



Solera

Revista del Mayor
Puente Genil

Número 10 - Otoño 2007

Solera

Revista del Mayor

Puente Genil
Otoño 2007

EDITA:

Concejalía de Bienestar Social y Mayor. Ayuntamiento de Puente Genil

CONTENIDOS:

Concejalía de Bienestar Social y Mayor y Mesa Local del Mayor

COORDINACIÓN, DISEÑO Y MAQUETACIÓN:

Técnico Servicios Sociales y Gabinete de Prensa

IMPRIME:

Gráficas Belén

Solera es un publicación plural.
Los artículos y comentarios que en ella aparecen reflejan las opiniones de los respectivos autores

Ejemplar gratuito

sumario

- 4 Saluda
- 5 Prevenir la dependencia:
Relaciones sociales
- 6 Feria de agosto
- 8 La madre de Ortega y Gasset
- 10 Después de las alegres vacaciones de verano
- 11 La construcción del Salto de Cordobilla
- 14 La actitudes de los hijos
- 15 Dime cómo vives y te diré qué tipo de vejez tendrás
- 16 La formación de las personas mayores
- 18 De la Universidad del Mayor
- 19 La Tercera edad en Puente Genil
- 20 Los muertos
Por una vejez satisfactoria
- 21 Protección contra incendios
- 22 Estos dos compadres
Preguntas que no deben hacerse

Si quieres participar en alguna actividad, solicita información en:

Servicios Sociales

C/ A. Sánchez Cuenca, 6
957609272

Casa de la Cultura

C/ Cruz del Estudiante, 37
957605034

Escuela de Adultos

C/ Cruz del Estudiante, 37
957606693

Casa del Ciudadan@

Los Pinos
957609161

Centro de Día

Los Pinos
957601200



Foto portada:
Juani Leiva





María del Carmen Díaz Cabezas
Concejala de Bienestar Social,
Juventud y Mayores

Este nuevo número de la revista Solera, ve la luz, el **día 1 de Octubre del 2007**. Como sabéis en este día se conmemora el **Día Internacional de las Personas Mayores**, designado en Asamblea General por Naciones Unidas, en el año 1990, para solicitar contribuciones a todos los países y así mejorar la vida de los ancianos en aquellos países más empobrecidos.

Ya ha llovido desde aquel día, pero pienso que es importante recordar algunas reflexiones que han hecho Organizaciones Mundiales con respecto al envejecimiento de las personas en todo el mundo:

En el año 2002 en la Asamblea Mundial de Naciones Unidas, sobre el envejecimiento, se trató la nueva revolución demográfica que está ocurriendo en todos los países. Actualmente hay 600 millones de personas mayores de 60 años y más, cifra que se duplicará en el 2025. y que en el año 2050 estará en casi 2.000 millones. En España el 17% de la población es mayor de 65 años.

También se puso de manifiesto desde la Organización Mundial de la Salud, 1996. En la "Declaración de Brasilia sobre el envejecimiento saludable" que las Personas Mayores

son "Una nueva fuerza para el desarrollo".

¿Por qué una nueva fuerza?:

Porque hoy en día las personas mayores contribuyen enormemente a la sociedad, "las personas mayores saludables son un recurso para sus familias, sus comunidades y la Economía"

En nuestra sociedad, en nuestro pueblo, esto hoy en día es una realidad, por ejemplo: el cuidado de las personas dependientes y enfermas en su mayoría son llevadas a cabo por personas mayores (especialmente mujeres mayores). Cada día más, los niños son cuidados por sus abuelos. A través del trabajo voluntario, transmitiendo sus experiencias y conocimientos, las personas mayores desempeñan un papel cada vez más importante.

Pero pasa también que las personas viven mas años pero con peor calidad de vida. Ante esto tenemos que luchar para que se viva mejor los años ganados. Yo soy consciente de ello y por ello sigo trabajando desde la Concejalía de Mayores para que sean una realidad en Puente Genil los principios de Naciones Unidas:

-Mantenimiento de la Independencia y la Autonomía.

-La Integración y la Participación en una sociedad para todas las edades.

-Los derechos humanos y dignidad para todos

-El Bienestar físico, mental, social y espiritual.

Para conseguirlo creo que el reto está principalmente en la prevención, cuidando la SALUD. Sabio es el dicho: más vale prevenir que curar. Llevemos toda una vida activa y participemos de cuantas actividades nos agraden.

El día 1 de Octubre comienza la III Semana para los Mayores, **DISFRÚTALA.**



Prevenir la dependencia: Relaciones Sociales

 Delegación de Bienestar Social y Mayores

En nuestra salud física y mental influyen decididamente las relaciones sociales que tengamos, pues estas nos dan sensaciones de bienestar y de calidad de vida.

Así, quedar con los amigos y amigas para pasear, realizar actividades, aprender cosas nuevas, nos hará sentirnos mejor y más sanos.

¿Cómo podemos mejorar nuestras relaciones sociales?

- Saliendo de casa y compartiendo momentos con los demás. Hacer la compra, pasear, participar en talleres, bailar, hacer ejercicio..., es más agradable y entretenido si se hace en compañía, además nos facilita que conozcamos a nuevas personas y aumentemos nuestro número de amigos y amigas.

