARIO DEL ALTOARAGÓN se centró en los

mayores de la provincia que se desplazaron a la capital aragonesa para conocer la Expo del agua.

Los medios audiovisuales también se hicieron eco ampliamente de la iniciativa del IASS. ARAGÓN TV preparó un reportaje en el que se mostraba la presentación del programa en el pabellón de El Faro, donde la consejera de Servicios Sociales explicó las líneas generales de la iniciativa y los mayores

elegidos para ser guías fueron entrevistados.

En la radio, LA SER, a través de su programa vespertino "Aragón", se habló del tema. Miguel Mena entrevistó a José Abadía, de Binéfar, uno de los guías. En RADIO NACIONAL DE ESPAÑA una noticia daba cuenta asimismo de la iniciativa. ■



## Se llama abuelo

Mash. IASS Delicias

**El juguete más sencillo, aquel que hasta el niño más pequeño puede manejar, se llama abuelo.** S. Levenson.

La sociedad ofrece una serie de mejoras dirigidas a las personas mayores en la presente generación, que no lo hacía en las anteriores. Nuevos procesos o requisitos para alcanzar la jubilación, mejora en la calidad de vida ofreciendo viajes y descuentos, residencias, posibilidad de asistir a conferencias, talleres formativos, nuevas tecnologías y centros para el ocio y para el cuidado del cuerpo y la mente.

Todas estas situaciones eran impensables en generaciones anteriores y hacen que los abuelos de hoy vivan una vida

diferente y mejor, y así desempeñan unos roles distintos a los tradicionales en anteriores generaciones. Y esto hace que nos veamos como abuelos para nuestros nietos, muy distintos a como recordamos a nuestros abuelos para con nosotros, sus nietos.

Los abuelos de hoy, no son personas pasivas ancladas en historia pasada, sin dar importancia a las experiencias de los hijos y nietos, sino que son personas activas que viven su propia vida en su casa y suelen estar continuamente ocupados con viajes, con-

ferencias, lecturas, asistiendo a talleres, cuidando su cuerpo y mente y como no disfrutando y dedicando buena parte de su tiempo a sus queridos nietos. ■



Cinco nietos.

## Tercera Muestra Musical

La dirección provincial del IASS en Zaragoza, ante el empuje de los numerosos grupos musicales de sus Hogares, el alto número de participantes y la evidente calidad de sus actuaciones, retomó durante el mes de Junio, la buena práctica de organizar unas jornadas de difusión de las actividades musicales de los socios de sus centros. Así, se presentó la Tercera Muestra Musical donde se pudo disfrutar del buen hacer de nuestros grupos musicales: corales, rondallas, talleres de música y variedades. Como en otras ocasiones el Ayuntamiento de Zaragoza colaboró en estas actividades prestando su salón de actos del centro cultural "Teodoro Sánchez Punter" en el barrio de San José.



## Los balnearios aragoneses reciben a 700 mayores procedentes de los centros IASS



Dentro del programa de "Balnearios IASS 2008", en los marcos de los establecimientos termales aragoneses serán recibidos casi 700 mayores, que han optado por este programa que el IASS, pone cada año a su disposición y van a disfrutar durante nueve días de los tratamientos que prestan este tipo de establecimientos, que benefician a su salud.

Baños de Benasque, La Virgen, Vilas del Turbón, Sicilia, Manzanera, Paracuellos, Baños de Serón. Vilas del Turbón y Termas Pallarés, son los balnearios que acogerán durante 17 turnos distintos a mayores de las tres provincias.

El IASS, para ayudar a la financiación del coste de las plazas, contribuirá con una aportación por plaza ocupada de 165,00 euros. ■

## Preparando la Agenda del último trimestre

Ya se está preparando las actuaciones que formarán parte de la agenda del último trimestre de las actividades IASS. La Muestra de Teatro para mayores, el Club de Lectura, las Aulas del IASS, la Universidad de la Experiencia, conferencias y entrega de diplomas, dentro del convenio con Fundación Caixa, etc.

Todas ellas están en el punto de mira, y el escenario para su desarrollo se irá perfilando durante el mes de septiembre que es la antesala del nuevo curso. Un trimestre lleno de novedades y de retos esperan a la gente activa. Lo que si se pone de manifiesto es que el que prueba las actividades IASS, repite. ■



Entrega de diplomas por la Infanta Cristina y la Consejera de Servicios Sociales y Familia, Ana Fernández.

## Oferta cultural

La Lonja, el Patio de la Infanta, el Museo de Zaragoza y el Museo Camón Aznar acogen estos días cuatro interesantes muestras que, además, reúnen obras inauditas en la ciudad y que será muy difícil volver a ver juntas. El aragonés universal Francisco de Goya es uno de los protagonistas de este florido verano expositivo.

En 1772, tras su periplo italiano, ya pintaba la Cartuja del Aula Dei como el mejor pintor de la España

de su época. Se pueden contemplar más de 350 obras, de las que 89 son de Goya. Entre las obras destacadas y traídas ex profeso para la exposición se hallan “La familia del Infante don Luís de Borbón”, “El sueño de la razón produce monstruos” o “Los caprichos”.



La familia del Infante don Luís de Borbón.



El sueño de la razón produce monstruos.