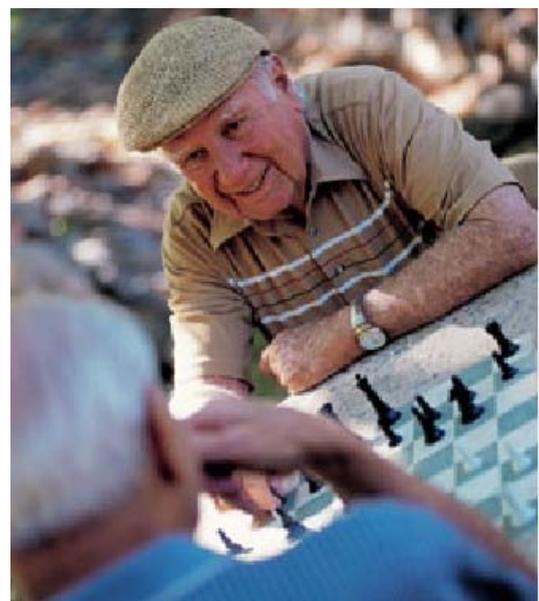
- Escuchar a los demás valorando su punto de vista, respetando otras opiniones, es un buen método para mejorar esas relaciones, porque las personas que actúan así están consideradas muy positivamente por los demás. Pero no olvides que tu punto de vista y opinión ha de ser igualmente respetado por los demás.

- Compartiendo actividades a la par que hacemos nuevos amigos y les prestamos atención a los que ya tenemos.

Una llamada de teléfono al amigo o amiga que hace tiempo que no vemos, tomar el fresco por la tarde y entablar conversación con los vecinos, quedar para charlar con los amigos... son algunas actividades para reforzar esas relaciones sociales.

- Participando en las actividades familiares que se realicen. Celebraciones de cumpleaños, onomásticas..., si se hacen pocas, toma la iniciativa y organízalas tú.

- Aprovecha eventos como la Semana de los Mayores para salir y conocer a gente.



Feria de agosto

 Antonio Balaguer Rodríguez

Revista Solera

Acabamos de disfrutar un año más de nuestra Feria Real de Agosto, y un año más aparecen en su entorno ese cúmulo de polémicas que desde hace bastantes años acompaña a tan extraordinario evento.

Estas se pueden resumir en que la fecha de la feria no es la más idónea, por lo que habría que cambiarla, y que la feria de día no funciona. En fin, que yo, en estas diatribas no voy a entrar, sólo quiero resaltar algo que nadie comenta. ¿Es cómoda esta feria para los mayores?.

Ante todo, quiero manifestar que esta opinión es la mía particular y que en ella nada tiene que ver mi pertenencia a la Mesa del Mayor, si bien, no puedo sustraerme a poner en consideración sus comentarios puesto que considero que de los mayores nadie se acuerda.

Sobre la fecha considero que es buena, puesto que el mes de agosto es el mes vacacional por excelencia de España y mucho hijos de la Puente que están fuera aprovechan estas fechas para venir a disfrutar de su pueblo, y quizás, sin quererlo, romperíamos ese cordón umbilical que aún les une a su tierra.

A nadie se le escapa que también muchos pontanos aprovechan sus vacaciones para viajar a otros

puntos del país, pero seamos honestos, estos mismos pontanos aprovecharían otros días de fiesta para irse a la playa o a su chalet.

El calor de agosto suena un poco a excusa. Siempre hizo calor en agosto y la feria siempre ha sido bienvenida por el pueblo. Claro que aquella sociedad no tenía tantas fiestas, ni era una sociedad tan hedonista como la actual, que no sabe vivir sin aire acondicionado y que prácticamente vive en una fiesta continua, cosa que antes no ocurría.

Sobre la feria de día, los mayores “sufrimos” las consecuencias del horario que le hemos impuesto a nuestra feria, puesto que hemos claudicado ante el horario de la juventud, creyendo que adoptando sus costumbres seremos más jóvenes, sin darnos cuenta de que la juventud tiene este horario más bien por rebeldía (cosa propia de la edad) y que lo mantiene con frío o calor, así que hemos decidido que la feria comience a las doce de la noche y cierre a las seis o siete de la mañana, con lo cual se excluye a los mayores.

Es natural que con este horario la feria esté vacía durante el día. ¿Cómo se puede pedir que cuatro horas más tarde esta misma gente llene el recinto ferial?.

“Sobre la feria de día, los mayores “sufrimos” las consecuencias del horario que le hemos impuesto a nuestra feria, puesto que hemos claudicado ante el horario de la juventud, creyendo que adoptando sus costumbres seremos más jóvenes”



Nos hemos dado un horario ferial de unos jóvenes que saben que siempre habrá en su casa algún mayor que guise, que lave y planche, por lo que ellos sólo tienen que pensar en divertirse; así que no nos quejemos.

Pero si se pensara en las personas que han de tener las cosas a punto para que aquellos que están durmiendo (cosa normal después de estar divirtiéndose toda la noche); si se pensara en los profesionales que no tienen más remedio que trabajar para que el pueblo siga funcionando; si se pensara en las personas que por su responsabilidad dentro del hogar atienden a enfermos y que sólo durante el día tienen un rato para darse una vuelta por la feria, (grande es su decepción al ver que las casetas no funcionan totalmente hasta las doce de la noche), no debe de extrañarnos de que la feria esté vacía durante las horas diurnas.

Sobre el cambio de lugar nada podemos hacer, sino creer que El Garrotalillo añade más dificultad al disfrute de la feria por los mayores, pues aunque realmente sea un lugar que quizás esté más centrado en Puente Genil que el llano de Santa Filomena, dada la configuración de nuestro pueblo, mentalmente la gente lo considera un lugar más lejano, y cargará de razón a todos los que prefieren los bares de la Matallana.

Espero que nuestras autoridades sean conscientes de la problemática de los mayores y piensen en un buen sistema de desplazamiento para ellas, y a la Comisión de Festejos que ponga un horario más racional para los espectáculos programados, que intente que su comienzo y término se lleve a cabo en un horario más asequible para los que no pueden trasnochar.

Que piensen que los jóvenes tienen su horario y que no piensan cambiarlo, pero que los mayores son

“Nos hemos dado un horario ferial de unos jóvenes que saben que siempre habrá en su casa algún mayor que guise, que lave y planche, por lo que ellos sólo tienen que pensar en divertirse; así que no nos quejemos”

los que por la mañana han de ir a comprar comida y a solventar las mil cosas que nuestra compleja sociedad requiere, pero que también les gustaría disfrutar de una feria con un horario más adaptado a sus necesidades.



Su tumba está en Puente Genil

La madre de Ortega y Gasset

 Felisa Agudo Gil
Revista Solera

Su tumba está en Puente Genil. La familia tenía en Andalucía, entre otras propiedades, una casa en la calle Aguilar, por la parte de atrás, daba a un molino de aceite en la calle Tintor, propiedad de la familia Gasset Chinchilla, padres de Dolores.

La guerra civil ocurrió cuando doña Dolores se encontraba en dicha casa en Puente Genil.

Posiblemente fue de esas personas que por encontrarse en diferente zona estuvo separada de su familia e incomunicada durante los tres años que duró la contienda, pero ella no vio el fin de la guerra, murió lejos de los suyos en el año 1939.

Por estas fechas, Ortega que se había autoexiliado por motivos políticos, se encontraba en el extranjero. Y no volvió a España hasta el año 1945.

A pesar de esta circunstancia, ella no estuvo sola, tenía algunas amistades; entre las que se encontraba doña Consuelo Gómez de Bracho, titular de una farmacia que había en la calle Don Gonzalo.

Esta mujer de las que nos acordamos muchas personas, sobre todo los más mayores, hizo amistad con la madre de nuestro sabio, por mediación de una señora llamada

María de Maeztu Whitney, hermana de Ramiro; escritor e ideólogo de la época. Y que cuando Consuelo Gómez cursaba estudios en Madrid, en el Instituto libre de enseñanza, vivía en la residencia de estudiantes; lugar que era regentado por doña María de Maeztu.

Esta famosa residencia, era frecuentada por personalidades de la época entre los que se encontraba Don José Ortega y Gasset, cuya familia estaba relacionada por lazos de amistad y también porque Ortega fue maestro en Madrid de doña María de Maeztu.

De ahí, que ella viniera a Puente Genil a visitar a su amiga, Dolores Gasset y luego la casualidad, hizo que se encontraran en la farmacia por sorpresa y de esta manera surgió la amistad entre Doña Dolores Gasset y la farmacéutica Doña Consuelo Gómez de Bracho.

“Posiblemente fue una de esas personas que por encontrarse en diferente zona estuvo separada de su familia e incomunicada durante los tres años que duró la contienda, pero ella no vio el fin de la guerra, murió lejos de los suyos en el año 1939”



Esta amistad duró hasta la muerte de la madre de nuestro ilustre pensador y aún, en cierto modo, perdura, pues los deudos de Doña Consuelo visitan su tumba por estar cerca de la de su abuela.

Esto lo supe yo por otra gran casualidad. Entré en contacto con una nieta política de doña Consuelo, que me facilitó los informes que yo deseaba tener respecto a la lápida y el sitio donde descansaba la madre de Ortega y ella me llevó muy gentilmente, hasta el lugar donde reposan sus restos.

Muy cerca, como ya dije, de los de su amiga Consuelo, de la que supe algo de su curiosa historia, que arranca de nuestro vecino pueblo de Cabra. Era hija de un funcionario del Banco de España en Sevilla y más tarde administrador de los condes de Cabra.

Cabra fue el pueblo que la vio nacer y de allí saltó a Madrid para cursar estudios, al amparo de una tía acomodada que la quiso educar como una señorita. Pero, dicha señora, quiso pasarle factura y mandar en sus sentimientos.

Cosa que nuestra paisana no consintió, pues no era ella mujer que soportara la tiranía de nadie, de lo que dio muestras a lo largo de su vida rompiendo moldes, en aras de su

libertad, trabajando y luchando por sus derechos.

Cuando dejó Madrid y después de terminar sus estudios en Granada, se instaló en este pueblo. Se casó, tuvo hijos y nietos.

Uno de ellos, esposo de Mari Ángeles, a la que tengo que agradecer su colaboración para escribir esta verídica historia. Y que me llevó hasta las tumbas de tan ilustres damas.