En el **Museo Camón**

**Aznar** donde, además de la extensa colección de grabados que muestra habitualmente, durante los días de la Expo se pueden ver los 14 Goyas que posee Ibercaja. En el museo de la calle Mayor se exhibe también “Iberus Flumen. Del Ebro a Iberia”, un discurso artístico con el Ebro como vehículo articulador de la historia española.

En **la Lonja**, se puede hacer un repaso de la historia de la ciudad, de Roma a nuestros días, a través de piezas singulares entre las que destaca el Vidal Mayor, la primera compilación de los Fueros de Aragón, que datan del siglo

XIII, que por primera vez regresa a Aragón en lo que supone un acontecimiento histórico. Se pueden ver obras de Velázquez, Murillo, el tesoro de Guarrazar, los microscopios con los que trabajó Ramón y Cajal...

La última de las citas, esta vez con la pintura contemporánea es en el **Patio de la Infanta** sito en la sede central de Ibercaja. “Del futuro al pasado” es un recorrido por la obra de las personalidades más relevantes del arte español e internacional: desde Dufy a Miró, pasando por Chagall o Giacometti. ■

### Goya e Italia

Museo de Zaragoza.

Hasta el 15 de septiembre

De lunes a domingo de 10 a 21 h.

### Encrucijada de culturas

La Lonja

Hasta el 15 de septiembre

De martes a sábados, de 10 a 14 y de 17 a 21 h.

Domingos y festivos, de 10 a 14 h..

### Del futuro al pasado

Patio de la Infanta.

Hasta el 20 de octubre

De 8.30 a 14 y de 18 a 20.30 h.

Domingos de 11 a 13.30 h.

### Goya y la colección Camón

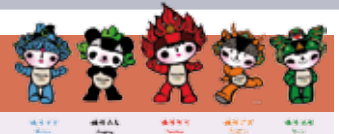
Museo Camón Aznar

Colección permanente más los Goyas de Ibercaja.

De martes a viernes, de 9 a 21.30 h.

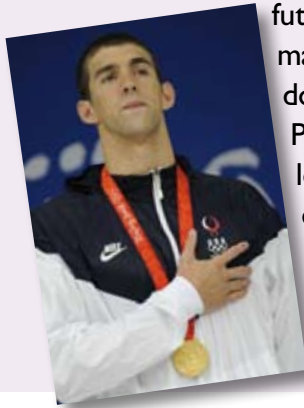
# ACTIVIDADES DEPORTIVAS

## Las Olimpiadas de Beijing



Conocidas también como los Juegos Olímpicos de Pekín, capital de la República Popular China, están teniendo lugar durante este mes de agosto. El medallero olímpico español ha colgado 5 oros, 10 platas y 3 bronces quedando en el puesto 14 de la clasificación mundial. Pero los Juegos Olímpicos no sólo proporcionan medallas a los deportistas, sino que les permiten obtener contratos millonarios por publicidad. Rafa Nadal es desde este mes de agosto, número uno del mundo

en el ranking deportivo del tenis, y también en impacto mediático. Su oro olímpico le han convertido en el deportista más popular de los Juegos Olímpicos, sólo por detrás de Michael Phelps. El tenista, el nadador y Usain Bolt, el plusmarquista de los 100 metros lisos que terminó casi andando la carrera, son las estrellas del futuro, las que más se han ganado al público en Pekín y las que los patrocinadores quieren tener en su nómina. ■



## El centro IASS de Barbastro prepara un nuevo programa deportivo “Ponte al día”

No importan ni la edad, ni el sexo, ni la condición física. Lo importante es adecuar el deporte a la capacidad y a los gustos de cada persona, por eso los mayores de Barbastro, quieren proyectar una imagen de salud y satisfacción, para lo cual empezarán un

nuevo programa llamado “Ponte al día” regido por una actividad multideportiva. Integrar la actividad física y el deporte como tratamientos indispensables para las personas mayores, tanto en el área de la prevención como en la del aumento del bienestar general y la

mejora de la independencia y competencia en las actividades diarias. Los beneficios psicológicos que obtendrán mientras realizan los participantes Biomúsica, Aeróbic/Aerobox, Automasaje, Fitness, Pilates, Relajación, Stretching son seguros. ■

**Fitness:** Movimientos repetidos que se planifican y se siguen regularmente con el propósito de mejorar o mantener el cuerpo en buenas condiciones. Las personas tienen un conjunto de cualidades físicas que se pueden mejorar con el entrenamiento.

**Stretching:** Se basa en el estiramiento muscular, otorga flexibilidad y movilidad muscular. Altamente recomendada para prevenir la osteoporosis.

**Aeróbic** tipo de deporte eficaz que se realiza al son de la música. Además de aumentar la energía, se entrena la fuerza, la flexibilidad, la coordinación, y el tacto.

**Aerobox:** Permite endurecer los músculos, evitar enfermedades cardiovasculares y modelar el cuerpo mediante la realización de ejercicios relacionados con el kickboxing (puños y patadas) acompañados también con música.

**Pilates:** Método centrado en el desarrollo de los músculos internos para mantener el equilibrio corporal y dar estabilidad y firmeza a la columna vertebral, por lo que es muy usado como terapia en rehabilitación y para, por ejemplo, prevenir y curar el dolor de espalda.