Que justamente, están cerca de las hornillas de las dos amigas. Bien cuidadas por los familiares de doña Consuelo.

Orgullosos de tenerlas descansando en nuestro pueblo, sentimiento de orgullo que compartimos los demás pontanos.



¿Quieres colaborar con Solera?

Si estás interesado o interesada en participar en esta revista, puedes ponerte en contacto con algún miembro de la Mesa Local del Mayor, o dirigirte a los Servicios Sociales Comunitarios, en la calle Concejal Antonio Sánchez Cuenca. Te atenderá (María José Díaz).
Teléfono: 957609272 Fax: 957609273
e-mail: es@imsc.aytopuentegenil.es

Esperamos tus artículos



Después de las alegres vacaciones de verano

 Antonio Melero
Revista Solera

Las vacaciones son una de esas necesidades del cuerpo y del alma que deben ser satisfechas tanto para recuperarnos como para crecer en humanidad.

De nada nos sirven unas vacaciones si la ciudad se viene con nosotros, con sus manías de transistores, ordenadores móviles de ruidos, de falsas necesidades. La frase "pasárselo bien" encierra toda una filosofía de la vida que luego acarrea, o mejor deja, unas resacas desagradables.

Nos aburrirnos si estamos solos y preferimos el hacinamiento humano, optamos por el coche a caminar, los espacios repletos de humo y de ruidos, el alcohol al agua clara, las veladas excitantes y tardías a un horario más razonable.

Las vacaciones deben dar oportunidad a la espontaneidad, a mucha diversión. Para muchos, pasárselo bien se ha convertido en procesos deshumanizantes, necesitamos gozar de la calma, tomar contacto con ambientes naturales, aire puro, dormir sin necesidad de pastillas y evitar todos los trasnoches.

Después de haber tomado el sol con más o menos cuidado que lo creemos necesario para el lucimiento de nuestro cuerpo, no sabemos que a la vuelta de veinte años puede traer-

nos malos resultados por no haberlo tomado con precaución. Tras informarme te aconsejo que disfrutes de tomar el sol con las precauciones necesarias.

El ochenta por ciento de los trastornos cutáneos (asperezas, arrugas, quemaduras...) son debidos a una exposición al sol sin un buen filtro solar o en una cabina bronceadora, son los motivos de los daños irreversibles que antes mencionábamos.

Para proteger su piel no tiene que permanecer encerrado en su casa. El número de la protección solar oscila entre 15 o más alto aún. Se debe aplicar 15 o 20 minutos antes de la exposición solar o de sudar mucho por el ejercicio y aplicarlo de nuevo antes de empezar.

Me figuro que ya andáis haciendo planes para el próximo verano. Te recomiendo que tengas esto en cuenta para el próximo verano. Distráete con los consejos de Solera y espero que te hagas amigo suya formando parte de la Mesa del Mayor o colaborando escribiendo un artículo.



La construcción del salto de Cordobilla

 Diego Beltrán González
Revista Solera

Fue construido por la Sociedad Eléctrica de “El Chorro” y posteriormente comprado por la de Sevillana Electricidad.

Comenzaron las obras en el año 1951, en una superficie de cuatro mil metros cuadrados aproximadamente, siendo inaugurado en el año 1953 y construido a cinco kilómetros de nuestra localidad.

La capacidad era de unos cuarenta millones de metros cúbicos, en ese tiempo era de las más grandes de Andalucía.

La extensión es de unos 22 kilómetros de largo por unos 500 metros de anchura media. La construcción es de hormigón armado.

En esa época yo trabajé en la construcción de dicho salto, con muchos compañeros del pueblo y otros de fuera.

Lo recuerdo como si fuera ayer, entre otras cosas porque, yo vivía en el Cerrillo y me levantaba a las cuatro de la mañana, pues tenía que ir andando hasta donde estaba la obra.

Muchos compañeros iban en bicicleta, yo me iba por la orilla del río, pasaba por debajo del Puente Hierro del ferrocarril, si tenía suerte, la vuelta la hacía en alguno de los camiones que suministraban los materiales para esta obra tan importante.





III semana de los Mayores

Del 1 al 6
de octubre
2007



AYUNTAMIENTO DE
PUENTE GENIL
Concejalía de mayores

puente genil

disfrútala

● **Organizan:**

Ayuntamiento de Puente Genil
IMSC
Servicios Sociales y Mayores
Mesa Local del Mayor

● **Colaboran:**

Delegación de Cultura
Delegación de Deportes
Delegación de la Mujer
Grupo de Baile "Juan y Esther"
Grupo de Baile "Yolanda Vico"
Cajasur
Asociación Cultural "Ala del Sur"
Aula de Canto de la Escuela
Municipal de Música
Escuela Municipal de Música
Egemasa
Taller de Teatro de Puente Genil
Sodepo
Bodegas Delgado
Peña Frasquito
Cruz Roja
Policía Local
Protección Civil



LUNES 1 de octubre



V ASAMBLEA de los MAYORES

Hora 7.00 tarde

Lugar Carpa de Santa Filomena

Inauguración a cargo del Sr. Alcalde, la Sra. Concejala y la Mesa Local del Mayor.

Presentación de las actividades municipales para mayores.

Presentación del programa de actividades de la Semana de los Mayores.

Aperitivo

Actuación del grupo de baile "Juan y Esther" y Academia Yolanda Vico

entrada libre

MIÉRCOLES 3 de octubre

MUESTRA DE ACTIV. FÍSICAS PARA MAYORES

Hora 10 de la mañana

Lugar Parque de los Pinos

RECITAL DE POESÍA

A cargo de Ala del Sur

Hora 7.00 de la tarde

Lugar Sala de exposiciones de la Biblioteca Municipal

RECITAL DE MÚSICA Y ROMANZAS DE ZARZUELA

A cargo del aula de canto de la Escuela Municipal. de Música

Hora 8.00 de la tarde

Lugar Sala de exposiciones de la Biblioteca Municipal

entrada libre

MARTES 2 de octubre

RECOGIDA de INVITACIONES PARA TODOS LOS ACTOS DE LA SEMANA

Hora De 10 a 2 y de 5 a 8

Lugar Centro Municipal de Servicios Sociales

DIA DE LOS MAYORES DEPENDIENTES

Entrega de obsequio a los mayores del servicio de ayuda a domicilio

EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA DE MUJER:

"Ocupaciones y ocio de las mujeres al inicio de la vejez"

DESDE EL DIA 2 HASTA EL 20 DE OCTUBRE

Hora 7 de la tarde, INAUGURACIÓN

Lugar Sala de exposiciones de la Biblioteca Municipal

entrada libre

JUEVES 4 de octubre

CANTAORES FLAMENCOS DE LA PEÑA FRASQUITO

Hora 8,30 de la tarde

Lugar Bodegas Delgado

VIERNES 5 de octubre

TARDE DE TEATRO

A cargo del Taller de Teatro de Puente Genil

Hora 7 de la tarde

Lugar Teatro Circo

SÁBADO 6 de octubre

CONVIVENCIA Y CLAUSURA

Hora 5.00 de la tarde

Lugar Recinto Piscina Campo de Fútbol

Reconocimiento a la mujer mayor y al hombre mayor que haya destacado por su trayectoria deportiva

Chocolate y churros

Recoja su TICKET, TAZA DE CERÁMICA Y CUBIERTO
(1 € POR PERSONA)

del 2 al 5 de octubre, en el Centro de Servicios Sociales



Las **actitudes** con los **hijos**

 Antonio Melero
Revista Solera

Hay cuatro pilares: el amor a los hijos, amor entre nosotros, dar ejemplo y diálogo entre los padres. Los padres hemos de asumir debidamente un alto porcentaje para que la educación de nuestros hijos salga adelante con éxito.

El marco en que estos pilares se asientan es el hogar. Un hogar cuyo ambiente va a verse profundamente influido por el hecho de que los esposos demos a los hijos algo tan importante como nuestro afecto, nuestro buen humor y nuestro tiempo.

Antes que profesionales somos miembros de una familia. La verdad es que tenemos que ir descubriendo el arte de armonizar las exigencias de ambos aspectos, pero cuando es imposible tal armonización hemos de darle prioridad a lo más importante: la familia.

Recordemos, más que el deportivo último modelo o del chalet en la sierra, nuestros hijos precisan de nuestra presencia y de nuestra amistad.

Presencia y amistad que encontrarán campo abonado en nuestro buen humor y en el tiempo que le dediquemos.

Teléfonos del Centro Hospitalario de Puente Genil

El Distrito Sanitario Córdoba Sur informa que están operativos los dos teléfonos asignados para la comunicación directa con la Unidad de Atención al Usuario, ubicada en el Centro de Salud de Puente Genil, que se encuentra en el Centro Hospitalario de Alta Resolución (Chare).

Información
957 615147

Cita Previa para
Medicina de Familia y
Pediatría
957 615146

Centralita
957 615000



Mujer y Salud

Dime cómo vives y te diré qué tipo de vejez tendrás...

 Revista Solera

Niveles de educación altos y estilos de vida independientes sustentan formas de vida más satisfactorias y preparan para una vejez más autónoma, física, económica y emocionalmente. Los conocimientos de medicina y nutrición pueden ayudar a contrarrestar los efectos negativos de la menopausia, evitando los accidentes cardiovasculares y la osteoporosis.

La adultez mayor no tiene, entonces, que considerarse una etapa sin oportunidades ni significados. No hay razones para terminar con el ejercicio de la sexualidad que debe incursionar nuevos caminos de disfrute, afecto e intimidad, ni tampoco para renunciar a introducir cambios en la rutina de vida.

A medida que van avanzando en el ciclo vital, las mujeres pueden ir generando vínculos entre sí y entre generaciones que les permiten contar con referentes afectivos y no aislarse.

Al mismo tiempo, si disponen de tiempo para sí mismas y han aprendido a disfrutar, valorar y defender la autonomía, serán capaces de disfrutar aún la soledad como una oportunidad de tranquilidad y de encuentro consigo mismas, propicio para los balances.

También podrían estar mejor preparadas para enfrentar experiencias nuevas de gran intensidad vital

como es la enfermedad, la pérdida del entorno inmediato y la posibilidad de la propia muerte.

La posibilidad de que las mujeres puedan considerar el envejecer como "un logro, un triunfo, una ventaja, una suerte y no un cataclismo" -como apunta Anna Freixas de la Universidad de Córdoba, España-, requiere, como siempre, del esfuerzo de las propias mujeres, pero también del conjunto de la sociedad y de las instituciones.

Las instituciones deberán abordar las necesidades y demandas de esta etapa de la vida teniendo en cuenta las diferentes realidades sociales y de género para mantener la calidad de vida de la población y de paso prevenir crisis sanitarias en el futuro.

El reconocimiento y respeto a la diversidad debería traducirse en un reconocimiento y valoración de las personas de edad.

“A medida que van avanzando en el ciclo vital, las mujeres pueden ir generando vínculos entre sí y entre generaciones que les permiten contar con referentes afectivos y no aislarse”



Cátedra Intergeneracional. Curso 06/07

La formación para personas mayores

 Revista Solera

La Cátedra Intergeneracional "Profesor Francisco Santisteban" es una iniciativa de la Universidad de Córdoba, orientada a personas mayores de 50 años con la finalidad de fomentar su promoción personal y la mejora de su calidad de vida.

En 1997 la Universidad de Córdoba creó programas de participación social mediante una serie de cursos específicos destinados a la formación de las personas mayores con el fin de que se sientan útiles socialmente y puedan continuar con una vida activa y dinámica a partir del acceso a las aulas universitarias.

Estos cursos se extendieron en 1999 a Cabra, Lucena y Priego de Córdoba. Localidades a las que se incorporó la ciudad de Puente Genil en el curso académico 2005/2006, con gran participación de mayores.

Dada la amplia repercusión que en las personas mayores despiertan estos cursos específicos destinados a ellos desde una amplia perspectiva cultural, formativa, educativa, científica, recreativa y socio-cultural, es por lo que se sigue potenciando esta iniciativa.

En este sentido, y fruto del convenio entre la Universidad de Córdoba, la Delegación Provincial de la Consejería para la Igualdad y el Bienestar Social, la Fundación Prasa y el Ayuntamiento de Puente Genil, se

ha iniciado una nueva etapa en este curso.

Las estrategias de enseñanza-aprendizaje se complementan con mesas redondas, coloquios, conferencias, excursiones, visitas culturales... No se hacen exámenes.

Los alumnos y alumnas podrán aspirar a un título propio de Extensión Universitaria de la Universidad de Córdoba, al finalizar los tres años de estudios.

Para obtener dicho título será condición indispensable haber cursado 12 asignaturas y/o talleres y haber realizado las colaboraciones indispensables en las que se matriculó en cada curso.

"Los alumnos y alumnas podrán aspirar a un título propio de Extensión Universitaria al finalizar los tres años de estudios. Los que no lo deseen podrán obtener un Certificado de participación y asistencia, siempre que ésta haya sido habitual"



Los alumnos y alumnas que no deseen optar por este título, podrán obtener un Certificado de participación y asistencia, siempre que ésta, haya sido habitual.

Las clases se desarrollarán martes y jueves, entre las 17:00 y 20:00 horas en la Biblioteca Municipal "Ricardo Molina" situada en el Parque de Los Pinos.

El curso está formado por dos cuatrimestres, distribuido en dos períodos de diez semanas cada uno (octubre/febrero y febrero/mayo); a tal efecto las clases comenzarán el 23 de octubre y concluirán el 15 de mayo. Se ofertarán dos asignaturas por cuatrimestre, teniendo cada asignatura una duración de 40 horas y tres horas semanales de docencia.

Las asignaturas para este año son:

PRIMER CUATRIMESTRE

Martes: "Encuentro con la música andaluza."

Licenciado D. Juan Luis González Delgado

Jueves: "La historia de España en la época moderna, vista desde Andalucía." Profesora Dña. Soledad Gómez Navarro.

SEGUNDO CUATRIMESTRE

Martes: "Historia y novela histórica."

Profesor D. José Calvo Poyato

Jueves: "De Argantonio a los Reyes Católicos. Un recorrido por la arqueología de la subbética cordesa".

Profesores. D. José Antonio Garriguet y D. Alberto León.

Centro de Día de Mayores

Puente Genil

PRESTACIONES A TRAVÉS DE TARJETA 65

SERVICIO DE COMEDOR

Titulares de Tarjeta 65

Ser socio del Centro de Día de Mayores

El precio para titulares de Tarjeta 65 verde es de 4,30 euros día.

El precio para titulares de Tarjeta 65 oro será de 2,15 euros día.

El menú incluye dos platos, pan bebida y postre.

El servicio de comedor ofrece un almuerzo por día.

También podrán hacer uso del comedor los socios que no tengan tarjeta que pagarán igual que los titulares de Tarjeta Verde.

SERVICIO DE ORIENTACIÓN JURÍDICA

Las personas titulares de Tarjeta 65, que además sean socios del Centro de Día de Mayores, podrán consultar sus dudas jurídico legales a un abogado de forma totalmente gratuita. La cita se pedirá en el Centro de Día de Mayores.

TALLERES

Informática, Bolillos, Bailes de Salón, Tai Chi, Pintura al Óleo, Sevillanas y Estética.

Centro de Día de Mayores
Pinares San Rafael, s/n
Teléfono: 957601200



Lo que cuenta un alumno de segundo curso

De la **Universidad** del **Mayor**

 Loli Núñez

Revista Solera

Empiezo diciéndote que te hagas alumno de ella, si lo haces te aseguro que te alegraras pues sin temor a equivocarte te aseguro que es maravilloso si te digo, de lo mejor que han ideado para nosotros los mayores, aprendes sin responsabilidad de exámenes y unos adquirimos cultura y otros tratan de ampliarla, pero desde luego no se arrepiente uno de hacerse alumno de esta universidad.

Tratamos de todos los temas geografía en todas sus variantes, historia de ESPAÑA su política del principio del mundo de alimentación y muchos etc y esto como se puede comprender es interesantísimo, pues recuerdas cosas de cuando estudiabas o simplemente ibas a la escuela.

Una cosa interesantísima son el profesorado pues tenemos en ese aspecto profesores y profesoras muy buena gente, muy preparados para enseñar y tratar con unos alumnos tan poco jóvenes y que todavía nos gusta aprender.

Otra de las cosas buenas que tenemos es la unión y la camaradería que existe entre el alumnado y me atrevo a decirte el alumnado con los profesores, pues las clases son verdaderas gozadas.

Otra cosa que tenemos es algo que a mi me gusta en particular por lo

que me recuerda " El recreo" empezamos a las 5 de la tarde y a las seis y media le recordamos al profe que es la hora del café.

Salimos como niños y como los profesores el de turno normalmente sale con nosotros pues parecemos aquellos niños que salían de paseo con su maestro Maravilloso créetelo.

El curso son de 8 meses, empezamos a final de octubre y terminamos en el mes de mayo y tenemos a la semana dos días de clase, martes y jueves y en esos meses cuatro profesores cada uno de una especialidad.

Las clases las damos en los bajos de la Biblioteca Municipal que tiene su salida a la recién nombrada Plaza del Grupo Cántico.



La Tercera Edad en Puente Genil

 Encarna Berral
Revista Solera

Jugamos un papel muy importante, a la vez que totalmente integrados, pues cuentan con nosotros para actividades muy interesantes y que llenan nuestra vida.

Eso nos hace sentirnos útiles, porque a lo largo del tiempo todo ha cambiado, pues no es lo mismo mi vida ahora en la vejez que la que tuvieron mis abuelos, es totalmente distinta, pues pienso que aún soy joven, a pesar de los años y eso es gracias a todo cuanto hago para sentirme así.

Me siento partícipe de todo cuanto acontece en mi pueblo y eso repercute en mi salud anímica.

He llegado a pensar que la Tercera Edad no es más que el inicio de una nueva vida.

Hago cuanto no he podido hacer antes, por los hijos, el trabajo y todas las obligaciones que tienes cuando eres joven y ahora que tengo tiempo puedo disfrutar el ocio y el tiempo libre, gracias también a las posibilidades que tengo en mi pueblo, porque hay gente que se dedican a hacernos la vida más amena, por eso voy a disfrutar de todo cuanto se nos ofrece para ello.

Somos parte importante de la sociedad y nos aportan vitalidad para que nuestra calidad de vida sea cada

vez más buena, ofreciéndonos lugares o estancias donde sentirnos a gusto, aprendiendo, porque nunca se acaba de aprender aunque seas mayor.

Nos brindan lugares para el ocio, asimismo también el poder hacer ejercicios, aptos para nuestra edad, con personas cualificadas para ello, organizan viajes, comidas... para hacernos llegar la sensación de que somos parte de nuestro pueblo.

A mí todo esto me hace crecer como persona.



Los muertos

 Agustín Merino García
Revista Solera

¿Soy cristiano?. Pero en ningún libro de Religión Cristiana, ni en el Catecismo he leído “Quemar los Muertos”, en todos he leído “Enterrar a los Muertos”. ¿Por qué los queman?, para eximirse de una carga y de una obligación, que es visitar a nuestros queridos familiares fallecidos y llevarles flores por lo menos una vez al año.

De los quemados, la cenizas, algunos las guardan en tarros de porcelana, pero a lo largo, todas las cenizas tienen el mismo final. La mayoría las tiran al río o al mar para que éstas sirvan de alimento a los peces, otras las reparten por la tierra para que sirvan de abono.

¿Qué ocurre con las cenizas que se esparcen por la tierra? Que si son de tu padre, todo el viandante las va pisando: van pisando a tu padre, los pájaros se comen las cenizas y cualquiera que pase por allí y le da ganas de cargar, se caga en tu padre y si es una vaca, ya tienes a tu padres cubierto de mierda para la eternidad, la mayoría de los familiares dicen que fue su última voluntad, la voluntad es de los familiares que se sacuden esa responsabilidad.

Si Jesucristo dijo “enterrad a los muertos” y eres cristiano, no los quemes, cumple con la ley de Dios.

Enterrad a los muertos, enterrad a los muertos, nuestra religión y nuestra cultura no contemplan el quemarlos.

Por una vejez satisfactoria

 Derechos de los Mayores
Revista Solera

Por una vejez satisfactoria

1. Derecho a la salud y a decidir responsablemente sobre nuestro cuerpo y nuestra vida contando con información adecuada.

2. Derecho al trabajo y al descanso con jubilaciones apropiadas cuando llega el momento.

3. Derecho a la dignidad personal, respeto a las diferencias, sin infantilizar a las personas mayores.

4. Derecho a una familia y comunidad que respeten y valoren su independencia y acceso a condiciones para una vida digna.

5. Derecho a la consideración social del envejecimiento como una etapa normal de la vida.

6. Derecho al amor y la sexualidad.

7. Derecho a la ayuda si hay limitaciones físicas o psicológicas, sin temor al rechazo o a la burla.

Es preciso:

1. Políticas urbanas y de seguridad ciudadana para mejorar el desplazamiento de las personas mayores de manera segura y fácil.

2. Políticas educativas y de salud: Comprometer a las personas mayores en su autoprotección y cuidado.

3. Políticas culturales: Fomentar la cultura de respeto a la vejez y de erradicación de la violencia.

4. Políticas sociales solidarias y eliminación de la discriminación de las mujeres en el sistema previsional y de salud que inciden en una vejez femenina empobrecida.



Protección contra incendios

Cuadernos de Protección Civil Nº 4

En menos de 30 segundos una pequeña llama puede quedar completamente fuera de control y convertirse en un incendio mayor. En pocos minutos una casa se llena de humo negro denso. El incendio consume el oxígeno que usted necesita y produce humos y gases venenosos que matan.

La forma más eficaz de luchar contra el fuego es evitar que se produzca

Para ello es necesario conocer las causas que pueden provocar un incendio, y adoptar las medidas preventivas oportunas.

LUGARES

En la cocina: sartén, freidora, escape de gas...

En la sala de estar: mesa camilla, chimenea, sofás.

Aparatos con energía eléctrica: plancha, televisor, secador...

En los dormitorios: por velas, estufas, fumadores...

MEDIDAS

Correcto mantenimiento de la instalación eléctrica

Conservar en buen estado la instalación de gas, especialmente las conducciones flexibles.

Precauciones con los focos de calor (estufas, braseros...)

Evitar descuidos de fumadores (ceniceros, fumar en cama...)

Limpieza de la cocina (acumulación de grasas, campana extractora)

Limpieza de trastero (no almacenar disolventes, pinturas...)

Ante la llegada del frío, es muy conveniente recordar al usar braseros:

Nunca use carbón dentro de su casa, aún en la chimenea

Nunca se vaya a dormir dejando un calentador a gas encendido si el aparato no tiene ventilación hacia fuera

Nunca utilice un brasero de leña, carbón ó similar en una habitación completamente cerrada.

No utilice estufas de gas con botella incorporada, son muy peligrosas

No ponga a secar la ropa sobre estufas, ni braseros, ni radiadores.

Aleje las estufas y radiadores de cortinas y muebles.

No utilice braseros en mesas camilla con faldas de tejido acrílico (si lo usa, al menos, coloque sobre el brasero una rejilla semiesférica para evitar el contacto entre la tela y el calor)

Para más información:

www.112emergencias.es



Preguntas que no deben hacerse

 Antonio Melero
Revista Solera

En un juicio, el fiscal llamó al estrado (para tomarle declaración), a una señora como testigo. Ésta era una señora mayor y de aspecto bonachón-

-¿Señora Mari Carmen, sabe usted quien soy yo?

-Por supuesto, Sr. Fernando, le conozco desde niño, y francamente me ha decepcionado Vd. porque es mentiroso. Engaña a su esposa y extorsiona a la gente y tiene algo que ver con el tráfico de animales por sus conocimientos y algo más que me callo.

El fiscal quedó aterrado pero continuó preguntando.

-Señora Mari Carmen. ¿Conoce también al abogado defensor?

-Claro que conozco al Sr. Antonio y muy bien. Es un perezoso y un amigo infiel y lo mismo engaña a su esposa, esa santa mujer. Ha hecho una fortuna de no se sabe dónde, y parece que tiene que ver algo con los problemas de Marbella.

El abogado defensor no sabía dónde meterse. Aquello se puso al rojo vivo.

Entonces, el juez salió al paso al mismo tiempo temiendo que la Sra. Mari Carmen también lo conociera demasiado bien y los mandó que ambos acercaran a la mesa.

-¡Si alguno de Vds. pregunta a esta buena Sra. que si me conoce, os mando cadena perpetua!

Estos dos compadres

 Valeriano Cuenca Estepa
Revista Solera

Dos compadres fueron a comprar aceite a una almazara y cada uno quería comprar cuatro arrobas de aceite, pero solamente llevaban un pellejo de ocho arrobas, otro de cinco y otro pellejo de tres arrobas.

Al llegar a la almazara, el vendedor les dijo:

- "Solamente tengo una medida de ocho arrobas, ¿por qué no os lleváis el pellejo de ocho arrobas lleno de aceite y vosotros os lo repartís en vuestra casa?"

Ellos aceptaron.

Pero en el camino hacia sus casa hubo una discordia entre ellos y decidieron repartirse el aceite allí mismo con el pellejo de ocho arrobas lleno y el pellejo de cinco y tres arrobas vacío, intentaban repartir cuatro arrobas para cada uno de los compadres.

Empezaron a embudar hasta que quedaron cuatro arrobas en el pellejo de ocho arrobas y otras cuatro arrobas en el pellejo de cinco arrobas.

¿Cómo lo hicieron?

La solución en la próxima publicación.

